

Inteligencia Emocional

Desarrolla tu potencial emocional y mejora tu vida personal y profesional

Un curso práctico y transformador que te guiará a través de los fundamentos de la inteligencia emocional, desde la autoconciencia hasta el crecimiento personal.

6 módulos

Lo que aprenderás

- ✓ Reconoce y entiende tus emociones
- ✓ Aplica la empatía en tus relaciones
- ✓ Aprende a resolver conflictos
- ✓ Maneja el estrés de forma efectiva
- ✓ Mejora tu comunicación
- ✓ Cultiva una mentalidad positiva

Temario

1 Conócete

Reconoce emociones Maneja el estrés

2 Relaciónate mejor

Empatía Comunicación

3 Crece

Conflictos Mentalidad

¿Para quién es?

Personas que desean mejorar su inteligencia emocional y su bienestar general

Empieza hoy en capacita.paulovila.org

Capacita · Estudia mejor, trabaja mejor.