

“aprendizaje social y emocional”

Ciencia para la educación y las organizaciones del siglo XXI.



**fundación
eduardo punset** | **Cursos de verano**

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SOCIAL APLICADA AL TRABAJO, LA EDUCACIÓN Y LA SALUD

*Pineda de Mar (Centro Innova)
27, 28 y 29 de junio de 2012*



Ajuntament
de Pineda de Mar



PRESENTACIÓN



La irrupción paulatina de la ciencia en la cultura popular está dejando al descubierto las fechorías realizadas en nombre del pensamiento dogmático.

La experimentación científica ha puesto de manifiesto que "a lo largo de la vida resultan esenciales una mayor autoestima, una mejor capacidad para gestionar las emociones perturbadoras, una mayor sensibilidad frente a las emociones de los demás y una mejor habilidad interpersonal; pero los cimientos de todas estas aptitudes se construyen en la infancia". Son palabras de Daniel Goleman y Linda Lantieri, expertos en lo que ahora denominamos educación social y emocional.

Las bibliotecas están llenas de relatos sobre valores, emparentados con todo tipo de ideologías. Frente a esta plenitud de argumentos, se advierte la ausencia escalofriante de libros o asignaturas científicas sobre el aprendizaje social y emocional.

¿Qué es lo que echamos en falta?

- Saber lo que les pasa por dentro. Comprender cómo la inseguridad y el miedo influyen en su comportamiento. Desarrollar un vocabulario emocional sólido con el que puedan comunicarse con el resto.
- Identificar los sentimientos de los demás para aprender a ponerse en su lugar. El desarrollo de la empatía permite construir una sociedad cohesiva.
- Aprender a gestionar las emociones básicas y universales. Son intangibles, pero son el único activo con el que se viene al mundo.
- Diseñar, ejecutar y evaluar soluciones responsables a los problemas, y no adoptar posicionamientos dogmáticos, que no se han podido o querido comprobar.
- Resolver conflictos para mantener relaciones sosegadas con los demás. Rechazar aquellas decisiones que impliquen violencia o agresión.



¿A qué estamos esperando, pues, para impartir aquellos rudimentos científicos que ilustren sobre la naturaleza y la gestión de las emociones básicas y universales?.

*Extractos del artículo
 "Necesitamos menos ideología y más educación emocional"
 Eduardo Punset (marzo 2009)*

OBJETIVOS

Para dar respuesta a la necesidad de gestionar la emotividad en entornos profesionales, el Equipo ASE (Aprendizaje Social y Emocional) de la Fundación Eduard Punset, ha diseñado para este curso un programa para profesionales de la Empresa, la Educación y la Salud interesados en el desarrollo de sus competencias de comunicación y gestión de las emociones, así como en la construcción y dinamización de equipos motivados, apasionados y comprometidos.

Un programa con objetivos y aplicaciones eminentemente prácticos, que permitirá a los profesionales:

- Conocer y entender los conceptos básicos de la inteligencia emocional en entornos profesionales.
- Aplicar los últimos conocimientos sobre inteligencia emocional y social en el campo de la empresa, la educación y la salud.
- Desarrollar competencias emocionales y sociales que les permitan mejorar considerablemente su propia motivación y la de aquellos para/con los que trabajan.
- Aumentar su capacidad para liderar y dinamizar proyectos cooperativos.

ESTRUCTURA Y CONTENIDO

El curso tiene una duración de 20 horas, distribuidas en tres jornadas.

1r Día: PROGRAMA COMÚN

Programa general para todos los profesionales
Mañana y tarde (8 horas)

2º Día: PROGRAMAS ESPECÍFICOS

Programa para profesionales de la Empresa
Programa para profesionales de la Educación y la Salud
Mañana y tarde (8 horas)

3r Día: PROGRAMA COMÚN

Programa de de prácticas outdoor para todos los profesionales.
Mañana (4 horas)

METODOLOGÍA

La metodología de trabajo combinará los contenidos teóricos con un importante bloque de actividad práctica. ASE incorpora formas creativas de enseñanza, como las representaciones con actores, dinámicas de grupo, ejercicios de expresividad emocional, *roleplays*, etc. Las explicaciones pedagógicas se ilustran con documentos audiovisuales de interés científico, materiales audiovisuales propios que recogen los últimos descubrimientos en el área de la inteligencia emocional y su relación con la educación, la salud y la gestión de organizaciones.

Los entrenamientos de gestión emocional aplican tecnología avanzada (dispositivos de neuro y biofeedback, método Ekman sobre expresividad facial, etc.); técnicas de última generación que permiten ofrecer una retroalimentación directa y objetiva de las respuestas físicas y emocionales.

1r Día: PROGRAMA COMÚN

VIVIR CON INTELIGENCIA EMOCIONAL

PONENCIA INAUGURAL: Eduardo Punset

1. Emociones y sentimientos: una guía para vivir.
2. La inteligencia emocional y social: conocimiento personal y gestión de las emociones de sí mismo y de los demás.
3. Las bases de la gestión emocional.
 - 3.1. El control de la atención: concentración y autodirección.
 - 3.2. La respiración y la relajación corporal.
 - 3.3. La empatía y la expresión emocional.
4. Prácticas para principiantes de Atención Plena (*mindfulness*).
 - 4.1. Aplicaciones a la vida diaria y al trabajo.
5. Niveles de desarrollo de la empatía: del contagio emocional a la comprensión de la situación vital de los demás.
 - 5.1. Prácticas para influirnos emocionalmente.
6. La expresión de las emociones.
 - 6.1. Prácticas basadas en el método Ekman de discriminación de las expresiones faciales.
7. Identificación de la tensión interpersonal y gestión de la misma.
 - 7.1. Prácticas con apoyo de biofeedback.



2º Día: PROGRAMAS ESPECÍFICOS

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SOCIAL EN LAS ORGANIZACIONES

1. La importancia de la inteligencia emocional y social en el trabajo: bases científicas y empíricas.
2. Nacidos para cooperar. Las bases naturales de la cooperación en primates y humanos. El conflicto necesario para la evolución.
3. Los equipos más motivados, creativos y comprometidos: los equipos con inteligencia emocional.
4. Cómo desarrollar equipos emocionalmente inteligentes.
5. El liderazgo inspirador y transformador: influir para innovar.
6. Construir contextos cooperativos y creativos.
7. Neurociencia, estrategia y *management*.



2º Día: PROGRAMAS ESPECÍFICOS

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SOCIAL EN LA EDUCACIÓN Y LA SALUD

1. El desarrollo emocional y social a lo largo del ciclo evolutivo
 - 1.1. El apego y su repercusión en el desarrollo de la confianza interpersonal, la atención y la activación.
 - 1.2. El desarrollo del autocontrol y de las habilidades sociales.
 - 1.3. La construcción de la identidad.
2. La relación con el niño pequeño. Objetivos de la educación en la infancia.
3. La relación con el adolescente. Objetivos educativos.
4. La relación con el alumno/paciente: la construcción del contexto educativo/terapéutico y de la *alianza* interpersonal.
5. Prácticas para facilitar la apertura y el diálogo.
6. Prácticas para motivar y generar alivio.
7. Prácticas para generar la confianza y la adhesión.
8. Prácticas para afrontar los conflictos y negociar soluciones.
9. La prevención en la educación y la salud.



3r Día: PROGRAMA COMÚN (Outdoor)

CONCILIANDO EL CONOCIMIENTO, EL TRABAJO Y EL ENTRETENIMIENTO



1. Juegos en equipo.
2. Análisis en grupo de la experiencia.
3. Práctica de *mindfulness*.
4. Construyendo un futuro: plan de mejora personal.

PROFESORADO

El EQUIPO ASE está compuesto por un conjunto interdisciplinar de profesionales de los campos de la educación, la psicología, la antropología, el *management* y la comunicación, que estudian y desarrollan programas de formación en inteligencia emocional y social de alta calidad, y sus aplicaciones a nivel corporativo, de la salud y educativo.

Los miembros del equipo que coordinarán e impartirán el programa son:

Elsa Punset | Escritora y especialista en inteligencia emocional en la educación.

Carmen Loureiro | Psicóloga y especialista en comunicación y gestión emocional.

Pablo Herreros | Sociólogo y primatólogo, especializado en organizaciones e innovación.

Verónica Cruz | Actriz y profesora de interpretación, especializada en educación emocional.

Pedro Delgado | Actor y profesor de interpretación, especializado en comunicación.

Francisco Cózar | Psicólogo, especializado en psicología de la salud y habilidades directivas.





CENTRO INNOVA | Torres Quevedo, 16 | 08397 Pineda de Mar | Autopista C-32 (Salida 122)

www.cursospunset.pinedademar.org

Patrocina