



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO**

Guía del Curso

Especialista en Psicología del Éxito

Modalidad de realización del curso: [A distancia y Online](#)

Titulación: [Diploma acreditativo con las horas del curso](#)

OBJETIVOS

Con el presente curso de Especialista en Psicología del Éxito recibirá una formación especializada en el ámbito psicológico. Para llevar una vida plena en todos los aspectos que esto engloba es necesario afrontar los distintos quehaceres de la vida de la mejor manera posible y estar preparados para todos los contratiempos que puedan surgir. De esta forma, con la presente formación aprenderá a controlar los distintos aspectos de la vida y prepararle psicológicamente para poder alcanzar el éxito

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DEL ÉXITO

1. Concepto de la psicología
2. - Orígenes de la psicología actual
3. - Perspectivas teóricas del s. XIX y s. XX
4. Nociones básicas de Psicología
5. La psicología del éxito
6. - La motivación

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTRATEGIAS PARA FOMENTAR EL LIDERAZGO

1. El liderazgo
2. Enfoques en la teoría del liderazgo
3. - Enfoques centrados en el líder
4. - Teorías situacionales o de contingencia
5. Estilos de liderazgo
6. - Otra clasificación de tipos de liderazgo
7. El papel del líder
8. - Factores que condicionan el comportamiento de un líder
9. - Habilidades del líder
10. - Funciones administrativas del liderazgo
11. El poder: su utilización en la organización

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESTRATEGIAS PARA SER MEJORES

1. Estrategias para mejorar y conseguir el éxito
2. Estrategia para mejorar en el ámbito laboral
3. Estrategia para mejorar en el ámbito deportivo
4. - Las 4 Cs de la Psicología en el Deporte
5. Estrategia para mejorar en el ámbito familiar

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EL MÉTODO KAIZEN

1. Kaizen
2. - Workshop Kaizen
3. La calidad
4. - Definiciones de calidad
5. - Mejora continua de la Calidad
6. - La Calidad Total

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PROPOSICIÓN DE OBJETIVOS

1. Objetivos para alcanzar el éxito
2. Conseguir el éxito a través de las virtudes

3. Definición de las metas personales
4. La importancia de la motivación personal para alcanzar el éxito
5. - Tipos de motivación
6. - Búsqueda de motivaciones: cómo conseguirlas

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL BURNOUT

1. ¿Qué es el Burnout?
2. Tipos de Burnout
3. Fases del Burnout
4. Causas del Burnout
5. Síntomas del Burnout
6. Consecuencias del Burnout
7. Relaciones entre Estrés y Burnout

UNIDAD DIDÁCTICA 7. LA AUTOESTIMA: CONCEPTOS CLAVES PARA LUCCHAR CONTRA EL ESTRÉS

1. Control del estrés
2. - El estrés
3. Prevención y manejo del estrés
4. Vinculación del estrés y la autoestima
5. - Autoestima
6. - Desarrollo de la autoestima
7. - Autoestima alta y baja
8. Auto-respeto

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. ¿Qué es una emoción?
2. - Clasificación de las emociones
3. Gestión de las emociones
4. Autocontrol
5. Técnica de control de la respiración

6. Administración del tiempo
7. La relajación

UNIDAD DIDÁCTICA 9. PERSONALIDAD, AUTOCONOCIMIENTO E INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Aproximación al concepto de personalidad
2. - Estructura de la personalidad
3. - Naturaleza de la personalidad
4. Importancia del autoconocimiento
5. Fases de autoconocimiento
6. - Honestidad emocional
7. - Energía emocional
8. Qué es la Inteligencia Emocional
9. - Aspectos biológicos de la Inteligencia Emocional
10. Principios de la Inteligencia Emocional
11. - Modelos mixtos
12. - Modelos de Habilidades
13. - Otros modelos
14. Componentes de la Inteligencia Emocional
15. - Conciencia Emocional
16. - Control de las Emociones
17. La Motivación
18. Empatía
19. - Relaciones Sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS PARA AUMENTAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Imaginación/visualización
2. Reestructuración cognitiva
3. La resolución de conflictos
4. - Resolución de problemas
5. Técnicas de resolución de conflictos: la negociación y la mediación

6. - Negociación

7. - Mediación



C/ San Lorenzo 2 - 2
29001 Málaga



Tlf: 952 215 476
Fax: 951 987 941



www.academiaintegral.com.es
E-mail: info@academiaintegral.com.es