TÍTOLS PROPIS
VNIVERSITAT DE VALÈNCIA

Màster Propi en Intel·ligència Emocional: Entrenament i Desenvolupament a través de la Mindfulness. 10a Edició.
Codi: 21521090

DADES GENERALS

Curs acadèmic	
Tipus de curs	Màster Propi
Nombre de crèdits	72,50 Crèdits ECTS
Matrícula	990 euros (import preu públic)
Requisits d'accés	Llicenciats, Graduats i Diplomats universitaris
Modalitat	On-line
Lloc d'impartició	
Horari	On line

Direcció

Organitzador	Departament de Psicologia Bàsica
Direcció	Cristina Esteban Martínez Profesor/a Titular de Universidad. Departament de Psicologia Bàsica. Universitat de València

Terminis

Preinscripció al curs	Fins a 03/01/2022
Data inici	Gener 2022
Data fi	Desembre 2022

Més informació

Telèfon	961 603 000
E-mail	informacio@adeituv.es

PROGRAMA

Intel·ligència

Concepte d'intel·ligència
Origen de les proves d'intel·ligència
Quocient intel·lectual
Aportacions dels Tests d'Intel·ligència
Crítiques als Tests d'Intel·ligència
Intel·ligències múltiples
Intel·ligència multipersonal i intrapersonal

Emocions

Què són les emocions?
Emocions bàsiques
Principals característiques de les emocions
Diferents conceptes relacionats amb les emocions
L'origen de les emocions
Influència de les emocions en la raó
Influència de la raó en les emocions
Funcions de les emocions
Procés emocional
Com es mesuren les emocions?

Intel·ligència Emocional

Concepte d'Intel·ligència Emocional
Teories i models d'Intel·ligència Emocional
Components de la Intel·ligència Emocional
Aptituds en les quals es basa la Intel·ligència Emocional
Aspectes fisiològics de la Intel·ligència Emocional
Evolució, influència social i diferències de gènere en la Intel·ligència Emocional
Avaluació de la Intel·ligència Emocional
Mites i veritats del concepte d'Intel·ligència Emocional

Estres

Definició de l'estrés
Models teòrics de l'estrés
Estrés psicosocial
Estrés i salut
Estrés i sistema immune
Autoavaluació i estudi de casos

Les emocions desagradables

Ansietat
Indefensió
Depressió
Ira
Culpabilitat

Les emocions agradables

Benestar psicològic
Felicitat
Humor
Amor
Flux
Optimisme
Resiliència
Autoavaluació i estudi de casos

Intel·ligència Emocional en l'àmbit aplicat

Entorn laboral
Negocis i àmbit organitzacional
Àmbit educatiu
Intel·ligència emocional i deporte
Intel·ligència emocional i salut
Intel·ligència emocional en la vida quotidiana
Arts i emocions que potencien la creativitat
Creativitat

Desenvolupament de la Intel·ligència Emocional

Afrontament, gestió. Control i canalització.
La relaxació
Dessensibilització sistemàtica
Biofeedback
Habilitats socials
Reestructuració cognitiva
La meditació

Treball final de Màster

Modalitats d'investigació
Principis bàsics de la investigació empírica, bibliogràfica, estudi de casos i projectes d'intervenció.

PROFESSORAT

Francisco Manuel Alonso Plá

Director del Grupo de Investigación DATS (Desarrollo y asesoramiento en tráfico y seguridad vial). Director del Instituto Universitario de Investigación en Trafico y Seguridad Vial (Universidad de Valencia).

Cristina Esteban Martínez

Profesor/a Titular de Universidad. Departament de Psicologia Bàsica. Universitat de València

Christopher Lewis

Doctor of Philosophy (Bath university)

María José Ramos Borges

Especialista en Mindfulness based Cognitive Therapy for Life por el Oxford Minfuldness de la Universidad de Oxford

Luis Sebastián Castañares

Director Desarrollo de Proyectos. Negocios Inteligentes 7Experience, S.L. (LUGENERGY)

María Elvira Vague Cardona

Profesora de la Universidad de Valencia. Psicóloga clínica y jurídica. Teacher MBCT del CMRP (Universidad de Bangor). Doctora en Género. Máster en Investigación en Psicología y en Recursos Humanos.

OBJECTIUS

Les sortides professionals que té el curs són:

El Màster en Intel·ligència Emocional s'orienta a la formació de professionals capacitats per a intervindre en les diverses facetes de la intel·ligència emocional, en els diferents àmbits en
què aquestes reaccions tenen especial incidència (clínic i de la salut, educatiu, laboral, etc.).
El Màster eminentment pràctic, té com a objectiu general l'especialització dels participants en l'ús de mètodes i tècniques de prevenció i tractament i models d'actuació
en diverses àrees, així com aportar el manteniment teòric i empíric (fisiològic, neuropsicològic, comportamental i psicosocial) precís per a una utilització idònia d'aquests mètodes i tècniques.
En aquest sentit es pretén introduir als estudiants en una de les tècniques que s'ha revelat com una de les més efectives per a desenvolupar la Intel·ligència Emocional, es tracta del Mindfulness, una proposta on els exercicis reflexius van estretament lligats amb pràctiques meditatives, en les quals s'aprén a gestionar de manera intel·ligent les nostres emocions. Per a això es fomenta l'intercanvi reflexiu d'opinions, la utilització de metàfores per a comprendre conceptes i, sobretot, la pràctica d'activitats de meditació, a través d'enregistraments que guien a l'alumne, per a entrenar els aspectes pertinents. A partir d'aquest màster pretenem oferir als alumnes, un conjunt d'eines bàsiques per a desenvolupar la seua intel·ligència emocional i enfrontar-se a les diverses situacions quotidianes i laborals.

Els objectius del curs són:
1. Adquirir les competències emocionals necessàries per al desenvolupament de la pròpia intel·ligència emocional.
2. Desenvolupar les competències relacionals necessàries per a canalitzar les emocions en la interacció amb els altres.
3. Adquirir estratègies, habilitats i la metodologia necessària per a potenciar el desenvolupament d'aquestes competències en els altres.
4. Adquirir les eines necessàries per a la implementació de la Intel·ligència emocional en àmbits professionals concrets.
5. Adquirir noves eines als professionals de diferents àrees (psicòlegs, pedagogs, terapeutes) per al seu acompliment laboral.
6. Aplicar a l'àmbit de l'aprenentatge la intel·ligència emocional a professors i personal dedicat a l'ensenyament.
7. Gestionar canvis o millorar diferents àrees de la seua vida, tant personal com professional.
8. Encaminar la formació o desenvolupament professional cap a aquesta especialitat als llicenciats, diplomats o estudiants universitaris que ho desitgen.
9. El mindfulness com a eina idònia per al desenvolupament de la intel·ligència emocional.