

Una buena oportunidad para mejorar tus competencias emocionales y relacionales

Durante el curso se celebrarán presentaciones del Aula en varias escuelas de la UPM. Si deseas acudir a alguna de ellas, ponte en contacto con innovacion.educativa@upm.es

Si quieres, ya formas parte de este proyecto.
¡Te esperamos!

Click A de marcar la diferencia



Aula de Desarrollo
de Competencias Emocionales



PARA MÁS INFORMACIÓN:

innovacion.educativa@upm.es



<https://moodle.upm.es/puestaapunto>



Aula de Desarrollo de Competencias Emocionales

El Servicio de Innovación Educativa junto a "MeM Workgroup", especialistas en Inteligencia Emocional y Coaching, ha creado para los estudiantes de la UPM una nueva aula virtual orientada al desarrollo de las competencias emocionales y relacionales que ha sido incorporada a su plataforma Puesta a Punto.

El Aula ofrece unos materiales desarrollados específicamente para los alumnos/as con el objetivo de ofrecer una formación complementaria que enriquecerá vuestro desarrollo personal y profesional.

¿Qué se puede encontrar en el aula?

Dentro del Aula hay **4 Módulos que son los grandes ejes temáticos**. En cada módulo encontrarás una gran variedad de recursos que harán que el aprendizaje sea más significativo, útil y ameno: apuntes, ejemplos prácticos, actividades, ejercicios, videos, píldoras formativas y mucho más.

El acceso a los contenidos es gratuito y libre para todo el alumnado de la UPM. Y como, siempre, son materiales de Autoestudio para que los analices en los momentos que prefieras.

<https://moodle.upm.es/puestaapunto>



INTELIGENCIA INTRAPERSONAL

Conoce tus fortalezas y debilidades, aprende a gestionar tus emociones y descubre cómo potenciar tu automotivación.



DEL COACHING AL AUTOCOACHING

Descubre herramientas que potencien tu talento y pon en práctica tu propio proceso de mejora personal, académica y profesional mediante la disciplina del coaching.



INTELIGENCIA INTERPERSONAL

Aprende a empatizar con los demás, desarrolla tus habilidades sociales y mejora tus relaciones personales y profesionales.



HABILIDADES PROFESIONALES

Adquiere conocimientos y herramientas que impulsen tu desarrollo profesional: Trabajo en equipo, Motivación, Gestión del tiempo y mucho más.

Formación Presencial

A lo largo del curso académico los profesionales de MeM Workgroup, ofrecerán jornadas formativas sobre cada uno de los Módulos, con el fin de profundizar, aplicar y desarrollar más las habilidades trabajadas.

Esta formación está contenida en el "Catálogo General de Actividades Universitarias Acreditables en Titulaciones de Grado" de la UPM.

La metodología de trabajo es dinámica y participativa. Los asistentes adquieren conocimientos mediante un aprendizaje integrador y generativo a través de dinámicas y juegos con un soporte teórico.

Estos seminarios tienen un coste de 106€ y un aforo limitado, pero para promocionar el aula **se han convocado 80 becas.**

¡Corre a por una apuntándote en la web!

¿Todavía ofrece más?

¡¡¡SÍ!!! Tienes la posibilidad de hacer un proceso de Coaching, con un Coach profesional. Puedes solicitarlo a través del cuestionario que se publicará en el espacio Moodle. Se establecen como requisitos que los interesados hayan asistido a un seminario presencial y haber realizado dos módulos a través de puesta a punto.