

## EL JEFE EN EQUILIBRIO CRTL MONKEY

**1. Nivel/etapa al que se dirige la actividad:**

Ejercer como jefe requiere una capacidad de control emocional elevada. Sin ella, no se pueden obtener buenos resultados a medio y largo plazo.

Las herramientas de este módulo se orientan a que el mando alcance el equilibrio en el contexto profesional, a que establezca un estilo de gestión en general y de personas en particular que sea funcional y le permita obtener la implicación de las personas de su equipo en la consecución de los objetivos.

**2. Horas de duración:**

10 horas.

**3. Número máximo de participantes:**

ON-LINE.

### **OBJETIVOS:**

- Ser consciente de la importancia del control emocional en el ejercicio del mando.
- Saber cuál es el grado de necesidad que cada mando concreto tiene en lo que a control emocional se refiere.
- Disponer de herramientas para controlar las emociones, especialmente las negativas.
- Disponer de herramientas que permitan crear e implantar un estilo de mando de bajo mantenimiento.
- Disponer de herramientas para construir, sobre ese estilo personal, todo lo que sea necesario para superar situaciones concretas con personas concretas.

### **CONTENIDO:**

#### **CRTL MONKEY**

DESCRIPCIÓN	HABILIDADES
Trabaja el control de las emociones negativas, como la ira, la decepción y la frustración.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Autocontrol</li><li>• Equilibrio emocional</li><li>• Generar clima de trabajo</li><li>• Control del estrés</li></ul>