

MASTER

MASTER IN INTELLIGENZA EMOTIVA



ITELBS095

- DIPLOMA CERTIFICATO DA UN NOTAIO EUROPEO -



DESTINATARI

Questo corso si rivolge a uomini d'affari, manager, imprenditori, lavoratori, studenti e a tutti coloro che desiderano acquisire le conoscenze necessarie in relazione a questo settore professionale.

Permette di conoscere intelligenza ed emozioni, teorie sull'intelligenza emotiva, sviluppo emotivo, educazione emotiva, conoscenza di sé e autodeterminazione, autoregolazione e gestione degli stati emotivi in situazioni di conflitto, valutazione dell'intelligenza emotiva, tra gli altri. Inoltre, alla fine di ogni unità didattica, gli studenti troveranno esercizi di autovalutazione che permetteranno loro di seguire il corso in modo indipendente.

Lo studente riceverà l'accesso a un corso iniziale in cui troverà informazioni sulla metodologia di apprendimento, sul titolo di studio che riceverà, sul funzionamento del Campus Virtuale, su cosa fare una volta terminato il corso e su informazioni su Grupo Esneca Formación.

SCHEDA TECNICA

ORE DI STUDIO
600H 

MODALITÀ
ONLINE 
*La modalità comprende moduli con lezioni dal vivo.

CORSO DI
PRESENTAZIONE
ONLINE 

TUTOR
PERSONALE 

LINGUA
ITALIANO 

DURATA
FINO AD UN ANNO 
*Prorogabile

IMPORTO

IMPORTO ORIGINALE: ~~1920 €~~
IMPORTO ATTUALE: 480 €

TITOLO OTTENUTO

Un volta terminati gli studi e aver superato la prova di valutazione, l'alunno riceverà diploma che certifica il “**MASTER IN INTELLIGENZA EMOTIVA**”, di ELBS BUSINESS SCHOOL, avallato , grazie alla nostra condizione di soci, dal CECAP, cioè la massima istituzione spagnola per la formazione e la qualità.

I nostri titoli, inoltre, posseggono il timbro del Notaio Europeo, che garantisce la validità, i contenuti e l'autenticità dei titoli, a livello nazionale e internazionale.

**Il contenuto è orientato all'acquisizione di una formazione teorica complementare. Questa formazione non porta all'ottenimento di una qualifica ufficiale.*

CONTENUTO FORMATIVO

INTELLIGENZA EMOTIVA

INTRODUZIONE

FONDAMENTI DELL'INTELLIGENZA E DELLO SVILUPPO EMOTIVO

MODULO 1. INTELLIGENZA ED EMOZIONI

UNITÀ DIDATTICA 1. COS'È L'INTELLIGENZA?

1. Tipi di intelligenza
 - Teoria triarchica dell'intelligenza di Sternberg
 - Teoria dell'intelligenza fluida e cristallizzata di Cattell e Horn
 - Teoria delle intelligenze multiple di Gardner
2. Concetto di intelligenza intrapersonale e interpersonale

UNITÀ DIDATTICA 2. COS'È UN'EMOZIONE?

1. Differenza tra emozione e sentimento
2. Utilità delle emozioni
3. Neurologia delle emozioni

UNITÀ DIDATTICA 3. TIPI DI EMOZIONI

1. Emozioni primarie
2. Emozioni secondarie

UNITÀ DIDATTICA 4. RISPOSTA EMOTIVA

1. Risposta cognitiva
2. Risposta fisiologica
3. Risposta comportamentale

UNITÀ DIDATTICA 5. VARIABILI PER LA MISURAZIONE DELLE EMOZIONI

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 2. TEORIE SULL'INTELLIGENZA EMOTIVA

UNITÀ DIDATTICA 1. TEORIA DI JAMES-LANGE

UNITÀ DIDATTICA 2. TEORIA DEL CANNONE-BARDO

UNITÀ DIDATTICA 3. TEORIA DI SCHACHTER-SINGER

UNITÀ DIDATTICA 4. TEORIA DI LAZARUS

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 3. INTRODUZIONE ALL'INTELLIGENZA EMOTIVA (IE)

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI INTELLIGENZA EMOTIVA (EI)

1. Premessa
2. Origine ed evoluzione
3. Benefici
4. Rilevanza in diverse dimensioni
 - Dimensione personale
 - Dimensione professionale
 - Dimensione sociale

UNITÀ DIDATTICA 2. IMMATURITÀ EMOTIVA

UNITÀ DIDATTICA 3. PRINCIPALI MODELLI DELL'INTELLIGENZA EMOTIVA

1. Modello di Salovey e Mayer
2. Modello di Goleman
3. Modello Bar-on

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 4. SVILUPPO EMOTIVO

UNITÀ DIDATTICA 1. FASI DELLO SVILUPPO EMOTIVO

1. Sviluppo emotivo nell'infanzia
2. Sviluppo emotivo nell'adolescenza
3. Sviluppo emotivo in età adulta

UNITÀ DIDATTICA 2. FATTORI CHE INFLUENZANO LO SVILUPPO EMOTIVO

1. Aspetti biologici e genetici
2. Famiglia
3. Ambiente sociale e culturale

UNITÀ DIDATTICA 3. SFIDE NELLO SVILUPPO EMOTIVO

1. Problemi comportamentali
2. Disturbi emotivi

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 5. EDUCAZIONE EMOTIVA

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI EDUCAZIONE EMOTIVA

1. Importanza dell'educazione emotiva
2. Benefici dell'educazione emotiva

UNITÀ DIDATTICA 2. METODI E STRATEGIE PER L'EDUCAZIONE EMOTIVA

1. Apprendimento basato sull'esperienza
2. Apprendimento basato sul gioco
3. Apprendimento basato sul dialogo e sulla riflessione

UNITÀ DIDATTICA 3. EDUCAZIONE A CASA

1. Ruolo della famiglia
2. Strategie di miglioramento

UNITÀ DIDATTICA 4. EDUCAZIONE IN CLASSE

1. Ruolo degli insegnanti
2. Clima emotivo in classe
 - Elementi del clima emotivo
 - Fattori d'influenza
 - Strategie di miglioramento
 - Risorse

UNITÀ DIDATTICA 5. ESEMPIO DI PROGRAMMA DI EDUCAZIONE EMOTIVA PER GENITORI E CAREGIVER

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 6. EQUILIBRIO, BENESSERE EMOTIVO ED IE

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI BENESSERE

1. Benessere fisico
2. Benessere emotivo

UNITÀ DIDATTICA 2. RELAZIONE TRA EQUILIBRIO EMOTIVO, BENESSERE ED IE

UNITÀ DIDATTICA 3. FACILITATORI EMOTIVI PER IL BENESSERE

1. Umore
2. Ottimismo
3. Resilienza
4. Creatività
5. Ambiente per stare con sé stessi

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

COMPETENZE LEGATE ALL'INTELLIGENZA EMOTIVA

MODULO 7. CONOSCENZA DI SÉ E AUTODETERMINAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 1. COSA SI INTENDE PER CONOSCENZA DI SÉ?

1. Componenti
 - Consapevolezza emotiva
 - Accettazione di sé e autostima
 - Concetto di sé
 - Autoefficacia emotiva
2. Tecniche di miglioramento

UNITÀ DIDATTICA 2. COS'È L'AUTODETERMINAZIONE?

1. Componenti
 - Indipendenza e libertà di scelta
 - Autenticità
 - Responsabilità emotiva
2. Tecniche di miglioramento

UNITÀ DIDATTICA 3. RELAZIONE TRA CONOSCENZA DI SÉ E AUTODETERMINAZIONE NELL'IE

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 8. MOTIVAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI MOTIVAZIONE

1. Importanza della motivazione nell'IE
2. Vantaggi della motivazione

UNITÀ DIDATTICA 2. TIPI DI MOTIVAZIONE

1. Motivazione intrinseca
2. Motivazione estrinseca
3. Motivazione trascendente

UNITÀ DIDATTICA 3. FATTORI CHE INFLUENZANO LA MOTIVAZIONE

1. Fattori interni
2. Fattori esterni

UNITÀ DIDATTICA 4. STRATEGIE PER MIGLIORARE LA MOTIVAZIONE

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 9. AUTOREGOLAZIONE E GESTIONE DEGLI STATI EMOTIVI IN SITUAZIONI DI CONFLITTO

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI AUTOREGOLAZIONE E AUTOCONTROLLO

1. Importanza dell'autoregolazione e dell'autocontrollo nell'IE
2. Benefici dell'applicazione dell'autocontrollo in diversi settori

UNITÀ DIDATTICA 2. CATEGORIE DI REGOLAZIONE EMOTIVA SECONDO DIVERSI MODELLI

1. Modello di regolazione emotiva di Gross
2. Modello di regolazione emotiva di Thompson
3. Confronto tra i modelli

UNITÀ DIDATTICA 3. STRATEGIE DI REGOLAZIONE EMOTIVA

1. Soppressione dei pensieri
2. Riconsiderazione emotiva
3. Distanziamento cognitivo

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 10. COMPETENZE SOCIALI

UNITÀ DIDATTICA 1. COSA SONO LE COMPETENZE SOCIALI?

1. Componenti delle competenze sociali
 - Componenti comportamentali
 - Componenti cognitive
 - Componenti fisiologiche
2. Sviluppare le competenze sociali

UNITÀ DIDATTICA 2. COMPETENZE SOCIALI NELLE RELAZIONI INTERPERSONALI

UNITÀ DIDATTICA 3. STRATEGIE PER MIGLIORARE LE COMPETENZE SOCIALI

1. Apprendimento delle competenze comunicative
2. Ascolto attivo
3. Definizione di limiti
4. Empatia
5. Assertività

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 11. EMPATIA E ASSERTIVITÀ

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI EMPATIA

1. Importanza dell'empatia nell'IE
2. Tipi di empatia
3. Espressione di empatia
 - Ascolto empatico
 - Prospettiva condivisa
 - Espressione non verbale: linguaggio del corpo

UNITÀ DIDATTICA 2. CONCETTO DI ASSERTIVITÀ

1. Importanza dell'assertività nell'IE
2. Sviluppo ed espressione dell'assertività
 - Cambiamenti nella comunicazione
 - Affermazione dei diritti
 - Tecniche di riduzione dell'intensità

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

TECNICHE DI VALUTAZIONE E MIGLIORAMENTO DELLO STATO EMOTIVO

MODULO 12. VALUTAZIONE DELL'INTELLIGENZA EMOTIVA

UNITÀ DIDATTICA 1. IMPORTANZA DELLA VALUTAZIONE DELL'IE

UNITÀ DIDATTICA 2. CARATTERISTICHE PRINCIPALI DI UNA IE ALTA O

BASSA

UNITÀ DIDATTICA 3. STRUMENTI DI VALUTAZIONE IE

1. Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MISCEIT)
2. Emotional Quotient Inventory di Bar-on (EQ-i)
3. Wong-Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS)
4. Colloquio personale
5. Ruota della vita

UNITÀ DIDATTICA 4. PROCESSO DI VALUTAZIONE DELL'IE

1. Definizione delle esigenze e degli obiettivi
2. Selezione del metodo di valutazione
3. Valutazione
4. Raccolta, analisi e interpretazione dei dati
5. Definizione delle strategie di miglioramento
6. Valutazione dei risultati e follow-up
7. Esempio pratico di procedura di valutazione

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 13. ESERCIZI E STRATEGIE PER MIGLIORARE IL BENESSERE E L'INTELLIGENZA EMOTIVA

UNITÀ DIDATTICA 1. PSICOLOGIA POSITIVA

UNITÀ DIDATTICA 2. MINDFULNESS

UNITÀ DIDATTICA 3. TERAPIA ANALITICO-FUNZIONALE

UNITÀ DIDATTICA 4. MEDITAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 5. PROGRAMMAZIONE NEURO-LINGUISTICA (PNL)

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

PROGRAMMA DI SVILUPPO PERSONALE E DELLE COMPETENZE NEL CONTESTO DEL COACHING E DELL'INTELLIGENZA EMOTIVA

MODULO 14. COACHING E INTELLIGENZA EMOTIVA

UNITÀ DIDATTICA 1. COS'È IL COACHING?

1. Ruolo del coach
 - Competenze e abilità
 - Strumenti
2. Relazione tra coaching e intelligenza emotiva
3. Aree di intervento
4. Coaching personale

UNITÀ DIDATTICA 2. COMPONENTI DELLA IE NEL COACHING

UNITÀ DIDATTICA 3. MODELLI DI COACHING PER MIGLIORARE L'IE

1. Modello GROW
2. Modello CLEAR

UNITÀ DIDATTICA 4. CONCETTO DI SVILUPPO PERSONALE E DELLE COMPETENZE

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 15. PROGRAMMA DI SVILUPPO PERSONALE E DELLE COMPETENZE

UNITÀ DIDATTICA 1. IDENTIFICAZIONE DELLE COMPETENZE DA SVILUPPARE

UNITÀ DIDATTICA 2. PROGETTAZIONE DELLE SESSIONI

1. Metodologia

UNITÀ DIDATTICA 3. SELEZIONE DEGLI STRUMENTI

UNITÀ DIDATTICA 4. IMPLEMENTAZIONE E MONITORAGGIO DEL PROGRAMMA

UNITÀ DIDATTICA 5. VALUTAZIONE DEL PROGRAMMA

UNITÀ DIDATTICA 6. ESEMPIO DI PROGRAMMA DI SVILUPPO PERSONALE E DELLE COMPETENZE

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

SOLUZIONI

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTARE