

***EL DESARROLLO DE LA
MUJER PROFESIONAL,
EMPRESARIA o
EMPRENDEDORA
“POTENCIANDO
CEREBRO, MENTE Y
EMOCIONES”***

CANTIDAD DE HORAS: CONFERENCIA 3 HORAS

CURSO 4 HORAS

CURSO 8 HORAS

PROGRAMA

LA MENTE NO PUEDE CONSIDERARSE SEPARADA DEL CEREBRO, COMO TAMPOCO DEL CUERPO Y DEL ENTORNO (TANTO FÍSICO COMO SOCIAL). EN CONSECUENCIA, SE LO DEBE CONSIDERAR COMO UNA UNIDAD CONCEPTUAL INDIVISIBLE.

LA MENTE SE ORIGINA A PARTIR DE ALGUNOS PROCESOS O ACTIVIDADES QUE EMERGEN DEL FUNCIONAMIENTO DEL CEREBRO. AMBOS SE ENCUENTRAN EN UN ESTADO DE CONSTANTE ESTADO, DE FLUIDEZ, EN DONDE SE MODIFICAN Y RECONSTRUYEN CONTINUAMENTE GENERANDO UNA SINERGIA PERMANENTE.

ASÍ, LA MENTE ES, EN PARTE, PRODUCTO DEL CEREBRO Y EL CEREBRO ES, EN PARTE, PRODUCTO DE LA MENTE.

A ESTA UNIDAD DE CEREBRO / MENTE DEBEMOS SUMARLE LAS EMOCIONES, LA PERCEPCIÓN DE LA REALIDAD Y LA INFLUENCIA DEL ENTORNO QUE DE ACUERDO COMO APRENDAMOS A MANEJARLOS PODEMOS POTENCIAR NUESTRA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL ES LA CAPACIDAD QUE TIENE UN SER HUMANO A LA HORA DE CONOCERSE BIEN A SÍ MISMO Y TAMBIÉN A LOS DEMÁS. EL AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL MEJORA LA RELACIÓN CON LOS COMPAÑEROS DE TRABAJO, LA PAREJA Y LOS AMIGOS PORQUE LAS EMOCIONES INTERVIENEN DE UNA FORMA DIRECTA EN EL TRATO CON LOS OTROS. PERO ADEMÁS, LA INTELIGENCIA EMOCIONAL ADQUIERE MUCHA IMPORTANCIA EN EL MUNDO DE LA EMPRESA, TANTO QUE HOY DÍA, LAS HABILIDADES SOCIALES SON UN PUNTO NECESARIO EN EL CURRÍCULUM. PARA ELLO ES QUE LAS EMPRESAS CAPACITAN A LOS EQUIPOS DE TRABAJO SOBRE HABILIDADES PARA HABLAR EN PÚBLICO, AUTOESTIMA EN EL ENTORNO LABORAL, TÉCNICAS DE MOTIVACIÓN EFICAZ O COACHING.

LO MÁS IMPORTANTE ES COMPRENDER QUE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL SE PUEDE DESARROLLAR Y MEJORAR PARA OBTENER MÁS COMPETENCIAS Y DESTREZAS EMOCIONALES.

ES POR ESTO QUE EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL NOS PERMITE COMPRENDER COMO FUNCIONA NUESTRO CEREBRO, MENTE Y EMOCIONES PARA APRENDER A POTENCIAR LA MOTIVACIÓN, ENFRENTAR CAMBIOS, CONTROLAR LOS IMPULSOS, REGULAR NUESTROS PROPIOS ESTADOS DE ÁNIMO, Y LA CAPACIDAD DE EMPATIZAR Y CONFIAR EN LOS DEMÁS.

PROPÓSITO

UCCM – UNIDAD CUERPO, CEREBRO Y MENTE - QUE ES Y COMO SE INTERCONECTA

CONOCER COMO FUNCIONA EL CEREBRO, LA MENTE Y LAS EMOCIONES PARA POTENCIAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA VIDA PERSONAL, PROFESIONAL Y EMPRESARIAL DE LA MUJER.

DESTINATARIOS:

PROPIETARIAS DE COMERCIOS, EMPLEADAS, EMPRENDEDORAS, MANDOS MEDIOS, PROFESIONALES, ESTUDIANTES Y PÚBLICO EN GENERAL.

TEMARIO:

A . CONOCIENDO NUESTRO CEREBRO

- CEREBRO TRIUNO COMO SE COMPONE Y SUS FUNCIONES
- HEMISFERIOS CEREBRALES – CARACTERÍSTICAS, DIFERENCIAS Y SEMEJANZAS
 - COMO PENSAMOS Y DECIDIMOS
 - COMO REACCIONAMOS ANTE EL STRESS
- CEREBRO MASCULINO Y FEMENINO – COMO FUNCIONA Y COMO REACCIONA ANTE UNA MISMA SITUACIÓN.
- FUNCIONES EJECUTIVAS DEL CEREBRO: HABILIDADES, ACCIONES EVALUACIÓN Y CONTROL
- POTENCIAR LAS DIFERENCIAS DE LOS CEREBROS MASCULINOS Y FEMENINOS EN EL TRABAJO EN EQUIPO
- EMPATÍA COGNITIVA Y EMOCIONAL
- ARMONÍA EMOCIONAL

B . LO REAL Y LA PERCEPCIÓN DE LA REALIDAD

- QUE ES LA PERCEPCIÓN DE LA REALIDAD
- PERCEPCIÓN SISTÉMICA
- FASES DE LA PERCEPCIÓN
- FILTROS REDUCTORES DE LA REALIDAD
- PERCEPCIÓN SELECTIVA

C . EMOCIONES, PENSAMIENTOS Y SENTIMIENTOS EN LA TOMA DE DECISIONES

- QUE SON LAS EMOCIONES

- EL GESTOR DE LAS EMOCIONES
- TIPOS DE EMOCIONES
- EL PROCESO BIOLÓGICO
- EFECTO PRIMING
- REACCIONES FISIOLÓGICA, COGNITIVA Y CONDUCTUALES
- DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO
- LA INFLUENCIA DE LAS EMOCIONES EN EL PENSAMIENTO Y LA TOMA DE DECISIONES
- EL BLOQUEO EMOCIONAL
- LA PASIÓN Y LA CEGUERA AFECTIVA

D. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL – COMO POTENCIARLA

- TIPOS DE INTELIGENCIA: SOCIAL, INTUITIVA, CREATIVA Y EMOCIONAL
- QUE ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?
- INTELIGENCIA EMOCIONAL INTRAPERSONAL E INTERPERSONAL
- EL COMPONENTE EMOCIONAL

E . CREATIVIDAD, MENTE Y MEMORIA

- LA MENTE: FUNCIONAMIENTO, CONSCIENTE Y SUBCONSCIENTE
- FACTORES EXTERNOS QUE INTERVIENEN
 - EPIGENÉTICA
 - HISTORICIDAD
 - LINAJE
 - HÁBITOS Y COSTUMBRES
 - EL ENTORNO FÍSICO, SOCIOCULTURAL Y LA REALIDAD
- MODELOS MENTALES
- COMUNICACIÓN EFECTIVA

DURACIÓN: CONFERENCIA DE 3 HORAS, CURSO DE 8 HORAS

INSTRUCTOR: MARÍA BELÉN MOLINA

ESPECIALISTA EN MARKETING, NEUROMANAGEMENT, MANEJO DE LAS EMOCIONES, COUNSELOR Y TERAPEUTA NEUROEMOCIONAL

“LAS PERSONAS CON HABILIDADES EMOCIONALES BIEN DESARROLLADAS TIENEN MÁS PROBABILIDADES DE SENTIRSE SATISFECHAS Y SER EFICACES EN SU VIDA, Y DE DOMINAR LAS HABILIDADES MENTALES QUE FAVOREZCAN SU PROPIA PRODUCTIVIDAD”

DANIEL GOLEMAN