

MASTER EN INTELIGENCIA EMOCIONAL

PRESENTACIÓN

La Inteligencia Emocional será el recurso más importante del siglo XXI para sobrevivir a una época de “cambio permanente”. Es básica para incrementar el rendimiento profesional y el bienestar personal y especialmente en profesiones complejas, como son las que incluyen las relaciones personales como centro y principal motor de la actividad: Educación, Recursos Humanos, Comunicación, etc.

Por todo esto, la Universidad Camilo José Cela y Escuela de Inteligencia han querido aportar su grano de arena a través de la creación de este curso de Master/Especialista en Inteligencia Emocional. En él se trabajan técnicas de conocimiento, desarrollo y canalización de la emociones para obtener habilidades personales que proporcionan una diferencia sustancial en el contexto profesional.

OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

OBJETIVOS

1. Adquirir las competencias emocionales necesarias para el desarrollo de la propia inteligencia emocional.
2. Desarrollar las competencias relacionales necesarias para canalizar las emociones en las relaciones con los demás.
3. Adquirir estrategias, habilidades y la metodología necesaria para potenciar el desarrollo de dichas competencias en los demás.
4. Adquirir las herramientas necesarias para la implementación de la Inteligencia emocional en ámbitos profesionales concretos.

METODOLOGÍA

La metodología del Master se caracteriza por ser eminentemente práctica y vivencial. Se basa en una alta implicación y participación por parte del alumno, que durante todo el curso está supervisado por el tutor. El vivir en la propia experiencia el desarrollo de competencias emocionales es el paso necesario para estar en disposición de realizar esa labor con los demás.

Así mismo, parte del contenido del Master consiste en horas de formación on-line. Estas horas están orientadas a cubrir dos necesidades fundamentales:

- La mejora personal de los alumnos, en base al desarrollo de sus propias competencias emocionales y relacionales.
- La supervisión de la adquisición de conocimientos necesarios para una práctica profesional satisfactoria.

Algunas técnicas pedagógicas utilizadas son: dinámicas de grupo, casos prácticos individuales y grupales, ensayo conductual (role-playing), técnicas de coaching, cuadernos de trabajo, seguimiento individualizado, etc.

TUTORÍAS

Cada alumno tiene asignado un tutor cuyo objetivo fundamental es realizar un seguimiento durante todo el curso de las actividades realizadas, la entrega de trabajos y la realización de las prácticas. Otra labor adicional consiste en solventar las necesidades de formación que se requieran, para potenciar el enriquecimiento del alumno.

Se realizarán 24 horas de tutorías distribuidas durante el curso, en formato individual y de común acuerdo con la disponibilidad de alumno y tutor.

PRÁCTICAS O PROYECTO PROFESIONAL

Para la realización de las prácticas o proyecto profesional, se tendrá en cuenta el perfil del alumno, su nivel de habilidades y conocimientos, así como sus intereses profesionales.

Las prácticas consistirán en aplicar las habilidades y conocimientos adquiridos en un ámbito profesional.

Se podrá optar entre distintas áreas profesionales (educación, sanidad, colectivos desfavorecidos socialmente, relación de ayuda, divulgación en medios de comunicación, empresa, etc), dónde el alumno aplicará sus conocimientos y habilidades, a un colectivo con sus características y necesidades concretas.

El alumno que así lo solicite, también podrá desarrollar sus prácticas en su actual puesto de trabajo, siempre y cuando se cumpla con los requisitos exigidos en el curso.

La duración de las prácticas es de 100 horas que comprenden tanto la preparación como la implantación de la acción formativa.

EVALUACIÓN DE LOS ALUMNOS

Se llevará a cabo por la junta de evaluación constituida por los tutores, facilitadores, coordinación y dirección de estudios, en virtud de los siguientes criterios:

- Asistencia obligatoria a las sesiones presenciales y a cuántas actividades se programen durante el curso (un mínimo del 80%).
- Entrega de trabajos y actividades obligatorias propuestas, en tiempo y forma, que el claustro docente considere oportunos.
- Consideración de las actividades y trabajos presentados de carácter optativo.
- Informe del tutor dónde se tenga en cuenta, además de la entrega de trabajos, la preparación, la actitud, la motivación y el grado de implicación a lo largo del curso.
- Realización del proyecto final o de las prácticas realizadas durante el curso.
- Cada alumno presentará y defenderá su proyecto o su memoria de prácticas, delante de un tribunal constituido por el claustro docente, coordinación y dirección; además de la presencia de sus compañeros de curso.

PROGRAMA

VIVENCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL NIVEL I

Este seminario eminentemente vivencial como punto de partida del curso. Es importante tener la oportunidad de vivirlo, antes de estar mediatizado por los conocimientos adquiridos con posterioridad. Se proporciona al alumno un conjunto de experiencias como primera toma de contacto con la inteligencia emocional.

FUNDAMENTACIÓN

Para asimilar la importancia y el peso actual de la Inteligencia emocional es necesario conocer su origen filosófico y psicológico, y todo su bagaje contemporáneo que ha hecho que la Inteligencia emocional sea actualmente un término científicamente aceptado.

Además también se abordan conocimientos rudimentarios sobre las bases psicofisiológicas de las emociones para poder conocer su funcionamiento.

INTRAPERSONAL

En este bloque se aborda auto-conocimiento y autogestión emocional. Se da la oportunidad a los alumnos de aprender a canalizar sus emociones, y saber interpretarlas.

- Elementos intrapersonales de la inteligencia emocional: conciencia de uno mismo, y autogestión de emociones.

- Estrategias de conocimiento, evaluación y desarrollo del auto-conocimiento.
- Estrategias de conocimiento, evaluación y desarrollo de la canalización de emociones.
- Autoconcepto y Autoestima.
- Canalización de sentimientos y emociones clave ante las dificultades: enfado, tristeza, miedo, culpa, resentimiento, victimismo, estrés y ansiedad.
- Las claves del trabajo con las emociones.
- Expresión de sentimientos y emociones de agrado.
- Las emociones: claves del bienestar personal.

RELACIÓN DE AYUDA

Se centra en la adquisición y desarrollo de las actitudes y habilidades necesarias para establecer una relación adecuada con las personas objetivo de nuestra actuación profesional.

- Estilos de relación de ayuda.
- Actitudes en la relación de ayuda: empatía, aceptación incondicional y autenticidad.
- La respuesta empática como clave en el vínculo establecido.
- Fases de la empatía.
- Habilidades en la relación de ayuda: escucha activa, reformulación, personalización, normalización y confrontación.

INTERPERSONAL I

Lenguaje no verbal

- Orígenes del lenguaje no verbal.
- Lenguaje no verbal: clave en la expresión y la interpretación de las emociones.
- Proxemia.
- Háptica.
- Kinesia.
- Microgestos.
- Paralenguaje.

Habilidades Sociales

- El proceso de comunicación y las habilidades sociales.
- Aspecto paralingüísticos de la comunicación.
- Procesos perceptivos en el acto comunicativo.
- Estilos comunicativos y sus funciones en la relación con los demás.
- Habilidades conversacionales como forma de auto-expresión.

INTERPERSONAL II

Habilidades Sociales

- Asertividad: asimilación e integración de los derechos asertivos.
- Desarrollo de la asertividad en el ámbito personal.
- Desarrollo de la asertividad como profesional.
- Estrategias para realizar y recibir críticas.
- Manejo de ataques ofensivos de los demás.
- Expresión de emociones: cómo expresar desacuerdo de forma hábil, y cómo expresar emociones agradables sobre uno mismo y sobre los demás.

METODOLOGÍA APLICADA A LAS ORGANIZACIONES

Consta de dos partes diferenciadas: una encaminada a proporcionar las pautas básicas para realizar propuestas formativas a organizaciones de distintos tipos, y otra para que el alumno experimente la metodología out-door como alternativa en la formación de competencias emocionales y relacionales.

Propuestas formativas

- Análisis de necesidades como base en la realización de propuestas formativas.
- Bases metodológicas para la realización de propuestas formativas.

- Proceso de evaluación en las acciones formativas.

Formación out-door

- Iniciación a la metodología out-door.
- Participación en distintas actividades al aire libre donde experimentar este tipo de metodología.

VIVENCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL NIVEL II

Es un seminario vivencial donde se profundiza en la capacitación de los alumnos. Consiste en identificar los puntos de mejora y afianzar las cualidades que proporcionan un mayor bienestar a nivel personal y laboral.

INTELIGENCIA EMOCIONAL: ANTECEDENTES, PRESENTE Y FUTURO

Consiste en profundizar en el panorama actual de la inteligencia emocional a nivel teórico y práctico.

- Antecedentes históricos de la inteligencia emocional.
- Ámbitos de aplicación de la inteligencia emocional.
- Psicología de la emoción: el marco de la inteligencia emocional.
- Desarrollos actuales y futuro de la inteligencia emocional.
- Bases metodológicas de la inteligencia emocional.

BASES DE LA P.N.L. (PROGRAMACIÓN NEURO-LINGÜÍSTICA)

Se aplican métodos y técnicas de P.N.L. a la modificación de conductas, creencias y valores para aumentar el bienestar personal y la capacitación profesional de los alumnos.

- Definición y origen de la P.N.L.
- Aplicaciones y ámbitos de la P.N.L.
- Sistemas representacionales (modalidades y submodalidades): visual, auditivo y kinestésico.
- Programas y meta-programas para conseguir la excelencia personal y profesional.
- Proceso de información en la P.N.L.
- Comunicación efectiva: el rapport como clave fundamental.
- Proceso de cambio y aprendizaje.

COMUNICACIÓN EN GRUPO

Se dota a los alumnos de habilidades básicas de oratoria, como herramientas clave para desarrollar una acción formativa, y/o como forma de mejorar la comunicación cuando va dirigida a un grupo de personas.

- Proceso de la oratoria.
- Presentaciones eficaces.
- Preparación del discurso en función del público.
- Herramientas a desarrollar importantes: la voz y el lenguaje corporal.
- Cómo superar el miedo escénico y combatir los nervios y la mente en blanco.
- Cómo ser un buen moderador.
- Utilización de medios audiovisuales.

BASES PSICO-BIOLÓGICAS DE LAS EMOCIONES

Se abordan los distintos mecanismos que se ponen en marcha con las emociones, además de las consecuencias orgánicas que tiene el no canalizarlas de forma adecuada.

- Fisiología de las emociones.
- Teorías explicativas.
- Consecuencias orgánicas: cuando la emoción se transforma en carga emocional.
- Consecuencias orgánicas: cuando la carga emocional conduce a trastornos psicosomáticos.
- Autogestión emocional como forma de prevenir alteraciones y promocionar el bienestar y la salud.

TÉCNICAS DE MEJORA DEL BIENESTAR

Se entrena al alumno en las pautas fundamentales para el desarrollo del bienestar personal y profesional; además de claves para compatibilizar la labor profesional con la vida personal.

- Entrenamiento en relajación muscular progresiva.
- Relajación mediante control autógeno.
- Relajación mediante técnicas de control respiratorio.
- Higiene y salud laboral: medidas de prevención y manejo del estrés en las profesiones basadas en las relaciones humanas.
- Formas alternativas de mejora personal: risoterapia como forma de potenciar el bienestar.

LIDERAZGO Y TRABAJO EN EQUIPO

Se proporciona al alumno los conocimientos y las habilidades básicas para una adecuada gestión del liderazgo y el trabajo en equipo, en el ámbito personal y profesional.

- Inteligencia emocional y liderazgo.
- Tipos de liderazgo y consecuencias asociadas.
- Cómo desarrollar el liderazgo de forma efectiva.
- Valores del liderazgo: integridad, confianza, decisión y comunicación.
- Cómo fomentar la motivación y el trabajo en equipo.
- Gestión de motivaciones: identificación de motivaciones y necesidades.
- Desarrollo de la visión, intuición y legado.
- Gestión de personas.
- Gestión de tareas.

VIVENCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL NIVEL III

Se proporciona al alumno un conjunto de experiencias que le permiten potenciar la armonía y neutralidad a través del equilibrio y la confianza.

VIVENCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL NIVEL IV

Se proponen vivencias para que el alumno construya su propósito de vida a través del trabajo con el diálogo interno, las creencias, los valores y el contacto con la naturaleza.

PROFESORADO

Director:

Javier Mañero Moreno. Director de Escuela de Inteligencia. Licenciado en Empresariales (UCM). Cursos de Psicología Aplicada. Practitioner, Master y Trainer de PNL. Especialista Universitario en Inteligencia Emocional (UCJC). Coach. Más de treinta años en experiencia docente. Director del programa del Master en Coaching por la UCJC. Consultor senior en la formación de competencias emocionales en el mundo de la empresa.

Coordinadora:

Carolina Soba Molero. Licenciada en Psicología (UAM). Master en Psicoterapia cognitivo-conductual (Grupo Luria). Practitioner en PNL. Especialista Universitario en Inteligencia Emocional (UCJC). Psicóloga colegiada M-14665. Psicoterapeuta y consultora de formación. Ocho años de experiencia terapéutica y docente.

Directora de Estudios:

Virginia Gonzalo Rivas. Licenciada en Psicopedagogía por la UNED. Especialista Universitario en Inteligencia Emocional (UCJC). Practitioner en PNL. Coach profesional (Olacoach). Consultora de formación en Escuela de Inteligencia. Coach ejecutiva.

Claustro docente

En Escuela de Inteligencia se dispone de un equipo multidisciplinar compuesto por empresarios, economistas, psicólogos, psico-pedagogos y abogados. Todos ellos tienen una amplia experiencia en la docencia y la facilitación de competencias emocionales en distintos ámbitos como empresa, educación, sanidad, coaching y desarrollo personal.

Belén Jiménez Ramírez. Licenciada en Psicología por la UNED. Especialista Universitario en Inteligencia Emocional (UCJC). Psicoterapeuta y consultora de formación en Escuela de Inteligencia. Coach ejecutiva.

Francisco Yuste Pausa. Diplomado en Empresariales (UCM). Master en RRHH (Cámara de Comercio). Especialista Universitario en Inteligencia emocional (UCJC). Practitioner en PNL. Coach personal y ejecutivo. Veinticinco años de experiencia profesional y docente.

Manuel López Moreno. Licenciado en Administración y Dirección de Empresas en la UNED. Auditor de cuentas. Practitioner en PNL. Especialista Universitario en Inteligencia Emocional y Experto en Coaching (UCJC). Consultor y Coach. Treinta años de experiencia profesional y docente.

Daniel López Fernández: Ingeniero técnico en informática de sistemas (UPM). Master en coaching e Inteligencia Emocional (UCJC). Formador y consultor

Rossmito Galán Miguel. Licenciado en Empresariales y Filología Inglesa por la Universidad de Cambridge. Doctorado en Filología Hispánica (UCM). Master de PNL (Universidad de Santa Mónica). Especialista Universitario en Inteligencia Emocional y Experto en Coaching (UCJC). Consultor de formación de Escuela de Inteligencia. Más de treinta años de experiencia docente.

ADMISIÓN

DESTINATARIOS

- Profesionales dedicados a la relación de ayuda: coaches, terapeutas, psicólogos, consultores, orientadores, etc.
- Docentes en cualquier nivel de formación, desde educación infantil, hasta la formación de postgrado.
- Profesionales de los medios de comunicación.
- Profesionales del ámbito sanitario: médicos, enfermeras, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, etc.
- Profesionales del ámbito social: trabajadores sociales, educadores sociales, animadores socioculturales.
- Gestores de formación y recursos humanos en el ámbito de la empresa.
- Cualquier profesional cuya labor se desarrolle a través de las relaciones humanas.
- Titulados que quieran enriquecer su formación para incorporarse con mayor preparación al mercado laboral.

FORMACIÓN REQUERIDA

- Título universitario de licenciatura o ingeniería. Tienen un interés especial: Medicina, Psicología, Pedagogía, Sociología, Psicopedagogía, Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
- Título de diplomatura universitaria. Tienen un interés especial: Magisterio, Educación Social, Trabajo Social, Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Logopedia.
- Profesionales que acrediten una experiencia laboral amplia en ámbitos enfocados en las relaciones humanas.
- Estudiantes de último curso de los estudios citados.

PROCESO DE ADMISIÓN

El proceso de admisión consistirá en la recepción de una carta de presentación redactada por el alumno y currículum vitae, además de entrevista personal. La entrevista personal tendrá un peso especial, sobre todo en los casos en los que no se cumpla con los requisitos de formación requerida.

En este caso, se tendrá en consideración la experiencia laboral que el aspirante pueda acreditar. Además queda a criterio del entrevistador utilizar alguna otra técnica para completar el proceso de selección.

CALENDARIO

DURACIÓN: 600 horas

376 horas presenciales
100 horas de prácticas
100 horas de formación online
24 horas de tutorías

CRÉDITOS: 60 créditos

CALENDARIO LECTIVO: 2 sesiones mensuales aproximadamente.

HORARIO: Las sesiones habituales se desarrollan el viernes por la tarde y el sábado, en el siguiente horario: V de 17:00 a 21:00 y S de 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00. Las sesiones que se corresponden con seminarios vivenciales se realizan de forma excepcional con un formato más intensivo, tal y como se expone en el calendario del curso.

LUGAR DE REALIZACIÓN: Escuela de Inteligencia
C/ Fernando el Católico 63.
Madrid (metro: Arguelles y Moncloa)
Teléfono: 91 548 81 76

CALENDARIO EXPERTO EN INTELIGENCIA EMOCIONAL. OCTUBRE 2010.

MADRID

OCTUBRE							NOVIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31	29	30					
DICIEMBRE							ENERO						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5						1	2
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30
							31						
FEBRERO													
L	M	X	J	V	S	D							
	1	2	3	4	5	6							
7	8	9	10	11	12	13							
14	15	16	17	18	19	20							
21	22	23	24	25	26	27							
28													

- Viernes: 16 a 21.30 horas
- Sábados: 9 a 19.30 horas

OTROS HORARIOS

- Las sesiones de los días **29, 30, 31 de octubre y 1 de noviembre**, tendrán un horario aproximado de inicio de 10 a 19 horas.
- Las sesiones de los días **4, 5, 6 y 7 de diciembre**, tendrán un horario intensivo que se determinará en el momento del curso.

**CALENDARIO MASTER EN INTELIGENCIA EMOCIONAL. FEB2011
MADRID**

FEBRERO						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

MARZO						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ABRIL						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

MAYO						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

JUNIO/ JULIO						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

- Viernes: 16 a 21.30 horas
- Sábados: 9 a 19.30 horas

OTROS HORARIOS

- Las sesiones de los días **29, 30 de abril, 1 y 2 de mayo**, tendrán un horario aproximado de 9 a 20 horas.
- Las sesiones de los días **23, 24, 25 y 26 de junio**, tendrán un horario aproximado de 9 a 20 horas