



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 2024/2025

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/a de cada centro CM y RU

FECHA DE REALIZACIÓN

del 01-10-2024 al 28-05-2025

Nº DE HORAS

60

CREDITOS SOLICITADOS

Entre 1.5 y 2

CREDITOS CONCEDIDOS

1.5

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 contaremos después con un buen repertorio de herramientas para enfrentarnos a las diferentes situaciones que vivimos a lo largo de nuestra vida. Es por ello que consideramos fundamental, puesto que los Colegios Mayores abogan por una formación integral de la persona, inviertan su tiempo y esfuerzo en este sentido, para ofrecer un espacio en el que los jóvenes puedan trabajar la inteligencia emocional y aprender 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, gestión de la frustración, del tiempo y del estrés, etc.; que marcarán no solo su estilo de vida sino también sus aprendizajes y desempeño como personas adultas en la sociedad.

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

Mediante esta actividad se pretende promover el desarrollo de una actitud más positiva y optimista. A través de actividades de reestructuración cognitiva y cambio de perspectiva, los participantes aprenderán a

identificar y transformar pensamientos negativos en pensamientos más positivos y constructivos.

Entre los objetivos que se persiguen, se destacan los siguientes:

1. Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
2. Identificar las emociones de los demás.
3. Desarrollar la habilidad de regular las propias emociones.
4. Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas intensas.
5. Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
6. Desarrollar una mayor competencia emocional.

Los directores de los distintos centros evaluarán la actividad, que se dará por válida siempre que se cumplan los siguientes requisitos:

1. Una asistencia de, al menos, el 80% de las sesiones, que será supervisada por el responsable correspondiente de cada CMU o RRUU.
2. Haber cumplido los objetivos que se marcan en la actividad, que se comprobará en la evaluación continua durante el curso.
3. Por último, se realizará una evaluación final que consistirá en la presentación de una memoria y una reunión donde los participantes realizarán una puesta en común donde se profundizará sobre lo que se ha aprendido y las competencias transversales adquiridas.

OBSERVACIONES

Los directores/as de los respectivos Colegios Mayores, después de cotejar los listados de asistencia y las memorias, elaborarán 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 2024/2025

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.	☐

Objetivo 7. Garantizar el acceso a una energía asequible, fiable, sostenible y moderna para todos	
Objetivo 8. Promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos	
Objetivo 9. Construir infraestructuras resilientes, promover la industrialización inclusiva y sostenible y fomentar la innovación	
Objetivo 10. Reducir la desigualdad en los países y entre ellos	
Objetivo 11. Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles	
Objetivo 12. Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles	
Objetivo 13. Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos	
Objetivo 14. Conservar y utilizar sosteniblemente los océanos, los mares y los recursos marinos para el desarrollo sostenible	

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.	☐
Objetivo 15: Gestionar sosteniblemente los bosques, luchar contra la desertificación, detener e invertir la degradación de las tierras y detener la pérdida de biodiversidad	
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.	☐
Objetivo 16: Promover sociedades justas, pacíficas e inclusivas	
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.	☒
Objetivo 17. Fortalecer los medios de implementación y revitalizar la Alianza Mundial para el Desarrollo Sostenible	
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 la 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.	☐
Desarrollo Humano Sostenible (Todos los ODS)	
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.	☐
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.	☐
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.	☐

ANEXO 2

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

Taller de Inteligencia Emocional y Gestión de Conflictos en la Etapa Universitaria 2024/2025

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	☒
Capacidad de organizar y planificar	☒
Conocimientos generales básicos	☐
Conocimientos básicos de la profesión	☐
Comunicación oral y escrita en la propia lengua	☒
Conocimiento de una segunda lengua	☐
Habilidades básicas de manejo del ordenador	☐
Habilidades de gestión de la información (habilidad para buscar y analizar información proveniente de fuentes diversas)	☒
Resolución de problemas	☐
Toma de decisiones	☒
Competencias transversales interpersonales	
Capacidad crítica y autocrítica	☒
Trabajo en equipo	☒
Habilidades interpersonales	☒
Capacidad de trabajar en un equipo interdisciplinar	☐
Capacidad para comunicarse con expertos de otras áreas	☐

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