

## ACTIVIDAD FORMATIVA

### **DENOMINACIÓN DEL CURSO: “INTELIGENCIA EMOCIONAL, COACHING Y DESARROLLO PERSONAL”**

#### MOTIVACIÓN:

Algunas competencias clave en los puestos de trabajo en el ámbito de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad son las habilidades interpersonales o sociales, las habilidades intrapersonales así como la gestión y control de las emociones. Por tanto, la inteligencia emocional y las habilidades sociales tienen mayor relevancia que el coeficiente intelectual o la destreza técnica a la hora de determinar quién desempeñará mejor su profesión en los puestos de trabajo que implican atención a la ciudadanía, constituyendo un componente insoslayable de un mejor desempeño laboral. Pero el hecho de poseer una elevada inteligencia emocional no garantiza que la persona ponga en práctica las habilidades sociales que más importan en el mundo laboral sino tan sólo que está dotada de un excelente potencial para desarrollarlas. Nuestra competencia en habilidades sociales, por su parte, muestra hasta qué punto hemos sabido trasladar ese potencial a nuestro mundo laboral. Asimismo, la Programación Neurolingüística (PNL) es un excelente recurso para la mejora de la Inteligencia Emocional. El curso cumple con la finalidad de desarrollar y mejorar la Inteligencia Emocional así como las competencias del alumnado en habilidades interpersonales o sociales así como las intrapersonales, proporcionando conocimientos y técnicas de aplicación en dicha materia para que puedan trasladarlas a sus puestos de trabajo aumentando su desempeño laboral y su satisfacción personal.

#### OBJETIVO GENERAL:

- ✓ Autoconocimiento y autodesarrollo de habilidades sociales e inteligencia emocional para que puedan trasladarlas a los puestos de trabajo del alumnado aumentando su desempeño laboral y su satisfacción personal.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- ✓ Conocer los principios básicos de la Inteligencia Emocional y la Programación Neurolingüística (PNL) y sus diversos ámbitos de aplicación.
- ✓ Aprender a afrontar las emociones negativas, a reconocer nuestras emociones y a relajarnos en momentos en los que nos sentimos tensos
- ✓ Aprender a aplicar técnicas que favorezcan el desarrollo, el bienestar y la satisfacción personal.
- ✓ Controlar situaciones de estrés elevado
- ✓ Proporcionar un espacio de enriquecimiento mutuo entre el alumnado que permita intercambiar experiencias así como para expresar vivencias y reacciones emocionales que se desatan en el día a día de la labor policial
- ✓ Practicar habilidades de la Inteligencia Emocional en el ámbito de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad
- ✓ Seleccionar rutinas, herramientas, comportamientos o pensamientos a incluir en nuestra forma de afrontar nuestro trabajo y la vida en general. Desarrollo de destrezas emocionales
- ✓ Desarrollar y mejorar habilidades sociales y competencias personales a través de un Plan de Acción de Desarrollo Personal

**MODALIDAD:** Presencial



## ACTIVIDAD FORMATIVA

**FECHA:** 29, 30 y 31 de mayo de 2019

**DURACIÓN:** 21 horas.

**LUGAR DE CELEBRACIÓN:** Escuela de Seguridad Pública de Andalucía, sede Aznalcázar

**DESTINATARIOS:** Miembros de los Cuerpos de Policías Locales de Andalucía, miembros de la Unidad de Policía adscrita a la Comunidad Autónoma de Andalucía, miembros de los Cuerpos de Bomberos, UME

### INSCRIPCIÓN:

- ✓ La solicitud se realizará a través del formulario de la página "web" de la ESPA:  
<http://juntadeandalucia.es/organismos/justiciaeinterior/areas/policia/espa.html>
- ✓ Fecha límite de inscripción: **5 de mayo de 2019**
- ✓ Plazo límite anexo II: **15 de mayo de 2019**
- ✓ Plazas disponibles: **30**

### INFORMACIÓN:

- ✓ ESPA. Atención al usuario: teléfono 671597405.
- ✓ Correo electrónico: [espa.cji@juntadeandalucia.es](mailto:espa.cji@juntadeandalucia.es)

### ADMISIÓN:

- ✓ Para conocer las admisiones al curso, el alumnado deberá acceder al apartado "mis solicitudes", debiendo cumplimentar el impreso de confirmación o renuncia, ubicado en el apartado "Alumnado admitido" de la página web:

<http://juntadeandalucia.es/organismos/justiciaeinterior/areas/policia/espa.html>

