



SEMINARIO ONLINE

LAS EMOCIONES Y EL MANEJO DE *Situaciones Difíciles*

24 OCT - 5 NOV

14:00 a 18:00 hrs.



ONLINE

3

Sesiones

OBJETIVOS

del Programa

Un conflicto es un proceso dinámico y complejo que se alimenta de emociones. Por lo tanto, para entender los procesos de gestión de conflicto, es necesario estudiar la influencia de las variables emocionales que rodean las disputas o desacuerdos. El propósito de este curso es explorar el modo en que los estados de ánimo de las personas pueden orientar sus estrategias de manejo de conflictos. Concretamente, se ha hallado que el afecto positivo predice la estrategia de resolución creativa, mientras que el afecto negativo predice la estrategia de trinchera.

Este seminario aporta una visión práctica del proceso de manejo de conflictos, situaciones difíciles o complicadas y proporciona habilidades y modelos de acción que permiten enfrentar la situación con actitudes adecuadas a cada circunstancia.

Metodología: Taller práctico, la metodología de trabajo estimula una activa participación de parte de los asistentes, a través de exposiciones dialógicas, assessment personales, dinámicas grupales y ejercicios, estudio de casos, role-playing retroalimentados, entrenamiento personalizado y análisis de videos relativos a los temas tratados.

CONTENIDOS

del Programa

I. Conflictos, Emociones y Mentalidad de Trinchera

Cómo opera la mente.

- Fundamentos Neurocientíficos.
- El papel de nuestras emociones y creencias.

Aprendiendo a observar el mundo emocional

- Distinción de emociones, sentimientos y estados de ánimo.
- Emociones básicas versus emociones mixtas.

Dinámica de un Conflicto

- El fenómeno de quiebre.
- Quiebre y emociones.
- La mentalidad de trinchera.
- El fenómeno de la “cancelación”

II. Practicando la Introspección y la Auto Regulación Emocional

¿Qué estamos comunicando?

- Observación del Lenguaje corporal y paraverbal.
- Correlación entre la meta comunicación con las emociones y creencias.

Cómo regular las emociones.

- Clarificando el propósito personal.
- Análisis de la narrativa personal.
 - Locus de control y atribución de calidad.
- El empoderamiento personal.
 - Cómo hacernos protagonistas en un conflicto y cambiar nuestras emociones.

III. El Rol de las Emociones en nuestras Conversaciones Constructivas

Conversaciones para poder tener conversaciones.

- Aprendiendo a establecer contextos emocionales y construir confianzas.
- Foco en un propósito compartido.
- Saliendo de la trinchera para hablar a través de “mensajes Yo”.
- Conversaciones para afrontar y resolver conflictos.
- Cómo responder a las exigencias de los demás.

CONTENIDOS

del Programa

- Los 7 tipos de respuestas.
- Las 8 formas de denegar y su impacto emocional.
- Las 3 formas de negociar.
- Cómo dar y recibir feed back crítico.
 - Decálogo orientador.
- Practicando la creatividad de conversaciones ganar-ganar.
 - La evaluación de nuestras conversaciones.



Relator
**Andrés
Ceppi**

Psicólogo Organizacional (U.de Chile), Diplomado en Desarrollo Organizacional (U. de Chile), Programa de Gestión y Liderazgo (I.G.L), Programa en Capacidad Emprendedora (B.D.A.). Programa PymeUC (P.U.Católica). Programa Compite (U.Adolfo Ibañez), Programa Psicología Económica (P.U.Católica), Diplomado en Inversiones y Mercados Financieros (U.de Chile), Magister en Innovación (U.Adolfo Ibañez). Además, es académico de post grados de la Facultad de Economía y Negocios de la U. de Chile y ha participado en seminarios y asesorías en Argentina, Brasil, Uruguay, Paraguay, Perú, México y U.S.A. Es miembro de ACHIDO. Socio de LogoAcción y de LogoInnova.

INFORMACIÓN

e inscripciones

Fecha de inicio	Jueves 24 de octubre de 2024
Fecha de término	Martes 5 de noviembre de 2024
Días	Martes y Jueves
Horario	14:00 a 18:00 hrs.
Duración	12 horas (3 sesiones de 4 horas cada una)
Modalidad	Online - Plataforma Zoom
Valor general	\$262.000
Valor Socios de ICARE	\$178.000
Descuentos	15% de descuento por 5 o más inscripciones
Código Sence	12-38-0550-87

**+ INFO
& INSCRIPCIONES**

INSCRIPCIONES A:

Capacitación ICARE Ltda.

RUT: 76.619.580-6

Teléfonos: 22280 5311 - 22280 5329

Email: seminarios@icare.cl