



# Masters Profesionales

Master en Liderazgo y Desarrollo Personal + 5 Créditos ECTS



**INESEM**  
BUSINESS SCHOOL

INESEM BUSINESS SCHOOL

# Índice

Master en Liderazgo y Desarrollo Personal + 5 Créditos ECTS

1. Sobre INESEM
2. Master en Liderazgo y Desarrollo Personal + 5 Créditos ECTS

[Descripción](#) / [Para que te prepara](#) / [Salidas Laborales](#) / [Resumen](#) / [A quién va dirigido](#) /

[Objetivos](#)

3. Programa académico
4. Metodología de Enseñanza
5. ¿Por qué elegir INESEM?
6. Orientación
7. Financiación y Becas

# SOBRE INESEM BUSINESS SCHOOL

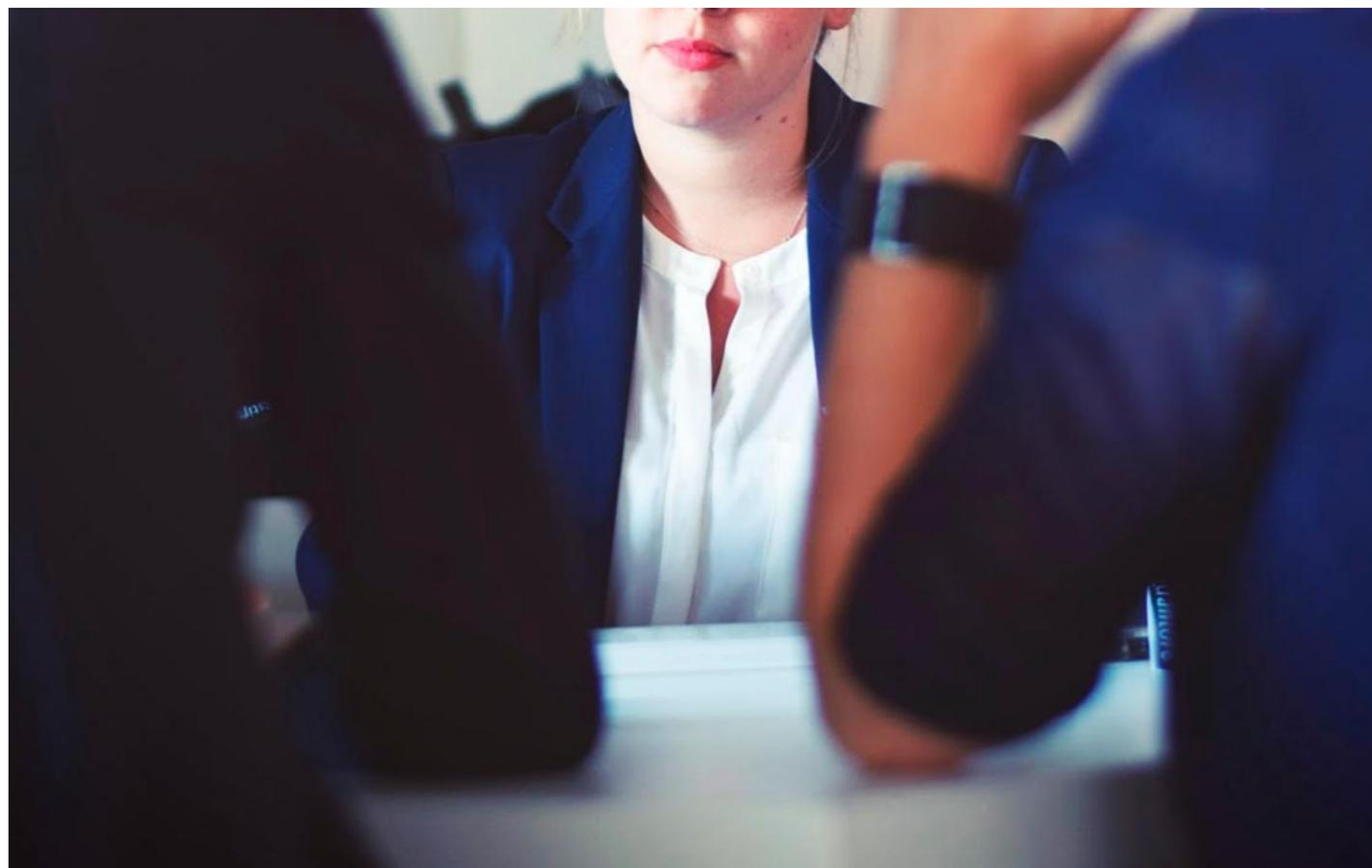


INESEM Business School como Escuela de Negocios Online tiene por objetivo desde su nacimiento trabajar para fomentar y contribuir al desarrollo profesional y personal de sus alumnos. Promovemos ***una enseñanza multidisciplinar e integrada***, mediante la aplicación de ***metodologías innovadoras de aprendizaje*** que faciliten la interiorización de conocimientos para una aplicación práctica orientada al cumplimiento de los objetivos de nuestros itinerarios formativos.

En definitiva, en INESEM queremos ser el lugar donde te gustaría desarrollar y mejorar tu carrera profesional. ***Porque sabemos que la clave del éxito en el mercado es la "Formación Práctica" que permita superar los retos que deben de afrontar los profesionales del futuro.***



## Master en Liderazgo y Desarrollo Personal + 5 Créditos ECTS



DURACIÓN	1500
PRECIO	1795 €
CRÉDITOS ECTS	5
MODALIDAD	Online

Entidad impartidora:



**INESEM**  
BUSINESS SCHOOL

Programa de Becas / Financiación 100% Sin Intereses

## Titulación Masters Profesionales

Doble titulación:

- Título Propio Universitario en Coaching y Mentoring expedido por la Universidad Antonio de Nebrija con 6 créditos ECTS
- Título Propio Master en Liderazgo y Desarrollo Personal expedido por el Instituto Europeo de Estudios Empresariales (INESEM)

# Resumen

Si trabaja en el ámbito de la psicología o simplemente desea ampliar sus conocimientos de autoconocimiento e inteligencia emocional, este master aporta los conocimientos requeridos para desarrollarse de manera personal y profesional en el entorno actual. Útil en ésta rama que está en constante cambio y crecimiento ya que se requieren profesionales que tengan habilidades propias para desarrollar su talento dentro de un sistema en el que el trabajo en equipo es sustancial, por lo que se deben tener habilidades de control de las emociones y gestión de personas.

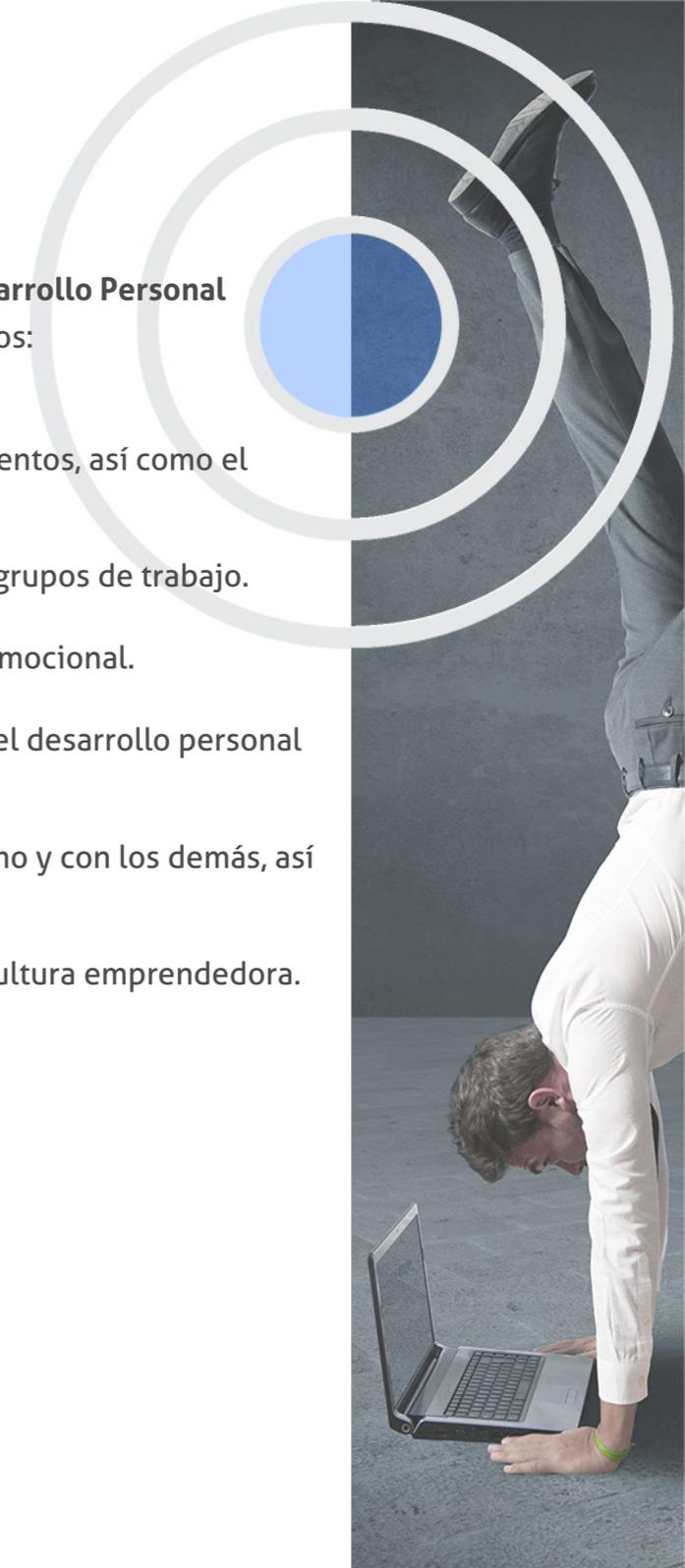
## A quién va dirigido

El Master en Liderazgo y Desarrollo Personal está dirigido a estudiantes y profesionales del ámbito del coaching y la psicología que quieran especializarse en la gestión de grupos de trabajo. Así como cualquier persona interesada en orientar su carrera profesional hacia el desarrollo personal y el liderazgo.

# Objetivos

Con el Masters Profesionales **Master en Liderazgo y Desarrollo Personal** + 5 **Créditos ECTS** usted alcanzará los siguientes objetivos:

- Dominar y gestionar conscientemente los pensamientos, así como el funcionamiento del ego y la mente.
- Aplicar técnicas de autoconocimiento personal en grupos de trabajo.
- Regular las emociones y potenciar la inteligencia emocional.
- Obtener competencias y habilidades para facilitar el desarrollo personal en el ámbito laboral.
- Mejorar la relación y la comunicación con uno mismo y con los demás, así como convertir los conflictos en oportunidades.
- Potenciar el desarrollo personal, el liderazgo y la cultura emprendedora.





¿Y, después?

### Para qué te prepara

El Master en Liderazgo y Desarrollo Personal te prepara para iniciar un proceso de autoconocimiento personal y reflexión que permitirá tu crecimiento personal y profesional, para después implementar métodos de desarrollo personal en la empresa. Obtendrás los conocimientos necesarios para gestionar y liderar grupos de profesionales, consiguiendo obtener lo mejor de las personas que lo integran, a la vez que obtienen un desarrollo personal.

### Salidas Laborales

Con la formación obtenida del Master en Liderazgo y Desarrollo Personal podrás desarrollar tu carrera profesional en empresas, públicas o privadas, de sea cual sea su sector de actividad, realizando tareas de responsabilidad y siendo el referente que guíe a equipos de trabajo al éxito.

# ¿Por qué elegir INESEM?



# PROGRAMA ACADÉMICO

Master en Liderazgo y Desarrollo Personal + 5 Créditos ECTS

Módulo 1. **El autoconocimiento**

Módulo 2. **Inteligencia emocional y desarrollo personal**

Módulo 3. **Prevención y manejo efectivo del estrés y la ansiedad**

Módulo 4. **Inteligencia emocional y desarrollo de capacidades**

Módulo 5. **Coaching personal**

Módulo 6. **La comunicación en el proceso de coaching**

Módulo 7. **Liderazgo**

Módulo 8. **Liderazgo y coaching**

Módulo 9. **Coaching y mentoring**

Módulo 9. **Proyecto final**

### Módulo 1. El autoconocimiento

#### Unidad didáctica 1. La importancia del autoconocimiento

---

1. Definición de autoconocimiento
2. Importancia del autoconocimiento
3. Fases del autoconocimiento
4. Autoconocimiento personal
5. Autoconocimiento profesional

#### Unidad didáctica 2. Autoconocimiento personal

---

1. La ventana de Johari
2. Construcción del pensamiento
3. Influencia del autoconocimiento personal

#### Unidad didáctica 3. Autoconocimiento emocional

---

1. Inteligencia Emocional
2. Componentes de la inteligencia emocional
3. Autoconocimiento y autonomía emocional

#### Unidad didáctica 4. Comunicación subconsciente

---

1. Conceptualización básica
2. Comunicación no consciente
3. Comunicación emocional

#### Unidad didáctica 5. Pnl y sistemas representacionales

---

1. Introducción a la Programación Neurolingüística
2. Los supuestos fundamentales de la PNL
3. Los sistemas de representación de la realidad
4. Relación PNL-Coaching

#### Unidad didáctica 6. Marcos, metaprogramas y estrategias

---

1. Los marcos como representaciones internas
2. Técnicas de PNL
3. Los metaprogramas como medios de interiorización
4. Las estrategias de procesamiento

#### Unidad didáctica 7. La mente y el ego

---

1. La mente en la sociedad actual
2. Desarrollo de la mente disciplinada
3. La importancia de la mente sintética
4. Desarrollo de la mente creativa
5. La mente respetuosa
6. La mente ética en la sociedad
7. Concepto y desarrollo del ego

#### Unidad didáctica 8. Encarcelamiento psicológico

---

1. Concepto de encarcelamiento psicológico
2. Psicología transpersonal
3. Estados internos según la psicología transpersonal
4. Psicología energética y EFT

#### Unidad didáctica 9. El altruismo

---

1. Altruismo y egoísmo
2. Teoría de la elección racional
3. Solidaridad

# Módulo 2.

## Inteligencia emocional y desarrollo personal

### Unidad didáctica 1.

#### El desarrollo de la inteligencia emocional

---

1. Proceso de desarrollo de la Inteligencia Emocional
2. Ámbitos de desarrollo de la Inteligencia Emocional
3. Actividades para el desarrollo de la Inteligencia Emocional

### Unidad didáctica 2.

#### Mindfulness: la práctica de la atención plena

---

1. Concepto de Mindfulness
2. Las funciones del Mindfulness
3. La atención plena y el Mindfulness
4. La influencia del Mindfulness en el cerebro y sus conexiones
5. La influencia del Mindfulness en el control emocional

### Unidad didáctica 3.

#### Desarrollo de destrezas emocionales: asertividad, empatía, autoestima y comunicación

---

1. Habilidades sociales: asertividad y empatía
2. Mejora de la autoestima
3. Mejora del lenguaje emocional

### Unidad didáctica 4.

#### Desarrollo de destrezas emocionales: manejo del estrés y resolución de conflictos

---

1. Técnicas de relajación para el manejo del estrés y la ansiedad
2. Técnicas de negociación para la gestión de conflictos

### Unidad didáctica 5.

#### Técnicas cognitivas para el desarrollo de la inteligencia emocional

---

1. Entrenamiento autoinstruccional
2. Técnicas de exposición en la imaginación
3. Técnica de detención del pensamiento
4. Reestructuración cognitiva
5. Técnicas de resolución de problemas

### Unidad didáctica 6.

#### Emancipación emocional

---

1. ¿Qué es la emancipación emocional?
2. Liderazgo emocional

# Módulo 3.

## Prevención y manejo efectivo del estrés y la ansiedad

### Unidad didáctica 1.

#### Conceptualización del estrés y la ansiedad

---

1. Origen del concepto estrés
2. Conceptos relacionados
3. Análisis de estresores
4. Clasificación del estrés
5. Signos cognitivos, fisiológicos y conductuales del estrés
6. Repercusiones del estrés: principales trastornos psicofisiológicos

### Unidad didáctica 2.

#### Acercamiento al concepto de estrés laboral

---

1. Eutrés y distrés
2. Modelos explicativos del estrés laboral
3. Componentes del estrés laboral
4. Estrés laboral episódico y crónico
5. Factores desencadenantes del estrés laboral
6. Síntomas físicos, psicológicos y conductuales del estrés laboral
7. Repercusiones del estrés laboral en el trabajador y en la organización

### Unidad didáctica 3.

#### Síndrome de burnout: el agotamiento laboral

---

1. Conceptualización del Burnout
2. Clasificación del Burnout
3. Etapas en el desarrollo del síndrome
4. Factores desencadenantes del estrés laboral
5. Manifestaciones psicológicas del síndrome
6. Repercusiones del Burnout en el trabajador
7. Burnout y estrés

### Unidad didáctica 4.

#### Estrategias preventivas y manejo de crisis

---

1. Aplicación de medidas preventivas a nivel individual, grupal y organizacional
2. Técnicas específicas de prevención del estrés
3. Manejo de situaciones críticas

### Unidad didáctica 5 la autoestima como recurso para el control del estrés.

---

1. La autoestima y las barreras en su desarrollo
2. El camino hacia el respeto a uno mismo
3. Afrontamiento de las críticas y las peticiones abusivas
4. La auto-realización

### Unidad didáctica 6.

#### Entrenamiento en autocontrol para el manejo del estrés

---

1. Técnicas de visualización positiva y exposición en la imaginación
2. Control de la respiración
3. Control y supresión de las preocupaciones
4. Detención del pensamiento
5. Meditación

# Módulo 4.

## Inteligencia emocional y desarrollo de capacidades

### Unidad didáctica 1.

#### Inteligencia emocional y éxito laboral

---

1. El modelo de Inteligencia Emocional en las empresas
2. Satisfacción laboral: la reconceptualización del trabajo
3. Actitudes, comportamiento y creencias ante el trabajo
4. Desarrollo de las competencias personales para la consecución del éxito profesional
5. Establecimiento de prioridades y formulación de objetivos

### Unidad didáctica 2.

#### Inteligencia emocional en la organización

---

1. Proceso de aprendizaje de competencias emocionales
2. Asertividad vs Competitividad en las relaciones organizacionales
3. Optimización de recursos
4. Urgencia, importancia, acción y reacción
5. Estrategias para el abordaje del desgaste laboral  
Combatiendo el Burnout

### Unidad didáctica 3.

#### Programación neurolingüística como recurso para la mejora de la ie

---

1. Conceptualización de la Programación Neurolingüística
2. Cambio sistemático: el aprendizaje a través de niveles
3. Diseño del plan de acción

### Unidad didáctica 4.

#### Nuevas perspectivas en la dirección de personas: el desarrollo de las capacidades personales

---

1. Selección de personal con alta capacitación socioemocional
2. Los beneficios del desarrollo de las capacidades emocionales en los recursos humanos
3. Programas de desarrollo de la IE en la empresa
4. La importancia de saber gestionar el tiempo
5. La gestión eficaz de equipos
6. Desarrollo de habilidades para la dirección de reuniones

### Unidad didáctica 5.

#### Desarrollo de las capacidades personales en la alta dirección

---

1. La importancia de desarrollar las habilidades directivas
2. Aplicación de técnicas para la mejora de la comunicación en la empresa
3. Desarrollo de la creatividad para las soluciones innovadoras
4. Aplicación de técnicas para aumentar la motivación
5. Aprender a repartir las responsabilidades
6. Aplicación de técnicas para la toma de decisiones

### Unidad didáctica 6.

#### Desarrollo de las habilidades de liderazgo

---

1. Conceptualización del liderazgo y teorías explicativas
2. La Inteligencia Emocional del Líder
3. Desarrollo de líderes carismáticos
4. Autogestión para la eficacia
5. Desarrollo de habilidades de influencia y persuasión
6. El empoderamiento en la organización

# Módulo 5.

## Coaching personal

### Unidad didáctica 1. Coaching para la superación personal

---

1. Autodiálogo y autorreflexión
2. La adopción del rol del aprendizaje
3. La aceptación de nuevos retos

### Unidad didáctica 2. Patrones de pensamiento y creencias personales

---

1. Los pensamientos autodestructivos
2. Trabajar con las creencias irracionales
3. Pensamiento adaptativo, lógico y funcional
4. Confrontación de creencias

### Unidad didáctica 3. Gestión emocional

---

1. ¿Qué son las emociones?
2. La gestión emocional
3. La responsabilidad sobre las propias emociones

### Unidad didáctica 4. Cambio y transformación

---

1. Importancia del desarrollo de la autoconciencia
2. Cambio vs Transición Los modelos de cambio
3. Proactividad y establecimiento de objetivos para el cambio
4. El coach como facilitador del cambio

### Unidad didáctica 5. Dificultades en el proceso de coaching

---

1. La falta de compromiso
2. La resistencia al cambio
3. El coach reticente
4. La detección de la resistencia
5. Niveles de resistencia, problemas de tiempo y de implicación

### Unidad didáctica 6. Trabajar la resistencia

---

1. Estrategias específicas para trabajar la resistencia al cambio
2. La trampa de la incomprensión
3. Adaptación al cambio
4. Las claves del éxito
5. Jerarquía de resistencias

## Módulo 6.

### La comunicación en el proceso de coaching

#### Unidad didáctica 1.

##### Aspectos comunicativos en el proceso de coaching

---

1. La comunicación como proceso de intercambio
2. Descripción del proceso de comunicación
3. Características de la comunicación en el proceso de coaching
4. Obstáculos para la comunicación
5. Facilitadores de la comunicación
6. Metáforas y analogías

#### Unidad didáctica 2.

##### Desarrollo de la escucha activa

---

1. Niveles y tipos de escucha
2. La escucha y activa
3. Técnicas para potenciar la escucha activa y la comunicación efectiva
4. El control del lenguaje no verbal

#### Unidad didáctica 3.

##### Las preguntas poderosas en coaching

---

1. Introducción al arte de saber preguntar
2. Redefinir el marco
3. Proporcionar retroalimentación constructiva
4. Elegir una pregunta adecuada
5. El autocuestionamiento

## Módulo 7.

### Liderazgo

#### Unidad didáctica 1.

##### La evolución histórica del liderazgo

---

1. Evolución del liderazgo en la historia
2. Edades del liderazgo organizativo

#### Unidad didáctica 2.

##### Teorías del liderazgo

---

1. Evolución de las teorías
2. Principales teorías

#### Unidad didáctica 3.

##### Cómo ser un buen líder

---

1. Competencias del buen líder
2. Funciones básicas
3. Funciones complementarias

#### Unidad didáctica 4.

##### Liderazgo eficaz

---

1. Competencias del líder eficaz
2. Formación de líderes eficaces
3. El rol del líder eficaz dentro del grupo
4. Tácticas y estrategias de liderazgo eficaz

#### Unidad didáctica 5.

##### Curiosidades sobre el liderazgo

---

1. Liderazgo: estado de la cuestión
2. El paradigma de Henry Ford
3. El gen del liderazgo
4. Liderazgo y timidez

# Módulo 8.

## Liderazgo y coaching

### Unidad didáctica 1.

#### El liderazgo

---

1. Qué entendemos por liderazgo
2. Enfoques de liderazgo
3. Teorías de contingencia o situaciones
4. Estilos de liderazgo
5. ¿Qué hace un líder?

### Unidad didáctica 2.

#### Coaching para el desarrollo del liderazgo

---

1. Coaching for Leadership
2. De directivo ejecutivo a directivo-coach
3. El liderazgo del coach
4. Transformar un líder en coach

### Unidad didáctica 3.

#### Coaching para equipos

---

1. Coach relacional
2. Los equipos y los grupos como elementos diferentes
3. Dirección de equipos efectivos
4. Tendencias en Coaching de recursos humanos

### Unidad didáctica 4.

#### Team building

---

1. Cultura de equipo
2. Desarrollo de equipos más eficientes

### Unidad didáctica 5.

#### Coaching para el desarrollo directivo

---

1. Proceso y características del Coaching directivo
2. Relaciones jefe-empleado La presión como método y enfoques alternativos
3. Competencias clave en la gestión de personas

### Unidad didáctica 6.

#### Manejo de conflictos

---

1. El conflicto, ¿problema u oportunidad?
2. Categorización del conflicto
3. Estrategias de negociación
4. Cómo obtener rendimiento de los conflictos

# Módulo 9.

## Coaching y mentoring

### Unidad didáctica 1. ¿qué es el coaching?

---

1. El cambio, la crisis y la construcción de la identidad
2. Concepto de coaching
3. Etimología del coaching
4. Influencias del coaching
5. Diferencias del coaching con otras prácticas
6. Corrientes actuales de coaching

### Unidad didáctica 2. Importancia del coaching

---

1. ¿Por qué es importante el coaching?
2. Principios y valores
3. Tipos de coaching
4. Beneficios de un coaching eficaz
5. Mitos sobre coaching

### Unidad didáctica 3. Aspectos fundamentales del coaching i

---

1. Introducción: los elementos claves para el éxito
2. Motivación
3. Autoestima
4. Autoconfianza

### Unidad didáctica 4. Aspectos fundamentales del coaching ii

---

1. Responsabilidad y compromiso
2. Acción
3. Creatividad
4. Contenido y proceso
5. Posición "meta"
6. Duelo y cambio

### Unidad didáctica 5. Ética y coaching

---

1. Liderazgo, poder y ética
2. Confidencialidad del Proceso
3. Ética y Deontología del coach
4. Código Deontológico del Coach
5. Código Ético

### Unidad didáctica 6. Coaching como ayuda al liderazgo de empresa

---

1. El coaching como ayuda a la formación del liderazgo.
2. El coaching como estilo de liderazgo.
3. El coach como líder y formador de líderes.
4. Cualidades del líder que ejerce como coach

### Unidad didáctica 7. Herramientas de coaching ejecutivo

---

1. El coaching ejecutivo
2. Cualidades y competencias.
3. Desarrollo de formación y experiencia empresarial
4. Dificultades del directivo. Errores más comunes.
5. Instrumentos y herramientas de medición del coaching ejecutivo.

### Unidad didáctica 8. La mejora del funcionamiento del equipo

---

1. Adaptación y aprendizaje: Los Programas de entrenamiento
2. Las principales técnicas de desarrollo en equipo

## Unidad didáctica 9.

### Qué es el mentoring

---

1. Antecedentes del mentoring y término
2. Definiciones de mentoring
3. Orientación del mentoring
4. Bases del mentoring
5. Mentoring vs coaching
6. Por qué usar mentoring

## Unidad didáctica 10.

### Clases de mentoring

---

1. Mentoring situacional
2. Mentoring informal
3. Mentoring formal

## Unidad didáctica 11.

### Creación y desarrollo de un programa de mentoring

---

1. Detección y análisis de necesidades
2. Estructura del programa de mentoring
3. Comunicación y expansión del programa
4. Gestión íntegra del mentoring

# metodología de aprendizaje

La configuración del modelo pedagógico por el que apuesta INESEM, requiere del uso de herramientas que favorezcan la colaboración y divulgación de ideas, opiniones y la creación de redes de conocimiento más colaborativo y social donde los alumnos complementan la formación recibida a través de los canales formales establecidos.



Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno comienza su andadura en INESEM Business School a través de un campus virtual diseñado exclusivamente para desarrollar el itinerario formativo con el objetivo de mejorar su perfil profesional. El alumno debe avanzar de manera autónoma a lo largo de las diferentes unidades didácticas así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes.

El equipo docente y un tutor especializado harán un *seguimiento exhaustivo*, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

Nuestro sistema de aprendizaje se fundamenta en *cinco pilares* que facilitan el estudio y el desarrollo de competencias y aptitudes de nuestros alumnos a través de los siguientes entornos:

## Secretaría

Sistema que comunica al alumno directamente con nuestro asistente virtual permitiendo realizar un seguimiento personal de todos sus trámites administrativos.

## Campus Virtual

Entorno Personal de Aprendizaje que permite gestionar al alumno su itinerario formativo, accediendo a multitud de recursos complementarios que enriquecen el proceso formativo así como la interiorización de conocimientos gracias a una formación práctica, social y colaborativa.

## Revista Digital

Espacio de actualidad donde encontrar publicaciones relacionadas con su área de formación. Un excelente grupo de colaboradores y redactores, tanto internos como externos, que aportan una dosis de su conocimiento y experiencia a esta red colaborativa de información.

## Webinars

Píldoras formativas mediante el formato audiovisual para complementar los itinerarios formativos y una práctica que acerca a nuestros alumnos a la realidad empresarial.

## Comunidad

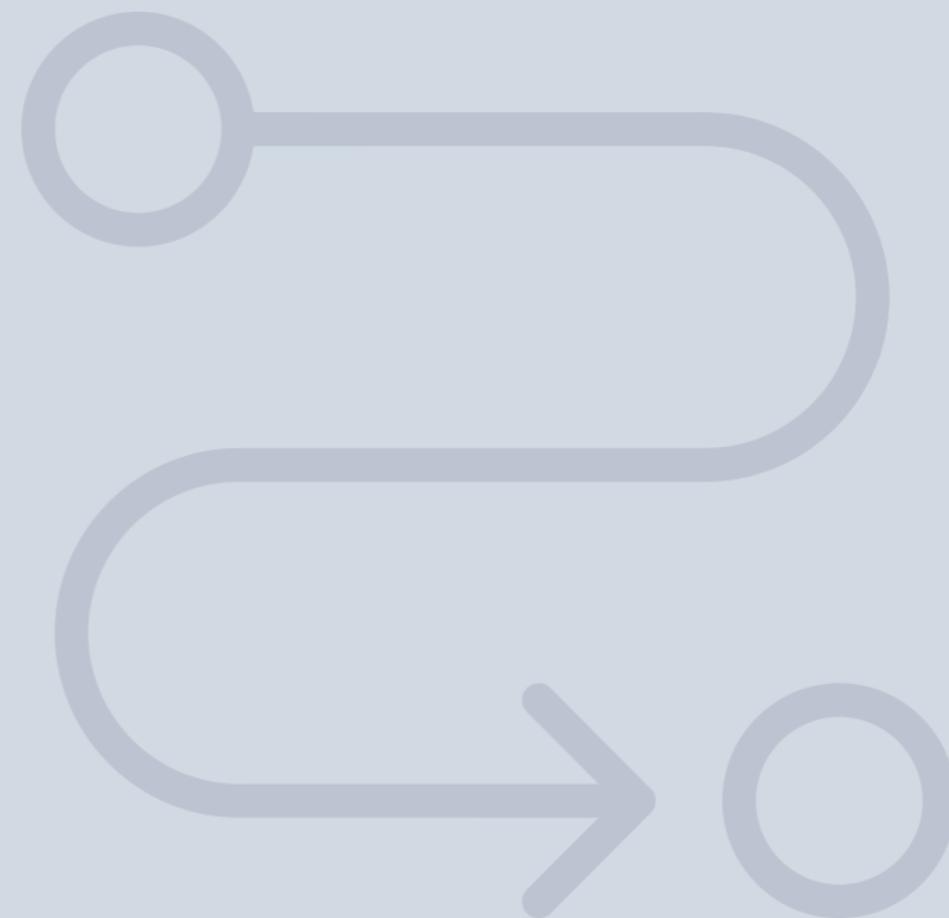
Espacio de encuentro que permite el contacto de alumnos del mismo campo para la creación de vínculos profesionales. Un punto de intercambio de información, sugerencias y experiencias de miles de usuarios.





## SERVICIO DE **Orientación** de Carrera

Nuestro objetivo es el asesoramiento para el desarrollo de tu carrera profesional. Pretendemos capacitar a nuestros alumnos para su adecuada adaptación al mercado de trabajo facilitándole su integración en el mismo. Somos el aliado ideal para tu crecimiento profesional, aportando las capacidades necesarias con las que afrontar los desafíos que se presenten en tu vida laboral y alcanzar el éxito profesional. Gracias a nuestro Departamento de Orientación de Carrera se gestionan más de 500 convenios con empresas, lo que nos permite contar con una plataforma propia de empleo que avala la continuidad de la formación y donde cada día surgen nuevas oportunidades de empleo. Nuestra bolsa de empleo te abre las puertas hacia tu futuro laboral.



# Financiación y becas

En INESEM

Ofrecemos a nuestros alumnos facilidades económicas y financieras para la realización del pago de matrículas,

todo ello  
**100%**  
sin intereses.

INESEM continúa ampliando su programa de becas para acercar y posibilitar el aprendizaje continuo al máximo número de personas. Con el fin de adaptarnos a las necesidades de todos los perfiles que componen nuestro alumnado.



**20%**

**Beca desempleo**

Para los que atraviesen un periodo de inactividad laboral y decidan que es el momento idóneo para invertir en la mejora de sus posibilidades futuras.

**15%**

**Beca emprende**

Nuestra apuesta por el fomento del emprendimiento y capacitación de los profesionales que se han aventurado en su propia iniciativa empresarial.

**10%**

**Beca alumnos**

Como premio a la fidelidad y confianza de los alumnos en el método INESEM, ofrecemos una beca a todos aquellos que hayan cursado alguna de nuestras acciones formativas en el pasado.

# Masters Profesionales

Master en Liderazgo y Desarrollo Personal + 5 Créditos  
ECTS

*Impulsamos tu carrera profesional*



**INESEM**  
BUSINESS SCHOOL

[www.inesem.es](http://www.inesem.es)



958 05 02 05 [formacion@inesem.es](mailto:formacion@inesem.es)

Gestionamos acuerdos con más de 2000 empresas y tramitamos más de 500 ofertas profesionales al año.

Facilitamos la incorporación y el desarrollo de los alumnos en el mercado laboral a lo largo de toda su carrera profesional.