

Intel·ligència Emocional

11a Edició

Codi: 25S028

Tipologia: Diploma d'especialització (postgrau)

Crèdits: 39.00

Idioma: Català

Data d'inici: 19/09/2025

Data de finalització: 18/07/2026

Data màxima de presentació del treball final: 17/07/2026

Possibilitat d'assistir a les sessions presencials per videoconferència: No

Gravació de classes: No

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: Balneari Vichy Catalán. Sala Lambda i Sala Vichy (Caldes de Malavella)

Places: 30



Preus i descomptes

Preu: 1.745 €

5% de descompte per a alumnes i Alumni de la Universitat de Girona.

1.657,75€ (350 € Preinscripció + 1.247,75 € Matricula + 60 € Taxes)

5% de descompte per a alumnes i exalumnes de la Fundació UdG: Innovació i Formació que hagin realitzat un màster de formació permanent, diploma d'especialització o diploma d'expert (postgraus) (només s'aplicarà en el cas que no es matriculin de la mateixa estructura modular).

1.657,75€ (350 € Preinscripció + 1.247,75 € Matricula + 60 € Taxes)

5% de descompte per a membres de famílies nombroses o monoparentals. Persones a l'atur, amb discapacitat reconeguda o víctimes de violència masclista.

1.657,75€ (350 € Preinscripció + 1.247,75 € Matricula + 60 € Taxes)

10% de descompte per a empreses que matriculin 2 o 3 treballadors a la mateixa formació i curs acadèmic.

1.570,50€ (350 € Preinscripció + 1.160,50 € Matricula + 60 € Taxes)

15% de descompte per a empreses que matriculin més de 3 treballadors a la mateixa formació i curs acadèmic.

1.483,25€ (350 € Preinscripció + 1.073,25 € Matricula + 60 € Taxes)

Sessions Informatives

	Data	Hora	Lloc
Sessió informativa 1	12/06/2025	19:00	ONLINE per videoconferència amb el programa ZOOM
Sessió informativa 2	19/09/2025	19:00	Presentació "Aigua: taller de salut emocional". L'acte anirà a càrrec d'Àlex Maset. Gratuïta i oberta a tothom (Balneari Vichy Catalan - Sala Lambda). 19 de setembre, de 19 a 20 h.

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 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"](#)

Assignatures relacionades

Bases teòriques i pràctiques de la intel·ligència emocional (3 ECTS)

- 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. (16 ECTS)

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 (10 ECTS)

- 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 (10 ECTS)

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 d'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](#)
- [Imagin](#)

* Només és aplicable a persones residents a Espanya i sota acceptació de l'entitat bancària.

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 Bedòs Bonaterra

Artista, pintora i experta en l'expressió d'emocions a través de la pintura. Llicenciada en Belles Arts i formada amb els postgraus i màsters Art i Pensament, Teràpia Sistèmica, Teràpia basada en les Emocions, i Intervenció en Processos de Pèrdua, Dol i Crisi, de la Fundació Universitat de Girona.

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.

Carme Hernández

Professora de Primària, Doctora en Filologia, Llicenciada en Dret i Màster en mediació, m'he dedicat fonamentalment a la docència -en els diferents nivells i àmbits- i a la gestió de conflictes personals i interpersonals, acompanyant-me sempre amb altres eines i coneixements, molt especialment el Treball Sistèmic i de Constel·lacions Familiars i l'Astrologia.

Miquel Llorente

Professor agregat Serra Húnter a la Universitat de Girona, on desenvolupa projectes de recerca sobre comportament animal i primatologia, i les seves aplicacions en la comprensió del comportament humà.

Alexandre Maset Castelló

Psicòleg. Psicoterapeuta. Coach certificat per ICC. Màster en Hipnosi Ericksoniana. Màster en PNL advance. Formati 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 somatoemocional. Codirectora del Centre d'osteopatia, fisioteràpia i readaptació esportiva Fulcre de LLoret de Mar.

Noam Noguer

Psicòleg especialitzat en el desenvolupament psicoespiritual i els processos de dol i canvi.

Aniol Solà

Caporal de bombers de la Generalitat. Màster de formació del professorat de secundària i Grau en ciències de l'activitat física i l'esport a l'INEFC.

Marta Vera

Psicòloga. Màster en Drogodependències. Postgrau en Intel·ligència emocional. Postgrau en Acompanyament i Intervenció en processos de dol. Hipnoterapeuta.

*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.

Calendari

Data	Lloc	Inici matí	Fi matí	Inici tarda	Fi tarda
19/9/2025	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
20/9/2025	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
24/10/2025	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
25/10/2025	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
28/11/2025	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
29/11/2025	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
19/12/2025	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
20/12/2025	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
23/1/2026	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
24/1/2026	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
20/2/2026	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
21/2/2026	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
20/3/2026	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
21/3/2026	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
24/4/2026	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
25/4/2026	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
22/5/2026	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
23/5/2026	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
19/6/2026	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
20/6/2026	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00
17/7/2026	Balneari Vichy Catalán			15:00	20:00
18/7/2026	Balneari Vichy Catalán	09:00	14:00	15:00	20:00