

## PROGRAMA DE ASIGNATURA

### 1. UNIDAD ACADÉMICA

Programa Académico de Bachillerato

### 2. IDENTIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA

Nombre de la asignatura: **Tres teorías psicológicas y su aplicación a la vida universitaria**

Requisitos: Psicología

Período: Primer semestre 2025

Profesora de la asignatura: Lorena Muñoz

Descripción de la asignatura:

La psicología, como disciplina, ofrece herramientas teóricas y prácticas que permiten comprender las dinámicas de la mente humana y su relación con el entorno. Este electivo propone explorar tres teorías psicológicas actuales —la teoría del apego, la teoría de las inteligencias múltiples y la teoría de la autorregulación emocional— y a partir de éstas generar un proceso de autoconocimiento y desarrollo personal que sea posible aplicarlo a etapa universitaria.

A través de un enfoque reflexivo y participativo, este curso busca potenciar el autoconocimiento y el desarrollo de habilidades prácticas de manera de contribuir a que l y las estudiantes reconozcan sus fortalezas y habilidades para desarrollarse exitosamente su vida universitaria.

### 3. Horas de trabajo (semanales)

Cátedra	3,0 hrs
---------	---------

### 4. OBJETIVO GENERAL DE LA ASIGNATURA / RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Introducirse a la psicología a través del conocimiento de teorías psicológicas actuales y las aplicaciones que estas tienen para la promoción del desarrollo personal, emocional y académico de los y las estudiantes universitarios.

## PROGRAMA DE ASIGNATURA

### 5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

- 5.1. Comprender los principios fundamentales de la teoría del apego y analizar cómo los estilos de apego influyen en las relaciones interpersonales actuales de los y las estudiantes.
- 5.2. Explorar la teoría de las inteligencias múltiples, identificando las inteligencias predominantes en cada estudiante y su aplicación en el contexto académico y personal.
- 5.3. Analizar la teoría de la autorregulación emocional, enfatizando estrategias para manejar el estrés, las emociones complejas y los desafíos propios de la vida universitaria.

### 6. SABERES / CONTENIDOS

La asignatura se conforma por tres módulos, cada módulo abarca una de las teorías psicológicas a revisar.

#### I. Teoría del apego.

- Bowlby y la teoría del apego
- Estilos de apego
- Efectos de la teoría del apego en las relaciones interpersonales

#### II. Teoría de las inteligencias múltiples

- Teorías sobre la inteligencia
- Teoría de las inteligencias múltiples
- Aplicación de las inteligencias múltiples a la vida académica

#### III. Modelo de autorregulación emocional

- Teorías de autorregulación emocional: Modelo de Gross
- Estrategias de autorregulación emocional
- Aplicación de la autorregulación emocional a situaciones cotidianas

### 7. METODOLOGÍA

El curso tiene un carácter teórico-práctico.

Está estructurado en base a tres módulos, en que en cada uno de ellos se abordará una teoría psicológica actual. Se revisará la teoría del apego, la teoría de las inteligencias múltiples y el modelo de Gross de autorregulación emocional.

Cada módulo tendrá una duración de aproximadamente 4 clases.

## PROGRAMA DE ASIGNATURA

La primera clase de cada módulo tendrá un carácter teórico, en el que se presentará la teoría a revisar. Se iniciará la clase con un control de lectura breve de la bibliografía obligatoria de manera que la clase sea una instancia de discusión teórica y aclaración de dudas respecto a la temática abordada.

Las dos clases siguientes se centrarán en explorar la aplicación de dicha teoría al desarrollo personal de los estudiantes, utilizando para ello estrategias y ejercicios prácticos, y la aplicación de cuestionarios o inventarios de autoevaluación (particularmente del apego y de inteligencias múltiples).

La cuarta clase de cada módulo se hará una evaluación parcial, cuya característica dependerá del módulo. En este momento también será evaluada el nivel de participación en las actividades desarrolladas a lo largo del módulo.

Por ende, esta asignatura tiene un carácter teórico-práctico y requiere de una participación activa en las actividades de aprendizaje para lograr el cumplimiento de los objetivos.

### 8. EVALUACIÓN Y PONDERACIONES

#### 8.1. Estructura de pruebas y ponderaciones

Cátedra y ayudantía:	Ponderación
Evaluación parcial 1 (PP1)	20%
Evaluación parcial 2 (PP2)	20%
Evaluación parcial 3 (PP3)	20%
Promedio de los Controles de lectura (C)	30%
Otras actividades: Participación (P)	10%

#### 8.2. Fórmula para el cálculo de la nota de presentación (NP) a examen. (indicar cómo debería expresarse la fórmula en U-Cursos)

$$NP = (PP1 \times 0,2) + (PP2 \times 0,2) + (PP3 \times 0,2) + (C \times 0,3) + (P \times 0,1)$$

Podrán conservar la NP los estudiantes que tengan nota igual o superior a 4,0.

Examen Final (E): 30 %

La nota mínima de presentación al examen final será 3,5. Los estudiantes con nota superior a 4,0 podrán igualmente presentarse a examen.

Fórmula para el cálculo de la nota final (NF):

$$NF = NP \times 0,7 + E \times 0,3$$

## PROGRAMA DE ASIGNATURA

### 9. Requisitos de aprobación

Nota Final	mayor o igual a 4,0

#### 9.1 Formulas de recuperación

Para recuperar las evaluaciones a las que se haya faltado (PP1, PP2, PP3, o C), luego de haber sido justificadas en Secretaría de Estudios, se fijará una fecha anterior a la del Examen, en la que deberán entregar las evaluaciones faltantes.

#### 9.2 Situaciones a justificar

La inasistencia a actividades de evaluación deberá ser justificada según se indica:

- Por motivos de salud: Se debe ingresar a través de UCampus, al módulo de solicitudes y seleccionar la opción de justificación de inasistencias. Debe adjuntar el certificado médico y comprobante de pago correspondiente.
- Por motivos personales/sociales: solicitar justificación a Trabajadora Social del Programa (asobachi@uchile.cl) quien evaluará la situación y solicitará respaldos.

El/la estudiante tendrá un plazo de 48 horas una vez reincorporado a las actividades académicas para presentar o enviar la documentación correspondiente.

### 10. Varios

Las **situaciones no cubiertas** por este programa se resolverán por las disposiciones del reglamento de Bachillerato.

### 11. Bibliografía

#### Obligatoria:

Bowlby (1989). *Una base segura*. Paidós.

Gardner, H. (2011). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Paidós.

Pascual, A., Conejero, S. (2019) Regulación emocional y afrontamiento: aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*. Vol 36 (1), p. 74-83.

## PROGRAMA DE ASIGNATURA

Pinedo Palacios, J.R., Santelices Álvarez, M.P. (2006). Apego adulto: los modelos operantes internos y la teoría de la mente. *Terapia Psicológica*, Vol 24(2), p. 201-209.

### Complementaria:

Ávila, A.M. (1999). Inteligencias múltiples: una aproximación a la teoría de Howard Gardner. *Horizontes Pedagógicos*. Vol 1 (1), p. 19-27.

Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XX1*, 10, 61-82.

Bowlby (1998). *El apego y la pérdida I*. Cap. 13. La conducta de apego desde el punto de vista de los sistemas de control. Paidós Edición.

Caqueo-Urizar, A., Mena-Chamorro, P., Flores, J., Narea, M., Irrarrazaval, M. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia Psicológica*. Vol. 38 (2).

D'Alton Kilby, T.C. (2010). La teoría de las inteligencias múltiples una evaluación crítica desde la perspectiva de la cognición y el lenguaje. *Humanitas*, Vol 7 (7).

Del Valle, M., Zamora, E., Andrés, M.L. (2020). Dificultades de regulación emocional e intolerancia a la incertidumbre en estudiantes universitarios. *Quaderns de Psicologia*. Vol. 22 (2). <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1594>

Gross, J. (2021). Conferencia 1: Dr. James J. Gross "Regulación emocional/Emotion regulation". Encuentro internacional sobre el rol de la regulación emocional en la salud mental. Universidad del Desarrollo. <https://psicologia.udd.cl/noticias/2021/04/conferencia-1-dr-james-j-gross-regulacion-emocional-emotion-regulation/#:~:text=El%20modelo%20de%20proceso%20de,y%20finalmente%20una%20respuesta%20emocional.>

Guzmán-González, M., Carrasco, N., Figueroa, P., Trabucco, C., Vilca, D. (2016). Estilos de apego y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Psykhe*, Vol 25 (1) p 1-13. doi:10.7764/psykhe.25.1.706

Horno, P. (2014) Apego y adolescencia: Narrándose en el espejo de los otros. *Adolescere*. Vol. 2 (3), p. 19-28.

López, C., Ramírez, M. (2005). Apego. *Revista Chilena Medicina Familiar*, Vol. 6 (1) pag 20-24

Martínez, C., Santelices, M.P., (2005). Evaluación del apego en el adulto: una revisión. *Psykhe*, Vol. 14 (1) 181-191. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282005000100014>