



# Liderazgo Intrapersonal

**Formación Inteligencia VEC**

**Dirección: Roberto Aguado**

emotional.network

# INTELIGENCIA VEC<sup>®</sup>

El objetivo de la investigación realizada por Emotional Network en estos últimos siete años, de la mano de Roberto Aguado, ha estado centrado en la escuela como baluarte de la educación de una sociedad que necesita tanto conocimientos técnicos, como capacidades de gestión emocional para crear los cimientos de una sociedad justa, respetuosa, ilusionante y sana, basada en la capacidad de las personas en su autogestión emocional.

Han sido muchos los cursos, seminarios y formaciones realizadas por los docentes con el título de inteligencia emocional (IE). Sin embargo, la IE en la escuela a día de hoy sigue siendo poco utilizada, y en todo caso se realiza como una actividad concreta en un momento del horario escolar o dentro de una tutoría, obteniendo en la actualidad resultados estériles en realidades como el fracaso escolar (30% en primaria y secundaria, 2018), abandono de los estudios después de la ESO (60%, 2018), Bullying (40% de los/as alumnos/as, indican haber recibido o realizado Bullying en 2018), como algunos de los indicadores de la poca efectividad (Aguado, 2014).

Para mejorar dichas cifras, debemos enseñarles a identificar lo que se siente en cada momento y no tanto utilizar dinámicas que enseñan a nombrar y reconocer. Cuando un/a alumno/a es capaz de sentir que se encuentra en una u otra emoción, aunque no sepa nombrarla, y es consciente que en ese estado emocional va a poder realizar una serie de acciones y no otras, es en ese momento cuando estaremos realmente en el universo de las emociones, y no en el universo de pensar sobre ellas, que es donde han intervenido los modelos que siguen a Salovey y Mayer.

El modelo que proponemos de Inteligencia VEC tiene como objetivo ser consciente de lo que se siente en cada momento, para tenerlo como una brújula que ayude a discernir si estamos en el clima mental adecuado. Esta enseñanza va dirigida hacia el cerebro emocional, el que siente, entrenando la capacidad de apreciar en el cuerpo, a través de la capacidad para percibir como es la respiración, el latido cardiaco, el calor en una u otra zona, creando un verdadero discernimiento emocional de donde nos encontramos, y de esta manera dar opciones inteligentes desde el punto de vista emocional.

Esta enseñanza que proporciona la Inteligencia VEC, es en realidad la única que puede tener capacidad de conseguir que los alumnos aprendan no tanto sobre emociones, como a emocionarse de forma adecuada y adaptativa, alejándonos de la enseñanza en la gestión emocional cognitivista, donde parece que es más importante aprender los conceptos que poder llevarlos a cabo.

En definitiva, la enseñanza de la educación emocional no se debe realizar como una clase de una asignatura o competencia más, sino que se realiza durante la clase de las distintas asignaturas o competencias, colocando al docente como la autoridad que representa el baluarte de la enseñanza y la educación, ya que en la escuela hoy sabemos que es fundamental que tengamos referentes que sepan gestionar desde su liderazgo intrapersonal.

Sin duda, dar ejemplo, es la mejor oferta que puede ofrecer un docente a sus alumnos, no necesitando de otro momento que no sea aprovechar el hecho de convivir momento a momento. La inteligencia emocional se enseña sabiéndonos emocionar de forma adecuada delante del que va a aprender, este es el canal natural por el que siempre hemos sido capaces de establecer esta enseñanza, a lo largo de la evolución.

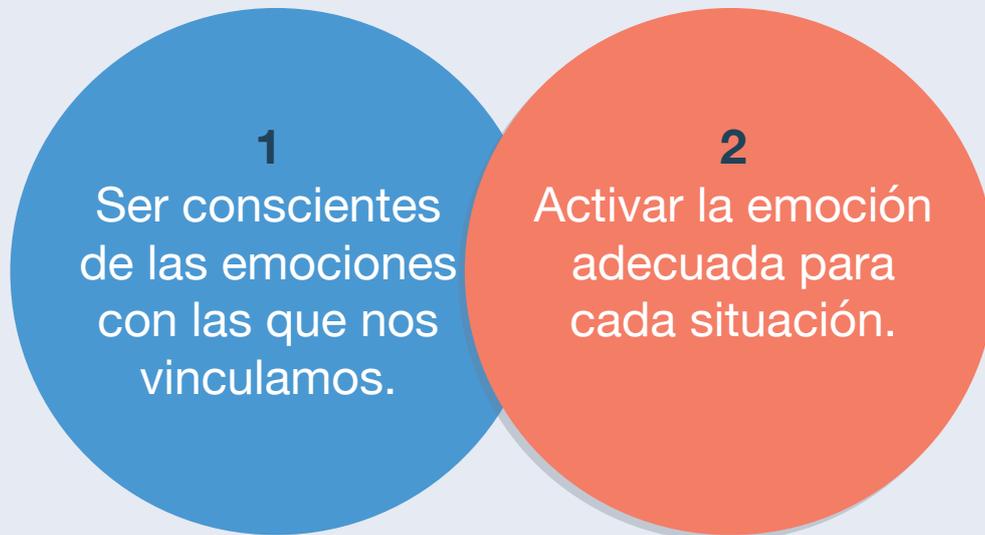
La escuela debe ser el patrimonio de la formación de las personas de una sociedad, donde no solo se aprenden conocimientos académicos, sino que se aprende la asignatura más importante de la vida, sobre todo para estas primeras edades y su repercusión de futuro, que no es otra que estructurar un saber vivir dentro de una armonía con uno mismo y aquellos que nos rodean.

La asignatura por antonomasia debe ser “el aprendizaje para la vida” en la que se sustentan todas las demás, porque saber matemáticas, lengua, educación física o religión, sin saber qué hacer con la propia vida y como relacionarse con la de los demás, es tan absurdo como enseñar a un pájaro a volar y luego cortarle las alas.



# OBJETIVOS

## GENERALES



## ESPECÍFICOS

### Liderazgo Intrapersonal. Objetivos:

Conseguir la gestión personal.

Diferenciar las señales corporales de cada una de las emociones básicas.

Darse cuenta que lo que haces o dices tiene que ver con lo que sientes.

Adquirir herramientas y estrategias de gestión emocional capacitadoras.

Desarrollar flexibilidad emocional.

### Liderazgo Interpersonal. Objetivos:

Saber conseguir climas emocionales adecuados en sus interlocutores.

Conocer y tener pericia sobre las herramientas y técnicas de gestión emocional.

Consolidar vínculos asimétricos, en los que los/as alumnos/as no les saquen del clima emocional adecuado para cada momento.

Instalar una cultura de gestión emocional basado en el respeto y la confianza.

Implantar una cultura de inclusión, diversidad y valoración de la diferencia.

# TEMARIO

## LIDERAZGO INTRAPERSONAL

### 1. AUTOCONCEPTO

- 👤 ¿Sabes lo que sabes de ti?
- 👤 La verdad esta repartida entre las personas.
- 👤 Principios neurológicos del aprendizaje.
  - Neuro bioquímica emocional.
  - Cerebro tipo I (control Top-down)
  - Cerebro tipo II (control Bottom-up)
- 👤 Motores para la adaptación.
  - Emociones básicas.
  - Pertinencia y pertenencia de las emociones.
  - Presente emocional frente a pasado y futuro cognitivo.
- 👤 La triada referencial: YO-TU y OTRO.
- 👤 Concepto de felicidad.
- 👤 Universo emocional.
- 👤 Vectores emocionales.

### 2. AUTOGESTIÓN

- 👤 ¿Sabes lo que no sabes de ti?
- 👤 Diferenciar fin de final.
  - Somos nuestra memoria.
  - Emoción y memoria.
  - Memorias procedimentales y priming.
  - Diferencia entre emoción y razón.
- 👤 Técnica U. Paradigma del cambio de emoción desde la emoción.
- 👤 Experiencia emocional correctora.
- 👤 Líneas de la vida.
- 👤 Entrenamiento con el “eTrainer Educational” (app incluida)

### 3. AUTONOMIA

- 👤 ¿Por qué no sabias lo que no sabes de ti?
- 👤 Teoría de las necesidades básicas: amores que salvan vidas.
- 👤 ¿Qué comunicamos?
- 👤 Diferencia entre lo que sabemos que tenemos que hacer, y ser capaz de hacerlo.

- Comunicación eficaz.
- Vector asertivo.
  - Criterio propio.
  - Manejo de la crítica.
  - Resiliencia.



## **SOBRE EL AUTOR**



**Roberto Aguado Romo**

### **Psicólogo**

*Especialista en Psicología Clínica. Especialista Europeo EuroPsy en Psicoterapia. Master en Psicología Clínica y Psicología de la Salud. Especialista en Hipnosis Clínica.*

### **Profesor**

*Tutor-profesor de la UNED. Docente de la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicología de la Salud. Director de Practicum externo en las Universidades de Comillas, Complutense y Oberta.*

### **Comunicador**

*Durante más de 10 años en Radio Nacional de España, Onda Cero y diferentes medios de prensa, radio y televisión.*

### **Investigador**

*En el Centro Clínico CerNep de la Universidad de Almería, en el Instituto Europeo de Psicoterapias de Tiempo Limitado y en Emotional Network.*

## Escritor

*Terapia de Interacción Reciproca, 2002. Autor.*  
*Manual de Terapia de Interacción Reciproca, 2005. Síntesis.*  
*Tengo miedo a tener miedo, 2009. Pirámide.*  
*Es emocionante saber emocionarse, 2014. EOS.*  
*La emoción decide y la razón justifica, 2015. EOS.*  
*Eres lo que sientes, 2019. GIUNTIEOS.*

## Autor

*Modelo clínico Terapia de Interacción Reciproca, 1995.*  
*Modelo clínico tercera generación Psicoterapia de Tiempo Limitado, 2000.*  
*Modelo de salud Inteligencia VEC, 2013.*  
*Técnicas de Focalización por Disociación Selectiva (F.D.S.)*  
*Técnica de Movimientos de cabaza inducidos (M.C.I.)*

## Director

*Director desde su fundación*  
*Centro de Evaluación y Psicoterapia. Instituto*  
*Europeo de Psicoterapias de Tiempo Limitado.*



**Clic!!**



**Clic!!**



**Clic!!**

emotional.network

# EQUIPO DE EMOTIONAL

*Emotional Network S.L. es una empresa formada por un equipo de profesionales con amplia experiencia y un fin común: Desarrollar las capacidades emocionales de las personas, equipos y organizaciones.*

*Desde Emotional Network queremos poner al alcance de las personas toda la investigación y experiencia desarrollada por nuestros profesionales.*



Alfredo Bastida



Aritz Anasagasti



Begoña González



Virginia Lebrero

emotional.network

*Porque hemos creado el primer y único modelo de Inteligencia Emocional V.E.C.® (Vinculación Emocional Consciente) basado en más de 25 años de investigación neurológica desarrollada por el equipo de Roberto Aguado Romo.*

*Porque en el siglo XXI no es suficiente con saber lo que hay que hacer, es necesario ser capaz de hacerlo. Ese resultado es lo que nos diferencia, la capacitación de las personas.*

## RECURSOS DE EMOTIONAL

Emotional Network S.L. es una empresa formada por un equipo de profesionales con amplia experiencia y un fin común: Desarrollar las capacidades emocionales de las personas, equipos y organizaciones.

Desde Emotional Network queremos poner al alcance de las personas toda la investigación y experiencia desarrollada por nuestros profesionales.

\*\*

Una plataforma de gestión de procesos y e-learning para el apoyo del aprendizaje presencial gratuita para los centros participantes en nuestra formación, con:

- Dinámicas para el aula
- Documento y videos explicativos
- Itinerarios de trabajo y estudio
- Foro de trabajo grupal
- Exámenes autocorregibles para la práctica de la teoría.
- Escala de autorregistro para la medición de la inteligencia VEC. Basado en tecnología cloud computing, acceso web (Incluido en el presupuesto)

\*\*

Un app con técnicas FDS, para la gestión emocional. Desarrollado para las plataformas IOS y Android. (Incluido en el presupuesto)

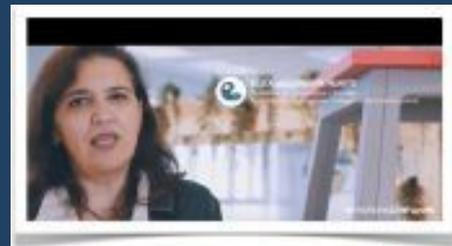
\*\*

Tres publicaciones en formato libro:

- “Es Emocionante Saber Emocionarse”
- “La Emoción Decide y La Razón Justifica”
- “Eres lo que sientes”

Editorial EOS, GIUNTIEOS Autor: Roberto Aguado Romo,  
Desde un lenguaje sencillo se plantea todo el trabajo en la prevención psicológica y desarrollo de la salud emocional.  
(No incluidos en el presupuesto)

# Enlaces y Testimoniales



emotional.network

© 2014 Emotional Network, S.L. . Todos los derechos de Propiedad Intelectual de los textos y diseño quedan reservados.

® 2014 Emotional Network, S.L. es titular de las marcas comerciales “Vinculación Emocional Consciente”, “Emotional” y Emotional Network” así como de los logotipos, dibujos y diseños