

## MÁSTER EN ASERTIVIDAD, AUTOESTIMA Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

CON CERTIFICACIÓN UNIVERSITARIA INTERNACIONAL + RECONOCIMIENTO DE 48 ECTS Y  
PRÁCTICAS GARANTIZADAS

EDUB023

[www.ieeducacion.com](http://www.ieeducacion.com)



Certificación universitaria internacional:



Escuela asociada a:



a en

asociación española  
de escuelas de negocios

Reconocimiento de calidad:



ICEEX  
EXCELENCIA EDUCATIVA



## DESTINATARIOS

El **Máster en Asertividad, Autoestima y Resolución de Conflictos** está dirigido a todas aquellas personas que quieran ampliar su formación y mejorar sus habilidades directivas y de liderazgo. A lo largo de este Máster, el alumno estudiará el desarrollo de la autoestima, sus grados, su importancia, los indicadores y las distorsiones cognitivas. También aprenderá sobre el respeto hacia uno mismo, la autorrealización y sobre cómo controlar las propias emociones mediante técnicas de autocontrol. Por otro lado, estudiará la asertividad como estilo de comunicación, profundizando en la inteligencia emocional, la comunicación no violenta y respetando las opiniones de los demás mediante la empatía. En cuanto a la resolución de conflictos, el alumno aprenderá a gestionarlos, identificarlos y a tomar decisiones. Y por último, conocerá la metodología para resolverlos estudiando las fases y las estrategias de negociación.



## MODALIDAD

Puedes elegir entre:

- **A DISTANCIA:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu domicilio el pack formativo que consta de los manuales de estudio y del cuaderno de ejercicios.
- **ON LINE:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás todo el material de estudio.

Ambas modalidades incluyen **PRÁCTICAS GARANTIZADAS** en empresas. Mediante este proceso se suman las habilidades prácticas a los conceptos teóricos adquiridos en el curso. Las prácticas serán presenciales, de 3 meses aproximadamente, en una empresa cercana al domicilio del alumno.



## DURACIÓN

La duración del curso es de 1200h, reconocidas con 48 ECTS.



## IMPORTE

Importe Original: ~~2880€~~

**Importe Actual: 1440€**



## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “MÁSTER EN ASERTIVIDAD, AUTOESTIMA Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS”, del INSTITUTO EUROPEO DE EDUCACIÓN, avalado por nuestra condición de socios de la CECAP y AEEN, máximas instituciones españolas en formación y de calidad.

El INSTITUTO EUROPEO DE EDUCACIÓN desde noviembre de 2016, y siguiendo su apuesta por la calidad, ha sido reconocida con el sello ICEEX de la excelencia y la calidad de la formación.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez de los contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

Junto al diploma, el alumno recibirá un Carné Acreditativo de la formación firmado y sellado por la escuela, válido para demostrar los contenidos adquiridos.

Además el alumno recibirá una Certificación Universitaria Internacional de la Universidad Católica de Cuyo-DQ con un reconocimiento de 48 ECTS.



## CONTENIDO FORMATIVO

### MÓDULO 1. LA AUTOESTIMA Y EL AUTOCONTROL COMO HERRAMIENTAS FUNDAMENTALES PARA ALCANZA EL ÉXITO PERSONAL Y PROFESIONAL

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA AUTOESTIMA

1. Introducción
2. ¿Qué es la Autoestima?
3. Desarrollo de la Autoestima
4. Grados de autoestima
5. Importancia de la autoestima positiva
6. Autoestima Alta y Baja
7. Distorsiones cognitivas
8. Indicadores de Autoestima

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL AUTOCONCEPTO

1. Introducción
2. Conceptos y teorías
3. Evaluación
4. Programas de Intervención

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. AUTO-RESPECTO Y AUTO-REALIZACIÓN

1. Auto-respeto
2. Como hacer frente a las críticas: Responder a las quejas
3. Creatividad y Auto-realización en el trabajo

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. EL AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. Introducción
2. El autocontrol emocional
3. Las emociones
4. La ira
5. Formas concretas de manejar las emociones de Ansiedad e Ira

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. Imaginación/Visualización
2. Entrenamiento asertivo
3. Técnica de control de la respiración
4. Administración del tiempo
5. La relajación

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS COGNITIVAS

1. Introducción
2. Solución de problemas
3. Detención del pensamiento
4. La inoculación del estrés
5. La sensibilización encubierta
6. Terapia racional emotiva de Ellis

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS GRUPALES

1. Dinámicas de grupos

### MÓDULO 2. LA ASERTIVIDAD COMO ESTRATEGIA Y ESTILO DE COMUNICACIÓN

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Concepto de Inteligencia Emocional
2. Teorías y Modelos de la Inteligencia Emocional
3. Componentes de la Inteligencia Emocional
4. Aptitudes en las que se basa la Inteligencia Emocional
5. Evaluación de la Inteligencia Emocional
6. La Inteligencia Emocional en los equipos de trabajo
7. Programas de Desarrollo de Inteligencia Emocional

#### UNIDAD DIDÁCTICA 9. COMUNICACIÓN

1. Introducción
2. Elementos principales del proceso de comunicación
3. Niveles de la comunicación
4. Elementos que favorecen la comunicación
5. Elementos que dificultan la comunicación

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. COMUNICACIÓN NO VERBAL

1. ¿Qué es la comunicación no verbal?
2. Componentes de la comunicación no verbal
3. El lenguaje corporal

#### UNIDAD DIDÁCTICA 11. COMUNICACIÓN NO VIOLENTA

1. Introducción a la comunicación no violenta
2. Comunicación no violenta: dar paso a la compasión
3. Comunicación empática
4. Comunicación no violenta en los grupos

5. Observar sin enjuiciar
6. Cómo pedir y recibir
7. Expresar enfado y reconocimiento

7. Cuestiones prácticas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 12. LAS HABILIDADES SOCIALES**

1. ¿Qué son las habilidades sociales?
2. La asertividad
3. La empatía
4. La escucha activa

## **MÓDULO 3. TÉCNICAS DE GESTIÓN, AFRONTAMIENTO Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y TOMA DE DECISIONES**

1. Introducción
2. Habilidades de resolución de problemas
3. Técnicas básicas de resolución de problemas
4. El análisis de decisiones
5. Toma de decisiones: el proceso de decisión

### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. GESTIÓN DE CONFLICTOS**

1. Conceptualización del conflicto
2. Orígenes y causas de los conflictos
3. Tipos de conflictos
4. Elementos del conflicto
5. Importancia del conflicto
6. La conflictología
7. Prevención de los conflictos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. AFRONTAMIENTO DE LOS CONFLICTOS**

1. Qué es un problema, qué es un conflicto
2. Conflictos de necesidades e intereses en la tarea
3. Los conflictos como oportunidad o como riesgo
4. Cómo y porque aparecen los conflictos
5. Ganadores o perdedores

### **UNIDAD DIDÁCTICA 16. METODOLOGÍA DE RESOLUCIÓN: LA NEGOCIACIÓN**

1. Concepto de negociación
2. Estilos de negociación
3. Los caminos de la negociación
4. Fases de la negociación
5. Estrategias de negociación
6. Tácticas de negociación