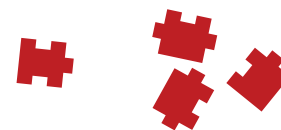




DOCTOR OLÓRIZ 2, 1ºA  
GRANADA 18012  
tel. 900 44 22 44  
fax 900 10 17 99  
email info@grupo2000.es  
web www.grupo2000.es



## Inteligencia emocional. Control del estrés

SP-00080

Modalidad: Distancia

Duración: 80 h

### MÓDULO 1: Inteligencia y Emociones

TEMA 1. La Inteligencia  
TEMA 2. Las Emociones

### MÓDULO 2: Inteligencia Emocional Aplicada al Entorno Laboral

TEMA 3. Concepto y Evaluación de la Inteligencia Emocional  
TEMA 4. El Liderazgo  
TEMA 5. Los Equipos de Trabajo

### MÓDULO 3: Estrés, Ansiedad y Habilidades Sociales: Conceptos Básicos y Clasificación

TEMA 6. El Estrés, la Ansiedad y las Habilidades Sociales (HH.SS.)  
TEMA 7. El Estrés Laboral

### MÓDULO 4: La Autoestima: Concepto Clave para Luchar contra el Estrés

TEMA 8. La Autoestima, Marco de Referencia desde el cual el Hombre se Proyecta  
TEMA 9. La Autoestima en la Relaciones Interpersonales

### MÓDULO 5: Técnicas de Autocontrol

TEMA 10. Técnicas de Autocontrol Emocional  
Tema 11. Técnicas Cognitivas