

Inteligencia Emocional en el Entorno Empresarial

UGRA_005248

| | |
|------------------------|--|
| Departamentos | Departamento de Dirección de Personas y Organización |
| Idiomas impartición | Español |
| ECTS | 2 |
| Profesor/a responsable | Francesc Parada Martín - francesc.parada@esade.edu |

Objetivos de la asignatura

Las empresas buscan profesionales que no sólo estén preparados técnicamente para desarrollar las tareas diarias de la empresa, sino que al mismo tiempo sean adaptables, empáticos, resolutivos y que trabajen bien equipo.

En un mundo global es necesario potenciar las habilidades emocionales y sociales para desenvolverse bien en el trabajo de equipo consiguiendo un grupo eficiente y eficaz.

Es por ello que las personas con alta inteligencia emocional consiguen grandes éxitos laborales.

La Harvard Business Review ha llegado a calificar la inteligencia emocional como una de las ideas más influyentes de la década en el mundo empresarial.

Hay que tener en cuenta que la mayoría de las situaciones problemáticas de la vida están causadas por incapacidades emocionales. El efecto devastador de los arrebatos emocionales en los equipos es una muestra de ello.

La inteligencia emocional, nos abre las puertas a mayores posibilidades de desarrollo -tanto a nivel personal como laboral- que nos lleva a una mejor satisfacción personal y un mayor éxito social.

Objetivos :

-Comprender los mecanismos de tus propias emociones y las de los demás, y mejorar tu autoliderazgo.

-Descubrir cómo «funcionan» las personas y cómo adaptarte para conseguir lo mejor de ellos y ser un mejor líder.

-Aumentar tu capacidad de empatía y assertividad, básicas para el liderazgo que demandan hoy en las empresas.

-Mejorar tu capacidad de trabajar en equipo, una de las habilidades transversales que más tienen en cuenta las empresas.

Conocimientos previos No son necesarios conocimientos previos.

Prerrequisitos No hay prerrequisitos.

Metodología Durante las clases se realizan dinámicas y ejercicios para interiorizar mejor el aprendizaje.

Descripción

Breve descripción Es una asignatura eminentemente práctica.

El aprendizaje no es en base a teoría, si no que se aplica el concepto a tu propia situación personal para así interiorizar en aprendizaje.

Actividades

Ejercicios de análisis

El aprendizaje de la materia se hace mediante ejercicios prácticos.

El 80% de la asignatura se basa en dinámicas por grupos.

Contenido

| # | Módulo |
|---|--|
| 1 | 1. Los 4 pasos para ser inteligente emocionalmente Aprenderemos la metodología para ser dueño de tus propias emociones y cómo tener la capacidad de generar estados emocionales de alto rendimiento para conseguir objetivos y superar situaciones que generan estrés. |
| 2 | 2. Las claves de las emociones básicas Cómo aprovechar las emociones de la rabia, la tristeza y el miedo para que en vez de controlarte a ti, seas capaz de gestionarlas evitando que te dominen y te saboteen. |
| 3 | 3. Cómo relacionarme con los demás sin conflicto Conoceremos los 3 principios básicos que nos permitirán disminuir drásticamente el estrés que nos provoca determinadas relaciones. Aprenderemos los 4 estilos de personas en cuanto a manera de comunicarse, y cómo relacionarse con ellos para conseguir liderarlos de forma adecuada. |
| 4 | 4 Cómo descubrir lo que te limita para superarlo Analizaremos creencias limitantes, cual es su origen y como superarlas, |

Evaluación

| Herramienta | Sistema de evaluación | Categoría | % |
|---|---|------------------------|---|
| Participación en las actividades del programa | Presencia y participación en clase 80% entrega de dos trabajos 20% | Convocatoria Ordinaria | |

PROGRAMAS

GBD20-Doble Grado en Dirección de Empresas y Derecho (Undergraduates: Law)

- GBD20 Curso 4 (Optativa)
- GBD20 Curso 2 (Optativa)
- GBD20 Curso 5 (Optativa)
- GBD20 Curso 3 (Optativa)
- GBD20 Curso 1 (Optativa)

GBD23-Doble Grado en Dirección de Empresas y Derecho (Undergraduates: Law)

- GBD23 Curso 4 (Optativa)
- GBD23 Curso 2 (Optativa)
- GBD23 Curso 5 (Optativa)
- GBD23 Curso 3 (Optativa)
- GBD23 Curso 1 (Optativa)

GDL20-Double Degree in Law and Global Governance, Economics and Legal Order (Undergraduates: Law)

- GDL20 Curso 4 (Optativa)
- GDL20 Curso 2 (Optativa)
- GDL20 Curso 5 (Optativa)
- GDL20 Curso 3 (Optativa)
- GDL20 Curso 1 (Optativa)

GDL23-Double Degree in Law and Global Governance, Economics and Legal Order (Undergraduates: Law)

- GDL23 Curso 4 (Optativa)
- GDL23 Curso 2 (Optativa)
- GDL23 Curso 5 (Optativa)
- GDL23 Curso 3 (Optativa)
- GDL23 Curso 1 (Optativa)

GED20-Bachelor in Law (Undergraduates: Law)

- GED20 Curso 4 (Optativa)
- GED20 Curso 2 (Optativa)
- GED20 Curso 3 (Optativa)
- GED20 Curso 1 (Optativa)