



# INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

## OBJECTIUS

- Definir el concepte d'Intel·ligència Emocional.
- Desenvolupar un comportament eficaç mitjançant allò intel·ligentment emocional.

## CONTINGUTS

### INTRODUCCIÓ

- Definició de la Intel·ligència Emocional vs Quocient Intel·lectual.
- La importància de la Intel·ligència Emocional a l'actualitat.

### INTEL·LIGÈNCIA PRÀCTICA I COMPETÈNCIA EMOCIONAL

- La motivació com a clau.
- Les claus de la Intel·ligència Emocional aplicades a l'empresa.

### LES COMPETÈNCIES EMOCIONALS I COM DESENVOLUPAR-LES

- Les competències personals: autoconsciència, autocontrol i automotivació.
- Les competències socials: empatia i habilitat social.

### LA CAPACITAT DE PERSUASIÓ I DE SUGGESTIÓ

- Convèncer mitjançant una adequada argumentació.
- L'entusiasme, l'actitud positiva i la seva influència en els altres.

### EL COMPOTAMIENTO ASSERTIU

- Confiança en les pròpies capacitats.
- Valoració d'un mateix.

**SI VOLS MÉS INFORMACIÓ POSA'T  
EN CONTACTE AMB NOSALTRES**

[elison@elison.es](mailto:elison@elison.es)



Pg. Nadal, 26  
08980 Sant Feliu de  
Llobregat  
93 685 47 27  
[elison@elison.es](mailto:elison@elison.es)