

Cápsulas formativas de  
**Especialización en**  
**Prevención de Riesgos Laborales**



**DESARROLLO DE HABILIDADES EMOCIONALES EN EL TRABAJO.**

Con Esperanza Loira, Consultora Formación y Desarrollo  
Facilitadora de Formación Avanzada  
Coaching Sistémico&Mentoring

12 h

28 y 30 de octubre y 4 de noviembre de 2014  
De 9 a 13 h

BSEF. c/ Aragón, 215 1º 07008 Palma de Mallorca

**LA FORMACIÓN TU MEJOR VALOR. AVANZA.**

Mejoramos tu formación en seguridad y salud laboral con los mejores expertos.  
Apúntate a nuevas dosis de conocimiento con nuestras nuevas cápsulas formativas.

Fundación Tripartita  
PARA LA FORMACIÓN EN EL EMPLEO



Acciones de Formación Continua en las empresas

UNIÓN EUROPEA  
Fondo Social Europeo



# Cápsulas formativas de Especialización en Prevención de Riesgos Laborales



## Objetivos

- Facilitar a los participantes una experiencia humana a través de una dinámica formativa y vital enfocada a ampliar su Autoconocimiento y a desarrollar habilidades de Inteligencia Emocional.
- Contactar con la relajación y el bienestar personal, a través de practicar herramientas de distensión, necesarias en el día a día para combatir el estrés.
- Dar al participante herramientas efectivas para aumentar la motivación, la autoestima y la satisfacción personal.
- Ser capaces de reconocer cómo creamos los estados emocionales, hacernos responsables y reconducirlos para sentirnos mejor y para obtener resultados positivos en nuestro trabajo y nuestras relaciones.

## Contenidos

- Los Valores cambian. Gestión Participativa en la Era de la Información.
- Formación y Aprendizaje. Definir responsabilidades. Acuerdos.
- Auto conocimiento. El poder de la mente. Factores de estrés y limitantes.
- Resistencias al cambio. Superar los limitantes. Triángulo de Karpman. Implicación y responsabilidad
- Factores de atención y escucha. Desarrollo de la escucha activa. El hilo comunicador
- Aplicación de técnicas antiestrés. Sofrología aplicada.
- Autoanálisis del grupo. Observando y aceptando la realidad. El Coaching como herramienta de valoración del rendimiento.
- Inteligencia Emocional y Autoestima. Relación con nosotros mismo, con los demás y con nuestras experiencias.
- El camino y los factores para lograr el Éxito
- El valor del Feed-back permanente. Cierre y Evaluación

# Cápsulas formativas de Especialización en Prevención de Riesgos Laborales



## Destinatarios

Directivos, Responsables de Recursos Humanos y de Seguridad y Salud Laboral, mandos intermedios.

Personas, de cualquier nivel profesional que deseen expandir su potencial y disfrutar de una vida personal y profesional más satisfactoria y eficiente.

## Inscripciones

### Cuota:

Asociados a CAEB: 306€ No asociado: 340€

Consultar **condiciones de pago** en el documento adjunto.

**Bonificable** a través del sistema de bonificación de la Seguridad Social. Puede solicitarnos la gestión de la bonificación de esta formación a través de la Fundación Tripartita sin ningún coste adicional para su empresa. El importe de la bonificación se basa en la aplicación de los baremos económicos máximos/hora/alumno regulados en el Real Decreto 395/2007.

Para formalizar la inscripción debe remitir el formulario adjunto al correo [prevencion@caeb.es](mailto:prevencion@caeb.es) o al nº de fax 971.47.83.83.

### INFORMACIÓN

CAEB – Gabinete de Prevención de Riesgos Laborales  
C/ d'Aragó, nº 215, 2ª planta. 07008 Palma de Mallorca  
TF. 971 70 60 14 / Fax: 971 47 83 83  
[prevencion@caeb.es](mailto:prevencion@caeb.es) [www.caeb.es](http://www.caeb.es)