**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** |