



DGP Formación

Dirección y Gestión Pública

Formación para directivos y profesionales del sector público

CURSO PRESENCIAL

Madrid, 17 de noviembre de 2026

CURSO: INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DIRECTIVOS PÚBLICOS

LIDERAZGO CONSCIENTE, FORTALEZA INTERIOR Y BIENESTAR SOSTENIBLE

Este curso se propone como un espacio intensivo, práctico y experiencial para que directivos públicos puedan reconocer cómo influyen sus emociones en la toma de decisiones, comunicación, gestión de equipos y clima institucional. Se trata de **entrenar capacidades** concretas que permitan liderar con más presencia, menos reactividad y mayor sentido de servicio.

Destinatarios: Altos cargos, personal directivo público, responsables de unidades administrativas, jefaturas de servicio, coordinadores de equipos y perfiles “pre-directivos” con responsabilidad sobre personas, proyectos, decisiones complejas o procesos de transformación institucional.

Objetivo general: Desarrollar competencias emocionales aplicadas al liderazgo público para mejorar la autoconciencia, la regulación, la escucha, la calidad de las decisiones, la prevención del desgaste y la construcción de entornos profesionales más humanos, eficaces y sostenibles.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Al finalizar el curso, los participantes podrán:

Identificar emociones, automatismos y patrones de reacción habituales en el ejercicio de la función directiva.

Entrenar pausas conscientes para mejorar la respuesta ante presión, conflicto o incertidumbre.

Practicar escucha activa, reformulación y comunicación emocionalmente inteligente.

Reconocer señales de desgaste personal y colectivo antes del colapso.

Aplicar el modelo PERMA, las fortalezas personales y el propósito de servicio a la realidad de la dirección pública.

Diseñar un plan personal de transferencia al puesto de trabajo con compromisos concretos y verificables.

INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DIRECTIVOS PÚBLICOS:

liderazgo consciente, fortaleza interior y bienestar sostenible

Entrena tus capacidades emocionales para liderar con **más presencia**, **menos reactividad** y mayor **sentido de servicio**.

- AUTOCONOCIMIENTO**
Reconoce cómo influyen tus emociones en tus decisiones y en tu impacto.
- COMUNICACIÓN CONSCIENTE**
Escucha, conecta y comunica con claridad y empatía.
- GESTIÓN DE EQUIPOS**
Crea equipos comprometidos, motivados y alineados con un propósito común.
- BIENESTAR SOSTENIBLE**
Cuida tu bienestar para sostener tu mejor versión y generar entornos institucionales más saludables.

UNA JORNADA INTENSIVA, PRÁCTICA Y EXPERIENCIAL

- PRÁCTICA**
Herramientas y dinámicas aplicables a tu día a día.
- EXPERIENCIAL**
Vivencias que generen aprendizaje real.
- FOCO EN LO ESENCIAL**
Manus teóricas, más prácticas y reflexión guiada.
- ORIENTADO AL SERVICIO PÚBLICO**
Liderazgo con propósito e impacto institucional.

PROGRAMA

09:00 Apertura y encuadre.

Presentación de objetivos, reglas de trabajo, expectativas de los participantes y conexión con los retos reales de la dirección pública: presión, exposición, conflicto, exigencia ética y servicio a la ciudadanía.

09:30 **AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL DEL DIRECTIVO PÚBLICO.**

Ejercicio individual de mapa emocional: situaciones que activan miedo, irritación, prisa, defensividad o necesidad de control. Puesta en común voluntaria y reflexión sobre cómo el estado interior condiciona decisiones, trato y clima de equipo.

10:30 **DEL PILOTO AUTOMÁTICO A LA PAUSA CONSCIENTE.**

Práctica guiada de atención breve, respiración y modelo PAZ: pausar, atender y zambullirse suavemente en la experiencia. Aplicación a escenas habituales: correo difícil, reunión tensa, crítica pública o decisión urgente.

11:30 Pausa.

11:45 **ESCUCHA ACTIVA Y CONVERSACIONES DIFÍCILES.**

Role playing en tríos: directivo, interlocutor y observador. Práctica de escucha sin interrupción, reformulación, validación de la emoción y diferenciación entre hecho, emoción y necesidad. Cierre con aprendizajes sobre conflictos reales en equipos o unidades administrativas.

13:00 **ENERGÍA, DESGASTE Y SOSTENIBILIDAD DEL LIDERAZGO.**

Diagnóstico breve de vitalidad: fuentes de energía, drenajes, señales tempranas de desgaste y hábitos que protegen la presencia. Trabajo sobre la diferencia entre compromiso y disponibilidad permanente.

14:00 Almuerzo libre.

15:00 **DECIDIR CON ECUANIMIDAD.**

Análisis de caso práctico de decisión pública bajo presión. Los participantes identifican datos, emociones, valores, riesgos, personas afectadas y sesgos posibles. Aplicación de una pausa deliberativa antes de decidir.

16:00 **PROPÓSITO, FORTALEZAS Y SERVICIO PÚBLICO.**

Ejercicio de conexión con fortalezas personales y propósito institucional. Revisión de cómo usar fortalezas sin sobrecargarlas: prudencia sin parálisis, valentía sin temeridad, compromiso sin agotamiento, empatía sin absorción.

16:45 **PLAN PERSONAL DE TRANSFERENCIA.**

Cada participante diseña tres compromisos: una práctica diaria de regulación, una mejora en su forma de escuchar o decidir y una medida para cuidar la energía del equipo. Se define un indicador simple de seguimiento a 30 días.

17:30 Clausura del curso.

IMPARTIDO POR:

Sr. D. Víctor Almonacid Lamelas

Directivo público profesional durante más de veinticinco años. Título de Experto Universitario en Mindfulness, Psicología Positiva e Inteligencia Emocional por la EUNEIZ, Universidad de Vitoria.

METODOLOGÍA:

La jornada debe tener un enfoque eminentemente práctico. Cada bloque parte de una situación real de la función directiva y termina con una herramienta aplicable al día siguiente.

Se recomienda limitar las exposiciones conceptuales a introducciones breves y reservar la mayor parte del tiempo a ejercicios, conversación guiada y transferencia al puesto de trabajo.

FECHA Y LUGAR DE CELEBRACIÓN

 Madrid, **17 de noviembre de 2026**
Hotel H10 Villa de la Reina
Gran Vía 22
28013 Madrid

FORMAS DE INSCRIPCIÓN Y CONTACTO

Telefónica: 669 521 789
e-mail: inscri@dgpformacion.com
A través de este enlace

Para formalizar su inscripción, necesitamos que nos envíen los siguientes datos:

Nombre y apellidos del asistente
Departamento en el que trabaja
Empresa o entidad
CIF de la entidad
Dirección, código postal y población
Teléfono de contacto

E-mail DE LA PERSONA QUE VAYA A ASISTIR
(IMPRESINDIBLE)

FORMA DE FACTURACIÓN PREFERIDA: Por medio de factura electrónica o convencional.

Para aquellos que deseen factura electrónica, les rogamos nos remitan simultáneamente los códigos correspondientes para poder enviarla por medio de Face.

Para quién prefiera la factura convencional, pedimos por favor nos indiquen a dónde y a quién debe ser enviada.

FUNCIONAMIENTO DE ESTE CURSO

Este curso será presencial. Una vez inscrito, cada asistente, recibirá la confirmación de su reserva de plaza y emitiremos factura según las instrucciones que Uds., nos indiquen.

Si les surge cualquier duda, estamos a su disposición en el 669 521 789 o en el correo inscri@dgpformacion.com

PRECIO, DESCUENTOS Y TARIFAS ESPECIALES

597 € + 21 % de I.V.A.

Además, en caso de que de su institución o empresa, deseen inscribir a varias personas, **LA 4ª INSCRIPCIÓN SERÁ GRATUITA.**

Si Ud., persona física, ya ha venido a alguno de nuestros cursos, tendrá un **10% de DESCUENTO** por ser antiguo cliente.

FORMA DE PAGO

Transferencia Bancaria CAJAMAR-CAJA RURAL
Titular: DIRECCIÓN, GESTIÓN Y FORMACIÓN PÚBLICA S.L.
Nº C.C. ES31 3058 2606 7327 2002 5761

CERTIFICADO DE ASISTENCIA

Todos los alumnos recibirán por correo electrónico un certificado acreditativo de su asistencia a este curso.

CANCELACIONES

Toda cancelación recibida una semana antes de la celebración del curso, tendrá derecho a la devolución de los derechos de inscripción.

Las bajas posteriores a este plazo recibirán un bono de asistencia para cualquier otra conferencia, con los necesarios ajustes de precio en su caso. En cualquier momento, una persona inscrita puede ser sustituida por otra de la misma empresa.¹

FORMACIÓN INTERNA

Todos nuestros cursos se ofrecen también como formación interna, con las adaptaciones correspondientes a las necesidades de cada cliente.