



Aportamos
ciencia
al *arte*
de dirigir.

FORMACIÓN PRESENCIAL - 12 horas
Vigo - 19 y 26 octubre y 2 noviembre

Transformando los conflictos a través de la Inteligencia Emocional





Lugar

Instalaciones Grupo P&A
Lourido, 7 – 36212 Vigo



Tarifa

525 € + IVA
Importe bonificable 156 €



Duración

12 horas



Horario

19 y 26/10 - 2/11
15:30 a 19:30 h

INTRODUCCIÓN

La falta de gestión de los conflictos en una empresa puede tener un precio muy elevado: malestar, estrés, reducción del rendimiento, mayor nivel de errores, desmotivación, mal ambiente, aumento de la rotación, etc.

Además, si no los resolvemos, en general, se vuelven cada vez más complejos, aumentan sus consecuencias y se van propagando.

A pesar de ello, es habitual que los evitemos o generemos su retroalimentación de forma consciente o inconsciente.

Sin embargo, podemos pasar a verlos como una oportunidad; resolverlos de forma adecuada, nos permite aumentar la confianza, la colaboración, el respeto, la mejora del clima laboral y un fortalecimiento tanto a nivel personal como relacional.

DURACIÓN:

12 horas de formación

Horario: 15:30 a 19.30

OBJETIVOS

- Cambiar la mirada hacia los conflictos para pasar a verlos de una manera constructiva y asertiva.
- Conocer diferentes actitudes con las que los podemos abordar, de manera que no nos generen un coste a nivel personal.
- Aprender estrategias para resolverlos de forma que promuevan el cambio.

METODOLOGÍA

La formación es práctica y vivencial, con el objetivo de que los participantes experimenten e interioricen la teoría. Sus contenidos son directamente aplicables en el día a día. Con herramientas claras y concisas para su puesta en práctica y apoyo en la generación de nuevos hábitos.

Se basa en diferentes metodologías y técnicas de disciplinas como la Inteligencia Emocional, Coaching, Programación Neurolingüística, Psicología Positiva, Reprogramación Consciente, etc.

Trabaja en el nivel de las creencias, lo que facilita el cambio y promueve que éste tenga lugar de forma más fácil y efectiva. Incluye el envío de material visual tras cada sesión para facilitar el aprendizaje.

CONTENIDOS

➤ **Naturalizando los conflictos**

Cuando detectamos un conflicto, en general, entramos en estados de malestar, nos alteramos y queremos que la otra parte sea la que cambie. Sin embargo, es posible dirigir nuestra mirada hacia nosotros y generar cambios que nos permitan actuar desde un lugar de equilibrio e influir de una forma más efectiva y favorable.

➤ **El conflicto te pertenece: su causa raíz**

¿Por qué una misma situación genera una respuesta que puede ser tan diferente en unas personas y en otras? Se trata de tomar consciencia de nuestra parte de responsabilidad en el conflicto para así poder actuar sobre ella modificando de esta manera los resultados que obtenemos.

➤ **¿Reaccionas o respondes?**

Mientras que no identifiquemos los patrones aprendidos con los que reaccionamos que nos están limitando, ante situaciones análogas, continuaremos comportándonos de la misma manera. El objetivo por tanto es el de identificarlos y sustituir dichas reacciones por respuestas elegidas y efectivas.

➤ **¿Por qué evitamos el conflicto?**

En general, tendemos a evitar el conflicto de manera inconsciente porque tenemos miedo al rechazo, a que nos dejen de valorar o a que el conflicto se haga mayor. Hacernos conscientes de dichos motivos, nos permite actuar sobre ellos y evitar las consecuencias negativas que la evitación del conflicto genera tanto en nosotros como en nuestro entorno.

➤ **Transformando su impacto**

Cuando tenemos un conflicto podemos actuar en diferentes Niveles:

Nivel Emocional

Gestionando nuestras emociones, ya que no hacerlo nos lleva a malestar, perder perspectiva y objetividad acerca del conflicto y a obtener una respuesta negativa por parte de los demás.

Nivel Mental

Nuestra mente puede ser una aliada o convertirse en nuestro peor enemigo. Es por ello que hemos de aprender a gestionarla para que nos impulse en la resolución de nuestros conflictos en lugar de que nos boicotee generando malestar y consecuencias negativas tanto a nivel personal como en nuestro entorno.

➤ **Generadores de conflictos. Actuando sobre ellos**

En nuestro día a día, muchas veces estamos teniendo comportamientos que, sin darnos cuenta, están generando conflicto. Es importante aprender a identificarlos y actuar sobre ellos para evitarlo:

- Los desequilibrios
- El exceso de tolerancia y los límites
- Las faltas de respeto
- El reconocimiento positivo y negativo
- Los juicios y la envidia
- Los reproches y chantajes
- El estado de las personas
- El orgullo
- La falta de escucha

FORMADORA

Isabel Gil Docampo



Ingeniera Industrial por la ETSII de Vigo

MBA Executive por la Escuela de Negocios de Caixanova

Técnico de Prevención de Riesgos Laborales
Nivel Superior

Máster en Educación Emocional, Social y de la
Creatividad por la Universidad
de Cantabria

Experiencia durante 14 años trabajando como
Ingeniera de Procesos, Jefe de Proyecto y
Directora de Proyectos

Desde el 2012 formándose y generando
experiencia como Experta en Inteligencia
Emocional, Coach Ejecutiva, Directiva y de
Equipos, y Experta en Resolución de Conflictos,
entre otros

Consultora asociada a **Grupo P&A.**

PROPUESTA ECONÓMICA



TRANSFORMANDO LOS CONFLICTOS A TRAVÉS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

525 € + IVA

Por Participante

Formación bonificable (FUNDAE)

CONDICIONES ECONÓMICAS

Se emitirá una factura en el momento de la inscripción a la acción formativa, con vencimiento a 30 días a partir de la fecha de emisión.
Medio de pago: talón o transferencia bancaria.

POLÍTICA DE CANCELACIÓN

- Con 5 o más días naturales de antelación, sin coste.
- Con menos de 5 días naturales de antelación se facturará el 50% del importe total.
- No asistencia sin confirmar: se facturará el 100% del coste de la acción formativa.

La impartición de la acción formativa estará supeditada a la inscripción de un mínimo de 8 participantes

BONIFICACIÓN



¿QUIERES BONIFICAR ESTE CURSO?

Ofrecemos el servicio de gestión de la bonificación a través de la Fundación Estatal para la Formación en el empleo (FUNDAE).

(No aplicable a trabajadores autónomos)

Modalidad	Duración	Módulo económico	Importe bonificable
Presencial	12 horas totales	13 € /h	156€ Por participante

Consúltanos y te explicamos el procedimiento

OTRAS ACCIONES FORMATIVAS RELACIONADAS

Gestión eficaz
del tiempo

Reuniones
eficaces

Sensibilización en
igualdad y violencia
de género

Talento
organizacional

Gestión emocional
desde el optimismo

Liderazgo y Gestión
de equipos

Confianza



¿Quieres asistir a esta formación?

Contacta con nuestros expertos



Natalia Díaz
natalia@grupo-pya.com
+34 610 079 785



Aportamos
ciencia
al *arte*
de dirigir.