



Mòdul o Matèria/Assignatura	Filosofia, autoconeixement i gestió d'emocions
Nom del professor	Raül Genovès Company
Caràcter (obligatòria/optativa)	Obligatòria
Nombre de crèdits	32,5 hores (4,3 crèdits)
Ubicació temporal	
Activitats no presencials	Pràctica i comentari d'exercicis seleccionats dels presentats a classe
Sistema d'avaluació	Assistència i intervenció. Exposició oral o escrita de les aplicacions i aprofitament personal dels continguts de l'assignatura
Grau de presencialitat	Total
Continguts	Presentació de certes aportacions de la filosofia clàssica en general i de l'estoïcisme en particular per a l'autoconeixement i la gestió emocional, interpretant-les des d'una perspectiva actual, orientada a explorar i exercitar les aplicacions pràctiques de les seves propostes, en combinació amb el projecte d'intel·ligència emocional i les contribucions de la neurociència. 1. Aspectes essencials dels pensaments i dels sentiments. Elements que faciliten el desenvolupament i la praxis de l'art de l'escolta i de l'assertivitat. 2. Les distintes emocions i els motius de la seva activació. Importància dels pensaments, sentiments i actituds; el maneig del «diàleg intern» per a acceptar les emocions, afrontar l'adversitat i millorar la comunicació. Alguns exemples de la filosofia clàssica: Sòcrates i Plató. 3. Aprofundiment en el reconeixement dels diversos perfils que s'activen a les relacions. Com prendre consciència de les actituds inconscients i aprendre a manejar-les sanament. Autoconeixement i autodomini: Sèneca i Epictet. 4. La crítica de Nietzsche a la cultura, a la racionalitat i al sistema educatiu. Les passions com a fonament dels processos racionals. La ciència al servei de la salut de la vida, i no al revés. Cap a una concepció integral de l'esser humà. 5. Autoconeixement i gestió de les emocions des d'una perspectiva actual. Neurociència i filosofia de la ment: els fonaments de la raó.
Competències	- Capacitat de comprensió i reflexió sobre els distints tractaments i consideracions de les «passions» al llarg de la història. Antiguitat, Modernitat i Actualitat. - Comprensió del funcionament i el sentit de les emocions en l'experiència humana. - Capacitat de reflexió sobre la pròpia vivència de les emocions. - Capacitat d'identificació dels distints tipus d'actitud cap a les nostres emocions, i dels possibles conflictes o dificultats amb l'auto-relació. - Capacitat de gestió harmònica de la relació entre pensaments, emocions i actituds. Congruència de l'acció.
% Assistència obligatòria	80



Mòdul o Matèria/Assignatura	Neurobiologia de les emocions
Nom del professor	Susana Cristina Esteban Valdés
Caràcter (obligatòria/optativa)	
Nombre de crèdits	12 hores (1,6 ECTS)
Ubicació temporal	
Activitats no presencials	Lectura dels textos recomanats
Sistema d'avaluació	Assistència i participació a les classes
Grau de presencialitat	Total
Continguts	Presentació de la següent temàtica: 1. Neuroanatomia funcional. Funcionament general del sistema nerviós i regulació neural de les emocions i el comportament. 2. El comportament emocional humà com a producte de dos processos evolutius complementaris: Evolució biològica i evolució cultural.
Competències	- Capacitat de comprensió i integració de les relacions naturals entre pensament i emoció. - Capacitat de comprensió i anàlisi dels efectes de la neuroanatomia en la relació entre pensaments i emocions. - Capacitat de comprensió i reflexió sobre el comportament humà.
% Assistència obligatòria	80

Mòdul o Matèria/Assignatura	Habilitats Socials
Nom del professor	Margalida Gili Planas
Caràcter (obligatòria/optativa)	Obligatòria
Nombre de crèdits	12 hores (1,6 ECTS)
Ubicació temporal	
Activitats no presencials	Pràctiques on-line i revisió d'articles
Sistema d'avaluació	Assistència i participació en sessions teòriques i practiques.
Grau de presencialitat	Total
Continguts	1. Els diferents estils de comunicació i relació amb els altres. 2. Pensaments, creences i emocions 3. Iniciar i mantenir converses 4. Afrontament del comportament irracional dels altres 5. Fer i rebutjar peticions 6. Parlar en públic 7. Cóm manejar la ira.
Competències	- Capacitat de comprensió i integració de les relacions entre pensaments, creences i emocions - Comprensió del funcionament i el sentit de les emocions en l'experiència humana. - Capacitat d'integració i pràctica de nous comportaments i sistemes de relació humana
% Assistència obligatòria	80



Mòdul o Matèria/Assignatura	Plans d'acció i intervenció per a situacions especials
Nom del professor	Fernanda Caro Blanco
Caràcter (obligatòria/optativa)	Obligatòria
Nombre de crèdits	12 hores (1,6 ECTS)
Ubicació temporal	
Activitats no presencials	Anàlisi de casos. Anàlisi de textos.
Sistema d'avaluació	Assistència i intervenció. Estudi i resolució d'un cas pràctic.
Grau de presencialitat	Total
Continguts	1. El context sociopolític i institucional en el qual s'emmarca la intervenció social. Les polítiques socials com context marc per a la intervenció social. L'impacte de la crisi sobre les persones i sobre la cohesió social. 2. De l'universalisme a l'especificitat de la intervenció social. Intervenció social comunitària i atenció a col·lectius i persones en especials situacions de dificultat. Apunts sobre una metodologia marc per a la intervenció social. 3. La intervenció social amb individus i famílies. La relació d'ajuda i els seus principis d'intervenció. 4. La intervenció social amb grups. Els grups com a objecte d'intervenció i com instrument de desenvolupament individual i comunitari. Els grups formals: la societat civil organitzada com a recurs social. 5. La intervenció social comunitària. Les xarxes socials. Instruments per a la intervenció comunitària: dinamització social, participació ciutadana, organització i desenvolupament comunitari, mediació comunitària.
Competències	- Capacitat per a l'anàlisi dels contextos socials i institucionals. - Capacitat per a identificar situacions de dificultat que repercuteixen sobre els individus, les famílies, els grups i les comunitats. - Capacitat d'anàlisi de les situacions plantejades. - Capacitat per a plantejar possibles vies d'abordatge i resolució de les situacions de dificultat identificades.
% Assistència obligatòria	80

Mòdul o Matèria/Assignatura	Estratègies d'afrontament en situacions de conflicte
Nom del professor	Jaume Perelló Alorda
Caràcter (obligatòria/optativa)	
Nombre de crèdits	12 (hores) (1,6 ECTS)
Ubicació temporal	
Activitats no presencials	
Sistema d'avaluació	Assistència i participació a les classes
Grau de presencialitat	Total
Continguts	1. Identificació de situacions de conflicte 2. La victimització 3. L'apoderament com a estratègia 4. Recursos formatius de prevenció

	5. Dinàmiques per al trànsit de la submissió a l'assertivitat
Competències	1. Capacitat d'identificació de les situacions de conflicte 2. Capacitat de maneig de tècniques assertives 3. Capacitat de comprensió y aplicació d'estratègies preventives 4. Capacitat pràctica de l'assertivitat
% Assistència obligatòria	80

Mòdul o Matèria/Assignatura	Tècniques de diàleg i consciència corporal
Nom del professor	Raül Genovès Company
Caràcter (obligatòria/optativa)	
Nombre de crèdits	32 (hores) (4,3 ECTS)
Ubicació temporal	
Activitats no presencials	Pràctica i comentari d'exercicis seleccionats dels presentats en classe.
Sistema d'avaluació	Assistència, participació a les classes i comentari de l'aprofitament i l'aplicació personal dels continguts del curs.
Grau de presencialitat	Total.
Continguts	1.- Com identificar les necessitats, expectatives i demandes (pròpies i dels altres). 2.- Elements estructurals bàsics que conformen el joc comunicatiu. Foment de l'actitud d'escollar i la suspensió del judici precipitat. Confirmar que realment hem comprès el que l'altre ens vol transmetre i viceversa. 3.- Presentació i reconeixement dels diversos «personatges» o perfils que s'activen a les relacions. Com prendre consciència de les actituds inconscients i aprendre a manejar-les sanament. 4.- Conèixer els 5 tipus bàsics d'actitud davant els conflictes, els motius de la seva activació i aprendre a manejar a el «diàleg intern» per normalitzar les pròpies alteracions i l'estrès. 5.- Coneixement i aplicació de les tècniques. Harmonització entre pensaments, sentiments i actituds. L'acció congruent i l'exercici de la resiliència. 6.- Foment de la serenitat i pràctica del diàleg. Diversitat d'opinions i consens. 7.- Coneixement i pràctica de les tècniques de consciència corporal i de relaxació.
Competències	- Capacitat de comprensió dels elements constitutius del diàleg. - Capacitat d'aplicació pràctica de l'escolta activa. - Capacitat d'aplicació pràctica de l'expressió adequada. - Capacitat de maneig conscient de les dinàmiques de diàleg assertiu. - Capacitat pràctica de la relaxació conscient.
% Assistència obligatòria	80