

# BIENESTAR SOCIO EMOCIONAL Y NEUROCIENCIAS

**28 de Abril 2021**

**Duración:** Este curso consta de 3 horas cronológicas de formación on line.

**Horarios:** de 16h a 19h

**Público:** actores educativos

**Número participantes:** 30 personas máximo

**Descripción:** En la actualidad, la pandemia ha dejado en los profesores, docentes estrés e incertidumbre respecto a su quehacer profesional. La situación compleja que vive el país y sobre todo el contexto educacional, ha ido afectando a los docentes en lograr clases efectivas, asociadas al placer y seguridad.

Este curso tiene una mirada teórica - práctica, donde se espera que los profesores, y todos los actores educativos, desde la información neurocientífica, lleven a la práctica lo aprendido, logrando así un sentido de reconocimiento que es la base en el bienestar de todo ser humano.

Este taller abarca información relevante sobre la neurobiología de las emociones y el buen trato, se espera que los participantes logren contextualizar la información recibida con su propio quehacer profesional.

**Objetivos:**

Comprender la neurobiología de las emociones y el buen trato.

Vivenciar actividades que permitan un mayor bienestar de los participantes.

| Neurobiología de las emociones y el buen trato: Aspectos claves para el éxito del trabajo colaborativo y el bienestar emocional |                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Temas                                                                                                                           | Contenidos                                                                                                                                                                            |
| <b>Profesores y actores educativos en tiempos de pandemia</b>                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés/ cortisol.</li> <li>• Cerebro emocional</li> <li>• Ambientes dopamiérgicos.</li> </ul>                                                |
| <b>Neurobiología de las emociones</b>                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema límbico.</li> <li>• Estructuras cerebrales involucradas en las emociones.</li> <li>• Amígdala cerebral.</li> </ul>                   |
| <b>Ambientes resonantes</b>                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elementos compatible cerebro- aprendizaje.</li> <li>• Neurobiología del movimiento.</li> </ul>                                               |
| <b>Neurobiología del buen trato.</b>                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oxitocina.</li> <li>• Vasopresina.</li> <li>• Dimensiones del buen trato</li> </ul>                                                          |
| <b>Práctica respecto a dimensiones del buen trato</b>                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocimiento.</li> <li>• Empatía.</li> <li>• Interacción igualitaria.</li> <li>• Comunicación efectiva.</li> <li>• Negociación.</li> </ul> |

## Metodología:

El taller se elaboró inspirado del marco constructivista, buscando construir aprendizajes significativos, con sentidos relacionados a la experiencia laboral donde se aplicarán los conocimientos, ejercicios prácticos, trabajos en binomio etc.

Se recogerán las experiencias de los y las participantes, por lo que el taller destacará por la innovación, a través de aprendizajes prácticos, ya que se utilizarán actividades pedagógicas activas que garantizan el traspaso de los aprendizajes teóricos a la práctica específica de los y las participantes.

Nuestra metodología privilegiará la Interactividad de él y la participante con los recursos de aprendizaje y de estos en una comunidad compartida de vivencias, experiencias y competencias. El modelo busca el desarrollo de experiencias de aprendizaje de trabajo en equipo (interactivas), y que

recreen problemáticas reales para los y las participantes. Se apunta a una formación E-Learning eficaz, que contempla una tridimensionalidad en lo que a objetivos de aprendizaje respecta, basados en considerar lo Conceptual, Procedimental y Actitudinal (competencias en los conocimientos, saberes y saber ser). Planteamos la necesidad de ejemplificar en este taller, el modelo pedagógico que sea significativo y adaptado a las necesidades y expectativas de las personas y sus organizaciones o instituciones. El fomento del análisis crítico, la reflexión, colaboración, conversación y sistematización son principios claves de lo que realizamos. Nuestras actividades se fundamentan en lo que se denomina “neuroeducación”, donde se prioriza la emoción, el movimiento, la sorpresa y la experiencia como sustento del aprendizaje basado en el cerebro.

El cerebro es un órgano social. Por ello buscamos la generación de un **clima colaborativo** de comunicación y aceptación en la convivencia, valorando las experiencias individuales e incentivando sus potencialidades. El cerebro tiene una organización única para cada individuo. De este modo, la inclusión se convierte en un requisito de nuestras metodologías.

**Las emociones mantienen la curiosidad**, y constituyen la esencia del aprendizaje y la toma de decisiones. Así, pretendemos que nuestros participantes vivan emociones positivas que permitan que se dé un clima óptimo y se genere placer por aprender.

**Los estímulos novedosos** potencian nuestro cerebro, es por eso que la novedad y la innovación son sellos característicos de nuestra metodología, pues se ha demostrado que los contenidos académicos abstractos, descontextualizados e irrelevantes dificultan la atención sostenida. La curiosidad innata de los seres humanos es la materia prima de este taller.

**El movimiento promueve la neurogénesis y neuroplasticidad** en el hipocampo y otras regiones del cerebro. Por ello el dinamismo de nuestros servicios tienen incorporada la vivencia de actividades motrices que faciliten la memoria a largo plazo y un aprendizaje más eficiente.

**El juego es la ventana a la construcción de conocimientos.** El taller promueve lo lúdico como parte importante del aprendizaje. El juego mejora el ánimo y a su vez libera dopamina, la que interviene en los procesos de gratificación y/o recompensa cerebral facilitando la transmisión de

información entre el hipocampo y la corteza prefrontal, promoviendo la memoria de trabajo y **reduciendo el estrés** que repercute de forma negativa en el aprendizaje.

El taller se llevará a cabo a través de la enseñanza online y a distancia, lo que permite a los y las participantes seguir la capacitación, cualquiera que sea su lugar de residencia, compatibilizar el aprendizaje con sus responsabilidades familiares y laborales, y aprender sin necesidad de desplazamientos.

Este método de aprendizaje conduce a una adecuada formación mediante el empleo de material didáctico digitalizado, diseñado especialmente para esta actividad de capacitación, compuesto por textos, ilustraciones, videos, glosarios, enlaces y ejercicios.

Las clases se realizarán vía online, a través de la plataforma E-Learning de Nuxam ATE, y quedarán íntegramente grabadas en la plataforma, por lo que, los y las participantes podrán visualizar las clases en cualquier momento del día, permitiendo una adecuada compatibilización de las actividades labores, familiares y el descanso, con el desarrollo del programa de formación.