**Ficha de formación**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Título** | **NECESIDADES PSICOLÓGICAS Y BIENESTAR MENTAL – EMPATÍA EN EL LUGAR DE TRABAJO** | |
| **Palabras clave** | Empatía, tipos de empatía, empatía de los empleados, liderazgo empático | |
| **Idioma** | Español | |
| **Objetivos / Metas / Resultados de aprendizaje** | * Definir la empatía y distinguir entre los diferentes tipos. * Analizar la empatía de los empleados y explicar los beneficios de la empatía en el lugar de trabajo. * Identificar formas de mejorar la empatía en el lugar de trabajo. * Determinar las características del liderazgo empático y los líderes empáticos. | |
| **Área de formación:** | | |
| **Online / Marketing Digital / Ciberseguridad** | |  |
| **E-Commerce / Financiación** | |  |
| **Bienestar Digital** | | **X** |
| **Smart work / Nómadas digitales** | |  |
| **Descripción** | La empatía es un fenómeno complejo, y esta unidad, titulada ***Empatía en el lugar de trabajo***, examina las definiciones de empatía y distingue entre los diferentes tipos de empatía. También habla de la empatía de los empleados, explica los beneficios de la empatía en el lugar de trabajo e identifica formas de mejorar la empatía en el lugar de trabajo. Finalmente, analiza el liderazgo empático y las características de los líderes empáticos. | |
| **Contenidos organizados en 3 niveles** | 1. **Necesidades psicológicas y bienestar mental.**   **1.1 Empatía en el lugar de trabajo**  1.1.1 Definiendo la empatía  1.1.2 Empatía de los empleados  1.1.3 Mejorar la empatía en el lugar de trabajo  1.1.4 Liderazgo empático | |
| **Autoevaluación (preguntas y respuestas de elección múltiple)** | 1. **La capacidad de compartir los sentimientos de otra persona es:** 2. Empatía cognitiva 3. **Empatía emocional** 4. Empatía compasiva 5. **La escucha activa es la capacidad de una persona de:** 6. Responder rápidamente a una pregunta 7. Concentrarse en la formulación de una respuesta 8. **Escuchar y entender a la otra persona** 9. **La empatía está:** 10. **Positivamente relacionada con el rendimiento en el trabajo** 11. No relacionada con el rendimiento en el trabajo 12. Negativamente relacionada con el rendimiento en el trabajo 13. **La empatía incluye:** 14. Emoción 15. Cognición 16. **Tanto emoción como cognición**   **5. Dentro de la organización, el liderazgo empático:**   1. **Aumenta la seguridad psicológica** 2. No tiene efecto en la seguridad psicológica 3. Disminuye la seguridad psicológica | |
| **Recursos (vídeos, enlace de referencia)** | * Understanding Empathy   <https://www.youtube.com/watch?v=pi86Nr9Mdms>   * How To Really Listen To People <https://www.youtube.com/watch?v=oBoAATtxrw8> * How Can Leaders Learn Empathy?   <https://www.youtube.com/watch?v=8Yrmopm5Npc> | |
| **Material relacionado** |  | |
| **PPT relacionado** | ESMERALD\_EMPATHY\_UNIDU.pptx | |
| **Bibliografía** | * Agosta, L. (2015). A Rumor of Empathy: Resistance, narrative and recovery in psychoanalysis and psychotherapy. London: Routledge * Center for Creative Leadership (2016). Empathy in the Workplace: A Tool for Effective Leadership [White paper]. <https://cclinnovation.org/wp-content/uploads/2020/03/empathyintheworkplace.pdf> * Coplan, A., Goldie, P. (2011). Empathy: Philosophical and Psychological Perspectives. New York: Oxford University Press Inc. * Empathy (The Cambridge Dictionary) <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/empathy> * Howe, D. (2013). Empathy: What it is and why it matters. Basingstoke: Palgrave Macmillan * McLaren, K. (2013). The Art of Empathy: A Complete Guide to Life’s Most Essential Skill. Colorado: Sounds True * Pallapa, G. (2022). Leading with empathy: Understanding the needs of today’s workforce. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. * Riess, H., Neporent, L. (2018). The empathy effect: seven neuroscience-based keys for transforming the way we live, love, work, and connect across differences. Boulder CO: Sounds True * Segal, E. A., Gerdes, K. E., Lietz, C. A., Wagaman, M. A., Geiger, J. M. (2017). Assessing Empathy. New York, NY: Columbia University Press * Ventura, M. (2019). Applied Empathy: The New Language of Leadership. Hachette UK * Young, I. (2015). Practical Empathy: For Collaboration and Creativity in Your Work. Brooklyn, New York: Rosenfeld Media | |
| **Proporcionado por** | **UNIVERSITY OF DUBROVNIK** | |