



Aulari CRTTT - Escola de Teixits
Plaça Indústria, sn
T 93 795 46 25 (Secretaria)
T 62 767 38 27 (Coordinació)
03860 Canet de Mar (Barcelona)

GUÍA DIDÁCTICA DEL CURSO DE PSICOLOGÍA

POTENCIAR ACTITUDES POSITIVAS

Docente: Montse Estarlich Forcano
Curso 2017-2018. UNED Sènior
UNED Província Barcelona Canet de Mar

1. PRESENTACIÓN DE LA GUIA

Todos observamos el mundo que nos rodea, pero cada uno de nosotros miramos este mundo de diferente manera. Cada uno de nosotros llevamos unas gafas que filtran la información que nos llega del exterior. Las actitudes "son las gafas que cada uno de nosotros utilizamos para entender el mundo y nosotros mismos" (Robert Dilts).

Durante el curso analizaremos cómo entendemos nuestra realidad y cómo podemos modificar actitudes para mejorarla.

Esta guía didáctica comienza con una pequeña introducción. A continuación se indican las condiciones necesarias del estudiante para cursar la asignatura se presentan los objetivos del curso y la programación de los contenidos de la materia, los tipos de actividades previstas y la evaluación del curso.

Y para cerrar la guía, se adjuntan unas recomendaciones bibliográficas para complementar los contenidos de la asignatura.

2. INTRODUCCIÓN GENERAL A LA MATERIA

Todas las conductas que realizamos en nuestra vida siempre están ligadas a un contexto y en una actitud concreta. La actitud es un factor afectivo-emocional y cognitivo que modula nuestra conducta y nuestras acciones.

No siempre actuamos como queremos o como pensábamos. El ser humano suele ser inestable e incoherente y busca constantemente volver a una estabilidad. Conocer e identificar cuáles son las actitudes que nos predisponen a realizar determinadas acciones es la base para recuperar el control en situaciones de inestabilidad.

Detrás de todas las actitudes hay emociones y pensamientos que la determinan y condicionan. Y sobre todo, hay detrás los valores que cada uno de nosotros tenemos. Valores personales y valores sociales que influyen en las actitudes de manera directa.

Por lo tanto, trabajar nuestras actitudes nos hace revisar cuáles son nuestros valores, nuestras creencias y cuáles son las emociones que tenemos asociadas a cada una de ellas. Y entenderemos que podemos modificarlas para favorecer una mejor satisfacción personal a la hora de responder a las situaciones vitales a las que nos vamos afrontando.

2. OBJETIVOS

Los objetivos que se quieren trabajar en esta asignatura son:

- Alcanzar conocimiento teórico sobre las actitudes y los constructos que las influyen.
- Conocer métodos y técnicas para poder modificar las actitudes
- Adquirir competencias emocionales y habilidades personales.

3. REQUISITOS PRÉVIOS

No será necesario tener conocimientos previos de los contenidos que se trabajarán.

Los alumnos podrán emplear como soporte todo el abanico de posibilidades que ofrece internet para complementar la asignatura y se dispondrá también de una oferta bibliográfica donde se podrá adquirir y ampliar sus conocimientos.

4. MEDIOS Y ACTIVIDADES

El curso estará dividido en 15 sesiones de carácter presencial de dos horas de duración cada una.

Las sesiones combinarán la teoría y la práctica en cada uno de los conceptos que es trabajar. La parte magistral se combinará con una participación activa del alumnado, buscando un feedback constante para valorar el seguimiento de cada sesión.

5. CONTINGUTS

El programa de la asignatura se divide en 4 bloques. Se considera que para cada bloque se utilizará 3 o 4 sesiones. Sin embargo, el ritmo se adaptará en función del desarrollo del grupo clase durante el curso.

Bloque 1: Teoría de las actitudes

¿Qué son las actitudes y componentes de las actitudes

Teorías sobre las actitudes y el comportamiento

Tipo de actitudes: positivas y negativas

Bloque 2: Factores influyen en nuestras actitudes

Las emociones
Los pensamientos y creencias
Los valores
La motivación

Bloque 3: Actitudes negativas

Identificar y analizar actitudes negativas

Bloque 4: Actitudes positivas

Identificar, analizar y potenciar actitudes positivas

6. BIBLIOGRAFÍA

- Viktor Emil Francl (1945) "L'home a la recerca de sentir". L.B
- Carlos Castilla del Pino (2009) " Conductas y actitudes". Ed. Tusquets
- Küpper Victor (2011) "El efecto actitud". Ediciones Invisibles
- Luís Reyes Rodríguez (artículo 2007) "la teoría de l'acció razonada: implicacions para el estudio de las actitudes".
- Edward E. Jones yHarold B. Gerard. (1980) "Fundamentos de Psicología Social ". Editorial Lumisa SA.
- K.Young.J.C. Flügel y otros. "Psicología de las Actitudes". Editorial Paidós.

7. EVALUACIÓN

La evaluación de esta asignatura responde a los principios de la evaluación continua.

Los principales elementos para evaluar el aprendizaje serán la asistencia a más del 80% de las clases lectivas y la participación del alumno / a en el aula.

Este curso de 30 horas se reconoce con 1 crédito universitario CTS y también se puede convalidar como actividad de formación permanente para los docentes del Departamento de Educación de la Generalidad de Cataluña.