

UV ocupació

treballant pel teu futur

Índex

| | |
|--|----------|
| 1. INTRODUCCIÓ | 2 |
| 2. INFORMACIÓ TÈCNICA DEL CURS | 2 |
| 2.1. DADES GENERALS | 2 |
| 2.2. JUSTIFICACIÓ | 2 |
| 2.3. OBJECTIUS | 3 |
| 2.4. PROGRAMA | 3 |
| 2.5. DESCRIPCIÓ / METODOLOGIA | 4 |
| 2.6. REQUISITS / AVALUACIÓ | 4 |
| 2.7. PROFESSORAT | 4 |
| 3. PLACES | 4 |
| 4. PREU | 4 |
| 5. LLISTA D'ESPERA | 5 |
| 6. MODALITAT | 5 |
| 7. DRETS D'IMATGE | 5 |
| 8. EMISSIÓ DE CERTIFICATS | 5 |
| 9. PROCEDIMENT D'ANUL·LACIÓ | 6 |
| 10. DESISTIMENT | 6 |
| 11. CONTACTE | 6 |
| 12. POLÍTICA DE PROTECCIÓ DE DADES | 6 |
| 13. CONDICIONS GENERALS APLICACIÓ DE CURSOS | 6 |

1. INTRODUCCIÓ

UVocupació és un servei de la Universitat de València que té com a objectiu ajudar en la inserció laboral tots els estudiants i titulats de la UV i millorar les seues possibilitats professionals.

Amb aquesta finalitat, UVocupació disposa d'una sèrie de serveis:

- Orientació professional i laboral
- Portal d'ocupació amb ofertes de treball
- Formació per a l'ocupabilitat
- Eixides professionals
- Estudis i anàlisis sobre la inserció de les persones titulades a la UV

Per aquest motiu, UVocupació, a través de la seua àrea de formació, té com a objectiu ajudar-te en la teua inserció laboral mitjançant l'adquisició de competències i habilitats que et faciliten l'accés a un lloc de treball.

A més, els cursos d'UVocupació tenen reconeixement de crèdits de participació universitària en els graus.

2. INFORMACIÓ TÈCNICA DEL CURS

Habilitats de comunicació i presa de decisions (32a edició)

2.1. DADES GENERALS

| | |
|-----------------------|---|
| Crèdits ECTS: | 2 crèdits |
| Dates de realització: | Del 14 al 24 d'octubre 2024 |
| Videoconferències: | <ul style="list-style-type: none">· Dies 14, 15, 16, 21, 22 i 23 d'octubre: 16:00 – 19:00 hores· Dia 24 d'octubre: 16:00 – 18:00 hores |
| Duració: | 20 hores lectives |
| Modalitat: | En línia |
| Lloc de realització: | Aula virtual de la Universitat de València |
| Idioma: | Castellà |

2.2. JUSTIFICACIÓ

En alguns moments de la vida actuem d'acord amb les normes socials i complim les obligacions que tenim sense aturar-nos en l'estat personal, sense escoltar els missatges que ens donen l'organisme i el psiquisme. Acumulem tensions, dificultats, preocupacions, sense permetre'ns l'oportunitat de preguntar-nos quins objectius tenim en la vida, què volem aconseguir i què ens fa sentir-nos millor.

A més de l'autoconeixement, necessitem el contacte amb els altres, però les relacions interpersonals moltes vegades són difícils. Les decisions que prenem estan irremediament connectades amb el món emocional, el nostre i el de les persones amb qui ens relacionem.

Aquesta activitat formativa pretén ser un espai de reflexió i pràctica sobre les actituds i habilitats que ens permeten sentir-nos satisfets amb la vida, amb les nostres relacions i les nostres decisions importants en ella.

2.3. OBJECTIUS

Facilitar el benestar emocional i les relacions interpersonals sanes.

2.4. PROGRAMA

1. HABILITATS PER A LA VIDA

- Comunicació proactiva
- En situacions difícils

2. TREBALL EN ACTITUDS

- Detectar les actituds que ens dificulten o ens faciliten les relacions interpersonals i el benestar
- Programa de millora

3. LES EMOCIONS COM A MODULADORS

- De què ens informen
- Com ens afecten
- Com podem canalitzar-les

4. AUTOREGULACIÓ I (ENUIG)

- Com controlem les emocions
- Com repercuteixen en l'entorn

5. AUTOREGULACIÓ II (POR)

- Com controlem les emocions
- Com repercuteixen en l'entorn

6. MOTIVACIÓ

- Reflexió de les nostres formes habituals d'actuació
- Quin és el nostre ideal
- Què ens motiva al canvi

7. PRESA DE DECISIONS I MANEIG DE CONFLICTES

- Model de presa de decisions
- Facilitadors enfront de perturbadors

- o Plantejament dels problemes

* El programa està subjecte a possibles modificacions

2.5. DESCRIPCIÓ / METODOLOGIA

El curs té crèdits reconeguts de participació universitària en els GRAUS de la Universitat de València.

El curs és en línia a través de l'aula virtual. Es faran videoconferències durant els dies del curs en l'horari assenyalat i es proposaran activitats per a realitzar durant les hores de les sessions.

2.6. REQUISITS / AVALUACIÓ

Per a obtenir el certificat amb els crèdits cal una assistència mínima del 80% a les videoconferències, participar en el 80% de les activitats proposades pel professorat i superar amb un 50% l'examen final.

2.7. PROFESSORAT

Professorat participant del curs:

- **Ana Lucila Soto Rubio**, personal d'investigació de la Facultat de Psicologia i Logopèdia.
- **José Luis Díaz Cordobés**, professional de la psicologia.
- **Laura Tormo Martínez**, professional de la psicologia.
- **Juan Manuel Núñez Sánchez**, professional de la psicologia.
- **Joan Vicent Sánchez Orfí**, professional de la psicologia.

3. PLACES

- Nombre mínim d'alumnes: 27
- Nombre màxim d'alumnes: 40

L'assignació de places es fa per rigorós ordre d'inscripció al curs.

4. PREU

- 70 € *- Públic general
- 50 € *- Membres de la Universitat de València (alumnes, PDI, PAS, Amics i Antics Alumnes)

* Impostos inclosos.

5. LLISTA D'ESPERA

Quan un curs es complete, els usuaris que ho desitgen es podran inscriure en la llista d'espera.

Si queden places disponibles, s'oferiran a les persones en llista d'espera per ordre d'inscripció.

L'usuari rebrà, a través de l'adreça electrònica que haja indicat en registrar-s'hi, un correu amb un enllaç que li permetrà accedir a l'aplicació dels cursos. La persona interessada haurà de completar la inscripció seguint el procediment habitual.

L'estudiant que estiga en llista d'espera i reba comunicació electrònica d'UVocupació perquè s'inscriga en el curs, té un termini màxim de 24 hores . En cas contrari, la plaça s'assignarà a la següent persona de la llista d'espera.

Qualsevol incidència haurà de ser comunicada a través de l'adreça electrònica de contacte.

6. MODALITAT

Els cursos en línia es realitzen a través de l'aula virtual de la Universitat de València.

Les persones matriculades hi han d'entrar amb el seu compte @alumni.uv.es. En el cas de no disposar de compte @alumni.uv.es, se'ls hi facilitarà l'accés amb una altra adreça electrònica de l'estudiant.

Els cursos presencials es realitzen al lloc i en l'horari indicats en l'apartat 2.1 d'aquest document.

7. DRETS D'IMATGE

Es faran captures de pantalla de les sessions a fi de difondre el curs i es publicaran en les xarxes socials de la Fundació General i de la Universitat de València i de la Universitat de València.

Les sessions de videoconferències es poden enregistrar per a un millor funcionament i aprofitament del curs.

8. EMISSIÓ DE CERTIFICATS

Per obtenir el certificat del curs, les persones matriculades han de complir els requisits de cada curs, especificats en l'apartat 2.6 d'aquestes condicions, quant a l'assistència i realització d'activitats, que en cap cas podrà ser inferior al 80%. Si l'usuari no ha complit els requisits, no se li expedirà cap certificat.

No es preveu cap circumstància per a justificar l'absència en els cursos o la falta de lliurament de les activitats.

Els certificats s'emetraran des de l'àrea privada de l'app de cursos amb les dades personals que el mateix usuari ha facilitat. En cas d'error en alguna de les dades, caldrà que es comuniqui al més prompte possible a UVocupació.

Els certificats estaran disponibles una vegada finalitzat el curs i en un termini màxim de quinze dies. Des d'UVocupació s'enviarà un correu electrònic a totes les persones que han superat el curs per a indicar-los el procediment d'obtenció/recollida del certificat.

Només s'emetrà un únic certificat per persona i curs que acredite la seua superació/aprofitament. Es considerarà com el mateix curs qualsevol edició d'aquest.

9. PROCEDIMENT D'ANUL·LACIÓ

Vegeu el punt 7 de les condicions generals de l'aplicació de cursos.

10. DESISTIMENT

Vegeu el punt 12 de les condicions generals de l'aplicació de cursos.

11. CONTACTE

L'adreça electrònica de contacte és uvempleo@uv.es

12. POLÍTICA DE PROTECCIÓ DE DADES

Es pot consultar en l'enllaç següent:

<https://www.uv.es/fundacio-general/ca/fundacio-general/transparencia-bon-govern/informacio-institucional-organitzativa/condicions-legals.html>

13. CONDICIONS GENERALS APLICACIÓ DE CURSOS

Es poden consultar en l'enllaç següent:

<https://www.uv.es/fundacio-general/ca/fundacio-general/transparencia-bon-govern/informacio-institucional-organitzativa/condicions-legals.html>

UV ocupació

treballant pel teu futur

Índice

| | |
|---|----------|
| 1. INTRODUCCIÓN | 2 |
| 2. INFORMACIÓN TÉCNICA DEL CURSO: | 2 |
| 2.1. DATOS GENERALES..... | 2 |
| 2.2. JUSTIFICACIÓN..... | 3 |
| 2.3. OBJETIVOS | 3 |
| 2.4. PROGRAMA | 3 |
| 2.5. DESCRIPCIÓN / METODOLOGÍA..... | 4 |
| 2.6. REQUISITOS / EVALUACIÓN | 4 |
| 2.7. PROFESORADO | 4 |
| 3. PLAZAS | 4 |
| 4. PRECIO | 5 |
| 5. LISTA DE ESPERA | 5 |
| 6. MODALIDAD | 5 |
| 7. DERECHOS DE IMAGEN | 5 |
| 8. EMISIÓN DE CERTIFICADOS | 6 |
| 9. PROCEDIMIENTO DE ANULACIÓN | 6 |
| 10. DESISTIMIENTO | 6 |
| 11. CONTACTO | 6 |
| 12. POLÍTICA DE PROTECCIÓN DE DATOS | 6 |
| 13. CONDICIONES GENERALES APLICACIÓN DE CURSOS | 6 |

1. INTRODUCCIÓN

UVocupació es un servicio de la Universitat de València que tiene como objetivo ayudar en la inserción laboral a todos los estudiantes y titulados de la UV y mejorar sus posibilidades profesionales.

Para conseguirlo, UVocupació dispone de una serie de servicios:

- Orientación profesional y laboral
- Portal de ocupación con ofertas de trabajo
- Formación para la empleabilidad
- Salidas profesionales
- Estudios y Análisis sobre la inserción de las personas tituladas a la UV

Por este motivo, UVocupació, a través de su área de formación, tiene como objetivo ayudarte en tu inserción laboral mediante la adquisición de competencias y habilidades que te facilitan el acceso a un puesto de trabajo.

Además, los cursos de UVocupació, tienen reconocimiento de créditos de participación universitaria en los grados.

2. INFORMACIÓN TÉCNICA DEL CURSO:

Habilidades de comunicación y toma de decisiones (32ª edición)

2.1. DATOS GENERALES

| | |
|-----------------------|---|
| Créditos ECTS: | 2 créditos |
| Dates de realización: | Del 14 al 24 de octubre 2024 |
| Videoconferencias: | |
| | · Días 14, 15, 16, 21, 22, y 23 octubre: 16:00 – 19:00 horas |
| | · Día 24 octubre: 16:00 – 18:00 horas |
| Duración: | 20 horas lectivas |
| Modalidad: | On line |
| Lugar de realización: | Aula Virtual de la Universitat de València |
| Idioma: | Castellano |

2.2. JUSTIFICACIÓN

En algunos momentos de la vida actuamos de acuerdo con las normas sociales y realizamos las obligaciones que tenemos sin pararnos en el estado personal, sin escuchar los mensajes que nos dan el organismo y el psiquismo. Acumulamos tensiones, dificultades, preocupaciones, sin permitirnos la oportunidad de preguntarnos qué objetivos tenemos en la vida, que queremos conseguir y que nos hace sentirnos mejor.

Además del autoconocimiento, necesitamos el contacto con los otros, pero las relaciones interpersonales muchas veces son difíciles. Las decisiones que tomamos están irremediabilmente intervenidas por el mundo emocional, el nuestro y el de las personas con quienes nos relacionamos.

Esta actividad formativa pretende ser un espacio de reflexión y práctica sobre las actitudes y habilidades que nos permiten sentirnos satisfechos con la vida, con nuestras relaciones y nuestras decisiones importantes en ella.

2.3. OBJETIVOS

Facilitar el bienestar emocional y las relaciones interpersonales sanas.

2.4. PROGRAMA

1. HABILIDADES PARA LA VIDA

- Comunicación proactiva
- En situaciones difíciles

2. TRABAJO EN ACTITUDES

- Detectar las actitudes que nos dificultan o nos facilitan las relaciones interpersonales y el bienestar
- Programa de mejora

3. LAS EMOCIONES COMO MODULADORES

- De que nos informan
- Como nos afectan
- Como podemos canalizarlas

4. AUTOREGULACIÓN Y (ENOJO)

- Como controlamos las emociones
- Como repercuten en el entorno

5. AUTOREGULACIÓN II (MIEDO)

- Como controlamos las emociones
- Como repercuten en el entorno

6. MOTIVACIÓN

- Reflexión de nuestras maneras habituales de actuación
- Qué es nuestro ideal
- Qué nos motiva al cambio

7. TOMA DE DECISIONES Y MANEJO DE CONFLICTOS

- Modelo de toma de decisiones
- Facilitadores vs. perturbadores
- Planteamiento de los problemas

* El programa está sujeto a posibles modificaciones

2.5. DESCRIPCIÓN / METODOLOGÍA

El curso tiene créditos reconocidos de participación universitaria a los GRADOS de la Universitat de València.

El curso será en línea a través del aula virtual de la Universitat de València. Se realizarán videoconferencias durante los días del curso en el horario señalado y se propondrán actividades para realizar durante las horas de las sesiones.

2.6. REQUISITOS / EVALUACIÓN

Para obtener el certificado con los créditos será necesario una asistencia mínima del 80% a las videoconferencias, participar en el 80% de las actividades propuestas por el profesorado y superar con un 50% el examen final.

2.7. PROFESORADO

Profesorado participante del curso:

- **Ana Lucila Soto Rubio**, Personal Investigación. Facultad de Psicología y Logopedia
- **José Luis Díaz Cordobés**, Profesional de la Psicología.
- **Laura Tormo Martínez**, Profesional de la Psicología.
- **Juan Manuel Núñez Sánchez**, Profesional de la Psicología.
- **Joan Vicent Sánchez Ortí**, Profesional de la Psicología.

3. PLAZAS

- Número mínimo de alumnos: 27
- Número máximo de alumnos: 40

La asignación de plaza se realizará por riguroso orden de inscripción al curso.

4. PRECIO

- 70 € *- Público General
- 50 € *- Miembros de la Universitat de València (Alumnos, PDI, PAS, Amigos y Antiguos Alumnos)

* Impuestos incluidos

5. LISTA DE ESPERA

Cuando un curso se haya completado, los/las usuario/as que lo desean podrán inscribirse en la lista de espera.

Si quedan plazas disponibles, se ofrecerán a las personas en lista de espera por orden de inscripción.

El/la usuario/a recibirá, a través del correo electrónico que haya indicado al registrarse, un email con un enlace que le permitirá acceder a la aplicación de los cursos. La persona interesada tendrá que completar la inscripción siguiendo el procedimiento habitual.

El alumno/al que esté en lista de espera y que reciba comunicación electrónica de UVocupació porque se inscriba en el curso, tiene un plazo máximo de 24 horas. En caso contrario, la plaza se asignará a la siguiente persona de la lista de espera.

Ante cualquier incidencia, tendrá que comunicarlo a través del correo electrónico de contacto.

6. MODALIDAD

Los cursos en línea se realizarán a través del aula Virtual de la Universitat de València.

Las personas matriculadas, tendrán que entrar con su cuenta @alumni.uv.es. En el caso de no disponer de cuenta @alumni.uv.es se le facilitará acceso con otro correo electrónico propiedad del alumno/a.

Los cursos presenciales: se realizarán en el lugar y horario indicados en el apartado 2.1. del presente documento.

7. DERECHOS DE IMAGEN

Se harán pantallazos de las sesiones con el fin de difundir el curso y se publicarán en las redes sociales de la Fundación General de la Universitat de València y de la Universitat de València.

Se podrán grabar las sesiones de videoconferencias para un mejor funcionamiento y aprovechamiento del curso.

8. EMISIÓN DE CERTIFICADOS

Para obtener el certificado del curso, las personas matriculadas tienen que atender los requerimientos de cada curso, especificado en el apartado 2.6. de estas condiciones, en cuanto a la asistencia y realización de actividades se refiere, que en ningún caso podrá ser inferior al 80%. Si el usuario/a no ha cumplido los requisitos, no se le expedirá ningún certificado.

No se prevé ninguna circunstancia para justificar la ausencia en los cursos o la falta de entrega de las actividades.

Los certificados se emitirán desde el área privada de la app de cursos con los datos personales que el propio/a usuario/a ha rellenado. En caso de error en alguno de los datos, es necesario que se comunique lo antes posible a UVocupació.

Los certificados estarán disponibles una vez finalizado el curso y con un plazo máximo de quince días. Desde UVocupació se enviará un email a todas las personas que han superado el curso para indicarles el procedimiento de obtención/recogida del certificado.

Solo se emitirá un único certificado por persona y curso que acredite su superación/aprovechamiento. Se considerará como el mismo curso cualquier edición de éste.

9. PROCEDIMIENTO DE ANULACIÓN

Ver punto 7 de las condiciones generales de la aplicación de cursos.

10. DESISTIMIENTO

Ver punto 12 de las condiciones generales de la aplicación de cursos.

11. CONTACTO

El correo electrónico de contacto es el siguiente: uvempleo@uv.es

12. POLÍTICA DE PROTECCIÓN DE DATOS

Se puede consultar en el siguiente enlace:

<https://www.uv.es/fundacion-general/es/fundacion-general/transparencia-buen-gobierno/informacion-institucional-organizativa/condiciones-legales.html>

13. CONDICIONES GENERALES APLICACIÓN DE CURSOS

Se puede consultar en el siguiente enlace:

<https://www.uv.es/fundacion-general/es/fundacion-general/transparencia-buen-gobierno/informacion-institucional-organizativa/condiciones-legales.html>