

## EDUCACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL EN LA ESCUELA

**Certifica:** Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES)

**Modalidad:** "A distancia"

**Extensión:** 3 meses.

**Profesor:** Prof. Silvia Cimadevilla

### **Objetivos:**

Introducir a los conceptos básicos de la terapia racional emotiva conductual y la educación emocional como instrumentos de aplicación práctica que posibiliten el mejor desenvolvimiento de las tareas del docente en el aula. Brindar un conocimiento procedimental útil y eficaz para aplicar en la prevención y la resolución de problemáticas específicas y candentes en los grupos escolares, tales como: falta de interés, problemas de integración, problemas de violencia, baja tolerancia a la frustración, etc.

### **Destinatarios:**

Docentes de todos los niveles, psicólogos, psicopedagogos y asistentes sociales.

## **CONTENIDO**

### **TEMA 1**

#### ***Introducción a la Educación Emocional.***

Principios básicos. Marco teórico. Terapia Racional Emotiva Conductual (Albert Ellis, PhD).

1. Qué es Educación Emocional. Educación Emocional en la escuela: objetivos y beneficios. Alfabetización Emocional. Cómo llevar a la práctica la Educación Emocional. Técnicas que aportan las diferentes corrientes.
2. Marco teórico. Introducción a los principios básicos de la T.R.E.C. y los conceptos de Albert Ellis sobre educación. El proceso cognitivo. Sistema de creencias. Distorsiones del pensamiento. Creencias irracionales comunes en los niños, adolescentes y adultos. Emociones. Generalidades. Emociones funcionales y disfuncionales.
3. Proyecto de Ed. Emocional, destinado a escuelas de nivel inicial, primario y secundario. Ejes centrales de la Ed. Emocional. Objetivo general y propósitos específicos. Metodología de trabajo. Talleres de Ed. Emocional. Guía práctica para desarrollar los objetivos de cada eje.

### **TEMA 2**

#### ***Ejes centrales de la Educación Emocional I.***

Desarrollo Personal. Desarrollo Emocional.

1. Desarrollo Personal. Objetivos. Autoconcepto. Auto-aceptación. Autoestima. Auto-eficacia.
2. Desarrollo Emocional. Emociones, reconocimiento y designación. Función de las emociones. Emoción, cognición y acción.
3. Talleres para niños y adolescentes. Guía para armar Talleres de Ed. Emocional. Guía de aplicación práctica de los ejes Desarrollo Personal y Desarrollo Emocional.

### **TEMA 3**

#### ***Ejes centrales de la Educación Emocional II.***

Desarrollo Cognitivo Conductual. Desarrollo Social.

1. Desarrollo Cognitivo Conductual. Objetivos. Pasos a seguir para discutir los pensamientos disfuncionales. Pensamientos distorsionados y sus consecuencias. Encontrando el pensamiento funcional alternativo. Ejemplos y práctica.
2. Desarrollo Social. Objetivos. Habilidades Sociales. Empatía.
3. Talleres para niños y adolescentes. Guía de aplicación práctica de los ejes Desarrollo Cognitivo Conductual y Desarrollo Social.

### **TEMA 4**

#### ***La Educación Emocional aplicada a la problemática personal del docente.***

Mitos y creencias generadoras de frustración, auto condena y auto exigencia extrema, en relación a la actividad docente.

1. Sistema de creencias como generador de la estructura del rol docente. La influencia cultural en el significado del rol docente. Paradigmas que influyen en el accionar del docente.
2. Causalidad circular. Cómo funciona el modelo A-B-C en la relación con otros. Análisis de situaciones concretas de la convivencia en el aula.
3. Creencias implícitas en la enseñanza y aprendizaje. Creencias irracionales y sus consecuencias. Soluciones para abordar las problemáticas del docente en el ámbito escolar.

### **TEMA 5**

#### ***Violencia y Bullying en la Escuela.***

1. Violencia. La naturaleza de la violencia. La naturaleza del conflicto y sus elementos. Los límites, marco contenedor y referencial. El límite facilitador de la convivencia.
2. Bullying. Diferentes tipos de acoso escolar. Factores de influencia. Prevención y medidas aplicables, para paliar las consecuencias.

3. Técnicas de negociación y de mediación. Comunicación y diálogo interno. Emociones destructivas, promotoras de violencia. Ejercicios para la prevención y la resolución de los conflictos.