

# Intel·ligència Emocional

## 9a Edició

**Codi:** 23S028

**Tipologia:** Diploma d'especialització (postgrau)

**Crèdits:** 39.00

**Idioma:** Català

**Data d'inici:** 22/09/2023

**Data darrera sessió presencial:** 13/07/2024

**Data de finalització:** 13/07/2024

**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. Entrega Treball Final de Postgrau: 13 de juliol de 2024.

**Lloc de realització:** Presencial al Balneari Vichy Catalán, Caldes de Malavella.

**Places:** 30

## Preus i descomptes

**Preu:** 1.645 €

### 5% de descuento para alumnos y exalumnos de la Universidad de Girona.

1.562,75€ (350 € preinscripció + 1.212,75 € Matrícula)

### 5% de descuento para alumnos y exalumnos de másters, postgrados y diplomas de especialización de la Fundació UdGIF (Excepto si está incluido en la misma estructura modular).

1.562,75€ (350 € preinscripció + 1.212,75 € Matrícula)

### 5% de descuento para personas con discapacidad reconocida.

1.562,75€ (350 € preinscripció + 1.212,75 € Matrícula)

### 5% de descuento para personas en situación de desempleo en el momento de la matrícula.

1.562,75€ (350 € preinscripció + 1.212,75 € Matrícula)

### 5% de descuento para miembros de familias numerosas o monoparentales.

1.562,75€ (350 € preinscripció + 1.212,75 € Matrícula)

### 10% de descuento para empresas que matriculen 2 o 3 trabajadores dentro de un mismo curso (el mismo curso académico).

1.480,50€ (350 € preinscripció + 1.130,50 € Matrícula)

### 15% de descuento para empresas que matriculen 4 o más trabajadores dentro de un mismo curso (el mismo curso académico).

1.398,25€ (350 € preinscripció + 1.048,25 € Matrícula)

### 10% de descuento para personal de la UdG (PDI i PAS).

1.480,50€ (350 € preinscripció + 1.130,50 € Matrícula)

# Sessions Informatives

	<b>Data</b>	<b>Hora</b>	<b>Lloc</b>
Sessió informativa 1	14/07/2023	19:30	Balneari Vichy Catalan
Sessió informativa 2	22/09/2023	18:00	Conferència "SER EXCEPCIONAL", gratuïta i oberta a tothom (Balneari Vichy Catalan).

## 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
  - 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

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 d'Especialització 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 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.

---

#### 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.

---

**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 reserva el dret de modificar l'equip docent, si fos necessari, per garantir el nivell de qualitat i categoria professional.

## Entitats promotores

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació



# Intel·ligència Emocional

Inici curs: 22/09/2023

Data darrera sessió presencial: 13/07/2024

Fi curs: 13/07/2024

Data tancament acta avaluació: 30/07/2024

## Sessions Informatives

	Data	Hora	Lloc
Sessió informativa 1	14/07/2023	19:30	Balneari Vichy Catalan
Sessió informativa 2	22/09/2023	18:00	Conferència "SER EXCEPCIONAL", gratuïta i oberta a tothom (Balneari Vichy Catalan).

## Calendari

Data	Lloc	Inici matí	Fi matí	Inici tarda	Fi tarda
22/9/2023	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy			15:00	20:00
23/9/2023	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
20/10/2023	Balneari Vichy Catalan. Sala karaoke			15:00	20:00
21/10/2023	Balneari Vichy Catalan. Sala karaoke	09:00	14:00	15:00	20:00
17/11/2023	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy			15:00	20:00
18/11/2023	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
15/12/2023	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy			15:00	20:00
16/12/2023	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
26/1/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy			15:00	20:00
27/1/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
23/2/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy			15:00	20:00
24/2/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
22/3/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy			15:00	20:00
23/3/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
19/4/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy			15:00	20:00
20/4/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
17/5/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy			15:00	20:00
18/5/2024	Balneari Vichy Catalan. Sala Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
14/6/2024	Balneari Vichy			15:00	20:00

	Catalan. Sala Vichy				
15/6/2024	Balneari Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
	Catalan. Sala Vichy				
12/7/2024	Balneari Vichy			15:00	20:00
	Catalan. Sala Vichy				
13/7/2024	Balneari Vichy	09:00	14:00	15:00	20:00
	Catalan. Sala Vichy				