

**PROGRAMA DE CURSO**

Nombre del Curso:	¿Qué habilidades tengo que desarrollar si quiero ser psicólogo o psicóloga clínica?
Nivel de enseñanza de estudiantes:	<i>Curso dirigido a estudiantes de octavo básico a cuarto año de enseñanza media.</i>
Docente(s) Responsable(s):	Marcela Mendoza
Duración del Curso:	<b><u>Sesiones distribuidas en los siguiente manera</u></b>  Semana 1: lunes 06 a viernes 10 de enero de 2025. Semana 2: lunes 13 a viernes 17 de enero de 2025. Semana 3: lunes 20 a viernes 24 de enero de 2025.
Horario ( <i>Fijo-no modificar</i> ):	Clases teóricas: 9:30 - 13:00 hrs.  Ayudantía/Tutoría/Laboratorio/actividades prácticas: 14:30 - 17:00 hrs.
Campus a dictar el curso:	Campus Rancagua

**I. DESCRIPCIÓN DEL CURSO:**

<p>Curso que aborda la importancia de contar con habilidades socioemocionales que le permitan al psicólogo o psicóloga clínica un desempeño adecuado de su rol, así como también, la mantención de su bienestar personal, en contextos de alta demanda afectiva.</p>
--

**II. OBJETIVOS DE APRENDIZAJE DEL CURSO:**

- |  |
|--|
| 1) Reconocer las habilidades socioemocionales con las que debe contar un(a) psicólogo(a) clínico en el ejercicio de su profesión.                                  |
| 2) Comprender la relevancia que tiene para el(la) psicólogo(a), la mantención de su bienestar personal en el trabajo clínico.                                      |
| 3) Distinguir las herramientas con las que puede contar el(la) psicólogo(a), para un desempeño profesional adecuado y para la mantención de su bienestar personal. |

**III. CONTENIDOS, ACTIVIDADES DEL CURSO:**

Fecha	Clase Teórica 9:30 a 13:00 hrs.	Ayudantía/Tutoría/laboratorio/ Actividades prácticas 14:30 a 17:00 hrs.
Clase 1	Presentación docente. Introducción del curso. Áreas de la psicología.	Presentación ayudante. Experiencia como estudiante de la Universidad de O'Higgins en la Carrera de Psicología. Detalle de las áreas de la psicología y su abordaje en los distintos cursos impartidos en la Universidad.
Clase 2	Aproximación a la psicología clínica. Subáreas de la psicología clínica.	Ayudantía de reforzamiento y profundización del ámbito de la psicología clínica. Atención diada madre-hijo/a, intervención de niños, niñas, adolescentes, adultos, personas mayores. Modalidades de intervención (individual, pareja, familias, grupos)
Clase 3	Definición, identificación y desarrollo de habilidades socioemocionales.	Profundización y énfasis en el desarrollo de empatía, comprensión, gestión emocional del(a) terapeuta,
Clase 4	Capacidad empática, asertividad, escucha activa, desarrollo de confianza	Profundización escucha activa, capacidad comprensiva, relación terapéutica.
Clase 5	Conceptualización de la emoción.	Ayudantía enfocada en el reconocimiento y diferenciación de sensaciones, emociones, pensamientos y conductas. Ejercicio para diferenciar conducta, emoción, pensamiento y sensación
Clase 6	Modelos explicativos de la emoción	Repaso de diferentes teóricos que abordan el tema de la emoción, universalidad de las emociones v/s aspectos culturales.
Clase 7	Conciencia emocional. Alfabetización sensorial y emocional.	Ejercicio de reconocimiento de cuántas sensaciones y emociones se conocen y en qué se diferencian o se asemejan (familias de emociones)
Clase 8	Granularidad, agilidad y regulación emocional	Presentación de situaciones en las que se deben resolver problemas, regulando nuestras emociones.
Clase 9	Inteligencia emocional	Exposición de video "¿Qué es eso?", "Gallegos y norteamericanos", cortometrajes. Discusión grupal de cómo resolver de otro modo las situaciones presentadas.
Clase 10	Modelos de inteligencia emocional.	Ayudantía de profundización de autores que abordan el tema de la inteligencia emocional.
Clase 11	Las emociones y su repercusión en la salud y en la enfermedad	Ayudantía de profundización de cómo la persistencia de ciertas emociones se ha asociado a ciertos diagnósticos en psicología
Clase 12	Respuestas fisiológicas a la situación de estrés.	Ayudantía de reforzamiento de contenidos referentes a cómo el estrés afecta a nuestro organismo.
Clase 13	Neuroplasticidad y cambio	Ayudantía en la que se abordará la posibilidad del cerebro humano de modificación
Clase 14	Autocuidado en los equipos de salud mental	Ayudantía de reforzamiento de la necesidad de autocuidado de profesionales que trabajan en salud

		mental y estrategias a través de las cuáles se puede mantener un mayor bienestar en el trabajo del(a) psicólogo clínico(a)
Clase 15	Estrategias de autocuidado en psicología. Cierre del curso	Actividad de cierre en donde se realizará un pequeño resumen de lo aprendido en el curso y se solicitará feedback de parte de los y las estudiantes.

#### IV. BIBLIOGRAFÍA

- Bisquerra Alzina, R., Bondía Raga, A., Delgado Gómez, M. S., Fernández Vidal, M. C., Fuster Rapezza, M. I., García Gómez, M., Gómez Díaz, M., Gómez Sánchez, R., Jakiwara Grández, L. G., Jiménez Morales, M. I., Peña Acuña, B. & Sánchez Cobarro, P. (2016). *Bienestar emocional*. Madrid: Dykinson.
- Bisquerra, R. (2015). *Universo de emociones*. España: PalauGea Comunicación S.L.
- Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- David, S. (2016). *Agilidad emocional. Rompe tus bloqueos, abraza el cambio y triunfa en el trabajo y en la vida*. España: Sirio.
- Davidoff, L. (2003). *Introducción a la psicología*. México: McGraw-Hill.
- Gardner, H. (2001). *Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples*. Bogotá: Fondo de Cultura Económica.
- Goleman, D. (2013). *El cerebro y la inteligencia emocional: Nuevos descubrimientos*. Barcelona: Editorial B.
- Riso, W. (2015). *Maravillosamente imperfecto, escandalosamente feliz*. Buenos Aires: Planeta.
- Roca, E. (2013). *Autoestima Sana*. Valencia: ACDE Ediciones.

#### V. RECURSOS Y NECESIDADES DEL CURSO

<p>Necesidades para desarrollar el curso (Materiales, materiales de laboratorio, salidas a terreno, entre otros)</p>	<p>Se requerirá de fotocopidora y/o impresora para facilitar la entrega de material a utilizar en las clases y en las ayudantías. Se necesitarán cartulinas de colores, lápices scripto de colores, plumones de pizarra, tijeras, pegamento.</p>
<p>Espacios requeridos y contacto de persona responsable para solicitar espacio.</p>	<p>Las actividades serán realizadas en la sala de clases asignada, por lo que no se contemplan otros espacios. Es necesario contar con sistema de audio en buen estado, que permita la proyección de material audiovisual. En caso de ser necesario, contactar a la docente a cargo: Marcela Mendoza marcela.mendoza@uoh.cl +56972527284</p>