GUÍA DEL MÁSTER



MÁSTER EN ADMINISTRACIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

- DIPLOMA AUTENTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -

SEFE082

CUM LAUDE

CECAP

SEFHOR

Sociedad Española de Formación

SEFHOR
Sociedad Española de Formación



ONLINE

Tutor personal

600 Horas

Posibilidad **Estancias Formativas**

Pago a plazos

De ~~3500€~~ a **350€**

Metodología

En SEFHOR – Sociedad Española de Formación apostamos por un método de estudio alternativo a la metodología tradicional. En nuestra escuela de negocios es el propio alumno el encargado de organizar y establecer su plan de estudio. Este sistema le permitirá conciliar su vida laboral y familiar con la proyección de su carrera profesional.

Tutor

A lo largo de la titulación, el alumno contará con un tutor que le ofrecerá atención personalizada y un seguimiento constante de sus estudios. El estudiante siempre podrá acudir a su tutor vía correo electrónico para resolver cualquier tipo de duda, ya sea sobre el material formativo, la planificación de los estudios o referente a gestiones y trámites académicos.

Certificación

Una vez el alumno haya finalizado la formación y superado con éxito las pruebas finales, el estudiante recibirá un diploma expedido por SEFHOR – Sociedad Española de Formación que certifica que ha cursado el "**MÁSTER EN ADMINISTRACIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS**". El título está avalado por nuestra condición de socios de la Confederación Española de Empresas de Formación (CECAP). Además, nuestra institución educativa cuenta con el Sello Cum Laude de Emagister, distinción que nos condece el portal líder en formación gracias a las opiniones de nuestros estudiantes.

Modalidad de estudio

La titulación puede cursarse en modalidad **ONLINE**. Una vez realizada la matrícula, el alumno recibirá un e-mail de bienvenida de su tutor con las claves de acceso al campus virtual. En él, el estudiante encontrará el material didáctico necesario para realizar la formación y tendrá distintas pruebas de autoevaluación que le ayudarán a prepararse para el examen final. Dentro del plazo de un año desde el momento de su matrícula, el estudiante podrá elegir la fecha para presentarse al examen.

TEMARIO

MÓDULO 1. ¿QUE SON LAS EMOCIONES?

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE EMOCIONES

1. Relación entre emoción y conducta
2. Funciones de las emociones
    - Funciones adaptativas
    - Funciones sociales
    - Funciones motivacionales
3. Tipos de respuesta emocional
    - Respuesta cognitiva
    - Respuesta fisiológica
    - Respuesta conductual

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE EMOCIONES

1. Emociones primarias
2. Emociones secundarias

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EFECTOS

1. Efectos positivos
2. Efectos negativos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. FORMACIÓN DE LAS EMOCIONES

1. Sistema sensorial como receptor de la información
2. Procesamiento de la información: sistema emocional y cognitivo
3. Respuesta a la información: sistema conductual

UNIDAD DIDÁCTICA 5. GESTIÓN EMOCIONAL

1. Inteligencia emocional
2. Técnicas de gestión emocional

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 2. TEORÍAS SOBRE LAS EMOCIONES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. TEORÍA DE JAMES-LANGE

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TEORÍA DE CANNON-BARD

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TEORÍA DE SCHACHTER-SINGER

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TEORÍA DE LAZARUS

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 3. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Antecedentes
2. Origen y evolución
3. Beneficios
4. Relevancia en distintas dimensiones
    - Dimensión personal
    - Dimensión profesional
    - Dimensión social

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INMADUREZ EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PRINCIPALES MODELOS

1. Modelo de Salovey y Mayer
2. Modelo de Goleman
3. Modelo de Bar-On

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 4. DESARROLLO EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ETAPAS

1. Desarrollo emocional en la infancia
2. Desarrollo emocional en la adolescencia
3. Desarrollo emocional en la adultez

UNIDAD DIDÁCTICA 2. FACTORES INFLUYENTES

1. Aspectos biológicos y genéticos
2. Familia
3. Entorno social y cultural

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DESAFÍOS

1. Problemas de conducta
2. Trastornos emocionales

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 5. AUTOESTIMA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE AUTOESTIMA

UNIDAD DIDÁCTICA 2. AUTOCONCEPTO

1. Alta autoestima
2. Baja autoestima

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CONCEPTOS BÁSICOS

1. Autoreconocimiento
2. Autoaceptación
3. Autovaloración
4. Autorespeto
5. Autosuperación

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ESCALA DE ROSENBERG

UNIDAD DIDÁCTICA 5. AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 6. EMPATÍA Y ASERTIVIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE EMPATÍA

1. Importancia de la empatía en la IE
2. Tipologías
3. Expresión de la empatía
    - Escucha empática
    - Perspectiva compartida
    - Expresión no verbal: lenguaje corporal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CONCEPTO DE ASERTIVIDAD

1. Importancia de la asertividad en la IE
2. Desarrollo y expresión
    - Cambios en la comunicación
    - Afirmación de derechos
    - Técnicas de descenso de la intensidad

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 7. HABILIDADES SOCIALES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE HABILIDADES SOCIALES

1. Componentes
    - Componentes conductuales
    - Componentes cognitivos
    - Componentes fisiológicos
2. Desarrollo

UNIDAD DIDÁCTICA 2. HABILIDADES SOCIALES EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESTRATEGIAS DE MEJORA

1. Aprendizaje de técnicas de comunicación
2. Escucha activa
3. Establecimiento de límites
4. Empatía
5. Asertividad

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 8. FUNDAMENTOS DE LA COMUNICACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO Y PROCESO DE LA COMUNICACIÓN

1. Elementos de la comunicación
2. Códigos de comunicación
    - Lenguaje
    - Paralenguaje o comunicación no verbal
    - Proxémica
    - Kinésica
    - Expresión facial
    - Postura
    - Símbolos físicos

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE COMUNICACIÓN

1. Niveles de comunicación
2. Barreras de la comunicación

UNIDAD DIDÁCTICA 3. COMUNICACIÓN NO VERBAL

1. Elementos de la comunicación no verbal
    - Expresión facial
    - Expresión corporal
    - Paralingüística
    - Relación con el espacio
2. Uso de la comunicación no verbal

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 9. RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE CONFLICTO

1. Causas y orígenes

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOLOGÍAS

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ELEMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 4. GESTIÓN

1. Conciliación
2. Negociación
3. Mediación
4. Arbitraje

UNIDAD DIDÁCTICA 5. AFRONTAMIENTO Y RESOLUCIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PREVENCIÓN

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 10. AUTORREGULACIÓN Y GESTIÓN DE LOS ESTADOS EMOCIONALES EN SITUACIONES DE CONFLICTO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE AUTORREGULACIÓN Y AUTOCONTROL

1. Importancia de la autorregulación y el autocontrol en la IE
2. Beneficios

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CATEGORÍAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL SEGÚN DISTINTOS MODELOS

1. Modelo de regulación emocional de Gross
2. Modelo de regulación emocional de Thompson
3. Comparativa de los modelos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL

1. Supresión de pensamientos
2. Reconsideración emocional
3. Distanciamiento cognitivo

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 11. INTRODUCCIÓN AL COACHING PERSONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE COACHING PERSONAL

1. Origen y evolución
2. Beneficios
3. Límites

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ÁMBITOS DE APLICACIÓN

1. Dimensión laboral
2. Dimensión económica
3. Dimensión social
4. Dimensión de la salud
5. Dimensión de crecimiento personal

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PROCESO

1. Estructura del proceso
    - Objetivo
2. Características del proceso
    - Niveles lógicos de aprendizaje
    - Resistencia al cambio

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 12. TÉCNICAS EXPLORATORIAS DEL COACHING PERSONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ SON LAS TÉCNICAS EXPLORATORIAS?

UNIDAD DIDÁCTICA 2. RUEDA DE LA VIDA

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESCALA DE VALORES

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ANÁLISIS DAFO

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CERO PARÁSITOS

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍNEA DE LA VIDA

UNIDAD DIDÁCTICA 7. MANDALA PERSONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VENTANA DE JOHARI

UNIDAD DIDÁCTICA 9. IDENTIDAD PÚBLICA

UNIDAD DIDÁCTICA 10. REGISTRO DE LAS EMOCIONES

UNIDAD DIDÁCTICA 11. CARTOGRAFIADO O MAPA MENTAL

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 13. CAPACIDADES BÁSICAS PARA EL CRECIMIENTO PERSONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. AUTOCONOCIMIENTO

1. Dimensiones
2. Fases
3. Identificación de las debilidades y las fortalezas
    - Debilidades
    - Fortalezas

UNIDAD DIDÁCTICA 2. AUTOESTIMA

1. Componentes
2. Desarrollo

UNIDAD DIDÁCTICA 3. AUTOMOTIVACIÓN

1. Tipos de motivación
2. Teorías
    - Teorías centradas en el contenido
    - Teorías centradas en el proceso
3. Desarrollo

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN