

**UNIVERSIDAD DE CHILE**

**FACULTAD DE MEDICINA**

**PROGRAMA DE FORMACIÓN COMÚN**

|  |
| --- |
| **PROGRAMA OFICIAL DE CURSO****FORMACIÓN GENERAL** |

|  |
| --- |
| **NOMBRE DEL CURSO: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS****CÓDIGO : FG00000503230****LÍNEA DE FORMACIÓN: DESARROLLO PERSONAL Y DEL PENSAMIENTO****SEMESTRE : PRIMERO****AÑO : 2014****NÚMERO DE CRÉDITOS: 2** **HORAS DE TRABAJO PRESENCIALES: 22,5 HRS****HORAS DE TRABAJO NO PRESENCIALES: 31,5 HRS****Nº ALUMNOS ESTIMADO : 20**  |
|  |
|  |
| ENCARGADO/A DE CURSO : Sabine Cárdenas Boudey |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DOCENTES PARTICIPANTES** | **Unidad Académica** | **Nº de horas directas** |
| Sabine Cárdenas Boudey | Unidad de Gestión Curricular |  |

|  |
| --- |
| **Propósito formativo:** Su propósito adquirir habilidades para el manejo y la resolución no violenta de conflictos, que son parte inherente a toda relación social, a través de la lógica de *ganar- ganar*, en la que ambas partes son beneficiadas. Para ello se trabajará en dos dimensiones, una orientada hacia el autoconocimiento para la toma de conciencia de nuestras emociones, las formas en que las conducimos y su efecto en las formas en que las relaciones cotidianas. Y la segunda estará orientada hacia el desarrollo de habilidades de orientadas a la resolución no violenta de conflictos.El curso está diseñado como un taller teórico-vivencial, en el que se articula niveles de experiencia individual como son las emociones y su manejo, con otros colectivos, como las formas en que manejamos las controversias. Ambas dimensiones forman parte de un continuo en el que es posible configurar, desde nuestros ámbitos de vida cotidiana, relaciones justas, equitativas y satisfactorias, que son el fundamento de una cultura de paz. |

|  |
| --- |
| **Competencia(s) del curso:**Manejar conocimientos teórico y habilidades prácticas para resolver controversias basadas en la resolución no violenta de conflictos en el ámbito personal y laboral.**Competencia Comprometida en la línea Desarrollo Personal y del Pensamiento:** Establecer una relación empática, asertiva y honesta con las personas, considerando su particular nivel de desarrollo, etnia, cultura y religión, en las diversas situaciones que debe enfrentar en su formación profesional. |

|  |
| --- |
| **Realización esperada como resultado de aprendizaje del curso:** Al final del semestre los y las estudiantes habrán adquirido herramientas que les permitirán poner en práctica distintas técnicas para la pacificación y el manejo satisfactorio de las emociones, aplicar formas de comunicación en las que es posible establecer relaciones equitativas y formas creativas para la resolución de diversos tipos de conflictos.  |

|  |
| --- |
| **Requisitos de aprobación:** El curso está diseñado bajo la modalidad de taller teórico vivencial, por lo que es fundamental la asistencia y la participación en las actividades del taller; la práctica en la vida cotidiana de la Atención Plena y el registro de la experiencia, y la elaboración de síntesis de los contenidos teórico conceptuales. |

**PLAN DE TRABAJO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Logros de aprendizaje** | **Acciones asociadas** |
| Módulo 1 | **Autoconocimiento:**Aplicar en la vida cotidiana la técnica de la Atención Plena, que contribuye al mejoramiento de la calidad de vida de las personas a través de la pacificación de las emociones, el aumento de la concentración, la empatía, y el disfrute de los acontecimientos diarios. | * Conocer los fundamentos histórico-filosóficos y bio-psico-sociales de la técnica de la Atención Plena y su uso en el área de la salud.
* Aprender la técnica de la atención plena.
* Practicar la Atención Plena.
* Reflexionar acerca de la práctica de forma individual mediante un registro semanal de la experiencia y colectivamente al inicio o final de cada clase.
 |
| Módulo 2 | **Manejo inteligente de emociones:**Desarrollar habilidades para conducir las emociones constructivamente y de forma satisfactoria.  | * Experimentar la relación que hay entre las emociones, nuestros esquemas de pensamiento y la forma de relacionarnos con los demás, a través de la práctica de técnicas para el manejo de emociones y la reflexión de la práctica de la Atención Plena.
* Argumentar esta relación mediante la discusión grupal en torno a las vivencias experimentadas y los elementos teórico conceptual que fundamentan el efecto de las emociones sobre la conducta y la salud.
 |
| Módulo 3 | **Comunicación efectiva** Implementar formas de comunicación efectivas para establecer relaciones horizontales, basadas en a confianza, el reconocimiento y el beneficio mutuo. | * Reconocer las barreras de comunicación que experimentamos cotidianamente.
* Practicar la observación, la escucha, la retroalimentación y la empatía, mediante ejercicios y dinámicas grupales.
* Reflexionar en torno a los principios para una comunicación efectiva, su vinculación con el manejo de las emociones.
 |
| Módulo 4 | **Manejo y resolución del conflicto** Responder a las controversias de manera creativa, propositiva a través del modelo de resolución no violenta de los conflictos. | * Reflexionar y discutir colectivamente acerca de los orígenes y la formación de los conflictos, las formas de manejo no violentas y los causes individuales y colectivos para la construcción de relaciones equitativas y de una cultura de paz.
* Analizar conflictos reales que se despliegan en el ámbito personal, grupal y social.
* Practicar técnicas y estrategias para el manejo de los conflictos: identificación de necesidades, superación de las posturas, cambios de perspectivas, formas de mediación y negociación.
* Integrar las destrezas y los referentes conceptuales de los módulos anteriores: autoconocimiento, manejo de emociones, comunicación, en la compresión del manejo y resolución de los conflictos, como parte de una forma de vida.
 |
| **Estrategias metodológicas** | * Práctica de la técnica de la Atención Plena.
* Diario de campo como instrumento para el registro y la reflexión de la práctica.
* Exposiciones de la profesora y reflexión grupal acerca de los fundamentos teórico-conceptuales de cada tema.
* Elaboración de mapas conceptuales que sintetizan los elementos teóricos conceptuales vistos en cada módulo.
* Dinámicas grupales, juegos de roles y actividades vivenciales.
* Moldeamiento de destrezas a partir de material audiovisual.
* Representación creativa en pequeños grupos.
 |
| **Procedimientos evaluativos** | Los procedimientos evaluativos serán: * Asistencia y participación.
* Diario de campo personal para la reflexión semanal de la práctica cotidiana.
* Mapa conceptual para la síntesis de los elementos teóricos de cada módulo.
* Representación creativa para la síntesis vivencial de los aprendizajes, que será presentada en pequeños grupos el último día de clases.
 |
| **Recursos** | **Requerimientos de espacio:**Para las sesiones 1 y 4 de autoconocimiento, se solicita un espacio amplio y silencioso, con colchonetas para sentarse en el suelo.**Material para actividades:** * Fotocopias
* Papelógrafos
* Cinta para pegar
* Marcadores

**Requerimientos técnicos:*** Data show
* Parlantes
* Laptop

**Fuentes bibliográficas** Cascón Soriano, Paco. Educar en y para el conflicto. Cátedra UNESCO sobre Paz y Derechos Humanos, Universidad Autónoma de Barcelona, España, s/f.Fañañás Ferrer, Goretti. Proyecto de alfabetización emocional: La felicidad como actitud mental. Tesis para la obtención del grado de Master en Educción Emocional y Bienestar, Facultad de Pedagogía, Universidad de Barcelona, 2011.Kreidler, J. William. La resolución creativa de conflictos (manual de actividades) Fundación para el Bienestar Humano – SURGIR, Medellín.Limpens , Frans. La Zanahoria: Manual De Educacion En Derechos Humanos Para Maestros y Maestras De Preescolar y Primaria. , Amnistía Internacional, México, 1999.Lynn, B. Adele. 50 Actividades para desarrollar la inteligencia emocional. Centro de Estudios Ramón Areces, Madrid, 2001.Nayaka Thera, Henepola Gunaratana, El Cultivo de la Atención Plena: La Practica de la Meditacion Vipassana. Pax, 2008, México. Ospina, Johanna. La educación para la paz como propuesta Ético-política de emancipación democrática. Universitas. Revista de Filosofía, Derecho y Política, nº 11, enero 2010, pp. 93-125.Rojas, Cristian. El conflicto como oportunidad: guía didáctica para docentes No. 1. INDESOL, Ciudad Juárez, México, 2010.Satir, Virginia. El contacto íntimo. Pax, México, 2002.Vivas García, Mireya. La educación emocional: conceptos fundamentales. Sapiens, vol. 4. No. 002, Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Caracas Venezuela. |

**PLAN DE CLASES**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Sesión***  | ***Horario*** | ***Lugar*** | ***Temas y Actividades principales*** | ***Profesora*** |
| 24/03 Autoconocimiento: Parte I | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * Integración el grupo
* Revisión del programa
* Introducción y práctica de la **Atención Plena**: *primera parte en la enseñanza de la técnica.*
 | Sabine Cárdenas |
| 31/03 Manejo de emociones | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Competencias cognitivas**: práctica para el manejo de emociones.
* **Patrones de pensamiento y emoción**: fundamentos teóricos conceptuales.
 | Sabine Cárdenas |
| 07/04 Manejo de emociones | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Competencias de autocontrol:** Práctica para el manejo de emociones.
* **Autocontrol y reorientación de la conducta**: fundamentos teóricos conceptuales.
 | Sabine Cárdenas |
| 14/04 Autoconocimiento: Parte II | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Práctica de la Atención Plena**: *segunda parte en la enseñanza de la técnica.*
* **Contextualización histórica y fundamentos** bio-psico-sociales de la atención plena.
 | Sabine Cárdenas |
| 21/04 Comunicación efectiva | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Barreras de la comunicación**: fundamentos teórico conceptuales de la comunicación efectiva.
* **identificación de las barreras personales** en la comunicación, y práctica de estrategias para transformarlas.
 | Sabine Cárdenas |
| 28/04 Comunicación efectiva | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Comunicación efectiva** parte I: fundamentos teórico conceptuales.
* **Observación y escucha**: práctica para el desarrollo habilidades comunicacionales.
 | Sabine Cárdenas |
| 05/05 Comunicación efectiva | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Comunicación efectiva** parte II: fundamentos teórico conceptuales.
* **Retroalimentación y empatía**: práctica para el desarrollo habilidades comunicacionales.
 | Sabine Cárdenas |
| 12/05 Resolución no violenta de conflictos | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **El conflicto como proceso**: elementos teóricos para el reconocimiento del proceso a través del cual se originan los conflictos.
* **Experiencia vivencial del proceso de conformación del conflicto** para la identificación de recursos para su resolución por medios no violentos.
 | Sabine Cárdenas |
| 19/05Resolución no violenta de conflictos | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Conflictos socio-comunitarios**: Exposición de elementos teórico-metodológicos para su análisis.
* A**nálisis de conflictos** en el ámbito socio-comunitarios.
 | Sabine Cárdenas |
| 26/05 Resolución no violenta de conflictos | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Conflictos en el ámbito personal-grupal**: Exposición de elementos teórico-metodológicos para su análisis.
* A**nálisis de conflictos** en el ámbito personal-grupal.
 | Sabine Cárdenas |
| 02/06 Resolución no violenta de conflictos | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Formas de afrontamiento del conflicto**: exposición de modelos explicativos.
* Identificar las formas personales de afrontamiento del conflicto.
 | Sabine Cárdenas |
| 09/06Resolución no violenta de conflictos | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Formas de intervención de los conflictos**. Parte I: referentes teórico-conceptuales.
* Práctica de técnicas para la resolución no violenta de conflictos.
 | Sabine Cárdenas |
| 16/06 Resolución no violenta de conflictos | 14:30- 16:00 | Sede Norte | * **Formas de intervención de los conflictos**. Parte II: referentes teórico-conceptuales.
* Práctica de técnicas para la resolución no violenta de conflictos.
 | Sabine Cárdenas |
| 23/06Integración de los cuatro módulos | 14:30- 16:00 | Sede Norte | **Formas de prevención de los conflictos**: Integración reflexiva de los cuatro módulos de trabajo en la práctica del manejo y resolución de los conflictos.  | Sabine Cárdenas |
| 30/06 Cierre y evaluación grupal | 14:30- 16:00 | Sede Norte | **Evaluación colectiva de la experiencia:** presentación de las representaciones creativas grupales | Sabine Cárdenas |

Nota: en cada clase se dará un espacio para la reflexión grupal de la práctica cotidiana de la Atención plena, tomando como insumo las notas del diario de campo.