



# Itinerario para el desarrollo de habilidades emocionales y sociales



**Eka. 03 - Uzt. 29 2020**

**Kod. @54-20**

**Mod.:**  
Online

**Edizioa**  
2020

**Jarduera mota**  
Luzapen luzeko online ikastaroa

**Data**  
Eka. 03 - Uzt. 29 2020

**Hizkuntzak**  
Gaztelera

**Balio akademikoa**  
60 ordu

**Antolakuntza Batzordea**



Fundación  
**BBVA**



## Azalpena

El programa Hazilan busca el empleo de jóvenes calificados. Aborda el apoyo en la búsqueda de empleo desde una dimensión completa de la persona, completando su capacitación y capacitación técnica mediante la mejora de habilidades transversales como una mayor confianza, motivación, autoconocimiento, empatía, comunicación y resiliencia, entre otros.

Este itinerario intenta proporcionar herramientas para llevar a cabo este trabajo (tanto en línea como en persona) a las personas responsables, acompañándolas en su propio desarrollo y en la elaboración de una guía o manual de trabajo.

## Helburuak

Fortalecer el aprendizaje realizado por el personal técnico de las agencias en 2016 y adquirir nuevas herramientas en habilidades emocionales y sociales para facilitar su trabajo al acompañar a las personas en su búsqueda de empleo.

Hacer visible la necesidad de adoptar metodologías eficientes que las agencias puedan implementar al acompañar a las personas usuarias en su búsqueda de empleo. Metodologías que permiten desarrollar personas resilientes y con confianza en su talento y fortalezas.

Conocer y aprender a aplicar los aspectos básicos de las metodologías más eficientes en este proceso: la atención plena y otras herramientas como la Investigación apreciativa o la Psicología positiva.

Empoderar a las y los participantes, proporcionándoles una guía metodológica, para ganar seguridad y confianza para facilitar el aprendizaje de habilidades emocionales.

Generar una comunidad de trabajo que intercambie experiencias derivadas de la implementación de su trabajo en su día a día.

## Ikastaroaren laguntzaile espezifikoak



EUROPAR BATASUNA  
Europako Gizarte Funtzak zure  
etorkizunean inbertitzen ditu  
UNIÓN EUROPEA  
El Fondo Social Europeo invierte  
en tu futuro



etorkizuna lantzen  
por y para el desarrollo



# **Programa**

**2020-06-03 / 2020-06-10**

## **Autoconocimiento y Motivación**

¿Cómo funciona la mente? ¿Qué es Mindfulness? Respaldo científico y aplicaciones en entorno laborales  
Relación entre auto conocimiento y confianza: Identificación de fortalezas y valores

**2020-06-10 / 2020-06-17**

## **Autoconocimiento y el proceso de toma de decisiones:**

¿Cómo influyen los modelos mentales en el acompañamiento grupal y el mentoring personalizado? La percepción y la toma de decisiones

**2020-06-17 / 2020-06-24**

## **Autoconocimiento y gestión emocional**

Emociones y neurociencia Identificación emocional Gestión emocional en situaciones difíciles

**2020-06-24 / 2020-07-01**

## **Gestión emocional**

¿Qué es el estrés? ¿Cómo desarrollar resiliencia ante el estrés? Diferenciando entre reacción automática y respuesta adaptativa

**2020-07-01 / 2020-07-08**

## **Gestión de las relaciones**

El valor de la empatía Escucha atenta para mejorar la comunicación Comunicación no violenta y otros modelos de comunicación y sus aplicaciones en conversaciones difíciles

**2020-07-08 / 2020-07-15**

### **Autoconocimiento: priorizar y responsabilizarse**

¿Cómo funciona el rendimiento humano? ¿qué es trabajar desde la Zona? Auto cuidado, rendimiento y felicidad Gestión del tiempo, aceptación y asertividad

**2020-07-15 / 2020-07-22**

### **ADaptabilidad e innovación**

Desarrollando un itinerario común Ideas y buenas prácticas

**2020-07-22 / 2020-07-29**

### **Cooperación y trabajo en equipo**

Puesta en común y contraste del trabajo realizado

# Zuzendaritza



## **Susana Zaballa Heredia**

Consultora

---

Susana Zaballa dirige una consultoría especializada en apoyar a las personas en las organizaciones a desarrollar habilidades emocionales y sociales que les permitan ser más eficaces y felices en su trabajo. Ha diseñado intervenciones y formaciones en este campo para empresas privadas y organizaciones públicas, entre ellas: Diputación Foral de Bizkaia, la Universidad de Deusto, UPV/EHU, la UNED la Asociación para el Progreso de la Dirección (APD), las Cámaras de Comercio de Alava y Bilbao, CEBEK.. Formadora del funcionariado del Gobierno de Asturias desde 2017. Es graduada en Administración de empresas, MBA por ESIC. Es Instructora acreditada de Mindfulness (MBSR. Programa de la universidad de Massachusetts) y sus aplicaciones en el área organizacional en la Universidad de Oxford. Formada en Innovación Social en la misma universidad. Es experta universitaria en género. Varios cursos y talleres de inteligencia emocional y psicología positiva aplicada a las organizaciones

**Irakasleak**



**Susana Zaballa**

---

## Matrikula prezioak

MATRIKULA	2020-03-02 ARTE	2020-06-05 ARTE
MATRIKULA DOAN	0 EUR	-
<a href="#">Tarifa bakarra</a>	-	206,00 EUR