



## Guía Docente

**Workshop** Inteligencia Emocional para llegar al Éxito Laboral y Personal

Datos del Workshop	TIPO	ECTS	SEMESTRE	PRESENCIAL	IDIOMA	CURSO
	OP	2	Consultar programación	100%	Catalán / Castellano	2026-27

Los *workshops* son actividades formativas que el/la estudiante puede escoger entre una amplia oferta presentada por la Escuela cada curso académico. Su metodología es eminentemente **práctica** y se organizan en **grupos reducidos**.

Esta guía docente es susceptible de ser modificada por causa de fuerza mayor o sobrevenida.

Descriptor	<p>Formación integral en inteligencia emocional para potenciar el éxito académico y profesional. A través del análisis de la autoestima, creencias y asertividad, el alumnado desarrollará habilidades clave para la resolución de problemas y la gestión del estrés. El programa explora el impacto de las emociones en la salud y las relaciones interpersonales, proporcionando herramientas prácticas para alcanzar el bienestar y la felicidad en el entorno laboral.</p> <p>Mediante los ejercicios realizados se profundiza en el descubrimiento y potenciación de la personalidad, utilizando la creatividad como herramienta disruptiva para el diseño de soluciones y la marca personal. Además, se proporcionan estrategias para destacar en entrevistas de trabajo.</p>
------------	---

Contenido	<p>Tema 1: Influencia de las emociones en nuestra salud. Analiza la correlación directa entre el equilibrio psicosomático y el bienestar integral, proporcionando herramientas para gestionar el impacto biológico de las emociones. Los/las participantes aprenderán a regularse para prevenir el estrés y optimizar su salud física como base del alto rendimiento.</p> <p>Tema 2: Habilidades personales. El programa identifica y potencia las competencias como la autogestión y la empatía estratégica. El alumnado aprenderá a transformar estas habilidades en ventajas competitivas para liderar con eficacia en entornos profesionales exigentes.</p>
-----------	---

Sistema de Evaluación	<p style="text-align: center;"><b>EVALUACIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La evaluación es el proceso mediante el cual se calibra el resultado del aprendizaje del/de la estudiante.</li> <li>• La puntuación mínima para superar cualquier <i>workshop</i> es un 5,00. Solamente los <i>workshops</i> superados son susceptibles de reconocimiento.</li> <li>• Cualquier tipo de trabajo alternativo no tendrá efecto sobre la evaluación.</li> </ul> <p>Para el adecuado desarrollo de la evaluación, <b>el/la estudiante</b></p> <p style="text-align: center;"><b>SE COMPROMETE:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>A la lectura, comprensión y estudio de la totalidad del material facilitado.</b></li> <li>• <b>A la autoría de sus trabajos y ejercicios.</b></li> </ul> <p><i>Se aplicarán programas de prevención de plagio. La detección de esta infracción en un</i></p>
-----------------------	---

centre  
adscriuESCOLA SUPERIOR DE  
RELACIONS PÚBLIQUESUNIVERSITAT DE  
BARCELONA

20% o más del material comportará una calificación final de **cero** y puede dar paso a actuaciones disciplinarias por parte de la Escuela.

El/la docente tiene potestad para requerir al alumnado la defensa oral de cualquier elemento de evaluación para superarlo (por ejemplo, en caso de sospecha de uso indebido de la IA).

- **A la corrección ortográfica, sintáctica y léxica del material presentado.** Estos elementos forman parte intrínseca de la evaluación.
- **A elaborar los contenidos de acuerdo con los criterios establecidos por el centro y/o el profesorado para cada uno de los elementos de evaluación.**
- **A realizar toda entrega dentro del plazo establecido y exclusivamente a través de Moodle.**
- **A comunicarse con el/la docente exclusivamente:**
  - **Vía Moodle.**
  - **Personalmente en el aula.**

## EVALUACIÓN CONTINUADA

Considerando la naturaleza eminentemente práctica y el aprendizaje gradual propio de las actividades realizadas en los *Workshops*, **no se contemplan ni la modalidad de evaluación única ni tampoco la reevaluación.**

ELEMENTOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPCIÓN	VALOR PONDERADO
Clases magistrales (obligatorias)	<p>Es condición imprescindible para el correcto desarrollo de la actividad la asistencia a la <b>totalidad</b> de las sesiones y realizar aportaciones pertinentes y significativas.</p> <p>En caso de incumplimiento, solo se contemplará la <b>excepcionalidad</b> de la norma para ausencias inferiores al 20% de las sesiones programadas.</p> <p>Las faltas de asistencia no son susceptibles de ser justificadas.</p>	<p>Apto/ No apto*</p> <p>*No apto implica la calificación 0,00 para este <i>workshop</i>.</p>
Actividad formativa individual	<p>Integra los conocimientos adquiridos durante el <i>workshop</i> para consolidar su hoja de ruta estratégica mediante una prueba con un sistema de evaluación y corrección con:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preguntas de los apuntes que se dan en clase.</li> <li>- Preguntas sobre su proceso de autoconocimiento y visión de carrera respondiendo de manera estructurada a los siguientes ejes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnóstico de Perfil: Identificación de fortalezas competitivas y áreas de oportunidad detectadas.</li> <li>- Alineación Estratégica: Definición clara de objetivos a corto y largo plazo,</li> </ul> </li> </ul>	70%



centre  
adscriu



ESCOLA SUPERIOR DE  
RELACIONS PÚBLIQUES

UNIVERSITAT DE  
BARCELONA

		<p>alineados con su propósito personal y su "gran sueño" profesional. Esta actividad es susceptible de ser presentada en clase.</p>	
<p>Actividad formativa colaborativa de un <b>máximo de 5</b> estudiantes.</p>		<p>Diseñarán un entorno de simulación gamificado (parecido al que practicarán antes de la prueba) que permita el diagnóstico y la observación de competencias grupales clave. Los/las participantes deberán estructurar un <i>Escape Room</i> estratégico en clase donde se pongan a prueba y se logren distinguir los siguientes pilares del desempeño profesional:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liderazgo Estratégico: Identificación de roles de guía, toma de decisiones bajo presión y gestión de recursos humanos.</li> <li>- Pensamiento Creativo: Capacidad para generar soluciones disruptivas y enfoques innovadores ante desafíos complejos.</li> <li>- Capacidad de Análisis: Evaluación crítica de la información y resolución lógica de problemas estructurados.</li> <li>- Matriz de Actitudes: Definición de los comportamientos y <i>soft skills</i>.</li> </ul> <p>Esta actividad es susceptible de ser presentada en clase.</p>	<p>30%</p>
<p>Bibliografía</p>	<p>Elia Roca. Septiembre 2015. Integración de estrategias de Inteligencia Emocional. Servicio Valenciano de Salud /<a href="http://www.cop.es/colegiados/PV00520">http://www.cop.es/colegiados/PV00520</a></p> <p>Santana Vega, Lidia E. 2015. Orientación educativa e intervención psicopedagógica. (Cambian los tiempos. Cambian las responsabilidades Profesionales. Editorial Piramide</p>		