



**Asociación de Empresarias
y Directivas de Bizkaia**

Bizkaiko Emakumezko Enpresari
eta Zuzendarien Elkarte

PROGRAMA EMPRESA SALUDABLE E IGUALITARIA

AED pone en marcha un programa exclusivo para asociadas en el que las asistentes trabajarán una serie de habilidades que les permitirán conocerse mejor a si mismas, comprender y aceptar fortalezas y debilidades y marcarse objetivos de mejora.

Para convertir esa motivación en valor e impacto es necesario ejercer **un “liderazgo responsable”** en él que además de tener las cualidades fundamentales como son la resolución de problemas, la promoción de la convivencia y el respeto por la diversidad cultural, la generación de proyectos innovadores y la visión de futuro, entre otras, hace falta ir más allá.

Estamos ante un nuevo liderazgo enfocado en los resultados que se buscan y, a la par, en una mayor valoración de lo humano.

Para ello es clave el “equilibrio emocional” de las personas que ejercen el liderazgo y mediante este programa se trabajarán las destrezas de nuestra inteligencia emocional de manera innovadora ayudando a las participantes a gestionar mejor sus propias emociones y adaptarse de manera adecuada a las exigencias del entorno, facilitando la creatividad y flexibilidad en la toma de decisiones.

HERRAMIENTA. Se trabajará el cuestionario de medición de la Inteligencia Emocional EQ-i 2.0, que mide un conjunto de habilidades emocionales y sociales que influyen en el modo en que percibimos y nos expresamos, desarrollamos y mantenemos relaciones sociales, nos enfrentamos a los retos y utilizamos la información emocional de modo eficaz y significativo.

El EQ-i 2.0 brinda un feedback único para la persona evaluada, ya que le indica cuantitativamente las habilidades emocionales en las que destaca y también aquellas otras en las que necesita mejorar.

INFORME Y FORMACIÓN. Una vez realizado el cuestionario, las participantes recibirán un informe con los resultados identificando aquellas áreas en las que cada una puede trabajar de manera más específica y que, posteriormente, podrán trabajar en una sesión dirigida por el equipo de MRC International Training, y que estará compuesto por Elena Añibarro y José Camargo.

Una vez finalizada esta primera fase de la formación, iniciaremos la segunda fase que consistirá en adquirir herramientas personales que ayuden a incrementar nuestra inteligencia emocional a través de un curso de seis sesiones sobre Liderazgo Consciente e Innovación Emocional de la mano de Elena Añibarro.

CALENDARIO DE TRABAJO:

- **16 de noviembre**, fecha límite de inscripción al programa
- **17 de noviembre**, envío de los cuestionarios a las participantes
- **21 de noviembre**, lunes, fecha límite de envío de los cuestionarios cumplimentados
- **del 22 al 25 de noviembre**, recepción de los informes a cada participante
- **30 de noviembre**, sesión de trabajo sobre el informe EQ-i con el equipo de MRC

- **Sesiones para desarrollar un Liderazgo Consciente e Innovación Emocional:**

- 14 de diciembre, miércoles, de 18:00 a 19:30h
- 20 de diciembre, martes, de 18:00 a 19:30h
- 11 de enero, miércoles, de 18:00 a 19:30h
- 18 de enero, miércoles, de 18:00 a 19:30h
- 25 de enero, miércoles, de 18:00 a 19:30h
- 31 de enero, martes, de 18:00 a 19:30h

LUGAR: Bilbao - presencial

INSCRIPCIONES: aed@aedbiz.org