

## DADES GENERALS

## Curs acadèmic

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <b>Tipus de curs</b>     | Màster Propi                                    |
| <b>Nombre de crèdits</b> | 72,50 Crèdits ECTS                              |
| <b>Matrícula</b>         | 990 euros (import preu públic)                  |
| <b>Requisits d'accés</b> | 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

|                              |                   |
|------------------------------|-------------------|
| <b>Preinscripció al curs</b> | Fins a 03/01/2022 |
| <b>Data inici</b>            | Gener 2022        |
| <b>Data fi</b>               | Desembre 2022     |

## Més informació

**Telèfon** 961 603 000  
**E-mail** [informacio@adeituv.es](mailto: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 Tráfico 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 Mindfulness 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.

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) precis 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.