S13 Inteligencia emocional, intergeneracionalidad e inclusión. El arte de ser feliz en un mundo para todas las personas

Ficha

Tipo	Taller
Ciclo	Segundo
Duración	Curso completo
Días	jueves
Horario	19:00 a 20:00
Aula	1
Primer día	7 octubre 2021
Último día	28 abril 2022

Responsable

D. José Luis Cabezas Casado

Profesorado

D.ª Laura Rubio Rubio
D.ª Ana Portillo Portillo
D. Jerónimo Barranco Navarro
D.ª Belén Pezzi
D. Eloy Cabezas Lorente
D.ª Carmen Pichardo Jiménez
D. Iván Vílchez Pérez
D. José Olmedo Olmedo

Descriptor de la asignatura

En un mundo para todas las personas, para todas las edades, para todas las capacidades se hace necesaria una brújula que nos permita navegar emocionalmente con habilidades que no sólo nos permitan avanzar satisfactoriamente, sino además saborear la propia vida con intensidad.

Este curso con marcado énfasis en la vertiente práctica nace del éxito de otras experiencias realizadas en el tema de la Inteligencia Emocional. Y aporta una novedad potente: la realización de experiencias intergeneracionales que a modo de mesas redondas, experiencias convivenciales, etc. involucrará a colectivos de diferentes edades, así como a personas mayores y con diversidad funcional en sesiones puntuales.

Igualmente la aportación de profesionales de la Psicologia o del mundo social que son artistas musicales llevarán adelante una pedagogía singular. Queremos que esta asignatura sea el inicio de una potente línea de trabajo dentro del Aula Permanente que nos permita no sólo aprender sino acercarnos a esa capacidad de ser más felices en la vida cotidiana.

Programa de la asignatura

1. Sesiones 1,2,3: Introducción y presentación del curso. ¿Qué es la inteligencia emocional? Componentes de la inteligencia emocional.
2. Sesión 4: Experiencia intergeneracional con jóvenes universitarios
3. Sesiones 5,6,7: Reconocer las propias emociones y las de los demás. Trabajar las propias emociones.
4. Sesión 8: Experiencia intergeneracional con adolescentes.
5. Sesiones 9,10,11: Habilidades de comunicación efectivas.
6. Sesión 12: Experiencia intergeneracional con infancia.
7. Sesiones 13,14,15: Motivación y actitudes positivas ante la vida.
8. Sesión 16: Experiencia intergeneracional con personas con diversidad funcional.
9. Sesiones 17,18,19: Empatía, resolver problemas, el trabajo con colectivos.
10. Sesión 20: Experiencia intergeneracional e interactiva con mayores de residencias.
11. Sesiones 21,22,23: Música y emociones.
12. Sesión 24: Clausura del curso.

Fuente: https://apfa.ugr.es/pages/_cursos/2021-2022/asignaturas/0_granada/03_s13