



RECONOCIMIENTO DE CRÉDITOS POR ACTIVIDADES UNIVERSITARIAS

- CULTURALES
DEPORTIVAS
DE REPRESENTACIÓN ESTUDIANTIL
SOLIDARIAS Y DE COOPERACION

Renovación

Sí

CENTRO, SERVICIO U ÓRGANO PROPONENTE

Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y GESTIÓN DE CONFLICTOS EN LA ETAPA UNIVERSITARIA. Ed 4ª

WEB DE LA ACTIVIDAD (en su caso)

ORGANIZA

Directores de los distintos CCMM y RRUU

DIRECTOR/A

(que certificará la asistencia y participación en la actividad)

El director de cada centro CM y RU

FECHA DE REALIZACIÓN

Nº DE HORAS

CREDITOS SOLICITADOS

del 11-10-2021 al 20-05-2022

60

2

CREDITOS CONCEDIDOS

2

JUSTIFICACION Y MEMORIA EXPLICATIVA (extensión máxima: 1.500 caracteres sin espacios)

En los diferentes Colegios Mayores de la Universidad de Granada se propone como seminario esta actividad. Desde que nacemos estamos en constante interacción con diferentes contextos a través de los cuales nos vamos formando (familia, escuela, amigos,...), de cómo sean las relaciones con estos contextos dependerá nuestro posterior desarrollo y nuestras expectativas de éxito, pero hemos de tener en cuenta que si estas habilidades no se trabajan, difícilmente tengamos después un buen repertorio de conductas para enfrentarnos a las diferentes situaciones que vivimos a lo largo de nuestra vida. Es por ello que consideramos fundamental que dado que los colegios mayores abogan por una formación integral de la persona, inviertan su tiempo y esfuerzo en este sentido, en ofrecer un espacio en el que los jóvenes puedan trabajar la inteligencia emocional y aprendan habilidades para gestionar de forma adecuada los diferentes conflictos a los que se enfrentan en su día a día: no saber expresar lo que sienten, baja autoestima, malas relaciones con iguales y adultos, frustraciones, etc.; que marcarán no solo su estilo de vida sino también sus aprendizajes y desempeño como personas adultas en la sociedad. Esta actividad se considera una experiencia social en la medida que los participantes interactúan entre sí en torno a una tarea específica.

PLAN DE LA ACTIVIDAD, PROGRAMA, CONTROL DE ASISTENCIA, MÉTODO DE EVALUACIÓN, EN SU CASO (extensión máxima: 3.500 caracteres sin espacios)

Los diferentes aspectos que se pretenden trabajar en los seminarios/sesiones propuestos

serían: 1. Conocimiento de uno mismo. Aprendiendo a aceptarse a uno mismo con sus limitaciones y con sus fortalezas. 2. Comunicación asertiva o efectiva (entrenamiento en habilidades sociales). 3. Toma de decisiones. 4. Pensamiento creativo. 5. Manejo de emociones y sentimientos (regulación y gestión emocional). 6. Empatía. 7. Relaciones interpersonales. 8. Solución de conflictos. 9. Pensamiento crítico. 10. Manejo de tensiones/estrés.

En cada Colegio Mayor los/las colegiales podrán participar de esta actividad inscribiéndose a principio de curso. Se celebrará una reunión inicial para presentar dicha actividad y motivar la participación en la misma. Es un taller que ocupa todo el año académico. Se establece un día a la semana para éste y se compagina con el resto de actividades que se llevan a cabo en cada centro. Al establecer una planificación de este tipo, los/las colegiales pueden gestionar su tiempo y adaptarse mejor a las diferentes iniciativas que se emprenden desde cada colegio mayor. Cada día se informa dónde se va a realizar exactamente la sesión programada, pues cada actividad requiere un espacio específico en función de la actividad concreta y de los objetivos que se pretenden trabajar. Estas horas estarán distribuidas de forma semanal en función de la sesión a desarrollar, teniendo en cuenta el calendario académico universitario, de la siguiente forma: - Trabajar en equipo para poder fomentar el aprendizaje en grupo y la interacción entre iguales, dando lugar a la investigación de situaciones que suponen un reto para los jóvenes de hoy. - Aprender a discutir sobre los temas de interés en tono dialogante para poder disminuir el nivel de estrés, fomentando el respeto hacia el otro. Los/las colegiales proponen debates, mesas redondas y cineforum sobre diferentes temas que les puedan interesar. - Prevenir los enfrentamientos que se puedan producir por falta de comunicación a veces presente en las interacciones con los demás, y mejora de las habilidades de comunicación asertiva. Esto se trabaja con entrenamiento en habilidades sociales y entrenamiento en autogestión y regulación emocional. Por medio de roleplay y testimonios de vida los/las colegiales aprenden habilidades y las practican. - Desarrollar la motivación intrínseca por el autoaprendizaje y la autodisciplina personal en la creación de hábitos de vida que los aproximen a alcanzar sus metas y lograr aquello que para ellos es importante. Propuesta de actividades académicas y de formación acordes a sus intereses profesionales y personales. - Prevenir situaciones conflictivas en la vida cotidiana o enfrentarse a las mismas de una manera adecuada.

Talleres de resolución de conflictos donde los protagonistas son los propios colegiales, dialogando y preparándose para enfrentarse a las situaciones que suponen un reto para ellos: hablar en público, defender ideas propias, aceptación de su propio yo, flexibilidad y adaptación ante los cambios que se producen en la vida (aspecto frecuente en esta etapa universitaria), etc. - Mejorar el clima de convivencia y disciplina en el centro, convirtiendo éste en un punto de encuentro y desarrollo personal. Recogida de datos y puesta en común de las distintas situaciones conflictivas dentro del grupo, examinando los ejercicios propuestos o proponiendo otros nuevos.

## **OBSERVACIONES**

Los directores/as de los respectivos Colegios Mayores, después de cotejar los listados de asistencia y las memorias, elaborará el listado de los colegiales que han completado el proyecto para la certificación de los créditos ECTS y lo remitirá al director del proyecto común.

## ANEXO 1

### TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y GESTIÓN DE CONFLICTOS EN LA ETAPA UNIVERSITARIA. Ed 4ª

#### **Indique los objetivos de desarrollo sostenible que considera están vinculados con la actividad propuesta**

Con el objetivo de construir un mundo mejor para todas las personas y para el planeta, en el año 2015, 193 países integrantes de la ONU aprobaron la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Esta Agenda es un plan de acción en favor de las personas, el planeta y la prosperidad, a través de un conjunto de 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) a alcanzar en el año 2030 y que abarcan las esferas económica, social y medioambiental. Esta agenda compromete a gobiernos, universidades, sector privado y toda la sociedad.

#### Objetivos de desarrollo sostenible - Objetivos específicos de aprendizaje

##### Objetivo 1. Poner fin a la pobreza en todas sus formas y en todo el mundo

La actividad trata los conceptos de pobreza y las causas y sus efectos. La actividad permitirá que los participantes tomen conciencia estas temáticas, generen empatía y solidaridad con la desigualdad y proponiendo acciones para abordar los temas sistémicos asociados a la pobreza.

##### Objetivo 2. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible

La actividad trata los conceptos acerca del hambre y la malnutrición, y las consecuencias que provoca a nivel biopsicosocial en la vida humana. La actividad fomenta en los participantes, conciencia real de la existencia de esta problemática, reflexión sobre sus valores y capacidad crítica ante los temas relacionados con esta realidad.

##### Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades

La actividad trata los conceptos de salud, higiene y bienestar individual y social, y promueve el conocimiento sobre las estrategias de prevención e intervención más relevantes para fomentar la salud. La actividad promueve una visión holística y adherencia a hábitos de vida saludables en los participantes.

##### Objetivo 4. Garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos

La actividad aborda el rol que juegan la educación integral y la cultura en la promoción del desarrollo humano y en la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. La actividad permitirá que los participantes sean capaces de contribuir a una educación de calidad para todas las personas y a la Educación para el Desarrollo Humano Sostenible (DHS).

##### Objetivo 5. Lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y las niñas

La actividad aborda los conceptos de género, igualdad de género y discriminación de género, permitiendo que los participantes comprendan los derechos básicos de las mujeres y las niñas. La actividad permitirá que los participantes tengan conciencia sobre las desigualdades y sean capaces de identificar cualquier forma de discriminación de género, educando en la no violencia, y en la equidad entre los seres humanos.

##### Objetivo 6: Garantizar la disponibilidad de agua y su gestión sostenible y el saneamiento para todos

La actividad trata temas relacionados con el agua, como condición fundamental de la vida, la importancia de la calidad y la cantidad, las causas, efectos y consecuencias de la contaminación del agua y/o la escasez del agua. La actividad promueve que los participantes tomen conciencia del uso responsable del agua.

<b>Objetivo 7. Garantizar el acceso a una energía asequible, fiable, sostenible y moderna para todos</b>	
La actividad comprende conceptos sobre crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, empleo y trabajo honesto y justo para todas las personas. La actividad promueve en los participantes la capacidad crítica sobre los modelos económicos, las visiones del futuro de la economía y la sociedad. La actividad promoverá que los participantes tomen conciencia sobre las consecuencias que provocan sus hábitos de consumo fomentando el consumo responsable.	<input type="checkbox"/>
<b>Objetivo 8. Promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos</b>	
La actividad comprende conceptos sobre crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, empleo y trabajo honesto y justo para todas las personas. La actividad promueve en los participantes la capacidad crítica sobre los modelos económicos, las visiones del futuro de la economía y la sociedad. La actividad promoverá que los participantes tomen conciencia sobre las consecuencias que provocan sus hábitos de consumo fomentando el consumo responsable.	<input type="checkbox"/>
<b>Objetivo 9. Construir infraestructuras resilientes, promover la industrialización inclusiva y sostenible y fomentar la innovación</b>	
La actividad aborda conceptos relacionados con las infraestructuras e industrialización sostenibles y las consecuencias y desafíos para lograr la sostenibilidad. La actividad permitirá a los participantes reconocer y reflexionar en torno a sus propias demandas en la infraestructura local, en aspectos como su huella de carbono y/o su huella hídrica.	<input type="checkbox"/>
<b>Objetivo 10. Reducir la desigualdad en los países y entre ellos</b>	
La actividad trata sobre las desigualdades, sus interrelaciones y las consecuencias que genera. La actividad permite concienciar y comprender que la desigualdad es un importante generador de problemas sociales e identificar las desigualdades que existen a su alrededor generando una visión del mundo justo e igualitario.	<input checked="" type="checkbox"/>
<b>Objetivo 11. Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles</b>	
La actividad trata sobre la sostenibilidad de los asentamientos físicos urbanos, periurbanos y rurales vinculados a la planificación y construcción sostenible. La actividad promoverá en los participantes conciencia crítica sobre el desarrollo de los entornos natural, social y técnico, que les permita sentirse responsables de los impactos ambientales y sociales de su estilo de vida, potenciando su capacidad de resiliencia.	<input type="checkbox"/>
<b>Objetivo 12. Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles</b>	
La actividad aborda cómo las decisiones de los estilos de vida individual influyen en el desarrollo social, económico y ambiental, entre los cuales se incluye temas tales como: la cadena de valor de la producción y consumo, los derechos y deberes de los distintos actores de la producción y el consumo, etc. La actividad promoverá que los participantes tomen conciencia del efecto que tiene su conducta como productor y consumidor en el impacto ambiental y social.	<input type="checkbox"/>
<b>Objetivo 13. Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos</b>	
La actividad trata sobre conceptos relacionados con el cambio climático como un fenómeno antropogénico y sus consecuencias ecológicas, sociales, culturales y económicas a nivel local y global. La actividad permitirá que los participantes asuman que la protección del clima mundial es una tarea esencial de todas las personas. La importancia de reevaluar nuestras conductas diarias repercute directamente en la salud individual y colectiva.	<input type="checkbox"/>
<b>Objetivo 14. Conservar y utilizar sosteniblemente los océanos, los mares y los recursos marinos para el desarrollo sostenible</b>	

<p>La actividad plantea la importancia de los ecosistemas marinos y el rol de los océanos en la moderación de nuestro clima. La actividad promueve la toma de conciencia sobre las amenazas y las oportunidades para el uso sostenible de los recursos marinos, permitiendo que los participantes reflexionen sobre sus propias necesidades alimentarias y sobre si hacen un uso sostenible de las limitadas fuentes alimentarias marinas.</p>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Objetivo 15: Gestionar sosteniblemente los bosques, luchar contra la desertificación, detener e invertir la degradación de las tierras y detener la pérdida de biodiversidad</b></p>	
<p>La actividad aborda temas sobre los ecosistemas terrestres y las distintas amenazas a las que se enfrenta la biodiversidad, incluidos pérdida de hábitat, deforestación, fragmentación, sobreexplotación y especies invasoras y su relación con la biodiversidad local. La actividad permitirá a los participantes crear una conciencia crítica sobre el dualismo hombre/naturaleza y defender la conservación de la biodiversidad, incluyendo los servicios del ecosistema y el valor intrínseco.</p>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Objetivo 16: Promover sociedades justas, pacíficas e inclusivas</b></p>	
<p>La actividad aborda la comprensión de los conceptos de justicia, inclusión y paz, y su relación con la ley. La actividad permitirá a los participantes tomar conciencia sobre la importancia del marco internacional de derechos humanos y su capacidad de actuación en temas locales y mundiales de paz, justicia, inclusión e instituciones sólidas, promoviendo la oportunidad de convertirse en un agente de cambio en la toma de decisiones y alzar la voz contra las injusticias y los conflictos.</p>	<input checked="" type="checkbox"/>
<p><b>Objetivo 17. Fortalecer los medios de implementación y revitalizar la Alianza Mundial para el Desarrollo Sostenible</b></p>	
<p>La actividad contempla la comprensión de temas relacionados con la gobernanza mundial, la ciudadanía global, las políticas de desarrollo, la importancia de la cooperación y el acceso a la ciencia, la tecnología y la innovación, y el intercambio de conocimiento. La actividad fomentará en los participantes la reflexión sobre la importancia de las alianzas mundiales y la responsabilidad compartida por el desarrollo sostenible y la capacidad de identificarse con los ODS y exigir a los gobiernos que se hagan responsables de los ODS. La alianza está referida a los aspectos señalados en los 16 objetivos anteriores y se enmarca en el contexto de las alianzas en las que participa la Universidad de Granada como pueda ser, a título de ejemplo, la alianza ARQUS.</p>	<input type="checkbox"/>
<p><b>Desarrollo Humano Sostenible (Todos los ODS)</b></p>	
<p>Reflexionar en torno al concepto de desarrollo sostenible, los desafíos para alcanzar los ODS, la importancia del propio campo de especialización para lograr los ODS y su propio rol en el proceso.</p>	<input type="checkbox"/>
<p>Formular una visión integradora propia de estos temas y desafíos de desarrollo sostenible por medio de la consideración de las dimensiones social, ecológica, económica y cultural desde la perspectiva de los principios y valores de desarrollo sostenible, incluyendo la justicia intergeneracional y mundial.</p>	<input type="checkbox"/>
<p>Comprender cómo la diversidad cultural, la igualdad de género, la justicia social, la protección ambiental y el desarrollo personal son elementos integrales de la formación de cualquier futuro profesional.</p>	<input type="checkbox"/>

## ANEXO 2

### TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y GESTIÓN DE CONFLICTOS EN LA ETAPA UNIVERSITARIA. Ed 4ª

#### **Indique las competencias transversales (Proyecto Tuning) que considere que están vinculadas con la actividad propuesta**

El Proyecto Tuning (2002) ha sido una base importante en las transformaciones de la reforma curricular universitaria en la convergencia europea para la educación superior. Comprenden habilidades y capacidades tanto de tipo cognitivo como motivacional y se manifiestan a través de competencias instrumentales, interpersonales y sistémicas.

Objetivos de desarrollo sostenible - Objetivos específicos de aprendizaje	
Competencias transversales instrumentales	
Capacidad de análisis y síntesis	<input checked="" type="checkbox"/>
Capacidad de organizar y planificar	<input checked="" type="checkbox"/>
Conocimientos generales básicos	<input type="checkbox"/>
Conocimientos básicos de la profesión	<input type="checkbox"/>
Comunicación oral y escrita en la propia lengua	<input checked="" type="checkbox"/>
Conocimiento de una segunda lengua	<input type="checkbox"/>
Habilidades básicas de manejo del ordenador	<input type="checkbox"/>
Habilidades de gestión de la información (habilidad para buscar y analizar información proveniente de fuentes diversas)	<input checked="" type="checkbox"/>
Resolución de problemas	<input checked="" type="checkbox"/>
Toma de decisiones	<input checked="" type="checkbox"/>
Competencias transversales interpersonales	
Capacidad crítica y autocrítica	<input checked="" type="checkbox"/>
Trabajo en equipo	<input checked="" type="checkbox"/>
Habilidades interpersonales	<input checked="" type="checkbox"/>
Capacidad de trabajar en un equipo interdisciplinar	<input type="checkbox"/>
Capacidad para comunicarse con expertos de otras áreas	<input type="checkbox"/>

Apreciación de la diversidad y multiculturalidad	<input checked="" type="checkbox"/>
Habilidad de trabajar en un contexto internacional	<input type="checkbox"/>
Compromiso ético	<input checked="" type="checkbox"/>
<b>Competencias transversales sistémicas</b>	
Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica	<input type="checkbox"/>
Habilidades de investigación	<input type="checkbox"/>
Capacidad de aprender	<input type="checkbox"/>
Capacidad para adaptarse a nuevas situaciones	<input checked="" type="checkbox"/>
Capacidad para generar nuevas ideas (creatividad)	<input checked="" type="checkbox"/>
Conocimiento de culturas y costumbres de otros países	<input type="checkbox"/>
Habilidad para trabajar de forma autónoma	<input checked="" type="checkbox"/>
Diseño y gestión de proyectos	<input type="checkbox"/>
Iniciativa y espíritu emprendedor	<input type="checkbox"/>
Preocupación por la calidad	<input type="checkbox"/>
Motivación de logro	<input checked="" type="checkbox"/>