



Programa del curso:

Inteligencia Emocional y asertividad en la acción del liderazgo gerencial

Propósito de la capacitación

Que la persona participante del curso pueda incorporar de manera real y efectiva los conceptos e instrumentos de la Inteligencia Emocional a su responsabilidad como líderes de organizaciones, de tal manera que el conocimiento de la IE aporte competencias de utilidad práctica que puedan impactar en el desarrollo de sus actividades dentro y fuera de la organización asumiendo liderazgos gerenciales efectivos.

Objetivo general

Estimular el desarrollo de las competencias de la inteligencia emocional, lo cual le permitirá relacionarse adecuadamente consigo mismo y relacionarse en el ámbito laboral con un liderazgo más efectivo, a fin de lograr un mayor desempeño en el logro de los objetivos personales y organizacionales.

Objetivos específicos

1. Incorporar los conceptos e instrumentos de la Inteligencia Emocional para que pueda ser aplicada en los ámbitos personales, interrelacionales y laborales.
2. Conocer los componentes de la inteligencia emocional en relación con la esfera intrapersonal explorando las emociones que inciden en la gestión de autodesarrollo, del autocuidado y de la resiliencia.
3. Reconocer las emociones de los demás, desde la esfera interpersonal pudiendo de este modo gestionar las relaciones y potenciar la empatía, la comunicación positiva y la escucha activa.
4. Aplicar e identificar en su quehacer laboral las herramientas de la Inteligencia



Emocional para fortalecer el liderazgo.

Perfil de entrada de la persona participante

Personas funcionarias públicas que estén interesadas en profundizar sus conocimientos sobre su propia inteligencia emocional y desarrollar mayores habilidades para interrelacionarse eficazmente con los demás (aumentando su liderazgo, motivación y su compromiso) dentro de la organización.

Perfil de salida de la persona participante

Al terminar el curso, se espera que la persona obtenga el conocimiento que le permita aplicar los componentes de la inteligencia emocional tanto en sí misma como en la relación con otras personas dentro y fuera de la organización. Podrá comprender que la automotivación, la perseverancia ante las frustraciones, la pasión y el control de los impulsos han ido ganando peso en la definición de inteligencia.

Contenido temático

1. ¿Qué es la Inteligencia Emocional en las esferas intrapersonal e interpersonal?
2. ¿Qué aspectos debo conocer de la Neurociencia que inciden en la Inteligencia Emocional?
3. ¿Qué es “repararse emocionalmente” ?, ¿qué es automotivación?, ¿qué es autocuido? y ¿qué es la resiliencia?
4. ¿Cómo aplicar la empatía, la comunicación positiva y la escucha activa?
5. ¿Qué papel juega la Inteligencia Emocional interpersonal en la acción del liderazgo?
6. ¿Cuál es mi tipo de liderazgo?



Metodología de la capacitación:

Para los cursos virtuales: la metodología empleada es on-line, bajo el enfoque de aprendizaje para adultos (Andragogía), que permita el desarrollo de competencias personales. El rol de la persona facilitadora es dinamizar el proceso de diálogo entre los y las participantes y la reflexión individual. Las dinámicas desarrolladas develarán los puntos relevantes para su abordaje, a partir de situaciones vivenciales reales que ilustran el día a día de las personas participantes.

Está conformado por dos componentes:

1. Sesiones sincrónicas: sesiones en línea, por medio de herramientas de videoconferencia en los sistemas de Zoom, BigBlueBotton ó Teams.
2. Sesiones asincrónicas: sesiones de autoaprendizaje, por medio de los recursos de la plataforma virtual del CICAP.

Las actividades sincrónicas (guiadas por la persona facilitadora), se realizan en sesiones en línea, en una sesión virtual en un horario previamente establecido y cada persona participante es convocada por la persona facilitadora a cargo, para impartir su clase, revisión y aclaraciones, profundizando en el tema por medio de dinámicas participativas, con el propósito de que se dé un intercambio de conocimiento y reflexión entre las personas participantes, que complemente la sesión con experiencias vivenciales/ organizacionales.

Asimismo, las sesiones asincrónicas (de autoaprendizaje), se desarrollan por medio de la plataforma de aprendizaje virtual del CICAP, donde la persona participante es guiada por la persona facilitadora. Las sesiones son distribuidas previamente, con materiales y recursos según cada tema, utilizando materiales y herramientas tales como las siguientes: PDF con material académico, presentaciones PowerPoint con audiolectura, videos complementarios, casos, foros de discusión, análisis de casos, ensayos, cuestionarios, además de actividades dispuestas en la plataforma Moodle.



Para los cursos presenciales: la metodología empleada es participativa, que incluye el involucramiento de la persona participante por medio del desarrollo de casos, ejercicios u otras actividades que faciliten el entendimiento y la aplicación de los contenidos y todo lo que se deriva de estos.

El enfoque de aprendizaje es capacitación para adultos (Andragogía), que permita el desarrollo de competencias personales. El rol de la persona facilitadora es dinamizar el proceso de diálogo entre las personas participantes y la reflexión individual. Las dinámicas desarrolladas develarán los puntos relevantes para su abordaje, a partir de situaciones vivenciales reales que ilustran el día a día de las personas participantes.

Para los cursos virtuales autodirigidos: la metodología empleada es en línea y autogestionada, bajo el enfoque andragógico (aprendizaje para adultos), orientado al desarrollo de competencias personales y profesionales. Esta metodología promueve la autonomía, la autorreflexión y la aplicación práctica del conocimiento, de acuerdo con los intereses, ritmo y contexto de cada persona participante.

El curso se desarrolla en un entorno asincrónico dentro de la plataforma de aprendizaje virtual del CICAP, donde las personas participantes avanzan de manera flexible a través de módulos estructurados que combinan diferentes tipos de recursos didácticos, tales como materiales en formato PDF, videos explicativos, lecturas complementarias, cuestionarios, foros de reflexión y ejercicios de aplicación práctica.

La persona facilitadora cumple un rol de acompañamiento pedagógico indirecto, ofreciendo orientación académica y retroalimentación a las consultas o comentarios que sean trasladados por la persona gestora del curso. De esta forma, se garantiza el apoyo técnico y conceptual necesario, promoviendo el aprendizaje significativo, la reflexión crítica y la aplicación de los conocimientos a contextos reales.



Duración total

Se estima la duración de este curso en 8 horas en total. Que corresponde al tiempo que dedica la persona participante en revisar todos los contenidos del curso.

Condiciones de certificación

De acuerdo con la Resolución VAS-3-2024 y la Resolución DG-165-2017, capítulo 4, artículo 16, se tomará en consideración sobre la asistencia efectiva, calificación y el tipo de certificado a emitir por parte del CICAP de la UCR:

1. Aprovechamiento: Corresponden a esta modalidad las actividades de treinta (30) o más horas efectivas de capacitación recibida, en las que se aplican sistemas o criterios para evaluar la participación, el aprendizaje alcanzado y determinar su aprobación. Dichos sistemas o criterios de evaluación deben ser definidos previamente por la persona facilitadora y constar en el respectivo diseño curricular de la actividad por impartir (Guía Aprendizaje). Será requisito para aprobar la capacitación y obtener el certificado, una calificación igual o superior a 80 y obtener un total de horas efectivas igual o superior al 90% del total de horas de la capacitación.

En caso de que la persona participante cumpla con los requisitos anteriores y obtenga un total de horas efectivas menores a treinta (30), se le emitirá un certificado de participación, el cual sólo contempla las horas obtenidas.

2. Participación: Corresponden a esta modalidad las actividades de doce (12) o más horas efectivas de capacitación recibida. Será requisito para obtener el certificado alcanzar un total de horas efectivas igual o superior al 90% del total de horas de la capacitación.

En caso de que la persona participante cumpla con el requisito anterior y obtenga un total de horas efectivas menores a doce (12), se le emitirá un certificado de asistencia por el total de las horas obtenidas.

3. Asistencia: Corresponden a esta modalidad las actividades inferiores a doce (12)



horas efectivas de capacitación recibida. Será requisito para obtener el certificado alcanzar un total de horas efectivas igual o superior al 90% del total de horas de la capacitación.

En caso de que la persona participante no cumpla con los requisitos específicos de cada modalidad de certificación, podrá solicitar una constancia de asistencia que certifique sus horas efectivas obtenidas en la capacitación. Esta solicitud debe realizarse dentro de los tres meses naturales posteriores a la finalización de la capacitación. De solicitar dicho documento fuera de este plazo, se debe cancelar un monto de ₡2.040 (IVA incluido) para la emisión de la constancia.

Perfil de la persona facilitadora de aprendizaje

Maureen Vizcaíno Esquivel

Máster en Psicología Laboral. Licenciada en Psicología. Certificada en PNL. Por más de 20 años ha sido consultora de empresas en temas de habilidades blandas. Profesora universitaria y ha ocupado puestos gerenciales desde Recursos Humanos.