



**DIRECCION GENERAL DE DOCENCIA**  
**DIRECCIÓN DE FORMACIÓN HUMANISTA Y CRISTIANA**

**Programa de Formación para la Diversidad**

**Programa de Curso**

<b>1. Nombre del curso</b>	Salud Emocional						
<b>2. Código</b>	DDO1094						
<b>3. Año /Semestre</b>	II en adelante.						
<b>4. Créditos SCT-Chile</b>	3						
<b>Nº Horas PMA Total</b>	Horas Presenciales	1	Horas Mixtas	1	Horas Autónomas	3	
<b>5. Tipo de Curso</b>	<input type="checkbox"/> Obligatorio <input checked="" type="checkbox"/> Optativo						
<b>6. Perfil de egreso-Identidad</b>	<p>El egresado de la UC Temuco se caracteriza, entre otros aspectos, por su valoración y respeto de la diversidad, esto es preocuparse por el desarrollo del otro en su dimensión humana, comprendiendo que las diferencias sociales, religiosas, de género, étnicas y de capacidades enriquecen la convivencia, sin incurrir en prácticas discriminatorias. Este curso contribuye a ello mediante la reflexión interdisciplinar y la interacción entre estudiantes de distintas carreras.</p>						
<b>7. Descripción</b>	<p>Este curso se orienta a conocer y desarrollar técnicas y herramientas concretas en competencias emocionales, tanto individuales como grupales, de tal forma que su comportamiento le facilite experiencias más satisfactorias, en su vida personal y como futuro profesional. En ese sentido, este curso profundiza en la reflexión, el análisis, diseño e implementación de habilidades que tributan al bienestar personal y social.</p> <p>De este modo se constituye en una experiencia personal donde se busca instalar en el estudiante las capacidades asociadas al desarrollo de competencias emocionales, las cuales tributan al estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural garantizando una socialización y participación adecuada y coherente, desde el ámbito laboral, intelectual y socio emocional, lo que se traduce en una ayuda y fortalecimiento para su salud mental.</p>						
<b>8. Requisitos</b>	No tiene prerrequisito						



<b>9. Competencias Específicas y nivel de dominio</b>	No corresponde
<b>10. Competencias Genéricas y nivel de dominio</b>	<p>Respeto y valoración de la diversidad. Nivel 2.</p> <p><b>Definición</b></p> <p>Se reconoce y reconoce a los demás en sus diferencias humanas, sean éstas socioeconómicas, etnoculturales, político ideológicas, religioso- espirituales, de edad, de género, afectivo-sexuales, de capacidades físico, cognitivas u otras, favoreciendo un diálogo intercultural humanizador y promotor de entornos sociales más justos e inclusivos.</p> <p><b>Nivel 2</b></p> <p>Reconoce el valor y la legitimidad de la diversidad propia y del otro, y comprende la riqueza de las diferencias socioculturales y de capacidades, las que incorpora en la interacción cotidiana de sus propias prácticas a fin de ir configurando su futuro desempeño profesional.</p>
<b>11. Resultados de aprendizaje (RA)</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Evalúa la relevancia de las competencias emocionales para la salud mental de todo individuo en los distintos contextos en los que se desenvuelve a través de la reflexión personal y grupal</li><li>2. Diseña un GPS emocional reflejado en un manual que favorezca y de cuenta de las principales competencias que todo individuo debe desarrollar y trabajar en su vida personal y profesional a partir de su contexto en el que se desenvuelve</li></ol>
<b>12. Contenidos asociados (conceptuales, procedimentales y actitudinales requeridos para el logro de cada RA)</b>	<p><b>R.A.1: Analiza la relevancia de las competencias emocionales para la salud mental de todo individuo en los distintos contextos en los que se desenvuelve a través de la reflexión personal y grupal</b></p> <p>CONCEPTUALES</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Identifica el concepto de Emoción</li><li>• Reconoce la clasificación de emociones de algunos autores</li><li>• Conoce el constructo de educación emocional y lo integra a su labor como futuro profesional</li><li>• Reconoce la Inteligencia emocional como uno de los cimientos claves en la educación emocional</li><li>• Comprende el cerebro emocional y como este juega un papel importante en las competencias emocionales del individuo</li><li>• Identifica competencias emocionales propuestas por algunos autores</li><li>• Reconoce la alfabetización emocional como un proceso relevante en las relaciones interpersonales</li><li>• Identifica la importancia de la salud mental en la actualidad y los principales problemas que se dan en este ámbito</li><li>• Reconoce la relevancia de la formación en torno a la educación para la vida</li></ul> <p>PROCEDIMENTALES</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aplica técnicas de lectura para resumir y analizar información.</li><li>• Investiga y selecciona información de acuerdo a sus intereses</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aplica técnicas de reflexión y análisis de textos</li><li>• Observación de la realidad</li><li>• Elabora presentaciones audiovisuales</li><li>• Aplica estrategias de coordinación grupal para ejecutar trabajos colaborativos</li><li>• Maneja un lenguaje formal y técnico para elaborar discursos con argumentos y opiniones que integren adecuadamente la teoría y la conceptualización asociada a temas problematizados.</li><li>• Utiliza funciones básicas asociadas a las TIC y al uso de computadores personales</li></ul> <p>ACTITUDINALES</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Presenta disposición para el trabajo autónomo.</li><li>• Respeto las opiniones y argumentos de los demás, aunque no concuerden con las suyas.</li><li>• Toma una posición crítica frente a los saberes que se presentan y discuten, fundamentando sus ideas u opiniones con argumentos.</li><li>• Valora la retroalimentación y las críticas que recibe de sus pares y profesor integrándolas a su quehacer como estudiante y persona.</li><li>• Toma conciencia de la necesidad de trabajar y desarrollar las emociones a nivel personal y como futuro profesional.</li></ul> <p><b>R.A.2: Diseña un GPS emocional reflejado en un manual que favorezca y de cuenta de las principales competencias que todo individuo debe desarrollar y trabajar en su vida personal y profesional a partir de su contexto en el que se desenvuelve</b></p> <p>CONCEPTUALES</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Identifica la importancia de la salud mental en la actualidad y los principales problemas que se dan en éste ámbito</li><li>• Reconoce la relevancia de la formación en torno a la educación para la vida</li></ul> <p>PROCEDIMENTALES</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aplica estrategias de coordinación grupal para ejecutar trabajos colaborativos</li><li>• Maneja un lenguaje formal y técnico para elaborar discursos con argumentos y opiniones que integren adecuadamente la teoría y la conceptualización asociada a temas problematizados.</li><li>• Utiliza funciones básicas asociadas a las TIC y al uso de computadores personales</li><li>• Diseña un manual personal que favorezca el desarrollo de competencias emocionales</li><li>• Respeto y valora las opiniones y el trabajo de los demás</li><li>• Analiza críticamente las competencias más importantes para plasmar en su manual</li></ul> <p>ACTITUDINALES</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Valora la retroalimentación y las críticas que recibe de sus pares y profesor integrándolas a su quehacer como estudiante y persona. –</li></ul>
--	---



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma conciencia de la necesidad de trabajar y desarrollar las emociones a nivel personal y como futuro profesional</li> <li>• Valora la cultura emocional en la que está situado y como puede sacarle mayor provecho</li> <li>• Fortalece una actitud positiva y proactiva del tema</li> <li>• Desarrolla su pensamiento creativo</li> </ul>
13. Estrategias de Enseñanza-Aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura y producción de textos</li> <li>• Dinámicas experienciales</li> <li>• Análisis y reflexión de la realidad</li> <li>• Diagnostico de situaciones, grupos o personas</li> <li>• Diseño de presentaciones</li> <li>• Trabajo individual y por equipos</li> <li>• Estudio autónomo</li> <li>• Creación de su GPS personal</li> </ul>
14. Estrategias de evaluación	<p>Talleres de proceso</p> <p>Presentación por equipos</p> <p>Manual individual (GPS emocional)</p> <p>Autoevaluación</p>
15. Recursos de Aprendizaje	<p><b>Recursos bibliográficos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bisquerra, R. (2000). Educación Emocional y bienestar. España. Wolters Kluwer</li> <li>2. Bunge, E. Gomar, M. Mandil, J. (2014). Argentina. Akadia</li> <li>3. Casassus, J. (2006). La educación del ser emocional. Chile. Indigo.</li> <li>4. Renóm, A (2008). Reducción Emocional. España. Wolters Kluwer</li> <li>5. Repetto, E. (2009). Formación en Competencias Socioemocionales. España: La Muralla.</li> </ol> <p><b>Recursos informáticos</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bisquerra, R., y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. Educación XXI, 10, 61-82.</li> <li>2. Fernández, A. (2019). Educación: competencias, emociones y humor, perspectivas y estudios. Educación y Humanismo, 21(37), 51-66.</li> <li>3. Irarrázaval, Matías, Prieto, Fernanda, &amp; Armijo, Julio. (2016). Prevención e intervenciones tempranas en salud mental: una perspectiva internacional. Acta bioethica, 22(1), 37-50. <a href="https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2016000100005">https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2016000100005</a></li> <li>4. Mingote Adán, José Carlos, Pino Cuadrado, Pablo del, Sánchez Alaejos, Raquel, Gálvez Herrero, Macarena, &amp; Gutiérrez García, M<sup>a</sup> Dolores. (2011). El trabajador con problemas de salud mental: Pautas generales de detección, intervención y prevención. Medicina y Seguridad del Trabajo, 57(Supl. 1), 188-205. <a href="https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500012">https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500012</a></li> <li>5. Piqueras, J. Ramos, V. Martínez, A. Oblitas, G., EMOCIONES NEGATIVAS Y SU IMPACTO EN LA SALUD MENTAL Y FÍSICA. Suma Psicológica [en línea]. 2009,</li> </ol>



UNIVERSIDAD  
CATÓLICA DE  
TEMUCO

DIRECCIÓN GENERAL  
DE DOCENCIA  
VICERRECTORÍA ACADÉMICA

	16(2), 85-112[fecha de Consulta 3 de Septiembre de 2019]. ISSN: 0121-4381. Disponible en: <a href="http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007">http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007</a>
--	--

Campus San Francisco  
Manuel Montt 56  
Temuco Chile  
Fono: +56 45 2205222  
[www.uctemuco.cl](http://www.uctemuco.cl)