



Diplomatura en Inteligencia Emocional

◆ Tienes el respaldo de una institución con
15 años de experiencia formando los
mejores Coaches y Entrenadores
Emocionales de la región ◆



Módulo 1

Descubriendo mi mundo emocional

- ¿Qué es la Inteligencia Emocional y para qué sirve?
- Autoconocimiento emocional
- Gestión básica de emociones
- Mindfulness y atención plena

En este primer módulo daremos los pasos iniciales hacia el conocimiento y la gestión de nuestras emociones.

A través de la práctica y la reflexión, descubriremos herramientas que nos permitirán vivir con mayor equilibrio, claridad y bienestar

Módulo 2: Conexiones auténticas

- Comunicación emocional y asertividad
- Escucha activa y empatía
- Regulación de conflictos
- Lenguaje corporal y emociones

Este módulo está orientado a fortalecer nuestras habilidades de comunicación y relación con los demás, aprendiendo a expresarnos con claridad, escuchar con empatía y resolver diferencias de manera constructiva.



Módulo 3

Tu mejor versión

- **Mi relación con el estrés y la resiliencia personal**
- **Mis relaciones personales más cercanas**
- **Plan personal de bienestar emocional**

En este módulo ponemos el foco en nosotros mismos y en nuestros vínculos más cercanos, explorando cómo afrontar el estrés, cultivar la resiliencia y diseñar un plan personal de bienestar



¡Sumate a la Diplomatura en Inteligencia Emocional!

Una experiencia de aprendizaje y transformación personal que te brindará herramientas para conocerte mejor, gestionar tus emociones y mejorar tus relaciones.

Inscribite: escuelanewcoaching.com

