



Ficha Neurociencia aplicada

Ephedra Formación

Contenido

PRESENTACIÓN	2
PONENTE	2
OBJETIVOS	3
COMPETENCIAS	4
CONTENIDOS	4

PRESENTACIÓN

El Módulo de Neurociencia se ha diseñado y se desarrolla mediante una Metodología expositiva basada en el “Método Thabit”, a través de videos con una presentación compartida y dinamizada, que permite integrar los contenidos de forma efectiva y amena.

El contenido que se plantea parte de un autoconocimiento. Conocer las bases moleculares, estructurales, y funcionales del cerebro y conocer y profundizar en las capacidades cambiantes de nuestro órgano rector y de la mente, permite facilitar la predisposición al cambio dirigido. Un proceso de conocimiento que favorece la integración de hábitos de pensamiento, sentimiento y comportamiento saludables y, desde ellos, poder influir las relaciones interpersonales de forma constructiva desde el valor.

La Neurociencia aplicada a la educación cognitivo-emocional y mapa de comportamiento permite fundamentar el conocimiento desde la ciencia, las herramientas y los procedimientos que se plantean en el módulo, y permite influir en la autonomía personal, la autoestima y el bienestar personal y social.

DOCENTE

Rosa Casafont i Vilar

- Licenciada en Medicina y cirugía por la UAB (Universidad Autónoma de Barcelona)
- Máster oficial Universitario en Neurociencias por la UB (Universidad de Barcelona)
- Máster de Salud Laboral por la UB
- Curso de dirección-PPD- en ESCUELA SUPERIOR DE ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS, Barcelona.

Experiencia docente

- MÁSTER DE NEUROREHABILITACIÓN INSTITUTO GUTTMANN desde 2016 UNIVERSITAT AUTÒNOMA DE BARCELONA.
Docente. Materia: Efecto de los estímulos externos e internos sobre cerebro/mente y cuerpo.
- POSTGRAU de NEUROEDUCACIÓ desde 2015 UNIVERSITAT DE BARCELONA.
Docente Responsable del MÓDULO 3 Neuroplasticitat y epigenética .
- POSGRADO ONLINE DE NEUROEDUCACIÓN desde 2020. UNIVERSITAT DE BARCELONA.
Docente Responsable del MÓDULO 3 Neuroplasticitat y epigenética .
- POSGRADO de MENTORÍA Y COACHING EDUCATIVO 2015-18 UNIVERSIDAD DE BARCELONA. Materia: Neurociencia aplicada a la educación.
- POSGRADO de EDUCACIÓN EMOCIONAL. Desde 2018 UNIVERSITAT DE BARCELONA.
Docente responsable 2018 del Módulo: Cerebro emocional y Bases Neurológicas
- POSGRADO de ESPECIALIZACIÓN en EDUCACIÓN EMOCIONAL desde 2018 UNIVERSIDAD de SANTIAGO de COMPOSTELA.
Docente. Responsable del Módulo: Neurociencia y educación emocional.
- MÁSTER D'ECOLOGIA EMOCIONAL. FUNDACIÓ ÀMBIT desde 2014
Responsable del Módulo: Sinergias entre la Neurociencia y la Ecología Emocional.

OBJETIVOS

- Aprender las bases del proceso de cambio desde la neurociencia.
- Aprender cómo se genera el pensamiento y las creencias; sus efectos en cuerpo y Cerebro y la trascendencia que su valencia tiene en la salud, aprendizaje y toma de decisiones.
- Adquirir herramientas y estrategias cognitivo-emocionales saludables.
- Adquirir herramientas de comunicación intrapersonal e interpersonal para crear hábitos saludables y desaprender los des adaptativos.
- Aprender a dirigir el cambio de dentro a fuera.

COMPETENCIAS

- Competencias de autonomía personal y autogestión.
- Competencias de liderazgo.
- Competencias de comunicación.
- Competencias de relación.
- Competencias de gestión cognitivo-emocional.
- Competencias de trabajo en equipo.
- Competencias éticas.
- Competencias en la gestión del cambio.

CONTENIDOS

AUTOCONOCIMIENTO

- Objetivos del camino de conocimiento.
- Dirección del proceso.
- Camino que recorreremos para consolidarlo.
- Finalidad de la mente y cerebro desde la neurociencia.
- Mente y cerebro.
- Estructuras y sistemas neurales implicados.
- La Atención operativa. La “herramienta máster”.
- Cómo aprende nuestro cerebro social.
- El estrés contemporáneo. Factores y estresores.
- Marco de referencia de qué evitar y qué hacer.

QUÉ HACER PARA SER MOTOR DE BIENESTAR Y SALUD

- El entorno: Factor determinante de influencia epigenética.
- Factores del estilo de vida que influyen la función de nuestros genes.
- Método Thabit cómo modelo de construcción.

- Herramientas del método para los tres ámbitos de la vivencia.
- Herramientas “rápidas” de regulación emocional.
 - procedimiento y aplicación práctica.
- Herramientas “sólidas” de Reestructuración Cognitiva
 - procedimiento y aplicación práctica.
- Herramientas de “soporte” de regulación del comportamiento.
 - procedimiento y aplicación práctica.
- Metacognición sobre lo aprendido.

EVALUACIÓN

Examen tipo test de 30 preguntas que será la nota final de la asignatura.