

Organizaciones y empresas que luchan por su progreso

LIDERAZGO EMOCIONAL



Facilitador: Alfonso López-Fando Lavalle. Psicólogo, psicoterapeuta, miembro didacta y supervisor de la Asociación Española de Terapia Gestalt y de la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas

Objetivo

Ayudar a los líderes a desarrollar una mayor conciencia de sí mismos y de los demás, mejorar su inteligencia emocional y fortalecer sus habilidades de liderazgo auténtico y efectivo.



Especialmente pensado para

- Líderes y gerentes de organizaciones y empresas.
- Profesionales interesados en el desarrollo personal y profesional.
- Equipos de trabajo y colaboradores.
- Estudiantes y jóvenes profesionales.
- Cualquier persona interesada en mejorar sus habilidades de liderazgo y gestión emocional.

¿Quieres?

¿mejorar tu salud emocional? ¿reducir tus niveles de estrés y ansiedad debido a las responsabilidades de tu cargo? ¿disminuir la fatiga y el agotamiento provocado por tu puesto de liderazgo?

¿Qué aprendizajes te llevarás?

- Los aspectos a mejorar como líder en el campo emocional.
- Mayor comprensión de las emociones propias y ajenas.
- Identificar patrones de comportamiento disfuncionales.
- Mejorar la capacidad de relacionarse de forma auténtica y efectiva con los demás.
- Reconocer sus emociones y necesidades.
- Habilidades de comunicación y escucha.
- Mayor empatía y comprensión con los desafíos emocionales del equipo.
- Fortalecer la capacidad de liderazgo.
- Desarrollar habilidades para fomentar un ambiente de trabajo positivo y productivo.

Descripción

La **inteligencia emocional es una de las dimensiones del liderazgo**. El liderazgo emocional es la capacidad de un líder para reconocer, entender y gestionar sus propias emociones.

En la medida que un líder maneja de forma adecuada sus emociones, alcanzará su mejor versión y la de las personas que le rodean.

Desde un enfoque gestáltico, en este taller fomentaremos el **autoconocimiento y la responsabilidad personal** en el manejo de nuestras emociones, teniendo en cuenta que la forma en que se relaciona una persona consigo misma y con los demás puede afectar a su **bienestar emocional y a su capacidad de liderazgo**.

Al conectarse con sus propias emociones y necesidades, los líderes pueden ser más conscientes de cómo estas se manifiestan en su **estilo de liderazgo** y cómo **impactan en su equipo**.

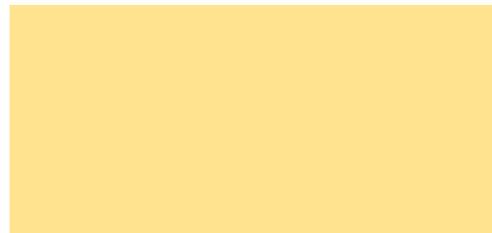
¿Cómo gestionas tus emociones como líder? ¿qué haces ante el enfado, la tristeza, el miedo, en las relaciones con tu equipo? ¿quieres aprender a relacionarte con las emociones de otra manera?

Metodología

- Exposiciones teóricas de psicología
- Dinámicas gestálticas aplicadas al reconocimiento de las emociones básicas
- Trabajo vivencial compartido en grupo:
 - En presente
 - Desde la experiencia
 - Haciéndonos responsables de ella



12 Horas



Consulta fechas de próximas ediciones

Preparamos el programa de formación para grupos de empresas y organizaciones en horario y ubicación que prefieras.

Más información

cursos@sowos.es

Teléfonos: 924239397 / 671971228

O pincha aquí
y nos ponemos en contacto contigo