



Asignatura:	INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL TRABAJO
Profesor:	D. Eduardo Villarrubia Espinosa

[1] Objetivos

El objetivo de la asignatura es dotar al alumnado de los conocimientos teórico-prácticos sobre el modelo relacional-competencial de la Inteligencia Emocional en el mundo del trabajo y las organizaciones en general, y sobre la influencia de las emociones en este contexto. Además, el contenido de la asignatura proporciona herramientas de gestión emocional aplicables a otros ámbitos de la psicología.

[2] Organización temática

El desarrollo de las clases se ajustará al siguiente programa:

Tema 1. La Inteligencia Emocional (I.E.): nuevo paradigma en las relaciones personales y en las organizaciones.

- 1.1. Introducción. Fundamentos teóricos y antecedentes de la I.E.
- 1.2 Bases científicas de la Inteligencia Emocional: neurobiología y estadística (estudios correlacionales)
- 1.3. ¿Qué es la I.E.? Definición
- 1.4. Las 5 dimensiones del modelo inicial de D. Goleman.
 - **(Área personal)**
 - 1ª. El reconocimiento de las emociones: la clave del modelo.
 - 2ª. Capacidad para controlar las emociones.
 - 3ª. La automotivación: ser proactivos (optimizar el potencial existente).
 - **(Área social)**
 - 4ª. La empatía: sintonizar emocionalmente con el otro.
 - 5ª. Las habilidades sociales.
- 1.5. ¿Inteligencia Emocional contra Inteligencia Racional? Hacia un enfoque integrador.

Tema 2. La Inteligencia Emocional en el trabajo según el modelo de D. Goleman

- 2.1. Adaptación del modelo de I.E. al mundo de la empresa y las organizaciones.
- 2.2. Las competencias emocionales: el elemento diferencial en el desempeño y éxito laboral.
 - 2.2.1. El reconocimiento de las emociones: observación y toma de conciencia de nuestras emociones, autovaloración (fortalezas y áreas a mejorar), seguridad en sí mismo (autoestima).
 - 2.2.2. Capacidad para controlar emociones: autocontrol, resistencia a la adversidad, apertura al cambio (adaptación).
 - 2.2.3. Automotivación: proactividad (autonomía e iniciativa), orientación a calidad y resultados, autoaprendizaje, toma de decisiones, optimismo (visión positiva).



2.2.4. Empatía: capacidad de escucha y comprensión (comunicación verbal y no verbal), desarrollo de las personas, orientación al cliente externo e interno, identificación con la empresa.

2.2.5. Habilidades sociales: trabajo en equipo, comunicación eficiente (importancia del lenguaje: claridad, persuasión, negociación), establecimiento de relaciones, visión para anticiparse a los cambios, liderazgo (ascendiente).

Tema 3. El modelo de las 4 ramas de la Inteligencia Emocional (J. Mayer y P. Salovey)

- 3.1. Percepción de la emoción
- 3.2. Gestión de la emoción para facilitar el pensamiento
- 3.3. Comprensión de la emoción
- 3.4. Regulación de la emoción

Tema 4. Aplicaciones de la Inteligencia Emocional en las organizaciones

- 4.1. Selección de personal.
- 4.2. Formación.
- 4.3. Evaluación de potencial y planes de carrera.
- 4.4. Diccionario de competencias; otras.

Tema 5. Aprendizaje y evaluación.

- 5.1. Entrenamiento en competencias emocionales (modificación de hábitos de actuación: bases de un aprendizaje efectivo).
- 5.2. Evaluación y medida de las competencias emocionales. Métodos psicométricos (MSCEIT, TMMS 24, CTI...) y conductuales (*Assessment Center*, entrevistas focalizadas, pruebas situacionales, etc.).

[3] Dinámica de las clases teóricas

Las clases teóricas se basarán en la exposición de los contenidos teóricos programados para la sesión correspondiente, complementadas con presentaciones PowerPoint, documentales, presentación y análisis de casos, etc. Se pretende, además de impartir conocimientos, un intercambio de información y puntos de vista sobre una materia actual, aplicada y cada vez con mayor demanda social. La parte teórica representa un 75% de la nota final.

[4] Dinámica de las clases prácticas

Las clases prácticas se basarán en el trabajo en equipo e individual sobre simulaciones, entrenamiento en habilidades emocionales en el trabajo, aplicación de cuestionarios de Inteligencia Emocional y Estilos Profesionales, etc. Es importante la involucración de todos los alumnos en unas dinámicas participativas. La parte práctica, de carácter obligatorio, representa un 25% del total de la nota final.



Se abordarán los siguientes módulos de prácticas:

1. Ejercicios individuales y en grupo sobre la sensibilización y atención sobre nuestras Emociones, aprendiendo a reconocerlas e identificarlas.
Metodología: técnicas de Programación Neurolingüística, técnicas cognitivas (detección de condicionamientos en nuestro comportamiento y hábitos conductuales), técnicas de modificación de hábitos, etc.

2. Ejercicios grupales sobre alguna de las competencias emocionales clave de cada dimensión.

Metodología: ejercicios de simulación (*role playing*) y dinámicas de grupo; entrenamiento en observación conductual de las variables emocionales que intervienen en situaciones tomadas de la realidad laboral.

[5] Bibliografía

Bibliografía general

BIBLIOGRAFÍA PRÁCTICA

- ÁLVAREZ, R. (1996) *Manual práctico de Programación Neurolingüística*. Bilbao: Desclée de Brouwer
- AVIA, M.D. y VÁZQUEZ, C. (1998) *Optimismo Inteligente*. Madrid: Alianza Editorial
- BOYATZIS, R. y GOLEMAN, D. *El líder resonante crea más: el poder de la Inteligencia Emocional*. Barcelona: Plaza y Janés
- COLOM, R. (2002) *En los límites de la Inteligencia*. Madrid: Pirámide
- COOPER, R. (1997) *Estrategia emocional para ejecutivos*. Barcelona: Martínez Roca
- DAMASIO, A (1996) *El error de Descartes: Crítica*
- DAVIS, M, MC KAY, M. y ESHELMAN, E. (1987) *Técnicas de autocontrol emocional* Barcelona: Martínez Roca
- FERNÁNDEZ-BERROCAL, P *Corazones inteligentes* Barcelona: Kairós
- GOLEMAN, D. (1996) *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós
- GOLEMAN, D. *Inteligencia Social*. Barcelona: Kairós
- GOLEMAN, D. (1999) *La Práctica de la Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós
- GOLEMAN, D. y CHERNISS C. (2005) *Inteligencia Emocional en el Trabajo: cómo seleccionar y mejorar la inteligencia emocional en individuos, grupos y organizaciones*. Barcelona: Kairós
- GRIJELMO, A. (2000) *La seducción de las palabras: un recorrido por las manipulaciones del pensamiento*. Madrid: Taurus
- MARINA, J.A. (1996) *El laberinto sentimental*. Barcelona: Anagrama
- MARINA, J.A. (2002) *Diccionario de los sentimientos*. Barcelona: Anagrama
- MARTÍN, D. y BOEK, K. (1996) *E.Q. ¿Qué es inteligencia emocional?* Madrid: Edaf
- MESTRE, JM. (2007) *Manual de Inteligencia Emocional*. Madrid: Pirámide
- MORGADO, I. (2007) *Emociones e Inteligencia Social*. Barcelona: Ariel
- SEBASTIÁN, C. (2001) *La comunicación emocional*. Madrid: ESIC



Además, los alumnos que lo deseen podrán solicitar al profesor orientación bibliográfica específica sobre aquellos temas que encuentren de particular interés.

Bibliografía recomendada

GOLEMAN, D. (1999). *La práctica de la Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.

Bibliografía obligatoria

A lo largo del curso, el profesor irá entregando a los alumnos diversos documentos y artículos que podrán constituir materia de examen.

[6] Procedimientos de evaluación

CONTENIDOS TEÓRICOS

Examen final

El examen final es obligatorio, y cubrirá los temas abordados en clase junto con las lecturas que a tal efecto se designen. Constará tanto de preguntas de desarrollo teórico como de otras de respuesta múltiple o tipo test, en las que se aplicará la fórmula universal de corrección del azar. La duración será de una hora.

Participación en clase

Se valorará cualitativamente la participación en clase, fomentándose la misma a través de preguntas abiertas y de la confrontación de puntos de vista. Se plantearán temas para la reflexión y para potenciar la crítica razonada.

ACTIVIDADES PRÁCTICAS

Sesiones de prácticas

Están previstas 2 sesiones prácticas. La asistencia es obligatoria. La no asistencia a alguna de las prácticas implicará la entrega de un trabajo relacionado con el contenido de las mismas, que el alumno tendrá que comentar con el profesor en el momento de la entrega.

[7] Calificación final

La calificación final estará determinada por la nota obtenida en el examen final, los informes de prácticas y, si hubiera lugar, por los trabajos encomendados. La parte teórica representará el 75% de la nota final. Al comienzo del curso se comunicará y explicará la proporción de cada parte: teoría y práctica, en la nota final.

[8] Régimen de tutorización y evaluación para alumnos que repiten la asignatura

Respecto a los alumnos repetidores que no puedan asistir a clase por incompatibilidad con los horarios de asignaturas de algún otro curso deberán ponerse en contacto con el profesor al inicio del curso. En cualquier caso, deberán de realizar un trabajo teórico-práctico a concretar y tendrán que comentarlo con el profesor en el momento de la entrega.

Realizarán el examen final pero con una serie de especificaciones que se establecerán previamente con cada alumno. Si les coincidiera con otro examen de otro curso se les daría la alternativa de realizarlo en otra fecha. Cualquier otra circunstancia extraordinaria



CENTRO DE ENSEÑANZA SUPERIOR
COLEGIO UNIVERSITARIO CARDENAL CISNEROS
Adscrito a la Universidad Complutense de Madrid
DIVISIÓN DE PSICOLOGÍA

que pudiera concurrir en un alumno es preciso que se comunique al profesor al comienzo de la asignatura.

[9] Régimen de tutorías

El profesor estará siempre a disposición de las necesidades académicas de los alumnos. Los alumnos que lo deseen podrán solicitar una tutoría, o ponerse en contacto con el profesor a través de la siguiente dirección de correo electrónico:

evillarrubia@cu-cisneros.es