



## Inteligencia emocional

La inteligencia emocional es la habilidad para identificar y controlar tus propias emociones y las emociones ajenas. Este curso ayudará a los profesionales en puestos de liderazgo a mejorar su inteligencia emocional.

### ¿Qué aprenderás?

- Los componentes básicos de la inteligencia emocional.
- Cómo desarrollar y poner en práctica tu inteligencia emocional.

### Contenidos del curso

1. Sobre este curso
2. Autoconciencia
3. Autorregulación
4. Empatía
5. Resumen

---

**Delivery:** learningCloud sprint, SCORM, xAPI

**Developed:** Video Arts

**Temática:** Comunicación & Relaciones, Desarrollo personal, Liderazgo

**Duration:** 15 minutes

**License:** subscription

**Languages:** es, en