

GRAU EN INFERMERIA

28520 - GESTIÓ DE LES EMOCIONS

Informació general

- Tipus d'assignatura : Optativa
- Coordinador : Carme Rosell Moreno
- Curs: Tercer
- Trimestre: Primer
- Crèdits: 5
- Professorat:
 - Juan Ernesto Bustamante Zapata <jbustamante@tecnocampus.cat>

Idiomes d'impartició

- Català
- Castellà

Competències que es treballen

Bàsica

- CB4_ Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic, tant especialitzat com no especialitzat

Específica

- CE8_ Identificar les respostes psicosocials de les persones davant de diferents situacions de salut (en particular, la malaltia i el patiment), seleccionant les accions adequades per a proporcionar ajut en les mateixes. Establir una relació empàtica i respectuosa amb el pacient i la família, segons la situació de la persona, problema de salut i etapa de desenvolupament. Utilitzar estratègies i habilitats que permetin una comunicació efectiva amb pacients, famílies i grups socials, així com l'expressió de les seves preocupacions i interessos

General

- CG10_ Protegir la salut i el benestar de les persones, família o grups atesos, garantint la seva seguretat
- CG9_ Fomentar estils de vida saludables, l'autocura, recolzant el manteniment de comportaments preventius i terapèutics
- CG11_ Establir una comunicació eficaç amb pacients, família, grups socials i companys i fomentar l'educació per la salut
- CG7_ Comprendre sense prejudicis a les persones, considerant els seus aspectes físics, psicològics i socials, com a individus autònoms i independents, assegurant el respecte a les seves opinions, creències i valors, garantint el dret a la intimitat, a través de la confidencialitat i el secret professional
- CG17_ Realitzar les cures d'infermeria basant-se en l'atenció integral de salut, que suposa la cooperació multiprofessional, la integració dels processos i la continuïtat assistencial
- CG18_ Conèixer les estratègies per prendre les mesures de confortabilitat i atenció de símptomes, adreçades al pacient i família, en l'aplicació de cures pal·liatives que contribueixin a alleugerir la situació de malalts avançats i terminals

Descripció

Gestió de les emocions és una assignatura optativa de tercer curs del grau d'infermeria.

Les emocions i els sentiments són de gran importància per entendre la conducta humana. Les emocions són les que ens permeten adaptar-nos i donar resposta a l'entorn en el qual ens trobem. Actualment sabem que els sentiments poden afavorir o agilitar el raonament, millorar la comunicació o facilitar la interacció social. Malgrat això, encara ens trobem amb dificultats a l'hora de gestionar-les d'una forma satisfactòria.

Al llarg de l'assignatura es treballarà perquè el futur/a infermer/a sigui capaç identificar i ser conscients de les seves pròpies emocions per gestionar-les de forma adequada en funció de les exigències de la situació, així com comprendre i reconèixer les emocions dels altres.

Resultats d'aprenentatge

Respecte als resultats d'aprenentatges esperats, l'estudiant al final de la matèria haurà de:

1. Adquirir un millor coneixement de les pròpies emocions.
2. Identificar les emocions dels altres.
3. Desenvolupar una major competència emocional i social.
4. Prendre consciència dels factors que afecten el benestar subjectiu

Metodologia de treball

MD1. Sesiones de clases expositivas

MD2. Seminarios

MD4. Trabajo individual

MD5. Presentaciones de temas por parte de los alumnos

MD6. Tutorías presenciales en grupo o individuales

MD7. Tutorías no presenciales

MD11. Trabajo autónomo

Continguts

TEMARI DE L'ASSIGNATURA:

TEMA 1. LES EMOCIONS I ELS SENTIMENTS

TEMA 2. LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

TEMA 3. LA CONSCIÈNCIA EMOCIONAL

TEMA 4. LES EMOCIONS BÀSIQUES: POR, RÀBIA, TRISTESA, ALEGRIA

TEMA 5. COMPETÈNCIA SOCIAL (ASSERTIVITAT I EMPATIA).

TEMA 6. LES EMOCIONS DEL PACIENT

TEMA 7. LES EINES PER LA GESTIÓ EMOCIONAL

TEMA 8. AUTOCUIDADO: MINDFULNESS I COMPASIÓN

SEMINARIS, ACTIVITATS, TALLERS:

Seminari 1. Autoconsciència emocional

Seminari 2. Habilitats de comunicació

Seminari 4. Actitud empàtica i assertivitat (informació als menors i familiars)

Seminari 5. Les emocions i la mort

Activitats d'aprenentatge

La següent taula inclou les activitats formatives i la metodologia que seran utilitzades, incloent els crèdits assignats a cada una de les activitats i les competències que en elles es treballen. A través d'aquestes activitats s'intenta promoure la participació de l'alumne/a a classe, el treball interactiu amb la resta de companys/es, així com un aprenentatge autònoma fora d'ella.

Activitat	ECTS	Metodologia	Competències
Sessions Plenàries	1,8	Classes magistrals, dirigides al debat i aclariment de continguts	G1, G2, G3, P9, P11, P12, G29
Seminaris	2,2	Treballs en grup. Activitats d'aprenentatge cooperatiu. Dinàmiques de grup. Activitats vivencials. Role-playing	G11, G12, G13, G29, G19, P9, E12
Estudi i treball autònom	1	Preparació d'exercicis i seminaris. Estudi dels continguts treballats a l'assignatura. Elaboració d'un diari personal	G1, G2, G3, G11, G26,

Sistema d'avaluació

L'assignatura es teòrica-vivencial.

Hi haurà un treball de recuperació que s'entregarà al mes de gener i es guardaran les notes de seminaris, treballs per fer mitja amb el treball de recuperació. La nota màxima que es podrà obtenir en la recuperació serà un **Aprovat**.

En el cas de suspendre hauran de cursar l'assignatura al següent any però no es guardarà cap nota.

La falta d'assistència no justificada a més de dos classes comportarà el suspens en l'assignatura.

Recordeu que un NP (no presentat) no pot anar a recuperació, només tenen l'opció els que estan suspesos.

L'avaluació de les competències es distribuirà de la següent manera:

Activitat que s'avalua	Percentatge de la nota	Competències
Elaboració d'un diari personal, treballs individuals i grupals	50%	G1, G2, G3
Qüestionari on-line	20%	G1, G2, G3
Assistència i participació	30%	G1, G11, G12

Recursos

Bàsics

Bibliografies

- Bimbela, J. (2006). Cuidando al profesional de la salud. Habilidades emocionales y de comunicación. Granada: Escuela Andaluza de Salud Pública
- Goleman, D. (1996). Inteligencia Emocional. Barcelona: Kairós.
-

Levy, N. (2006). La sabiduría de las emociones. Barcelona: DeBolsillo.

Complementaris

Audiovisuals

-

Conangla, M. M., i Soler, J. (2002). Ecología emocional. Barcelona: Amat.

Bibliografies

-

Belmonte Martínez, C. (2007). Emociones y Cerebro. Revista de la Real Academia de Ciencias Exactas, 1, 101. Accés disponible en: <http://www.rac.es/ficheros/doc/00472.pdf>

-

Greenberg, L. (2000). Emociones una guía interna. Bilbao: Descleé de Brower.

-

Ibarrola, B. (2003). Cuentos para sentir. Educar los sentimientos. Madrid: SM.

-

Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. Educación XXI, 10, 61-82. Accés disponible en: <http://www.uned.es/educacionXX1/pdfs/10-03.pdf>

-

Antoni, M. y Zentner, J. (2014) Las cuatro emociones básicas. Barcelona: Herder