



CURSOS BONIFICADOS

Fundación Estatal
PARA LA FORMACIÓN EN EL EMPLEO



CURSO: INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA PROFESIONALES DE LA SALUD.

METODOLOGÍA
FORMACIÓN PRESENCIAL



DIRIGIDOS A

A todos los profesionales sanitarios que quieran adquirir herramientas para una mejor gestión emocional, potenciar las relaciones con compañeros y pacientes, desarrollarse personal y profesionalmente, conseguir objetivos, aumentar la autoestima y confianza en uno mismo, manejar correctamente las presiones y el estrés laboral, en conclusión tener una vida más plena y feliz.



METODOLOGÍA

Formación presencial.

Ventajas de la formación presencial:

- Las prácticas están orientadas a problemas concretos.
- Durante el desarrollo de la parte práctica se aportarán mejoras que los alumnos podrán poner en marcha.
- El aprendizaje colaborativo fomenta una adquisición del conocimiento con un mayor impacto.



DURACIÓN:

La duración media de las formaciones es de 5 horas presenciales, adaptando los horarios y las fechas a las necesidades del cliente.

MATERIAL Y RECURSOS

A cada alumno se le entregará:

- Teoría del curso
- Ejercicios y ejemplos realizados durante la formación.
- Diploma acreditativo de la participación en la formación.



SON FORMACIONES BONIFICABLES POR FUNDAE

En los últimos tiempos se hace mención, cada vez más, a la inteligencia emocional, pero qué es, que beneficios nos aporta y cómo poder trabajarla, son preguntas que surgen en muchas personas.

Trabajar en el ámbito sanitario implica un importante desgaste emocional; desgaste que se traduce, en no pocas ocasiones, en una menor implicación en el trabajo, en estados de agotamiento, en un aumento de la irritabilidad, en la pérdida de motivación, en sufrir estrés o episodios de ansiedad.

El área de la salud es un campo que requiere una sensibilidad especial; es por eso que potenciar la inteligencia emocional para obtener destrezas interpersonales y de comunicación en el ámbito de la profesión y destrezas intrapersonales para poder gestionar situaciones propias del trabajo sanitario, es algo necesario para vivir de forma óptima nuestro día a día.

En este curso veremos qué es la inteligencia emocional, qué beneficios obtendremos al ser emocionalmente más inteligentes, con qué herramientas contamos para serlo y cómo potenciar nuestras relaciones con nuestros pacientes y nuestro entorno en general.



OBJETIVOS:

Objetivos de la formación:

- Reforzar nuestras cualidades y competencias.
- Conocer más acerca de las emociones y el impacto que tienen en el día a día.
- Adquirir técnicas para evitar que las emociones nos dominen, evitando así las consecuencias negativas de un “secuestro emocional”.
- Saber expresar, reconocer y gestionar las emociones de manera adecuada y afrontar la vida con una actitud más positiva.
- Favorecer la automotivación y el entusiasmo.
- Aprender la importancia de ser asertivo, defendiendo tus derechos y respetando los de los demás.
- Practicar una comunicación eficaz con los pacientes y por ende conseguir un mayor compromiso por parte de ellos y mejores resultados.
- Mantener interacciones sociales satisfactorias a nivel personal y profesional.
- Potenciar el desarrollo personal y profesional.
- Adquirir herramientas para gestionar de forma efectiva el estrés laboral.



CONTENIDO:

1: INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.1 ¿Qué es la inteligencia emocional?
- 1.2 Tipos de inteligencia: IE frente a CO
- 1.3 El cerebro emocional
- 1.4 Beneficios de la inteligencia emocional
- 1.5 El impacto de la inteligencia emocional en la salud

2: AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL Y AUTOCONCEPTO

- 2.1 Qué son las emociones
- 2.2 Cómo identificar nuestras emociones
- 2.3 Autoestima
- 2.4 Emociones en el ámbito sanitario

3: GESTIÓN EMOCIONAL

- 3.1 Manejo de las emociones
- 3.2 Consciencia y dominio de uno mismo
- 3.3 Optimismo inteligente
- 3.4 Estrategias de regulación emocional
- 3.5 Herramientas para gestión del estrés laboral.



4: AUTOMOTIVACIÓN

- 4.1 Diferencias entre motivación y automotivación
- 4.2 ¿Qué nos desmotiva? Aprendiendo a reilusionarse
- 4.3 Herramientas para potenciar nuestra motivación

5: COMPETENCIAS INTERPERSONALES DE LA IE

- 5.1 Empatía o reconocimiento de emociones ajenas
- 5.2 Habilidades sociales positivas
 - Trabajo en equipo
 - Responsabilidad social
 - Liderazgo
- 5.5 Asertividad

6: ESTRATEGIAS Y TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN PARA MEJORAR LA RELACIÓN CON EL PACIENTE.

- 6.1 Elementos de la comunicación.
- 6.2 Comunicación verbal y no verbal.
- 6.3 Comunicación eficaz en el ámbito sanitario.
- 6.4 Escucha activa.
- 6.5 Barreras de la comunicación.
- 6.6 Claves para mejorar la comunicación con el paciente.





www.fortem.es
T.: (+34) 947 25 58 25 • 649200409 (Laura)

laura@fortem.es info@fortem.es