
MÁSTER DESARROLLO PERSONAL Y LIDERAZGO

1ª EDICIÓN

23 de octubre de 2009 - 26 de junio de 2010

DIRECCIÓN

Gonzalo Bernardos y Borja Vilaseca

Proceso integral de autoconocimiento para liderar tu propia vida y crecer en el ámbito profesional.

La crisis del sistema es un reflejo de la crisis de valores que padece la humanidad. Conceptos como confianza, equilibrio, sostenibilidad, humanismo, felicidad y sentido son cada vez más demandados por la sociedad y las empresas como solución real al escenario psicológico y económico actual. Con la finalidad de profesionalizar este proceso de cambio y evolución, surge la primera titulación universitaria en España que responde a las nuevas necesidades del actual contexto económico desde el punto de vista de la responsabilidad y el liderazgo personal.

El Máster abarca las mejores herramientas y recursos para gestionar y liderar conscientemente la vida emocional y crecer en el ámbito profesional. Este proceso de aprendizaje combina teoría y práctica para que los alumnos se desarrollen a través de las experiencias vividas en el Máster. El objetivo es impulsar un cambio de paradigma que promueva que los alumnos cambien su manera de relacionarse consigo mismos y con el entorno del que forman parte. El autoconocimiento y el desarrollo personal contribuyen a potenciar una función profesional útil, creativa, exitosa y con sentido. Y es que para liderar a los demás, es imprescindible empezar por liderarse a uno mismo.

TITULACIÓN

Máster en Desarrollo Personal y Liderazgo, para los alumnos que tengan una licenciatura o diplomatura homologada, o bien estén graduados por la Universidad de Barcelona. En cualquier otra situación, la titulación será *Diploma en Desarrollo Personal y Liderazgo*.

DESTINATARIOS

El Máster va dirigido a aquellas personas interesadas en desarrollarse para gestionar las diferentes dimensiones de su vida de forma más consciente, sana y equilibrada, tanto a nivel personal como profesional.

OBJETIVOS

Promover la salud física y el bienestar emocional.
Conocer y comprender el funcionamiento de la mente.
Regular las emociones y potenciar la inteligencia emocional.
Dominar y gestionar conscientemente los pensamientos.
Desarrollar la responsabilidad y la proactividad.
Descubrir debilidades y entrenar fortalezas emocionales.
Convertir los problemas y conflictos en oportunidades de aprendizaje.
Mejorar las relaciones y la comunicación con los demás.
Potenciar el autoliderazgo basado en valores.
Promover el descubrimiento de la vocación profesional.
Desarrollar competencias para crecer en el ámbito laboral.

LOCALIZACIÓN

Clases. Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales de la Universidad de Barcelona (Avda. Diagonal 690, 08034 Barcelona).

Seminarios MYRR. Centro Koan (C/ Mandri 13, 08022 Barcelona).

HORARIO

Clases. Viernes, de 16.00h a 21.00h y sábados, de 9.00h a 14.00h.

Seminarios MYRR. Viernes, de 19.00h a 21.30h (4 sesiones).

INFORMACIÓN Y MATRICULACIÓN

Reserva de plaza. Del 01.07.09 al 15.09.09 (plazas máximas: 30).

Matriculación. Del 01.10.09 al 15.10.09 (reserva de plaza: 600 Euros).

Información. Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales de la Universidad de Barcelona. (Avda. Diagonal 690, 08034 Barcelona. Torre 2, 1er piso, desp. 113). www.desarrollopersonalyliderazgo.com

Contacto. Gonzalo Bernardos (gbernardos@ub.edu).

Teléfono: 934 024 440. Móvil: 679 238 294. Fax: 934 024 440.

Precio. 3.490 Euros.

ESTRUCTURA Y DURACIÓN

La duración del curso es de 300 horas y para la obtención de cualquiera de las dos titulaciones es imprescindible la asistencia mínima al 80% de los seminarios programados, así como la elaboración y presentación del proyecto final.

Autoconocimiento

50 horas

Mecanismos de supervivencia y defensa
La ciencia del ego (Egología)
Eneagrama de la personalidad
La función del sufrimiento
Condicionamiento e interpretación de la realidad
Cambio de paradigma

Desarrollo personal

105 horas

Responsabilidad y proactividad
Aprender a pensar
Regulación e inteligencia emocional
El arte de escuchar(se)
Lenguaje corporal
Nutrición energética
Fortalezas emocionales
Relaciones y comunicación
Resolución de conflictos
Constelaciones familiares
Meditación, yoga, respiración y relajación (MYRR)

Desarrollo profesional

55 horas

Liderazgo consciente
Inteligencia emocional en la empresa
Coaching profesional
Nuevo paradigma profesional
Definir la misión personal
Descubrir la vocación profesional
Gestión del tiempo
Networking y sinergias profesionales

Liderazgo

50 horas

Historia y práctica del desarrollo personal
Valores y principios humanos
Lo esencial de la vida
Dinero y consciencia
Liderazgo al servicio de los demás
El éxito más allá del éxito

Proyecto final

40 horas

Tutoría y seguimiento
Presentación del proyecto final

PROFESORADO

- Angel, Víctor.** Profesor de yoga y meditación y director de Inner Sense.
- Ani-Ragolta, Ioan.** Coach y profesor de relajación y lenguaje corporal.
- Bernardos, Gonzalo.** Profesor titular y Comisionado de Recursos Económicos de la Universidad de Barcelona.
- Bisquerra, Rafael.** Director del Máster en Educación Emocional y Bienestar de la Universidad de Barcelona.
- Conangla, María Merçè.** Escritora, psicóloga, co-directora de la Fundació Àmbit y co-creadora del concepto *ecología emocional*.
- Cubeiro, Juan Carlos.** Coach y director de la consultora Eurotalent.
- Dass, Hari.** Profesor especializado en tantra yoga.
- Garriga, Joan.** Director del Institut Gestalt.
- Gay, Víctor.** Consultor especializado en la dimensión humana de la empresa.
- Gomà, Herminia.** Coach y directora del Máster en Coaching y Liderazgo Personal de la Universidad de Barcelona.
- Guiu, Gerard.** Jefe de Gabinete de Información y Estrategia de la Conselleria de Salut de la Generalitat de Catalunya y profesor de Esade.
- Guix, Xavier.** Psicólogo, escritor y experto en desarrollo personal.
- Marigorta, Javier.** Coach y formador especializado en desarrollo profesional y cambio organizacional.
- Melè, Joan Antoni.** Director de Triodos Bank en Cataluña y Baleares.
- Obiols, Meritxell.** Coach empresarial y experta en inteligencia emocional.
- Pérez Calvo, Jorge.** Médico especialista en medicina natural e integrativa.
- Romo, Marta.** Coach, escritora y socia de la consultora Innopersonas.
- Roura, Elma.** Terapeuta, coach y directora del centro Desarròllate.
- Sanllorente, Jaume.** Periodista y fundador de la ONG Sonrisas de Bombay.
- Simó, Enrique.** Coach y experto en inteligencia emocional.
- Ventosa, Montse.** Coach y directora de la consultora Great Place to Work.
- Vilaseca, Borja.** Periodista de El País y profesor de eneagrama.

Empresas colaboradoras en la docencia

