

## Soft Skills para un buen desarrollo profesional

Formación permanente



Modalidad  
Presencial



Del 30/10/2023  
al 16/11/2023



30 horas lectivas horas



PDF  
Curso



Información  
de Matrícula



0€

### PRESENTACIÓN

La necesidad de formar a profesionales con habilidades psicosociales transversales que permiten el desarrollo de Organizaciones saludables y resilientes es una realidad. Contar con profesionales que fomentan ambientes de trabajo más saludables, con mejores niveles de rendimiento y de conductas extra-rol es un reto y una necesidad imperante para altos directivos y líderes de empresas. Para ello es necesaria la aplicación en los contextos laborales de habilidades sociales e interpersonales que van a facilitar el desarrollo de entornos más saludables.

### DATOS GENERALES

**Duración:** 30 horas

**Modalidad:** presencial y streaming

**Fechas:** del 30 de octubre al 16 de noviembre

**Horario:** lunes y jueves de 15:00 a 20:00 h

**Teléfono de contacto:** 964 38 72 09/12

**Lugar:** Aulario Edificio Escuela de Doctorado y Consejo Social ([mapa](#))

**Plazas limitadas 25 presenciales y 20 streaming:** Matricularemos por orden de recepción de documentación hasta completarlas

## CON EL PATROCINIO DE:



La Asociación Española de Fabricantes de Azulejos y Pavimentos Cerámicos (ASCER) y la Universitat Jaume I presentan un plan de formación dirigido a las personas que quieran mejorar sus aptitudes y posibilidades de empleo.

Esta acción se desarrolla en el marco del convenio suscrito entre ASCER y la Conselleria de Hacienda y Modelo Económico de la Generalitat Valenciana.

El principal objetivo de estas formaciones es desarrollar las habilidades de los recursos humanos en las empresas

Inscripción GRATUITA - Plazas limitadas

## DESTINATARIOS

- Los/las estudiantes interesados/as en el curso deben ser profesionales interesados en el desarrollo y aplicación de las destrezas psicosociales a los contextos laborales para desarrollar organizaciones, grupos y personas saludables.

## PROGRAMA

- **MODULO 1. Gestión del tiempo para una mejor productividad (5h)**

Este módulo es un proceso de aprendizaje en el que diseñas tu propio sistema de productividad para ser más eficiente, tener más energía y disfrutar mientras desarrollas un trabajo mejor realizado. Veremos un mínimo contenido teórico e indagaremos en la aplicación de una metodología que entone con las características que definen tu trabajo y forma de trabajar.

- **MODULO 2. Más allá de la gestión del estrés en el entorno laboral (5h)**

En este módulo aprenderemos a identificar y a comprender lo que ocurre en nuestro cuerpo y en nuestra mente cuando hay estrés. Hablaremos de distintas estrategias de afrontamiento que podemos poner en marcha desde el cambio de hábitos para la óptima gestión del estrés y el cultivo de la serenidad.

- **MODULO 3. Comunicación efectiva y gestión de conflictos en el entorno laboral (5h)**

Vamos a descubrir los aspectos más relevantes de la comunicación intrapersonal y cómo inciden directamente en nuestro día a día. Conocer y aprender las herramientas más eficaces para una comunicación interpersonal nos facilitará las relaciones con los compañeros y nos ayudará a tener esas conversaciones que en ocasiones nos producen incomodidad

- **MODULO 4. Liderazgo y gestión de personas (5h)**

La forma de gestionar personas ha cambiado. Estamos avanzando hacia modelos de gestión que ponen a las personas en el centro, mostrando interés genuino por sus necesidades y motivaciones. En este módulo te daremos herramientas para gestionar a las personas de tu equipo desde las herramientas del coaching y el liderazgo positivo.

- **MODULO 5. Creactívate (5h)**

Una invitación para concienciar, y luego pasar a la acción, de que la creatividad es un conjunto de procesos con sus etapas y que cada una de ellas requiere unas habilidades y actitudes por nuestra parte. Obtendrás recursos personales y técnicos para ofrecer lo mejor que tenemos en cada una de las etapas de forma que nos facilite el proceso creativo y aumente nuestras opciones de éxito en la generación de ideas y resolución de problemas.

- **MODULO 6. Resiliencia (5h)**

Las adversidades nos producen sufrimiento, pero también nos brindan una gran oportunidad para crecer y salir fortalecidos que nos permitirá ser más maduros psicológicamente. Vamos a comprender en profundidad qué es la resiliencia, cuáles son los factores psicosociales que facilitan su desarrollo y el enorme potencial que esta puede aportar a nuestra vida. Recursos muy valiosos como la autorregulación emocional, el uso de fortalezas del carácter, las creencias de autoeficacia y optimismo, así como la creación de una red de apoyo social nutritiva.

El estudiantado deberá realizar tareas autónomas de 45h en total. Estas tareas consistirán en lecturas de reflexión sobre los contenidos de las sesiones, ejercicios prácticos y role playings.

## DIRECTORA

**Dra. Susana Llorens Gumbau**



Susana Llorens Gumbau es Profesora Titular de Universidad en Psicología del Trabajo en la Universitat Jaume I, coordinadora del Máster Universitario en Psicología del Trabajo, de las Organizaciones y en Recursos Humanos y miembro del equipo de dirección del Equipo WANT Prevención Psicosocial y Organizaciones Saludables.

Es la primera doctora Europea en Psicología del Trabajo y de las Organizaciones de la Universitat Jaume I obteniendo la máxima calificación de Sobresaliente Cum Laudem Por Unanimidad.

Es Premio Extraordinario de Doctorado en Ciencias Sociales, del Comportamiento y de la Educación por la Universitat Jaume I. Pertenece a asociaciones científicas como la EAWOP, la SEPP y SCEPS y al Comité Editorial de las revistas "Psicología del Trabajo y de las Organizaciones", "Evaluar" y "Revista Latinoamericana de Psicología Positiva".

## PROFESORADO

### Marta Palomar Burdeus



Profesional en el ámbito de la estrategia empresarial, optimización de procesos y productividad personal y para equipos de alto rendimiento.

Ligada desde hace más de 15 años al mundo de la innovación, ha trabajado con CEOs, mandos intermedios y equipos como formadora y consultora en estrategia y productividad. En la actualidad es la Directora del Programa Órbita, desde donde ayuda a las startups más punteras del panorama nacional a traccionar y conseguir mayores rendimientos.

### Kike Algora



Socio co-fundador de OREMIT (Organizaciones Emocionalmente Inteligentes), consultoría especializada en mejorar los resultados de las organizaciones a través de las personas. Formador en varios programas universitarios en habilidades sociales transversales y conferenciante.

Miembro de la junta directiva de la Asociación Nacional de Inteligencia Emocional, Coach Ejecutivo por la Escuela Europea de Coaching, Máster en Inteligencia Emocional y coaching organizacional, Experto en Psicología Positiva Aplicada para las Organizaciones Saludables y Resilientes, Formación Superior en Neuromarketing - Diseño de Experiencias Emocionales y Certificado en Habilidades Sociales y Directivas.

### Dña. Elena Cucala



Socia co-fundadora de ALENTA EQUIPO. Experta en Desarrollo de Personas y Organizaciones.

Desde hace 25 años es consultora, coach y formadora especializada en Programas de Desarrollo de Liderazgo, Programas de Bienestar Corporativo y formación en Soft Skills. Licenciada en Psicología y Coach Certificada. Especialista en Psicología Organizacional Positiva.

Ha realizado el curso de profundización en Mindfulness (Escuela de Atención Plena) y el programa MBSR (Reducción del estrés basado en Mindfulness). Es profesora de cuatro programas máster en la Universitat Jaume I.

### Marisa Salanova



Doctora en Psicología y Catedrática de Psicología Social, especialización en Psicología Organizacional Positiva en la Universitat Jaume I (UJI). Es directora del equipo de investigación "WANT\_Work Organization Network" Prevención Psicosocial y Organizaciones Saludables de la UJI ([www.want.uji.es](http://www.want.uji.es)). Es socia fundadora y presidenta saliente de la Sociedad Española de Psicología Positiva ([www.sepsicologiapositiva.es](http://www.sepsicologiapositiva.es)). Pertenece al Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología de la Universitat Jaume I y a asociaciones científicas internacionales como la EAWOP (*European Association on Work and Organizational Psychology*), de la IAAP (*International Association of Applied Psychology*), de la SOHP (*Society for Occupational Health Psychology*), y de la IPPA (*International Positive Psychology Association*).

Tiene más de 300 publicaciones nacionales e internacionales sobre psicología de la salud ocupacional (estrés laboral, burnout, tecnoestrés, adicción al trabajo...) y más recientemente se ha focalizado en la Psicología Positiva aplicada al trabajo con publicaciones sobre work engagement, flow en el trabajo, autoeficacia, organizaciones positivas y saludables y resiliencia organizacional.

## EVALUACIÓN

La evaluación se realizará mediante una prueba de conocimientos tipo test de cada una de las sesiones del curso. Se dará por superado el curso cuando el resultado de las pruebas alcance el 5 sobre 10.

## INFORMACIÓN DE LA MATRÍCULA

### IMPORTE DE LA MATRÍCULA

0€ Financiado por ASCER

### DOCUMENTACIÓN NECESARIA

- Fotocopia del DNI (alumnos extranjeros, NIE o pasaporte) + notificar por mail en qué modalidad cursarás la formación

Número de cuenta para realizar el ingreso: (nombre, apellidos y curso)  
ES64 2100-4236-14-2200003795 (La Caixa)

### ¿Cómo y dónde tiene que entregar la documentación?

1. Personalmente en la FUE-UJI de Castellón (Universitat Jaume I)
2. Vía correo electrónico a [formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)

### Más información

Fundación Universitat Jaume I-Empresa  
Dpto. de Formación  
Teléfonos: 964 387 222 / 09 /12  
Emails: [formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es)

### BONIFICADO POR LA FUNDAE

La formación de la FUE-UJI puede ser bonificable a través de la FUNDAE para la formación en el empleo (FTFE).

Para poder acceder a las ayudas para formación se deben cumplir esencialmente los siguientes requisitos:

1. La persona participante debe ser un trabajador por cuenta ajena, (no autónomos ni administraciones públicas).
2. La formación debe ser pagada por la empresa.
3. La empresa debe tener ubicación en el territorio español.

Toda empresa dispone cada año de un crédito para gastar en formación. Para calcular dicho crédito hay que considerar dos factores:

1. Plantilla media del año anterior.
2. Importe (total) de las bases de cotización por contingencias profesionales pagadas por la empresa en el año anterior.

A partir de ahí, y en función del número de personal en plantilla, se aplicará un porcentaje de bonificación.

El coste máximo bonificable de cada curso dependerá del número de personas participantes, la modalidad y duración del curso.

Si tienen pensado realizar algún curso de los que ofrecemos en el catálogo de la FUE-UJI y quieren bonificarse, pueden ponerse en contacto con [formacion@fue.uji.es](mailto:formacion@fue.uji.es) o al teléfono 964 387 212 y estaremos encantados de asesorarles

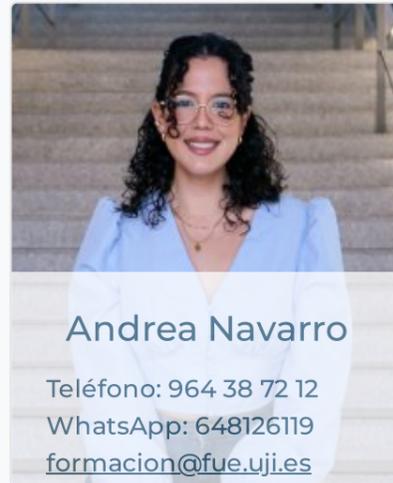
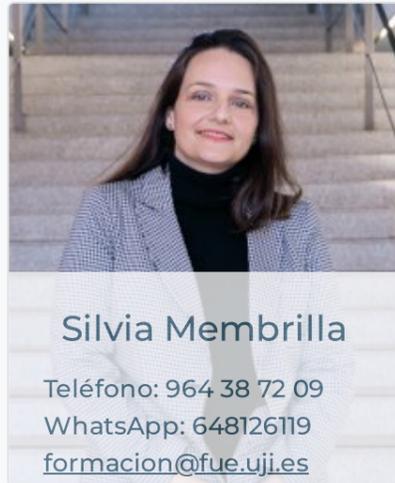
## Patronos

empresas y entidades



## Contacta con nosotros

te ayudamos a encontrar lo que necesitas



+34 964 38 72 22



Fundación Universitat Jaume I - Empresa, Campus  
Riu Sec.  
Edif. Escuela de Doctorado y Consejo Social, s/n  
12071 Castelló de la Plana, España



#### Accesos

[Inicio](#)  
[La Fundación](#)  
[I + D + I](#)  
[Formación](#)  
[Jornadas](#)  
[Prácticas](#)  
[Becas para titulados](#)  
[EuroFUE-UJI](#)

#### Más visitadas

[Cursos FUE-UJI](#)  
[Oferta de prácticas extracurriculares](#)  
[Oferta de becas para titulados](#)  
[Proyectos Europeos e Internacionales EuroFUE-UJI](#)  
[Próximas Jornadas, Seminarios y Congresos](#)

#### Otras webs de la Fundación

[elfue.com](#)  
[EuroFUE-UJI](#)  
[InnovaUJI](#)

#### Aviso legal

[Portal de Transparencia](#)