

Power Skills: Inteligencia Emocional para Project Manager

A quién va dirigido:

A todos los líderes (jefes, gerentes, coordinadores) con un cargo de Project Manager.

Herramientas: Se brindarán al participante las siguientes herramientas y conocimientos:

- **Análisis de las técnicas que debe manejar un líder coach.**
- **Técnicas de manejo de emociones asertiva para el día a día.**
- **Conocimientos teóricos que le permitan entender la importancia de trabajar desde un enfoque de softskills de coaching e inteligencia emocional.**
- **Herramientas de gestión de productividad y manejo de las relaciones interpersonales.**
- **Casos prácticos que nos permitan ver soluciones reales a estos conceptos.**

Metodología:

- Nuestro enfoque de trabajo girará entorno a los siguientes 3 pilares:
- 1.- **Dinamismo:** el curso está diseñado en forma y fondo para que el participante se involucre de forma activa y entusiasta.
- 2.- **Aprendizaje:** el principal objetivo es que los descubrimientos personales y aprendizajes teóricos que el participante se lleve durante estas 4 sesiones sean aterrizable y de inmediata aplicación.
- 3.- **Práctica:** las metodologías que utilizaremos serán exposiciones, ejercicios prácticos, dinámicas y el uso de casos estilo Harvard para que el participante sea capaz de interiorizar el aprendizaje de la mejor manera.



Objetivos:

- El participante...
- Evaluará en su perfil la forma en la que hace conciencia sobre sus emociones y las de los demás para que se ajustan a una mejor forma de trabajo y a los objetivos de su proyecto.
- Aprenderá técnicas para gestionar la productividad del equipo al mejorar sus habilidades para empoderar al equipo a través del manejo de las emociones.
- Conocerá la manera de hacer contención ante un conflicto.
- Pondrá en práctica conceptos, aprendizajes y herramientas para mejorar su comunicación interpersonal.
- Desarrollará un plan de acción para mejorar sus habilidades de autogestión emocional, comunicación y trabajo en equipo.

Temario Detallado

1. Líder Coach – Las competencias laborales que debe tener un líder
 - a. Visión enriquecida
 - b. Autoconocimiento
 - c. Empoderamiento
 - d. Definición de metas
 - e. Manejo de estrés
 - f. Mejora de relaciones interpersonales

2. Técnicas del líder coach – Bases para generar acciones enfocadas a resultados.
 - a. Mostrar empatía
 - b. Permanecer en silencio y escuchar activamente
 - c. Concretar y enfocar
 - d. Nombrar al elefante blanco
 - e. Técnicas de escucha activa
 - f. Preguntas poderosas
 - g. Retroalimentación constructiva
 - h. Generar alternativas
 - i. Construir planes de acción eficaces

3. Inteligencia Emocional
 - a. Conciencia de uno mismo.
 - i. Conciencia emocional de uno mismo
 - ii. Valoración adecuada de uno mismo.
 - iii. Confianza en uno mismo



Alpha Consultoría

- b. Autogestión
 - i. Autocontrol
 - ii. Transparencia
 - iii. Adaptabilidad
 - iv. Logro
 - v. Iniciativa
 - c. Conciencia social
 - i. Empatía
 - ii. Conciencia organizativa
 - iii. Servicio
 - d. Gestión de las relaciones
 - i. Inspiración
 - ii. Influencia
 - iii. Desarrollo personal de los demás
 - iv. Catalizar el cambio
4. Gestión de productividad
- a. Gestión del conflicto.
 - b. Comunicación interpersonal
 - c. La procrastinación
 - d. El Factor inversión ¿Estamos dispuestos a invertir en otros?
 - i. El principio de la huerta
 - ii. El principio del ciento uno por ciento
 - iii. El principio de la paciencia
 - iv. El principio de la celebración
 - v. El principio del camino alto
 - e. El Factor sinergia ¿Podemos crear relaciones en las que todos salgamos ganando?
 - i. El principio del Buemerán
 - ii. El principio de la amistad
 - iii. El principio de la asociación
 - iv. El principio de la satisfacción
5. Práctica e implementación
- a. Casos
 - b. Autoevaluación
 - c. Plan individual de trabajo



Alpha Consultoría

Duración

8 horas.

8 PDUS Este programa otorga un diploma de participación con reconocimiento del Project Management Institute, Inc. y *Professional Development Units* (PDUs) conforme al *The PMI Talent Triangle*®

"The PMI Talent Triangle(r) y el PMI Talent Triangle Logo son marcas registradas del Project Management Institute, Inc."

Acerca de nuestros cursos

Nuestra oferta de capacitación comprende cursos y programas diseñados por profesionales experimentados y certificados en Dirección de Proyectos, diseñados acorde a las diferentes responsabilidades que existen en el proyecto y que pueden ser **adecuados a las necesidades de capacitación de nuestros clientes.**

En cada curso se integra el conocimiento y aplicación de las buenas prácticas y estándares del gremio mediante la solución de ejercicios, casos y simulaciones de proyectos en una aproximación 100% práctica que permite visualizar la dirección de proyectos como un conjunto de herramientas, técnicas, capacidades y habilidades necesarias para la exitosa ejecución del proyecto.

El proceso de enseñanza-aprendizaje involucra la aplicación de conocimientos, estrategias de retención de conceptos y transmisión de experiencia para el desarrollo de aquellas competencias de desempeño y personales que todo director de proyectos debe tener para ejecutar efectivamente cualquier proyecto con independencia de su tamaño, naturaleza o complejidad.



Edificio Metrópoli Patriotismo II
Av. Patriotismo 201, piso 6
Col. San Pedro de los Pinos
CDMX, CP 03800

T. +52 (55) 5286 3777
www.alpha-consultoria.com
info@alpha-consultoria.com