



Espacio de Coaching

DESARROLLO Y LIDERAZGO PERSONAL

Presenta el taller:

Inteligencia emocional

29 y 30 de noviembre de 2025

Vivencial en Madrid

WWW.ESPACIODECOACHING.ORG



¿Espacio de Coaching?

Espacio de Coaching es una iniciativa para fomentar el **desarrollo y el liderazgo personal** a través de la **formación y el acompañamiento**.

Misión

Promover el conjunto de **conocimientos, vivencias y herramientas** necesarias para que las personas nos sintamos más **libres y plenas a nivel personal y profesional**.

Visión

Para ello apostamos por el desarrollo en tres dimensiones: **profesional, social y emocional**.

PROPUESTA FORMATIVA

Contenidos:

01 Objetivos de formación	02 ¿A quién va dirigido?	03 Metodología	04 Programa y Equipo	05 Información básica	06 Inscripciones
-------------------------------------	------------------------------------	--------------------------	--------------------------------	---------------------------------	----------------------------

Curso:

Inteligencia emocional

Objetivo

Aprender a identificar y regular eficazmente tus emociones básicas y acompañar en la de los demás

¿Qué veremos?

- **La naturaleza de las emociones básicas y su manifestación.**
- **Tomar conciencia de nuestras propias emociones y las de los demás.**
- **Estrategias y recursos personales para manejar tu mundo emocional**
- **Herramientas para relacionarte con otras personas y los equipos de trabajo**



ESPAZIO DE COACHING



Dirigido a:

- **PROFESIONALES CON EXPERIENCIA Y GANAS DE APRENDER Y DESARROLLAR NUEVAS HABILIDADES**
- **RESPONSABLES DE PERSONAS, EQUIPOS O PROYECTOS**
- **CUALQUIER PERSONA INTERESADA EN SU CRECIMIENTO PERSONAL Y/O PROFESIONAL**
- **MENTES INQUIETAS**



Metodología

I. EXPLICACIÓN DE PRINCIPALES CONCEPTOS

II. DINÁMICAS PARTICIPATIVAS Y VIVENCIAS

III. HERRAMIENTAS PRÁCTICAS Y REFLEXIVAS

Programa detallado:

Inteligencia Emocional

I. GESTIONANDO NUESTRAS EMOCIONES EN PLENA CONSCIENCIA

- **Emociones, sentimientos y estados de ánimo**
- **El ciclo interior de la persona**
- **Triángulos fundamentales: inconsciente-consciencia**
- **Los 5 estados de la conciencia**

II. EL PROCESO DE REGULACIÓN EMOCIONAL

- **Concepto de inteligencia emocional**
- **Observar, atender, comprender y actuar**



III. UN VIAJE POR TU MUNDO EMOCIONAL

- **Tristeza**
- **Rabia**
- **Miedo**
- **Alegria**
- **Amor**

IV. HERRAMIENTAS DE CAMBIO

- **Visualización y regulación emocional**
- **El niño interior**
- **Línea de vida**

Imparten



UNIVERSIDAD
POLÍTÉCNICA
DE MADRID

POLITÉCNICA



Luis Ignacio Ballesteros

Profesor de proyectos y liderazgo en la Universidad Politécnica de Madrid. Experiencia de 20 años mejorando del desempeño humano en el ámbito público y privado. Ingeniero industrial, doctor en ingeniería de organización, posgrado en psicología del comportamiento. Experto en coaching, programación neurolingüística, psicología transpersonal y gestalt.



Daniel Torres

Coach profesional PCC por ICF. Más de 30 años de experiencia como asesor, mentor y formador en contextos corporativos y multiculturales.

Emprendedor y creador de startups en artes y desarrollo humano.

Colaborador de escuelas de negocios en formación, mentoring y coaching en comunicación, emprendimiento, valoración de empresas y cooperación internacional.

Equipo Responsable



Luis Ignacio Ballesteros
Formador y coach



Carolina Ripoll
Coordinadora y coach



Merche López
Formadora y coach



Daniel Torres
Formador y coach



Guillermo Velasco
Formador y coach

Información básica



- **Fecha:** 29 y 30 Noviembre 2025 
- **Horario:**
 - Sábado 09:30-13:30 y 15:00-19:00
 - Domingo 09:30-13:30
- **Lugar:** Hotel Täch Barajas c/Timón 35 - Sala Hollywood- Metro Barajas 
- **Duración:** 12 horas
- **Plazas limitadas:** grupo reducido de máx. 14 personas (por orden de reserva)
- **Precio:** 180€
(No incluye comidas)

INSCRIPCIONES

INFORMACIÓN Y RESERVAS EN:

- Teléfono y WhatsApp: **685 97 43 80 (Carolina)**
- Correo: info@espaciodecoaching.org



Espacio de Coaching

DESARROLLO Y LIDERAZGO PERSONAL

**¡Cualquier duda no dudes
en contactarnos!**

Muchas Gracias

info@espaciodecoaching.org
tlfn 685 97 43 80 (Carolina)