



ESCUELA
EUROPEA DE
COACHING



GESTIÓN EMOCIONAL PARA UN LIDERAZGO INSPIRADOR



DESCRIPCIÓN

Las emociones lo tiñen todo: conversaciones, reuniones, relaciones,... y tienen un alto impacto en la motivación, confianza, compromiso, coordinación, creatividad, innovación..., en definitiva, en los resultados que obtenemos. Por ello, consideramos clave que, como líderes, aprendamos a manejar y gestionar las emociones propias y ajenas para abordar los desafíos desde una mirada posibilitadora, generando entornos cohesionados y colaborativos que favorezcan la consecución de los objetivos.

Ser líderes emocionales e inspiradores en este contexto cambiante y retador de las empresas y el entorno es todo un reto hoy en día. Este programa te ofrece las herramientas necesarias para comprender y gestionar eficazmente el mundo emocional, fortaleciendo así tu capacidad de liderazgo y mejorando el impacto en el entorno y los resultados.

OBJETIVOS

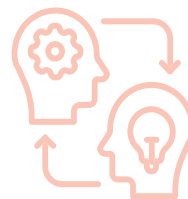
01
Desarrollar competencias emocionales poderosas para liderar con éxito.

02
Convertir las emociones en aliadas para alcanzar tus metas, mejorando así la toma de decisiones bajo presión.

03
Comprender y acompañar las dinámicas emocionales dentro de tu equipo y stakeholders que permita fortalecer las relaciones interpersonales para cocrear un futuro exitoso.

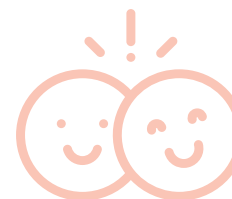
PERFIL DEL PARTICIPANTE

Dirigido a líderes que buscan un enfoque integral que incluya tanto hard skills como soft skills.



Ideal para aquellos managers interesados en su propio crecimiento emocional y en inspirar equipos y entornos innovadores, creativos y colaborativos.

También apto para aquellos que deseen profundizar en su comprensión y gestión del mundo emocional para potenciar un liderazgo inspirador.



CONTENIDOS

1 Comprendiendo mi mundo emocional: Un líder efectivo comprende su propio mundo emocional y cómo este afecta en su desempeño y en el de su equipo. Identificar el sentido y utilidad de las emociones permite al líder reconocer cómo las emociones influyen en la toma de decisiones, la motivación y la productividad en el trabajo.

2 La intención positiva de las emociones: En el liderazgo, comprender que las emociones tienen una intención positiva es fundamental. Entender qué juicios sostienen nuestras emociones, nos permitirá como líderes un abordaje efectivo de los conflictos y desafíos del día a día.

3 La tristeza y la alegría: Estas emociones forman parte de nuestro día a día en el entorno profesional (duelos, cambios de equipo, nuevos desafíos, redirección de la estrategia, objetivos ambiciosos, etc.). Saber cómo dejar espacio para la lucidez que trae la tristeza y cómo fomentar la alegría en el equipo y el entorno contribuye a generar un ambiente más innovador, motivador y productivo.

CONTENIDOS

4 El miedo y la confianza: Identificar las distintas formas que toma el miedo y construir confianza son habilidades esenciales para el liderazgo. El líder que comprende el impacto del miedo en la toma de decisiones puede inspirar a su equipo a afrontar los desafíos con valentía y seguridad.

5 La rabia y los límites: Un líder que comprende el mensaje de la rabia y cómo gestionarla de manera constructiva, puede establecer límites claros, negociar y liderar de forma más efectiva con el estrés diario, promoviendo un entorno creativo, respetuoso y de colaboración.

6 Los lenguajes del amor: En los entornos profesionales el amor está presente en forma de confianza, reconocimiento, conexión, compromiso, etc. Como líderes inspiradores, construir entornos sólidos y de seguridad psicológica es clave para generar equipos motivados y comprometidos en los que apoyarnos para la consecución de resultados. Identificar cuál es el lenguaje preferido del amor de cada miembro del equipo inspira al líder a comunicarse de manera efectiva y a fomentar un sentido de pertenencia y compromiso.

DURACIÓN



6 encuentros de 60 minutos.

CUADRO DOCENTE

Rosa M^a Barriuso. *Executive coach por EEC. MCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Certificada como mentor coach con título avalado por ICF. Licenciada en Psicología, Universidad Complutense de Madrid. Máster en Psicoterapia para niños y adolescentes, Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.

Yanina Carchak. *Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Licenciada en Filología Hispánica, Universidad Autónoma de Madrid. Especializada en Fonética.

Rosa M^a Coto. *Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Certificada como mentor coach con título avalado por ICF. Licenciada en Ciencias Empresariales, Escola Universitaria Estudis Empresarials Sabadell. MBTI en Instituto de Liderazgo. Especialista en Comunicación Corporativa WSNY, EEUU.

Sandra Díaz. *Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Certificada como mentor coach con título avalado por ICF. Licenciada en Psicología por la Universidad de Salamanca. Máster en Dirección de Empresas, MBA (EOI). Diplomada en Desarrollo de Competencias Directivas (IESE).

Mónica Pérez-Zorrilla. *Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Certificada en Coaching de equipo por EEC. Certificada en Sinergología para Coaches y Coaching y Política en la EEC. Certificada como mentor coach con título avalado por ICF. Licenciada en Derecho por Universidad Central de Barcelona.

Manuela Rama. *Coordinadora en EEC Cataluña. Executive coach por EEC. PCC por ICF.* Licenciada Ciencias del Trabajo. Estudios de Derecho, Barcelona. Gestión y Dirección de RRHH, EADA. Diplomada en Grafología, Universidad de Salamanca. Formación en Identificación de Creencias Limitantes, Christian Flèche.



**Ampliando
futuros.**