ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Inteligencia Emocional y Habilidades Interpersonales en el Trabajo

4 ECTS | 100 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Especialízate con el Curso de Formación Permanente en Inteligencia Emocional y Habilidades Interpersonales en el Trabajo de ICUFOR y desarrolla competencias esenciales para destacar en entornos laborales cada vez más exigentes. En un contexto profesional donde las relaciones humanas y la gestión emocional determinan el éxito organizacional, dominar estas habilidades te posicionará como un profesional altamente valorado y preparado para liderar equipos, gestionar conflictos y construir ambientes de trabajo saludables.

A lo largo de esta formación, profundizarás en los fundamentos científicos de la inteligencia emocional, desarrollarás tu autoconciencia y autorregulación emocional, y adquirirás estrategias efectivas para la gestión del estrés y la prevención del burnout.

Duración
100 horas

Créditos
4 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos teóricos y científicos de la inteligencia emocional, diferenciando los principales modelos explicativos y sus bases neurobiológicas.

Dominar estrategias de autorregulación emocional y gestión del estrés, aplicando técnicas adaptativas de afrontamiento, prevención del burnout y fortalecimiento de la resiliencia profesional.

Incorporar habilidades interpersonales y de comunicación emocional al ejercicio profesional, utilizando la empatía, la escucha activa y la asertividad como herramientas para construir relaciones laborales saludables y productivas.

Implementar técnicas de gestión de conflictos y negociación emocionalmente inteligentes, empleando herramientas de desescalada emocional, comunicación no violenta y restauración de relaciones profesionales dañadas.

Desarrollar la autoconciencia emocional como competencia profesional, identificando patrones emocionales propios, desencadenantes habituales y áreas de mejora en el entorno laboral.

Analizar los mecanismos de la motivación emocional y el compromiso profesional, relacionando constructos como la autoeficacia, el optimismo y los estados de flujo con el desempeño laboral sostenido.

Aplicar los principios de la inteligencia emocional al liderazgo y la gestión de equipos, distinguiendo estilos de liderazgo resonante y diseñando estrategias para crear climas emocionales positivos y de seguridad psicológica.

Diseñar planes de evaluación y desarrollo de competencias emocionales en el ámbito organizacional, utilizando instrumentos de medida validados e integrando la inteligencia emocional en los procesos de gestión de recursos humanos.

Temario

01 Fundamentos teóricos y científicos de la inteligencia emocional

1.1. Evolución histórica del concepto de inteligencia emocional y su incorporación al ámbito profesional
1.2. Principales modelos teóricos de la inteligencia emocional
1.3. Bases neurobiológicas de las emociones y su procesamiento en contextos profesionales
1.4. Alcance, evidencia científica y limitaciones de la inteligencia emocional en el ámbito laboral

02 Autoconciencia emocional como base del desarrollo profesional

2.1. Concepto y dimensiones de la autoconciencia emocional en el entorno de trabajo
2.2. Identificación y etiquetado de las emociones propias en situaciones profesionales
2.3. Reconocimiento de patrones emocionales recurrentes y desencadenantes habituales en el trabajo
2.4. Autoconciencia emocional y autoconcepto profesional
2.5. Herramientas y técnicas para el desarrollo sistemático de la autoconciencia emocional
2.6. Barreras y resistencias más comunes en el proceso de autoconocimiento emocional

Temario

03 Autorregulación emocional y gestión del estrés en el entorno profesional

3.1. Fundamentos de la autorregulación emocional aplicados a contextos profesionales
3.2. Estrategias de regulación emocional adaptativas y desadaptativas en el trabajo
3.3. Control de impulsos y toma de decisiones eficaces bajo presión emocional
3.4. Gestión integral del estrés laboral desde la perspectiva de la inteligencia emocional
3.5. Prevención del burnout y promoción del bienestar emocional sostenido
3.6. Gestión emocional ante procesos de cambio organizacional e incertidumbre profesional
3.7. Desarrollo de la resiliencia profesional a través del fortalecimiento de competencias emocionales

Temario

04 Motivación emocional, automotivación y compromiso profesional

4.1. Fundamentos de la motivación emocional en el contexto laboral
4.2. Automotivación y autorregulación del esfuerzo en el desempeño profesional
4.3. Optimismo, autoeficacia y orientación al logro como competencias emocionales
4.4. Estados de flujo y compromiso emocional con el trabajo
4.5. Gestión emocional de la desmotivación, el estancamiento y las transiciones profesionales

Temario

05 Habilidades interpersonales y comunicación emocional en el ámbito laboral

5.1. Marco conceptual de las habilidades interpersonales y su relevancia en el contexto profesional
5.2. La empatía como competencia central en las relaciones profesionales
5.3. Escucha activa y presencia emocional en la interacción profesional
5.4. Comunicación verbal y no verbal con inteligencia emocional
5.5. Gestión de conversaciones difíciles y práctica del feedback constructivo
5.6. Influencia social positiva y persuasión ética en las relaciones laborales
5.7. Construcción y mantenimiento de relaciones profesionales saludables y productivas
5.8. Competencias interpersonales en entornos multiculturales y equipos diversos

Temario

06 Inteligencia emocional aplicada al liderazgo y la gestión de equipos

6.1. Características y competencias del liderazgo emocionalmente inteligente
6.2. Estilos de liderazgo y su relación con la gestión emocional
6.3. Creación y sostenimiento de climas emocionales positivos en los equipos de trabajo
6.4. Motivación e inspiración de colaboradores desde la competencia emocional
6.5. Delegación, empoderamiento y desarrollo de las competencias emocionales de los colaboradores
6.6. Gestión emocional del equipo en situaciones de crisis y alta presión organizacional
6.7. El líder como coach emocional

Temario

07 Gestión de conflictos y negociación con inteligencia emocional

7.1. Naturaleza emocional de los conflictos en el ámbito laboral
7.2. Estilos individuales de afrontamiento del conflicto y su componente emocional
7.3. Estrategias de resolución de conflictos basadas en la inteligencia emocional
7.4. Habilidades de negociación con componente emocional estratégico
7.5. Prevención de conflictos a través de la comunicación emocional proactiva
7.6. Restauración de relaciones profesionales y reconstrucción de la confianza tras situaciones conflictivas

08 Evaluación, desarrollo y aplicación organizacional de las competencias emocionales

8.1. Instrumentos de evaluación de la inteligencia emocional en el ámbito laboral
8.2. Diseño de planes individuales de desarrollo de competencias emocionales
8.3. Programas de formación en inteligencia emocional para organizaciones
8.4. Integración de la inteligencia emocional en los procesos de gestión de recursos humanos
8.5. Tendencias emergentes y retos futuros de la inteligencia emocional en el mundo del trabajo

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 4 créditos ECTS y 100 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate **Más información**



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06
Contenidos actualizados
Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07
El curso, por escrito
Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08
Autónomo, pero acompañado
Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09
Enseñanza adaptada
Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10
Estudio sencillo e intuitivo
Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

