

# Intel·ligència Emocional

## 4a Edició

**Codi:** 181028

**Tipologia:** Diploma de postgrau

**Crèdits:** 39.00

**Idioma:** Català

**Data d'inici:** 28/09/2018

**Data darrera sessió presencial:** 06/07/2019

**Data de finalització:** 31/07/2019

**Horari:** Un cap de setmana al mes. Divendres, de 15 a 20 h i dissabte de 9 a 14 h i de 15 a 20 h

**Lloc de realització:** Facultat de Medicina (divendres) i Parc Científic i Tecnològic de la UdG (dissabte)

**Places:** 30

## Preus i descomptes

**Preu:** 1.525 €

## Raons per fer el curs

- La intel·ligència emocional és la base de la felicitat?
- Potenciaràs la teva intel·ligència emocional.
- Disposaràs de les eines imprescindibles per acompanyar als altres en el desenvolupament de la seva intel·ligència emocional.

## Presentació

Saber gestionar les emocions marca la gran diferència entre la salut i la malaltia, l'èxit i el fracàs, la felicitat i la infelicitat. Tot i que la ciència demostra constantment amb estudis la importància de la intel·ligència emocional (IE) en diferents àmbits de la vida, dediquem poc temps a desenvolupar-la i, per tant, són poques les eines que disposem com a professionals per promoure-la. En aquest sentit, és indispensable una formació que ens permeti entrenar la nostra IE i aprendre eines per ajudar els altres a desenvolupar-la.

## Objectius

- Conèixer i comprendre els beneficis de la intel·ligència emocional sobre la salut, presa de decisions, aprenentatge i rendiment (acadèmic i laboral).
- Desenvolupar competències emocionals en els participants del postgrau.
- Formació especialitzada (teòrica, tècnica i pràctica) per acompanyar i potenciar la intel·ligència emocional de les persones en els diferents àmbits.
- Eines per dissenyar, posar en pràctica i avaluar programes d'educació emocional.

# Sortides professionals

- Formador en competències emocionals en els sectors educatiu, social, empresarial i sanitari.
- Acompanyar i facilitar processos d'autoconeixement i creixement personal.
- Consultor educatiu: assessorant sobre la implementació i el seguiment de programes d'educació emocional en les etapes d'infantil, primària i secundària.
- Consultor de recursos humans: assessorant sobre la implementació de programes d'entrenament de la intel·ligència emocional.

## A qui s' adreça

- A professionals de l'àmbit de l'educació, la psicologia i la psicopedagogia.
- A professionals de l'àmbit social com treballadors socials i educadors socials.
- A professionals que desenvolupin una tasca relacionada amb les relacions humanes.

## Requisits d'admissió

- Titulació universitària.

## Informació relacionada

Entrevista a El Diari de Girona: "[Ens estalviem molta malaltia física quan fem una bona gestió de les emocions](#)"

## Pla d'estudis

### Bases teòriques i pràctiques de la intel·ligència emocional

- Origen i concepte de la intel·ligència emocional
  - Models explicatius de la intel·ligència emocional
  - Beneficis de la intel·ligència emocional en l'àmbit personal i social
- 

### Tècniques per al desenvolupament i la millora de les competències emocionals en els diferents contextos.

Tècniques per facilitar la consciència i la regulació emocional

- Identificació de l'emoció present. Manifestació corporal.
- Expressió i trànsit emocional
- Regulació de les emocions i dels sentiments: Tècniques per la regulació de la ira. Tècniques per desenvolupar la tolerància a la frustració. Tècniques per ajudar davant la dependència emocional

Tècniques per desenvolupar l'autonomia emocional

- Desenvolupament de l'autoconcepte: Qui sóc jo?
- Autoestima: eines per cultivar l'amor fi
- Automotivació
- Responsabilitat

Pensament positiu i actitud possibilitadora

Tècniques per assolir la competència social

- Les necessitats relacionals i les habilitats socials
  - Actituds fonamentals de la trobada amb l'altre. Estat de centre.
  - Habilitats de comunicació. Escolta externa. Empatia.
  - Conèixer l'altre: indagació fenomenològica.
  - Resposta assertiva
  - Prevenció i solució de conflictes
- 

### Educació emocional i disseny de programes

- Eines per al desenvolupament de la intel·ligència emocional en nens i adolescents

- Disseny, aplicació i avaluació de programes d'educació emocional
  - Dissenys de plans de millora personal
- 

## Treball final de postgrau

---

## Titulació

Diploma de Postgrau en Intel·ligència Emocional per la Universitat de Girona\*

\*No inclou la taxa d'expedició del títol de la UdG.

## Metodologia

- Aprenentatge experiencial. Autoconeixement. Dinàmiques grupals.
- Lectures especialitzades. Treballs de síntesi i integració.

## Sistema avaluació

- L'estudiant serà avaluat a partir de l'entrega dels treballs pràctics i del treball final.
- Cal assistir com a mínim al 80% de les hores presencials del curs.

## Finançament

### Finançament bancari

Els estudiants matriculats poden finançar el pagament de la matrícula en quotes.

La Fundació ha establert convenis amb condicions preferents pels seus alumnes amb les següents entitats:

- [Sabadell Consumer](#)
- [CaixaBank](#)
- [Banc Santander](#)

## Quadre docent

### Direcció

#### Mònica Cunill Olivas

Doctora en Psicologia. Docent i investigadora de la Universitat de Girona. Té una àmplia experiència en l'acompanyament terapèutic a persones en contextos de crisi. És coautora de dos llibres —Rituales de despedida y conmemoración: la celebración de una vida. ed. Alfinlibros i Nadie me entiende (ed. Luciérnaga)— i ha publicat articles en revistes nacionals i internacionals sobre comportaments de risc, pèrdua i dol, i intel·ligència emocional.

---

### Coordinació

#### Alexandre Maset Castelló

Psicòleg. Psicoterapeuta. Coach certificat per ICC. Màster en Hipnosi Ericksoniana. Màster en PNL advance. Format en resolució de conflictes i lideratge apreciatiu. Director de l'Escola d'Intel·ligència Emocional, Mètode VEIE®.

---

## Professorat

### **Maria Aymerich Andreu**

Doctora en Psicologia. Docent i investigadora a la Universitat de Girona. Especialista en psicologia del cicle vital.

---

### **Laura Cebrià Riu**

Integradora social. Especialista en Autisme. Fundadora de Tots hi Som. Directora de l'Escola d'Intel·ligència Emocional Mètode VEIE® de Figueres.

---

### **Mireia Cervera**

Diplomada en Turisme. Màster en Nutrició, Alimentació i Salut.

---

### **Sandra Cuadros Perez**

Llicenciada en Psicologia. Màster en Psicologia Clínica i de la Salut a l'Institut d'Estudis Superiors de Psicologia ISEP Barcelona. Tècnica en intel·ligència emocional i directora de l'Escola d'Intel·ligència Emocional Mètode VEIE® de Tordera.

---

### **Mònica Cunill Olivas**

Doctora en Psicologia. Docent i investigadora de la Universitat de Girona. Té una àmplia experiència en l'acompanyament terapèutic a persones en contextos de crisi. És coautora de dos llibres —Rituales de despedida y conmemoración: la celebración de una vida. ed. Alfinlibros i Nadie me entiende (ed. Luciérnaga)— i ha publicat articles en revistes nacionals i internacionals sobre comportaments de risc, pèrdua i dol, i intel·ligència emocional.

---

### **Sílvia Diez Muntané**

Llicenciada en Filosofia. Terapeuta Gestalt. Formada en Moviment Expressiu.

---

### **Maria Carme Hernández García**

Doctora en Filologia. Grau en Educació Primària. Llicenciada en Dret. Màster en Mediació. Experta en treball sistèmic. Astròloga. Especialista en gestió de conflictes.

---

### **Sara Malo Cerrato**

Doctora en Psicologia. Docent i investigadora de la Universitat de Girona. Especialista en Tics.

---

### **Alexandre Maset Castelló**

Psicòleg. Psicoterapeuta. Coach certificat per ICC. Màster en Hipnosi Ericksoniana. Màster en PNL advance. Format en resolució de conflictes i lideratge apreciatiu. Director de l'Escola d'Intel·ligència Emocional, Mètode VEIE®.

---

### **Daniel Misas**

Diplomat en Fisioteràpia. Postgrau d'Acupuntura Aplicada al Dolor Articular i Miofascial. Postgrau d'Intel·ligència Emocional. Drenatge limfàtic per Albert Leduc. Formació d'inducció miofascial i visceral.

---

\*La direcció es reservarà el dret a fer canvis en l'equip docent en cas que algun dels professors no pugui impartir la seva matèria, garantint el mateix nivell de qualitat i categoria professional.

## Entitats promotores

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació

## VIDA Escola d'Intel·ligència Emocional (VEIE)



# Intel·ligència Emocional

**Inici curs:** 28/09/2018

**Data darrera sessió presencial:** 06/07/2019

**Fi curs:** 31/07/2019

**Data tancament acta avaluació:** 15/09/2019

## Calendari

| Data       | Lloc                                          | Inici matí | Fi matí | Inici tarda | Fi tarda |
|------------|-----------------------------------------------|------------|---------|-------------|----------|
| 28/9/2018  | Facultat de Medicina.<br>Aula M4-02           |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 29/9/2018  | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 26/10/2018 | Facultat de Medicina.<br>Aula M4-02           |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 27/10/2018 | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 23/11/2018 | Facultat de Medicina.<br>Aula M4-02           |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 24/11/2018 | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 14/12/2018 | Facultat de Medicina.<br>Aula M4-02           |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 15/12/2018 | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 18/1/2019  | Facultat de Medicina.<br>Aula M4-02           |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 19/1/2019  | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 15/2/2019  | Facultat de Medicina.<br>Aula M4-02           |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 16/2/2019  | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 15/3/2019  | Facultat de Medicina..<br>Aula M4-02          |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 16/3/2019  | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 12/4/2019  | Facultat de Medicina.<br>Aula M4-02           |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 13/4/2019  | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 10/5/2019  | Facultat de Medicina.<br>Aula M4-02           |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 11/5/2019  | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 7/6/2019   | Facultat de Medicina..<br>Aula M4-02          |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 8/6/2019   | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |
| 5/7/2019   | Facultat de Medicina.<br>Aula M4-02           |            |         | 15:00       | 20:00    |
| 6/7/2019   | Parc Tecnològic de la<br>UdG. Aula 4 i Aula 5 | 09:00      | 14:00   | 15:00       | 20:00    |