

ACCIÓN FORMATIVA Nº 2023/09901

Denominación: Gestión de las emociones dentro de la organización

Observaciones **LAS PERSONAS QUE SOLICITARON LA ACCIÓN FORMATIVA EN LOS MESES DE JULIO Y AGOSTO NO TIENEN QUE SOLICITARLA DE NUEVO.**

Organiza: AYUNTAMIENTO DE SEVILLA.

Coordina: DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN (SERVICIO DE DESARROLLO)

Objetivos: 1. Conocer qué es la Inteligencia Emocional y la Educación emocional. - 2. Reconocer las emociones. - 3. Estudiar la Cultura Organizacional de la empresa. - 4. Identificar y analizar las emociones propias y ajenas - 5. Conocer mis fortalezas y debilidades en la gestión de mis emociones - 6. Aprender herramientas de gestión emocional - 7. Trabajar habilidades de comunicación y asertividad. - 8. Trabajar técnicas de Autocontrol - 9. Utilizar la gestión emocional para reducir el estrés laboral.

Nº alumnos/as: 15 asistentes

Personal destinatario: Personal de la plantilla del Ayuntamiento de Sevilla

Duración del curso: 21 horas

Docentes: Araceli Espada García

Lugar de celebración: CSP Hogar Virgen de los Reyes

Fecha: 20, 21, 22 y 23 de noviembre de 2023

Horario: 20 y 22 de noviembre: 08:00 a 15:00 horas
21 y 23 de noviembre: 16:00 a 19:30 horas:

Contenido del curso: 1. La Inteligencia Emocional y la Educación Emocional. 2. Identificación de las emociones básicas: miedo, tristeza, rabia/ira, asco, sorpresa y alegría. 3. Cómo funciona nuestro cerebro y dónde residen las emociones. 4. Habilidades para la gestión Emocional dentro de la organización. 5. Técnicas de Autoconocimiento. Fortalezas y debilidades personales. 6. La empatía, la asertividad, la escucha activa y la comunicación eficaz. 7. La gestión de emociones en procesos de conflicto. 8. El Autocontrol y la motivación. 9. Ejercicios prácticos para mejorar mi educación emocional. 10. El estrés emocional. Estrategias de gestión emocional. 11. Mini taller de revelado de emociones. 12. Importancia de los estados de ánimo. 13. El impacto de las emociones en nuestra salud, toma de decisiones, aprendizaje y rendimiento. 14. Plan de Desarrollo Personal

Fecha finalización

presentación solicitudes: Antes de las 13:00 horas del día 13 de noviembre de 2023

Diploma que se entregará: ASISTENCIA Y APROVECHAMIENTO

Las personas interesadas en participar en la mencionada acción formativa deberán cumplimentar la solicitud que se encuentra en el **Portal de la Plantilla**, **Área Común, Formación** y remitirla al **Departamento de Formación** sito en **C/ Pajaritos nº 14 2ª Planta**, al **correo electrónico solicitudesformacion@sevilla.org**.

La selección del alumnado se efectuará por el sistema establecido. El Ayuntamiento entregará documento acreditativo de asistencia y aprovechamiento, en su caso, a quienes superen los objetivos del mismo, siempre que **la falta de asistencia no exceda del 10% de las horas lectivas.**