



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



Espacio de Coaching

DESARROLLO Y LIDERAZGO PERSONAL

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 consciencia 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**



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**



Espacio de Coaching
DESARROLLO Y LIDERAZGO PERSONAL



Metodología

**I. EXPLICACIÓN DE PRINCIPALES
CONCEPTOS**

**II. DINÁMICAS PARTICIPATIVAS Y
VIVENCIALES**

**III. HERRAMIENTAS PRÁCTICAS Y
REFLEXIVAS**



Espacio de Coaching
DESARROLLO Y LIDERAZGO PERSONAL

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 consciencia

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
- Alegría
- Amor

IV. HERRAMIENTAS DE CAMBIO

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

Imparten



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



Espacio de Coaching

DESARROLLO Y LIDERAZGO PERSONAL

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

Muchas Gracias

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