

Herramientas para una universidad emocionalmente competente

HERRAMIENTAS PARA UNA UNIVERSIDAD EMOCIONALMENTE COMPETENTE *(microcredencial)*

Eje estratégico: Formación en hábitos saludables

Modalidad de formación: Presencial

Colectivo al que se dirige: Personal docente e investigador

Plazas ofertadas: 15

La realización de esta acción formativa está condicionada a que haya un mínimo de 10 participantes.

Duración de la formación: 12 horas

Calendario y horario: miércoles 17 y 24 de septiembre, 1 y 8 de octubre de 2025

Horario: 16:30 a 19:30 horas

Lugar: Edificio 45 Aula 109

Objetivos de la acción formativa:

- Identificar y comprender las emociones y sentimientos propios, del alumnado y de su comunidad universitaria.
- Desarrollar habilidades para regular emociones propias.
- Gestionar adecuadamente el tiempo para fomentar el bienestar emocional.
- Construir un autoconcepto que fomente la automotivación y la autoestima.
- Construir-nos comunidades más sostenibles a través del clima emocional.

Programa de contenidos:

Entre los últimos informes sobre las líneas de pensamiento y directrices para la Educación hasta el 2030 (OCDE, 2019), cuyo objetivo es examinar los factores que inciden en la docencia, resalta como principal foco de interés la figura del/a docente. En la formación que se propone el profesorado participante trabajará herramientas y técnicas para la promoción de sus competencias emocionales. El marco teórico que se utilizará como referencia es el modelo pentagonal de Bisquerra y Pérez-Escoda (2007) (Conciencia Emocional, Regulación Emocional, Autonomía Emocional, Competencia Social y Competencias para la Vida y el Bienestar).

En la intervención se desarrollarán estrategias para crear hábitos saludables del profesorado, que incidirá tanto en su rendimiento académico como en la conciliación entre su vida profesional y personal.

Actividades que incluye la formación:

- Sesión 1: Respuesta emocional desde la conciencia y la regulación: Mindfulness, teatro y anclaje emocional y animómetro.
- Sesión 2: Life coaching para el bienestar emocional: Diseño y planificación de objetivos SMART. Línea y rueda de la vida.
- Sesión 3: Automotivación y la autoestima: Fotolenguaje.
- Sesión 4: Competencia social: Clima emocional a través del feedback y la comunicación asertiva.

Metodología:

La formación es presencial, de 12 horas de duración, dividida en 4 sesiones de 3 horas. La metodología seguida será principalmente vivencial, participativa y colaborativa en el aula. Para garantizar un seguimiento y una mejora continua, se valorará la participación activa de las personas asistentes y su habilidad para desarrollar las dinámicas y compartir los resultados puestos en práctica.

Resultados de aprendizaje:

En la intervención se tendrá en cuenta la asistencia y la participación a través de los instrumentos presentados en el aula:

- Mood-meter de aula
- Elevator Pitch personal
- Diario emocional
- Desarrollo de Objetivos SMART

Tipo de evaluación:

Hoy día existen múltiples instrumentos para medir o evaluar la inteligencia emocional (Fernández-Berrocal et al., 2023). En la intervención propuesta la evaluación se realizará de manera formativa a lo largo de las cuatro sesiones del curso y se basará en una Evaluación Práctica, a través de actividades durante las sesiones para que los/as participantes apliquen directamente lo aprendido y demuestren su habilidad para desarrollarlo. También se llevará a cabo una Evaluación de participación, en la que se valorará la participación activa y el compromiso de cada discente durante las sesiones, valorando su colaboración en actividades grupales, su contribución a las discusiones y debates, así como su interacción con las herramientas. Además, se evaluará el desarrollo del curso, al tratarse de una primera edición, se recopilará retroalimentación de los participantes sobre la experiencia del curso, la efectividad de las herramientas y el impacto en sus vidas. Lo que se utilizará para mejorar futuras ediciones del curso.

Plazo de presentación de solicitudes: Hasta el día **15 de septiembre de 2025**.

Personas formadoras:

- José Manuel Huertas Fernández

Licenciado en CC Matemáticas; Máster en Dirección, Evaluación y Calidad en Instituciones de Formación. Doctor en Ciencias de la Educación en la especialidad de Inteligencia Emocional por la Universidad de Sevilla.

Profesor de Secundaria y Asesor técnico docente en Educación Permanente de la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía. Profesor Asociado en el departamento de Economía, Métodos Cuantitativos e Historia Económica de la Universidad Pablo de Olavide.

Formador de cursos de Inteligencia emocional con varios años de experiencia en el centro del profesorado (CEP) y en centros docentes de Sevilla.

Autor de libros y coautor en artículos en revista de investigación de inteligencia emocional.

- Federica Trombetta

Bióloga por la Universidad Roma Tre de Roma y Doctora en Ciencias Médico Forenses por la Universidad Cattolica del Sacro Cuore de Roma. Coach Profesional Certificada, experta en PNL (Programación neuro-lingüística), en Inteligencia Emocional y Aprendizaje Creativo.

Docente en varias formaciones y talleres. A destacar:

- Facilitadora del proyecto GIRA MUJERES de Coca-Cola para el empoderamiento de las mujeres del entorno rural, coach del equipo de Alma Natura, Huelva
- Coach de equipo en el team building de la empresa Atexis, en el equipo de CpC, Esparragal, Sevilla
- Docente y Facilitadora en el curso de “Mindfulness: emocionalmente inteligentes”, Universidad de Huelva, Huelva
- Facilitadora del taller de “Gestión del Estrés” para el Colegio de Veterinarios de Málaga, coach del equipo de CpC, Málaga
- Docente y creadora del curso “Herramientas de Liderazgo para la formación profesional”, CEP de Alcalá de Guadaira (Sevilla).
- Docente y creadora del curso “Mente y Cerebro: cómo aplicar la neurociencia en el aula”, CEP de Sevilla (Sevilla).
- Autora del libro “Póker a la dieta”, sobre autoestima y gestión emocional, editado por la editorial Desclée de Brouwer
- Autora del libro “Mastermind, técnicas para revolucionar el estudio y el aprendizaje”, editado por la editorial Desclée de Brouwer.