



Ministerio de Cultura y Educación
 Universidad Nacional de San Luis
 Facultad de Química Bioquímica y Farmacia
 Departamento: Biología
 Area: Educación en Ciencias Naturales

(Programa del año 2023)
 (Programa en trámite de aprobación)
 (Presentado el 18/12/2023 11:27:20)

I - Oferta Académica

Materia	Carrera	Plan	Año	Período
(GENERICA VOCACIONAL) LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO OPORTUNIDAD DE CONSTRUIR LAS TRAYECTORIAS ACADÉMICAS DESDE LA SALUD INTEGRAL.	CARRERA VOCACIONAL	13/03	2023	1° cuatrimestre
(CURSOS OPTATIVOS (PUB 3/18)) LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO OPORTUNIDAD DE CONSTRUIR LAS TRAYECTORIAS ACADÉMICAS DESDE LA SALUD INTEGRAL.	PROFESORADO UNIV. EN	3/18	2023	1° cuatrimestre
(OPTATIVO PUQ 14/19) LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO OPORTUNIDAD DE CONSTRUIR LAS TRAYECTORIAS ACADÉMICAS DESDE LA SALUD INTEGRAL.	BIOLOGÍA UNIVERSITARIO EN	14/19	2023	1° cuatrimestre
(OPTATIVO (FCIA.19/13)) LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO OPORTUNIDAD DE CONSTRUIR LAS TRAYECTORIAS ACADÉMICAS DESDE LA SALUD INTEGRAL.	QUÍMICA	19/13	2023	1° cuatrimestre

-CD

II - Equipo Docente

Docente	Función	Cargo	Dedicación
COMERCI, LUCIANA	Prof. Responsable	P.Adj Exc	40 Hs

III - Características del Curso

Credito Horario Semanal				
Teórico/Práctico	Teóricas	Prácticas de Aula	Práct. de lab/ camp/ Resid/ PIP, etc.	Total
3 Hs	Hs	Hs	Hs	3 Hs

Tipificación	Periodo
C - Teoría con prácticas de aula	1° Cuatrimestre

Duración			
Desde	Hasta	Cantidad de Semanas	Cantidad de Horas
13/03/2023	24/06/2023	15	45

IV - Fundamentación

La Inteligencia emocional es definida como la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones. La Inteligencia Emocional se ha convertido en una habilidad decisiva para afrontar exitosamente los desafíos que exige la cotidianidad del ser humano del siglo XXI. Numerosas investigaciones respaldan la necesidad de fortalecer las habilidades socio- emocionales desde los diferentes niveles educativos. El estrés sostenido en el tiempo bloquea la capacidad de aprendizaje, de disfrute, de creatividad, de motivación, de construcción de vínculos sanos, constituyéndose así mismo, en un factor clave en la génesis de múltiples enfermedades.

La evidencia muestra que los y las estudiantes universitarios/as mantienen altos niveles de estrés que los llevan a priorizar la carrera universitaria por sobre su salud y su bienestar manifestando muchas veces síntomas físicos y emocionales vinculados al estrés. El contexto social, político, económico, caracterizado por el cambio permanente, y la incertidumbre, nos interpela y nos invita a re-pensarnos como seres humanos integrales bio-psio-socio-ambientales-planetarios capaces de dar respuestas a un mundo complejo, sin perder la salud.

Para poder co-crear con otros espacios personales, grupales, institucionales de bienestar, de aprendizajes compartidos se requiere formar seres humanos íntegros partiendo de un enfoque holístico que tenga en cuenta cada una de las dimensiones de nuestra humanidad, y no meramente los saberes intelectuales, posibilitando desempeños integrales, acordes a la complejidad que exige nuestro siglo.

La inteligencia emocional abre la posibilidad a múltiples aprendizajes socio- emocionales que se constituyen en una verdadera caja de herramientas disponibles para responder -desde la salud integral- a los múltiples desafíos a los que nos enfrentamos a diario, aprendiendo en ese camino a ser resilientes.

V - Objetivos / Resultados de Aprendizaje

El Objetivo General del curso es que los y las estudiantes se apropien de herramientas socio-emocionales que les posibiliten poco a poco desenvolverse en la vida cotidiana, en su paso por la universidad y en sus futuras prácticas profesionales desde la armonía y la salud integral colaborando en la co- creación de ambientes fortalecedores de la salud integral y de múltiples aprendizajes.

Los Objetivos Específicos son, que los y las estudiantes, puedan:

1. Reflexionar sobre los conceptos de Inteligencia Emocional, Emociones, Salud Integral y Resiliencia.
2. Adquirir herramientas de autoconocimiento a partir de la introspección y la reflexión sobre sus propias emociones.
3. Reconocer el rol clave que tienen las emociones en el proceso de salud-enfermedad.
4. Reconocer el vínculo emociones-aprendizaje.
5. Reflexionar sobre la importancia de aprender a disfrutar el proceso que implica el largo paso por la universidad.

VI - Contenidos

El curso se encuentra atravesado en su totalidad, por dos grandes hilos conductores:

1.- La Visión del ser Humano como ser Bio-Psico-Social-Ambiental-Planetario.

2.- El Autoconocimiento como herramienta para potenciar las fortalezas y “pulir” las debilidades de los y las estudiantes.

El curso estará dividido en tres grandes Módulos:

Módulo 1: Sobrevivir o Trascender, esa es la cuestión

- 1.1.- Estrés.
- 1.2.- Modo Estrés: Cerebro de Supervivencia.
- 1.3.- Modo Creativo: Cerebro de Trascendencia
- 1.4.- Bomba química: Emociones.
- 1.5.- Modelo Holístico de la Salud Integral.
- 1.6.- Vínculo entre emociones y proceso de salud/enfermedad.

Módulo 2: La Inteligencia Emocional como puente para co -crear con otros y otras Bienestar

- 2.1.- Bienestar.
- 2.2.- Inteligencias Múltiples.
- 2.3.- Inteligencia Emocional.

- 2.4.- Coeficiente Emocional-Coeficiente Intelectual
- 2.5.- Dimensiones de la Inteligencia Emocional.
- 2.6.-Herramientas de la Inteligencia Emocional.
- 2.7.- Vínculo entre Emociones y Aprendizaje.

Módulo 3.- Resiliencia: Re-Descubriendo el tesoro que encierra cada experiencia

- 3.1.- Resiliencia: ¿Se nace o se construye?
- 3.2.- Factores Protectores-Factores de Riesgo
- 3.3.- La Resiliencia con el otro/la otra.
- 3.4.- ¿Cómo construir resiliencia en la vida cotidiana y en la universidad?
- 3.5.- Vínculo entre Resiliencia, Aprendizaje y Sabiduría.

VII - Plan de Trabajos Prácticos

Cada módulo incluirá distintas actividades prácticas de reflexión, de autoconocimiento y ejercicios vivenciales que articulará los elementos teóricos en la acción a partir de la introspección y del trabajo colaborativo.

El Plan de Trabajos prácticos planificado, será el siguiente:

1- Práctico de Aula 1. “Sobrevivir o Trascender, esa es la cuestión”

Contenido: Módulo 1 “Sobrevivir o Trascender, esa es la cuestión”

Objetivo: Identificar, comprender y articular los distintos elementos que diferencian ambos modos del cerebro, incorporando el vínculo existente entre estos y el proceso de salud-enfermedad.

2- Trabajo Práctico de Aula 2. La Inteligencia Emocional como puente para co –crear con otros y otras Bienestar

Contenido: Módulo 2 “La Inteligencia Emocional como puente para co -crear con otros y otras Bienestar”

Objetivo: Partiendo de la reflexión que surge del autoconocimiento, comprender el vínculo entre Emociones y Aprendizaje a partir de la construcción de propuestas creativas generadoras de salud integral para sus trayectos universitarios y profesionales futuros.

3- Trabajo Práctico de Aula 3. Resiliencia: Re-descubriendo el tesoro que encierra cada experiencia

Contenido: Módulo 3 “Resiliencia: Re-Descubriendo el tesoro que encierra cada experiencia”

Objetivo: A partir del autoconocimiento que surge del compartir las narrativas individuales de resiliencia, generar estrategias creativas que fortalezcan la construcción de resiliencia en la vida cotidiana y en las trayectorias universitarias.

VIII - Regimen de Aprobación

La aprobación del curso de realizará mediante la promoción sin examen final. Para la misma deberán contar con el 80% de asistencia a las clases, la aprobación de los Trabajos Prácticos y la realización de una producción escrita donde el estudiante pueda articular su propio proceso de aprendizaje con los elementos teóricos desarrollados en el curso.

Alumnos Libres: el curso no admite la condición de alumno libre.

IX - Bibliografía Básica

- [1] -Gardner, H. Inteligencias Múltiples. La teoría en la práctica. Ed. Paidós transiciones. Bs. As. 2011.
- [2] -Goleman, D. La Inteligencia Emocional. Por qué es más importante que el coeficiente intelectual. Ed. Vergara. Bs. As. 2010.
- [3] -Henderson, N., Milstein, M.M. Resiliencia en la escuela. Ed. Paidós. Buenos Aires. 2003.
- [4] -LeDoux. J. El cerebro emocional. Ed. Planeta. Barcelona. 1999.
- [5] -Malaisi, L.J.J. Modo Creativo. La Educación emocional del adulto. Ed. Educación Emocional Argentina. 2014.
- [6] - Mora, F. Neuroeducación. Sólo se puede aprender aquello que se ama. Alianza Editorial. España. 2017.
- [7] - Morin, E.: Los siete saberes necesarios UNESCO. Ed. Nueva Visión. Bs As. 1999.
- [8] -Simón, V. La compasión, el corazón del mindfulness. Ed. Sello. Madrid. 2015.
- [9] - UNESCO. Educación para la convivencia y la cultura de la paz en América Latina y el Caribe. 2012.

X - Bibliografía Complementaria

- [1] - Goleman, D. El espíritu creativo. Ediciones B,S,A. Barcelona. 2016.

- [2] -Husmann G. y Chiale, G. Resiliencia. De vidrio roto a vitreux. Ed. Den Nuevo Extremo. Buenos Aires. 2014
- [3] -Kabat-Zinn, J. Mindfulness en la vida cotidiana. Ed. Paidos. Buenos Aires. 2018.
- [4] - Maturana, H. Bloch, S. Biología del emocionar y Alba Emoting. Respiración y Emoción. Ed. Océano. España. 2000.

XI - Resumen de Objetivos

El curso propiciará la reflexión sobre los diferentes conceptos teóricos vinculados a la inteligencia emocional, a partir de la interrelación de la teoría y la práctica que surge de la experiencia en relación desarrollo del autoconocimiento. Buscará que los y las estudiantes se impliquen en las diversas herramientas del autoconocimiento a partir de la introspección y la reflexión sobre sus propias emociones, el vínculo emociones-salud y la posibilidad de construir en el aula un espacio común de aprendizajes socio-emocionales compartidos que enriquezca las trayectorias de los y las estudiantes desde un enfoque integral de la salud.

XII - Resumen del Programa

Módulo 1: "Sobrevivir o Trascender, esa es la cuestión".

Módulo 2: "La Inteligencia Emocional como puente para Co-crear con otras y otros Bienestar".

Módulo 3: "Re-descubriendo el tesoro que encierra cada experiencia."

XIII - Imprevistos

Ante cualquier situación ajena al calendario académico dispuesto por la institución, se flexibilizarán los contenidos para garantizar el cumplimiento del cronograma propuesto por el curso.

XIV - Otros

ELEVACIÓN y APROBACIÓN DE ESTE PROGRAMA	
	Profesor Responsable
Firma:	
Aclaración:	
Fecha:	