

eman ta zabal zazu



Universidad
del País Vasco

Euskal Herriko
Unibertsitatea

**BIZKAIKO
ESPERIENTZIA
GELAK
AULAS DE LA
EXPERIENCIA
DE BIZKAIA**

IRAKASGAIAREN TITULUA/ TÍTULO ASIGNATURA: [PSICOLOGÍA](#)

Irakaslea/Profesor/a: **Miren Agurtzane Ortiz Jauregi (coordinadora),
Josune Martín Corral y Pedro Muñoz Domínguez**

Ikasgaiaren azalpena/Descripción de la asignatura

La asignatura de Psicología en las Aulas de la Experiencia se centra en explorar los procesos mentales y emocionales que participan en las personas, en cuanto a la influencia de los mismos en su personalidad, en la vivencia de sus emociones y en su salud, bienestar y calidad de vida.

Esta asignatura también busca proporcionar herramientas para comprender mejor las propias experiencias y sus relaciones sociales.

Gaitasunak/Competencias

Reconocer la importancia de los factores psicológicos y sociales que influyen en el estado de salud del individuo, familia y comunidad.

Conocer los fundamentos psicológicos y sociales de la personalidad y la conducta.

Conocer las distintas variables ambientales, familia, cultura, grupo social y laboral, acontecimientos vitales, y explorar las principales en cuanto a su influencia sobre la personalidad y emociones.

Adquirir las nociones sobre el desarrollo cognitivo, emocional y psicosocial en las distintas etapas de la vida.

Edukiak/Contenidos

*INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA:

Concepto de salud. Concepto de salud mental y enfermedad en Psiquiatría.
Normalidad /Anormalidad.

***EVOLUCIÓN BIO-PSICO-SOCIAL DEL SER HUMANO:**

Desde el nacimiento hasta la adolescencia. La vida adulta. Presenectud y senectud.

***PSICOLOGÍA DE LAS FUNCIONES PSÍQUICAS:**

Atención, Sensación, Percepción y Conciencia. Pensamiento y lenguaje. Memoria. Técnicas de mejora de la memoria. Inteligencia. Aprendizaje. Sueño.

***PERSONALIDAD:**

Definición. Descripción de la personalidad. Formas de medir la personalidad. Taller de evaluación de personalidad.

***COMUNICACIÓN INTERPERSONAL:**

Comunicación verbal. Comunicación no verbal. Técnicas de comunicación. Técnicas de escucha. Requisitos para una buena comunicación. Dificultades más frecuentes en la comunicación interpersonal. Role-playing.

***ENFERMO/A Y ENFERMEDAD:**

Actitudes ante la enfermedad. Adaptación a la enfermedad. Dolor crónico. Duelo.

***PATOLOGÍAS DE ESPECIAL INTERÉS:**

Ansiedad. Depresión. Suicidio. Insomnio. Alcohol y otras adicciones. Trastornos de la conducta alimentaria. Terapéutica médica. Cumplimiento.

***EMOCIONES:**

Concepto y componentes. Evaluación y medida. Polígrafo y psicogalvanómetro. Función adaptativa de las emociones. Emociones y salud.

***ESTRÉS:**

Situaciones estresantes. El maltrato psicológico. Mobbing. Bulling. Técnicas de afrontamiento.

***ESTRATEGIAS PARA SER FELICES.**

***APRENDIZAJE DE TÉCNICAS DE RELAJACIÓN.**

***PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES MENTALES. ANÁLISIS PSICOSOCIAL DE LA SOCIEDAD ACTUAL.**

Metodología/ Metodología

Para adquirir los conocimientos y las competencias de esta asignatura el equipo docente impartirá clases magistrales durante las cuales se explicarán las bases teórico-prácticas de aprendizaje en la materia.

Algunos temas podrán impartirse en forma de taller.

La participación activa del alumnado es positivamente considerada.

Evaluación sistema/ Sistema de evaluación

Se utilizará un sistema de evaluación continua para valorar el progreso de cada estudiante a lo largo del periodo formativo. Asistencia y aprovechamiento a las clases supondrá una nota base para el alumnado.

En el caso de que algún alumno/a desee llevar a cabo un trabajo extra (para subir nota) sobre algún tema relacionado con la materia lo podrá hacer, contando con la tutoría y/o dirección del profesorado si fuera necesario y entregando el trabajo para su valoración por parte del profesorado al menos 15 días antes de la finalización de la actividad docente.

Bibliografía/Bibliografía

Davidoff L. (1989). Introducción a la Psicología, México, Mac GrawHill.<https://es.scribd.com/document/276610438/Psicologia-Myers>

Delgado, ML (2014). Fundamentos de Psicología para ciencias sociales y de la salud. Panamericana.

Goleman D. (2015) Inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.

Jeammet P, REynaud M, Consoli SM (1999). Psicología Médica. 2ª edición. Barcelona. Masson.

Myers DG (2015). Psychology. Ed. Panamericana. 11ª ed.

Redolar D. (2014). Neurociencia cognitiva. Buenos Aires: Panamericana.

Seva Diez A. y col. (1994) "Psicología Médica (Bases psicológicas de los estados de Salud y enfermedad)". INO Reproducciones S.A.