

# NEUROCIENCIA E INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Hacia el trabajo en Equipo y Excelencia (Personal y Profesional)



PROGRAMA FORMATIVO - 2ª EDICIÓN EN VALENCIA  
Septiembre- Octubre - Noviembre 2019

Acción formativa práctica e interactiva, dirigida a apoyar el desarrollo de habilidades en el trabajo de equipo y la excelencia personal y profesional. De forma sencilla y amena, a la vez que profunda y eficaz, será una experiencia colectiva donde experimentar de primera mano todos los contenidos. Con aplicaciones prácticas desde el primer momento. Un viaje por nuestra propia Excelencia.

2 líneas de acción:

- Neurociencia y Neurobiología de los equipos
- Inteligencia Emocional. Entrenamiento de habilidades y recursos.



La Neurociencia nos abre puertas hacia la comprensión de cómo intervienen las emociones y los procesos neurobiológicos:

- En las raíces de nuestras respuestas y comportamientos cotidianos, en el grado de Inteligencia Emocional y de calidad en las relaciones.
- En el desarrollo cognitivo, aprendizaje, innovación y creatividad.
- Calidad de equipos de trabajo y rendimiento. Liderazgo y Equipos de alto desempeño.
- En la salud, equilibrio, calidad de vida personal y social.
- Abriendo caminos prácticos más efectivos de cómo entrenar y mejorar en cualquier ámbito vital. Navegando con el viento evolutivo a favor y no en contra.

La Inteligencia Emocional será una gran aliada en el recorrido, aportando medios de entrenamiento para el desarrollo de habilidades personales, comunicativas y sociales.

El Coaching nos servirá en muchos momentos de brújula hacia nuestros objetivos.



## **OBJETIVOS:** Introducción y desarrollo.

- Apoyar la salud y calidad de vida personal y profesional
- Conocer de manera práctica bases neurobiológicas, tanto para la Comprensión de reacciones propias y ajenas, como para la Aplicación de líneas más efectivas de mejoras.
- Desarrollar habilidades y actitudes de Excelencia personal y en el trabajo de equipo. Desarrollo de Inteligencia Emocional con todo cuanto conlleva.
- Apoyar el desarrollo de Co-Liderazgo.

# OBJETIVOS:

por competencias.

## Competencias de Conocimientos:

- Adquirir conocimientos cerebrales, de forma amena y práctica, para una toma de conciencia y entrenamiento en habilidades y recursos. Relación entre Neurociencias, equipos y comunicación. Excelencia y Calidad de vida.
- Conocimientos sobre las bases de la comunicación, habilidades personales, destreza emocional y su desarrollo. Inteligencia Emocional.
- Conocimientos sobre investigaciones acerca de diversas capacidades y recursos, y cómo desarrollarlas.
- Conocimientos sobre la construcción del concepto de realidad a nivel cerebral, cultura de equipos y agentes de socialización.

## Competencias de Habilidades:

- Promover el desarrollo de Habilidades Comunicativas e Inteligencia Emocional.
- Fomentar el desarrollo de capacidades personales y mejoras en la calidad de vida. Mayor capacidad de alcanzar objetivos y sueños.
- Autogestión cotidiana y ante el stress, propiciando una comunicación más efectiva. Disfrute del trabajo y de las interrelaciones. Liderazgo y equipos de alto desempeño.
- Fomentar el manejo de técnicas de resolución de conflictos. Prevención de la violencia.

## Competencias de Actitudes:

- Fomentar el desarrollo de actitudes de Cooperación y Diálogo.
- Fomentar la autoestima, seguridad, conciencia de pertenencia y responsabilidad.
- Fomentar la apertura mental y la flexibilidad.
- Estimular el aprendizaje y mejora continua.
- Actitudes constructivas como base y motor de acción.

## METODOLOGÍA:

- **ACTIVA-PARTICIPATIVA.** Totalmente práctica, incluyendo la teoría en las actividades. Experiencia colectiva de contenidos y entrenamiento. Simulaciones, trabajos grupales...Donde la teoría y las aplicaciones se unen continuamente.
- Entre sesión y sesión se ofrecerá comunicación on-line con la facilitadora con el fin de potenciar el proceso.

## FECHA Y DURACIÓN:

27 y 28 de Septiembre  
18 y 19 de Octubre  
22 y 23 de Noviembre.

---

## DURACIÓN TOTAL: 30 HORAS

10 horas cada fin de semana

viernes de 16:00 a 21:00 y sábado de 9:00 a 14:00 horas.





# CONTENIDO

- Neurobiología del comportamiento. Reacciones cotidianas y cerebro, tanto a nivel personal como en la comunicación, trabajo de equipo, reuniones etc. Comprensión de sus orígenes cerebrales y desarrollo de recursos. Experimentación, conciencia y aplicaciones.
- Neurotransmisores y su relación con la motivación, salud y excelencia. Influencia de los mismos, sinergias y consecuencias.
- Neuroliderazgo. Co-liderazgo
- Circuitos cerebrales adquiridos, consecuencias en los equipos. Cómo se generan los cambios. Circuitos personales, de equipo, empresariales, sociales.
- Sincronización cerebral. Trabajo en equipo. Entrenamiento.
- La mejor empresa de éxito de la historia. ¿Cuál es? Descubrimiento, análisis y entrenamiento de sus claves. El mejor equipo de éxito de la historia.
- Importancia de la creatividad y flexibilidad como medio de autogestión, resolución de conflictos y capacidad formadora de Equipos de Alto Desempeño.
- Pensamiento, proceso cerebral. Relación con la calidad de vida, con Equipos de Alto desempeño. Cómo utilizar y cultivar nuestro talento. Consecuencias.
- Resiliencia de equipos. Desarrollo y resultados. Calidad de vida personal y profesional. Afrontamiento de conflictos
- El estrés: personal y en los equipos. Gestión y autogestión. ¿Cómo lo gestiona el propio equipo? Entrenamiento.
- Técnicas de equilibrio, cognitivas y de descarga.
- Entorno y ambiente enriquecido.
- Aplicaciones prácticas de todo lo trabajado.
- Evaluación de manera continuada durante el proceso para generar actitudes críticas y abiertas. Construyendo equipos con excelencia.

## DOCENTE Y FACILITADORA DE LA FORMACIÓN MARTA LIGIOIZ.



Médica Especialista en Neurobiología del Comportamiento, Coach profesional y Docente especialista en el desarrollo de habilidades comunicativas y personales. Aúna los conocimientos de Neurociencias con los de Comunicación y desarrollo de Capacidades. Ha publicado, entre otros libros, Curso de Vuelo para Constructores de Sueños (Ediciones B, 2013), Descubrir la Neurodidáctica (aprender desde , en y para la vida) (Editorial UOC, 2009) y La invitación (RBA Ediciones, 2009).

## COORDINADORA DE LA FORMACIÓN INMA COLILLA.



EXECUTIVE COACH CERTIFICADA.  
Coach Asociado Certificado AECOP CA 135.  
Licenciada en Filología Anglogermánica.  
Educadora Social. Master en Gestión del Talento. Coach Certificado Marshall Goldsmith (Marshall Goldsmith Stakeholders Centered Coaching). Analista Conductual DISC certificado. Coach Ejecutivo, formadora y coordinadora de proyectos. Actualmente, delegada comercial y responsable de proyectos en Centro Europeo de Coaching Ejecutivo.