



Instituto de Capacitación y Actualización

Plan de Estudios

Diplomado en

**Habilidades
Socioemocionales**
y Metodologías para Desarrollarlas



Diplomado en Habilidades Socioemocionales y Metodologías para Desarrollarlas

OBJETIVOS

- Capacitar a formadores, facilitadores, docentes y/o líderes de equipos en el proceso de enseñanza aprendizaje basado en la neurocognición y la gestión emocional.
- Proporcionar a los participantes una formación avanzada, de carácter especializado y basada en un conocimiento teórico e instrumental que le permita adquirir y desarrollar las competencias y habilidades necesarias para obtener una cualificación como profesional con competencias en motivación para el aprendizaje, gestión emocional y liderazgo frente a diversos grupos.

PERFIL DE INGRESO

Este diplomado está dirigido a:

- Líderes de equipos
- Formadores
- Facilitadores
- Docentes
- Profesionales de cualquier campo del conocimiento que tengan interés en adquirir competencias relativas a la formación emocional.

Se sugiere tener conocimiento del manejo de la paquetería Office, Google Meet, navegación en Internet, autogestión y autonomía en el proceso de aprendizaje.

PERFIL DE EGRESO

Al término del diplomado la/el participante será capaz de:

- Entender las bases neurocognitivas del desarrollo de la Inteligencia Emocional para favorecer la mejora personal y social propia y de los participantes en los grupos a su cargo en un marco de convivencia.
- Mejorar el rendimiento/productividad a través del desarrollo de estrategias de adaptación y resolución de problemas tomando como base investigaciones actuales relacionadas a procesos cognitivo-emocionales y motivacionales.
- Iniciar el proceso de **Certificación con Validez Oficial en el Estándar de Competencia EC1158 Habilidades Socioemocionales y Metodologías para Desarrollarlas avalado por la SEP y el CONOCER** (Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias), de manera que sus **competencias sean reconocidas a Nivel Nacional**.



Diplomado en Habilidades Socioemocionales y Metodologías para Desarrollarlas

REMARCABLE

A lo largo del diplomado la/el participante se enfocará, entre otros temas, en:

- La importancia del aprendizaje de las Habilidades Socioemocionales y su aplicación en nuestra vida cotidiana y profesional.
- El establecimiento de una visión socioemocional del ambiente
- Los componentes de las emociones
- Las fases de los episodios emocionales
- El carácter dual de las emociones
- El autoconocimiento
- La importancia del Entorno Seguro
- El impacto de las conductas perjudiciales
- Estrategias de regulación emocional
- Las metodologías para desarrollar las Habilidades Socioemocionales
- La importancia de las Actitudes, Hábitos y Valores en el desarrollo de las Habilidades Socioemocionales.

VALOR CURRICULAR

Al término del diplomado la/el participante recibirá un **diploma con valor curricular avalado por el Instituto de Capacitación y Actualización**, el cual hace constar los conocimientos obtenidos y es **100% verificable** en la Plataforma de Validación ICA **a través de un Código QR**.

Una vez concluido el diplomado, la/el participante **cuenta con Pase Automático** para participar, de así desearlo, en la Evaluación para la **Certificación con Validez Oficial en toda la República Mexicana** en el Estándar de Competencia EC1158 Habilidades Socioemocionales y Metodologías para Desarrollarlas **avalada por la SEP y el CONOCER**.

REQUISITOS

- Computadora con cámara y micrófono
- Acceso a internet
- Cuenta de correo de Gmail



Diplomado en
Habilidades Socioemocionales
y Metodologías para Desarrollarlas

PLAN DE ESTUDIOS

1. Inteligencia emocional	1.1 Conceptos introductorios
	1.2 Importancia de la inteligencia emocional
	1.3 Definición de emociones
	1.4 Tipos de emociones
	1.5 Estrategias y habilidades emocionales
	1.6 Comprendiendo las emociones: Resiliencia
	1.7 La inteligencia
	1.8 Modelos de inteligencia emocional
	1.9 Evaluación de la inteligencia emocional
2. Elementos de la inteligencia emocional	2.1 La motivación y sus tipos
	2.2 La motivación y el aprendizaje
	2.3 Empatía. Características y grados.
	2.4 Actitudes del/ de la facilitador/a empático/a
	2.5 El cerebro y la empatía. Bases neuronales
	2.6. Los sentidos: percepción y realidad
3. Autorregulación	3.1 Conceptos introductorios
	3.2 Biología de la autorregulación emocional
	3.3 Elementos que influyen en la autorregulación
	3.4 Trastornos y lesiones

Diplomado en
Habilidades Socioemocionales
y Metodologías para Desarrollarlas

PLAN DE ESTUDIOS

3. Autorregulación	3.5 Autorregulación y procesos de aprendizaje	
	3.6 Autoconciencia	
	3.7 Habilidad social	
	3.8 Administración de las relaciones	
	3.9 Liderazgo	
	3.10 Influencia	
	3.11 Asertividad	
	3.14 Confianza en uno mismo	
	3.15 Adaptabilidad	
	4. La inteligencia emocional en las organizaciones	4.1 Importancia de la inteligencia emocional en las organizaciones
		4.2 Directivos emocionalmente inteligentes
4.3 Liderazgo		
4.4 Colaboración y trabajo en equipo		
4.5 Gestión de conflictos		
4.6 Apoyando a otros a desarrollarse		
4.7 Desempeño laboral		
4.8 Motivación al logro		

Diplomado en
Habilidades Socioemocionales
y Metodologías para Desarrollarlas

PLAN DE ESTUDIOS

5. El cerebro y las emociones

5.1 Conceptos introductorios

5.2 Neurocognición: Bases y fundamentos

5.3 Neurocognición y aprendizaje

5.4 Papel del Sistema Límbico en las emociones

5.5 Los neurotransmisores

5.6 Circuito de recompensa

5.7 Componentes de la emoción: Fisiología y
expresión

5.8 Emociones Aflictivas

5.9 Emociones Constructivas

**6. Actitudes esperadas en las personas
con inteligencia emocional**

6.1 Conceptos introductorios

6.2 Actitudes y comportamientos: Congruencia

6.3 Importancia de tomar en cuenta aspectos de
la situación

6.4 Importancia de tomar en cuenta aspectos
individuales

6.5 La persuasión: El proceso de cambio de
actitud

6.6 Enfoques para abordar la persuasión



Diplomado en
Habilidades Socioemocionales
y Metodologías para Desarrollarlas

PLAN DE ESTUDIOS

**6. Actitudes esperadas en las personas
con inteligencia emocional**

6.7 Variables implicadas en la persuasión:

a) Credibilidad de la fuente

b) El atractivo

c) La semejanza

d) La familiaridad

e) La fama

6.8 Influencia de la Deseabilidad Social

6.9 Auto-persuasión

6.10 Conductas detrimientales

6.11 Promoviendo la actitud positiva en la
organización

6.12 Fomentar actitud de cambio y participación

6.13 Estrategias para el desarrollo de actitudes
positivas

6.14 Hábitos y valores en la inteligencia
emocional

6.15 Instrumentos para evaluar las actitudes

**7. Inteligencia emocional en las distintas
etapas de la vida**

7.1 Niñez, adolescencia y vejez



Diplomado en
Habilidades Socioemocionales
y Metodologías para Desarrollarlas

PLAN DE ESTUDIOS

8. Salud física y mental en la inteligencia emocional	8.1 Salud emocional
	8.2 influencia de la actividad física
	8.3 Trastornos de personalidad e inteligencia emocional
	8.4 Inteligencia emocional y adicciones
	8.5 Diversidad funcional e inteligencia emocional
9. Inteligencia emocional en el aula	9.1 Importancia y beneficios de la educación emocional en el aula
	9.2 Gestión del aula
	9.3 El docente emocionalmente competente
	9.4 El alumno emocionalmente competente
	9.5 Juegos para trabajar las emociones en el aula
10. Estrategias de Regulación Emocional	10.1 Estrategias relacionadas con la mente
	10.1.a Meditación vipassana
	10.1.b Mindfulness
	10.1.c Pensamiento productivo
	10.1.d Visualización
	10.1.e Cambio de creencias

Diplomado en
Habilidades Socioemocionales
y Metodologías para Desarrollarlas

PLAN DE ESTUDIOS

10. Estrategias de Regulación Emocional	10.2 Estrategias relacionadas con la comunicación	
	10.2.a Expresión saludable de las emociones	
	10.2.b Asertividad	
	10.3 Estrategias relacionadas con el cuerpo	
	10.3.a Cambio de postura	
	10.3.b Técnicas de relajación muscular	
	10.3.c Respiración consciente	
	10.4 Estrategias relacionadas con la acción	
	10.4.a Hábitos emocionalmente saludables	
	10.4.b Cambio de actividad	
	11. Importancia de los programas de educación socioemocional	11.1 Educación socioemocional: Definición y Objetivo
		11.2 Programas de educación socioemocional
		11.3 Competencias socioemocionales
11.4 Habilidades socioemocionales		
11.5 Entorno Seguro: Importancia		
11.6 Desarrollo del autoconcepto		
11.7 Relaciones interpersonales		
11.8 Empatía y colaboración		

Diplomado en
Habilidades Socioemocionales
y Metodologías para Desarrollarlas

PLAN DE ESTUDIOS

12. Educación socioemocional en las distintas etapas de la vida	8.1 Niñez
	8.2 Adolescencia
	8.3 Vejez
13. Educación socioemocional en personas con diversidad funcional	9.1 TDAH
	9.2 TEA
	9.3 Superdotación
14. Principios de Neuroeducación para el aprendizaje	10.1 Neurociencia y educación
	10.2 La plasticidad cerebral y la neurogénesis
	10.3 Neuronas espejo
	10.4 Neurociencia y el docente
	10.5 Neurociencia y tecnología

