

# Intel·ligència Emocional



## 6a Edició

Codi: 201028

Tipologia: Diploma de postgrau

Crèdits: 39.00

Idioma: Català

Data d'inici: 18/09/2020

Data darrera sessió presencial: 03/07/2021

Data de finalització: 03/07/2021

**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. De setembre de 2020 a febrer de 2021, en videoconferència amb la plataforma ZOOM. De març a juliol de 2021, presencial al Parc Científic i Tecnològic de la UdG. Entrega Treball Final de Postgrau: 17 de juliol de 2021 Nota: En el cas que no es pogués efectuar la docència presencial prevista, degut a motius aliens a la Fundació, el curs podria continuar amb normalitat combinant videoconferències, principalment, i treball on line.

**Lloc de realització:** Semipresencial, per videoconferència amb la plataforma ZOOM (de setembre de 2020 a febrer de 2021) i al Parc Científic i Tecnològic de la UdG (de març a juliol de 2021).

**Places:** 30

## Preus i descomptes

**Preu:** 1.645 €

**10% de descompte per persones aturades en el moment de la matrícula.** 1.480,50€ (330 € preinscripció + 1.150,50 € Matrícula)

**10% de descompte per alumnes i exalumnes de la UdG.** 1.480,50€ (330 € preinscripció + 1.150,50 € Matrícula)

**10% de descompte per alumnes i exalumnes de màsters, postgraus i diplomes d'especialització de la Fundació UdGIF.**

1.480,50€ (330 € preinscripció + 1.150,50 € Matrícula)

**10% de descompte per personal UdG (PDI i PAS) i Fundació UDGIF.** 1.480,50€ (330 € preinscripció + 1.150,50 € Matrícula)

**5% de descompte per persones amb discapacitat reconeguda igual o superior a 33 %.** 1.562,75€ (330 € preinscripció + 1.232,75 € Matrícula)

**10% de descompte per persones amb discapacitat reconeguda igual o superior a 65 %.** 1.480,50€ (330 € preinscripció + 1.150,50 € Matrícula)

**5% de descompte per membres de famílies nombroses o monoparentals.** 1.562,75€ (330 € preinscripció + 1.232,75 € Matrícula)

**10% de descompte per matrícula de 2 treballadors de la mateixa empresa o organització ( la factura anirà a càrrec de l'empresa).** 1.480,50€ (330 € preinscripció + 1.150,50 € Matrícula)

**15% de descompte per matrícula de 3 o més treballadors de la mateixa empresa o organització ( la factura anirà a càrrec de l'empresa).** 1.398,25€ (330 € preinscripció + 1.068,25 € Matrícula)

**10% de descompte per matrícula de treballadors d'empreses que hagin realitzat formació a mida amb la Fundació UdGIF.** 1.480,50€ (330 € preinscripció + 1.150,50 € Matrícula)

## Sessions Informatives

	Data	Hora	Lloc
Sessió informativa 1	10/07/2020	19:00	ONLINE per videoconferència amb el programa Zoom fent clic <a href="#">aquí</a>
Sessió informativa 2	18/09/2020	18:00	Inauguració del curs 'La clau de la bona vida' - 'La llave de la

## 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

- El perfil d'ingrés recomanat serà per a Titulats en psicologia, magisteri, educació social, treball social, infermeria, medicina, empresarials o titulacions afins. Amb caràcter excepcional, la direcció del curs podrà considerar l'admissió d'aquells estudiants amb titulacions no afins o que no disposin de titulació universitària.

**NOTA:** qui no disposi de títol universitari previ, tindrà dret a rebre, amb les mateixes condicions, un certificat d'assistència lliurat per la Fundació UdG: Innovació i Formació.

# Informació relacionada

Entrevista al 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

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

Els alumnes hauran de desenvolupar un treball d'aprofundiment sobre un àmbit relacionat amb la intel·ligència emocional i fer la seva presentació.

Podrà desenvolupar-se un treball teòric o una proposta pràctica d'intervenció o educació emocional.

---

## Titulació

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

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

NOTA: qui no disposi de títol universitari previ, tindrà dret a rebre, amb les mateixes condicions, un certificat d'assistència lliurat per la Fundació UdG: Innovació i Formació.

## 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/videoconferència 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](#)

### Finançament Agència de Gestió d'Ajuts Universitaris i de Recerca (AGAUR)

Amb l'objectiu de facilitar l'accés als estudis de postgrau, l'Agència de Gestió d'Ajuts Universitaris i de Recerca (AGAUR) impulsa aquest programa de préstecs.

Per a més informació feu clic en el logotip.



**Agència  
de Gestió d'Ajuts  
Universitaris  
i de Recerca**

**Fundación Estatal para la Formación en el Empleo-FUNDAE (anteriorment Fundació Tripartita)**

Els treballadors d'una empresa privada tenen la possibilitat de bonificar-la a través de la *Fundación Estatal para la Formación en el Empleo-FUNDAE* (abans coneguda com a *Fundació Tripartida*).

Més informació: Què són les bonificacions de la formació a través de la [Fundación Estatal para la Formación en el Empleo - FUNDAE](#)

Els treballadors autònoms poden desgravar la factura nominal de la seva matrícula en la declaració de l'impost de l'IRPF.

Podeu resoldre els vostres dubtes enviant un correu electrònic a: [economia.fundacioif@udg.edu](mailto:economia.fundacioif@udg.edu)

## 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.

---

### **Laia Bedós Bonaterra**

Artista. Especialista en pintura i emocions.

---

### **Josep Agustí Benito**

Fisioterapeuta i osteòpata D.O. Especialitzat en Fisioteràpia Esportiva. Director del Centre d'osteopatia, fisioteràpia i readaptació esportiva Fulcre de Lloret de Mar.

---

### **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 Vila**

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.

---

### **Tània Duran**

Educadora social. Terapeuta Gestalt. Codirectora del Veie Blanes. Especialista en adolescents.

---

### **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.

---

**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®.

---

**Èlia Navarro Martínez**

Fisioterapeuta i osteòpata D.O. Postgrau en Osteopatia somato emocional. Codirectora del Centre d'osteopatia, fisioteràpia i readaptació esportiva Fulcre de Lloret de Mar.

---

\*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: 18/09/2020

Data darrera sessió presencial: 03/07/2021

Fi curs: 03/07/2021

Data tancament acta avaluació: 03/07/2021

## Sessions Informatives

	Data	Hora	Lloc
Sessió informativa 1	10/07/2020	19:00	ONLINE per videoconferència amb el programa Zoom fent clic <a href="#">aquí</a>
Sessió informativa 2	18/09/2020	18:00	Inauguració del curs 'La clau de la bona vida' - 'La llave de la buena vida' (11:00 h Mèxic) conversant amb Joan Garriga ONLINE per videoconferència amb el programa Zoom fent clic <a href="#">aquí</a> .

## Calendari

Data	Lloc	Inici matí	Fi matí	Inici tarda	Fi tarda
18/9/2020	Presentació			18:00	20:00
25/9/2020				15:00	18:00
26/9/2020		09:00	14:00	15:00	20:00
23/10/2020				15:00	20:00
24/10/2020		09:00	14:00	15:00	20:00
20/11/2020				15:00	20:00
21/11/2020		09:00	14:00	15:00	20:00
18/12/2020				15:00	20:00
19/12/2020		09:00	14:00	15:00	20:00
29/1/2021				15:00	20:00
30/1/2021		09:00	14:00	15:00	20:00
26/2/2021				15:00	20:00
27/2/2021		09:00	14:00	15:00	20:00
12/3/2021				15:00	20:00
13/3/2021		09:00	14:00	15:00	20:00
16/4/2021				15:00	20:00
17/4/2021		09:00	14:00	15:00	20:00
14/5/2021				15:00	20:00
15/5/2021		09:00	14:00	15:00	20:00
11/6/2021				15:00	20:00
12/6/2021		09:00	14:00	15:00	20:00
2/7/2021				15:00	20:00
3/7/2021		09:00	14:00	15:00	20:00