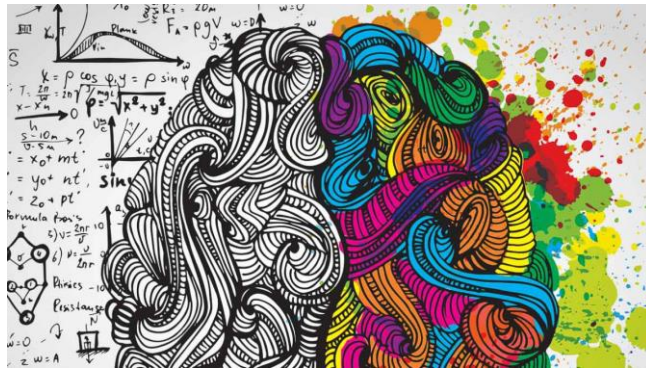


Temáticas de repaso año 2020 para estudiantes CON CONECTIVIDAD que deseen acceder a la estrategia de Promoción Anticipada primera fase año 2021
Estrategia “Aprender en casa”

La información registrada a continuación corresponde a insumo pedagógico y didáctico, que busca orientar actividad de estudio, repaso, revisión y apropiación de contenidos temáticos vistos durante el año 2020 y trabajo de consulta con un porcentaje del 40% en asignaturas (s) que integraron el Plan de Estudios de un grado en particular y a su vez, se encuentran articulados al contexto local, currículo y el Proyecto Educativo Institucional P. E. I.

El 60% restante, corresponderá a prueba de suficiencia que se efectuará, en un plazo no superior a quince días contados a partir de la fecha de inicio académico para el año 2021, atendiendo a las directrices que se formulen y socialicen a través de la página institucional www.inemkennedy.edu.co y en el Boletín Informativo.

GRADO MODALIDAD	ÁREA – PROMOCION DE LA SALUD Asignatura PSICOLOGIA - Profesor (es) responsable (es) PAULA ANDREA HERNANDEZ CALDAS
Temática No. 1	<p>Competencia prevista: Comprender los diferentes aspectos sobre los sucesos y fenómenos del comportamiento humano.</p> <p>Desempeño por evaluar: Reconoce la importancia de la salud mental.</p> <p>Contenido e indicaciones...</p> <p>“El gran descubrimiento de mi generación es que los seres humanos pueden alterar sus vidas al alterar sus actitudes mentales “(William James)</p> <p style="text-align: center;">PSICOLOGÍA</p> <p>Psico: Actividad mental o alma Logia: Estudio</p> <p>La psicología es la ciencia que estudia los procesos mentales, las sensaciones, las percepciones y el comportamiento del ser humano en relación con el medio ambiente físico y social que lo rodean. Se encuentra 3 dimensiones que se deben tener en cuenta:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cognitiva: nos permite percibir nuestro entorno, aprender de este y recordar la información que hemos obtenido. (percepción, atención, aprendizaje y memoria, lenguaje, emoción, razonamiento y resolución de problemas y cognición social. 2. Afectividad: referida al sentir y al vincularse. 3. Conductual: comportamiento que se requiere dependiendo de la situación. <p>Los cuatro objetivos de la psicología son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✚ DESCRIBIR: A partir de la descripción de la conducta a través de la investigación con seres humanos o con ensayos experimentales con otras especies, podemos entender mejor y tener una mejor perspectiva de lo que se puede considerar como normal o anormal. ✚ EXPLICAR: <ul style="list-style-type: none"> - ¿Por qué las personas se comportan como lo hacen? - ¿Qué factores contribuyen al desarrollo de la personalidad, el comportamiento social y los problemas de salud mental? ✚ PREDECIR: Una vez que hemos entendido más sobre lo que sucede y por qué sucede, podemos usar dicha información para realizar alguna hipótesis sobre cuando, por qué y cómo podría volver a ocurrir un comportamiento en el futuro. ✚ MODIFICAR: Cambio, influenciar o controlar el comportamiento. Transformaciones constructivas y duraderas en la vida de la persona.



PALABRAS CLAVES

- ❖ **MENTE:** Comprende el conjunto de actividades y procesos, tanto concientes como inconscientes de carácter psíquico, tales como la percepción, el razonamiento, el aprendizaje, la creatividad, la imaginación o la memoria.
- ❖ **PSIQUICO:** De la mente o relacionado a ella.
- ❖ **CONDUCTA:** Hace referencia al comportamiento de las personas en el ambiente psicológico, se entiende que la conducta es la expresión de las particularidades de los sujetos es decir la manifestación de la personalidad.
- ❖ **PERSONALIDAD:** Una organización relativamente estable de características estructurales y funcionales, innatas y adquiridas bajo las especiales condiciones de su desarrollo, que conforman el equipo peculiar y definitorio de conducta con que cada individuo afronta las distintas situaciones.

Diferencia individual que distingue una persona de otra.

- ❖ **CONSCIENCIA:** Conocimiento que el ser humano tiene de su propia existencia, de sus estados y de sus actos.

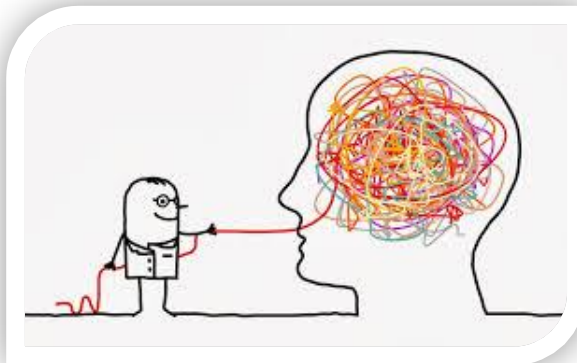
Capacidad del ser humano para percibir la realidad y reconocerse en ella.

- ❖ **CONCIENCIA:** Es el conocimiento moral de lo que está bien y lo que está mal.
- ❖ **PERCEPCIÓN:** Es el mecanismo individual que realizan los seres humanos que consisten en recibir, interpretar y comprender las señales que provienen desde el exterior, codificándolas a partir de la actividad sensitiva. Se trata de una serie de datos que son captados por el cuerpo a modo de información bruta, que adquiera un significado.
- ❖ **INCONSCIENTE:** Conjunto de fuerzas dinámicas que directa o indirectamente dirigen nuestro comportamiento.

Nota: Reconocer y aceptar la existencia del inconsciente y que esta condiciona nuestra conducta y forma de pensar, es una herida para el narcisismo humano que cree dominarlo todo.

- ❖ **SENSACIÓN:** Impresión que los estímulos externos producen en la consciencia y que es recogida por medio de alguno de los sentidos.
- ❖ **ESTIMULO:** Esta palabra describe al factor químico, físico o mecánico que consigue generar en un organismo una reacción funcional.

Por lo general, puede afirmarse que un estímulo es aquello que posee un impacto o influencia sobre un sistema en el caso de los seres vivos, el estímulo es aquello que origina una respuesta o una reacción del cuerpo.



- ❖ **COGNICION:** La capacidad que tenemos los seres vivos de procesar la información a partir de la percepción el conocimiento adquirido con la experiencia y nuestras características subjetivas que nos permiten integrar toda esta información, para valorar e interpretar el mundo.
- ❖ **ATENCION:** Capacidad de seleccionar y concentrarse en los estímulos relevantes, es decir, la atención es el proceso que nos permite orientarnos hacia los estímulos relevantes y procesarlos para responder en consecuencia.
- ❖ **MEMORIA:** Es una función del cerebro que permite al organismo codificar, almacenar y recuperar la información del pasado.

SALUD MENTAL

En los últimos años hemos sido testigos de la creciente importancia y reconocimiento de los aspectos psicológicos en los procesos de la salud, enfermedad, bienestar y calidad de vida. Este hecho deriva del conocimiento de la naturaleza compleja y multifactorial de la salud y la enfermedad y de los procedimientos de sanar y enfermar, esta naturaleza multifactorial requiere otorgar la derivada importancia a todo el conjunto de aspectos cognitivos, afectivos, actitudinales, motivacionales, fisiológicos, conductuales y psicosociales que han de conjugarse en la promoción de la salud y la prevención y tratamiento de la enfermedad. En reconocimiento de todo este abanico de factores intervinientes a derivado una ampliación del modelo medico de salud y enfermedad hacia un modelo integrador de la naturaleza biopsicosocial.

Aspectos relevantes en la salud mental:

1. No hay salud sin salud mental
2. La salud mental es más que la ausencia de trastornos mentales
3. La salud mental está determinada por factores socioeconómicos y ambientales.
4. La salud mental se relaciona con el comportamiento.

El bienestar mental es un componente fundamental de la definición de salud según la OMS, la buena salud mental hace posible que las personas materialicen su potencial, superen el estrés normal de vida, trabajen de forma productiva y hagan aportaciones a su comunidad.

La salud mental es importante, pero queda un largo camino por recorrer hasta que se consiga. Quedan muchos aspectos por resolver, nos encontramos en el siguiente temario.



ACTIVIDADES PARA REALIZAR DE ACUERDO A LA INFORMACIÓN ANTERIOR

1. Realizar un ensayo sobre la importancia de la salud mental en Colombia.
2. Elaborar un esquema sobre los conceptos vistos en la guía.
3. Contestar las siguientes preguntas
 - ¿Qué es psicología?
 - ¿Cuáles son las dimensiones de la psicología? Explícalas
 - ¿Cuáles son los objetivos de la psicología?
4. Realiza un dibujo por cada aspecto relevante a la salud mental.
5. Completa el espacio en blanco del siguiente enunciado

“ la _____ puede entenderse como el conjunto de actividades encaminadas a garantizar la protección, mantenimiento y acrecentamiento de la salud de los individuos, grupos y comunidades”

 - a. Prevención de la enfermedad
 - b. Promoción de la salud
 - c. Prevención primaria

Recomendaciones para tener en cuenta:

Se estará recibiendo las actividades propuestas por los siguientes medios de comunicación.

1. Classroom puedes ingresar a la plataforma con el siguiente código: BA7HTJO
Se establecerá espacio para la entrega dependiendo de la temática, por tal motivo las actividades se deben subir en donde esta la temática 1.
2. Correo : promocion2021anticipada.salud@gmail.com

Competencia prevista: Construcción de conocimientos y la aplicación de procesos cognoscitivos, afectivos y comportamentales, expresados en el plano individual, familiar y social de los seres humanos.

Desempeño por evaluar: Adaptación de tiempo a las actividades

Contenido e indicaciones...

“Incluso cuando no es completamente alcanzable, nos convertimos en mejores al intentar perseguir una meta más alta” (Viktor Frankl)

TEORÍAS DE LA SALUD MENTAL

Temática No. 2

La Psicología es una ciencia, una disciplina y un área de conocimiento muy popular e interesante, porque permite desvelar los secretos más ocultos de la mente humana y explicar algunos de sus comportamientos más intrigantes. Por su naturaleza, que enfoca su estudio en el hombre, es una disciplina que tiene diversas perspectivas y metodologías, que son entre sí muy diferentes e incluso pueden llegar a entrar en contradicción.

Los enfoques y teorías difieren en la importancia que se le da a ciertos aspectos del hombre y su realidad: mientras algunos esperan hallar respuestas en los comportamientos y las conductas, otros las buscan en el relacionamiento con los demás o en una exploración más interna y personal.

1. TEORÍA BIOLOGICISTA:

Este ha sido el modelo tradicionalmente asumido por la psiquiatría. Asume que los trastornos mentales son enfermedades que poseen una naturaleza orgánica, caracterizada por alguna desviación o alteración cerebral, ya sea en su estructura o en sus funciones. Esta alteración produce una serie de síntomas que pueden conformar un cuadro clínico o síndrome, pero el tratamiento debe ir encaminado a eliminar la causa fundamental u origen de la enfermedad.

2. TEORÍA PSICODINÁMICA :

La figura más representativa en esta corriente es Sigmund Freud. Esta teoría ha recibido una clara influencia del modelo biológico y, de igual forma, asume la idea del trastorno mental como enfermedad.

El origen de la situación se encuentra en los conflictos internos no resueltos, a menudo, el resultado de experiencias fallidas en las primeras etapas de la vida.

3. TEORÍA CONDUCTISTA:

Descarta la causa orgánica de los trastornos mentales y, por lo tanto, los conceptos de enfermedad y síntoma. La base de las conductas desadaptativas se encuentra en los principios del aprendizaje, es decir, se trata de conductas aprendidas, observables y medibles que se han adquirido mediante procesos de asociación de estímulos y respuestas.

4. TEORÍAS SOCIALES:

La enfermedad mental tiene su base en una serie de condicionamientos sociales, es decir, factores como la cultura o la comunicación humana son los elementos que determinan la salud mental de los individuos. El trastorno se hace patente por la incapacidad de la persona de hacer frente al estrés ambiental.

El tratamiento que se propone desde esta teoría debe estar orientado a conseguir una serie de cambios sociales de la comunidad.

ACTIVIDADES PARA REALIZAR DE ACUERDO A LA INFORMACIÓN ANTERIOR

1. Realizar un dibujo sobre las diferentes teorías de la psicología.
2. Elaborar un ensayo sobre la teoría de la psicología que más te llamo la atención de las mencionadas anteriormente en la guía.
3. Describir con tus propias palabras que entendiste de cada Teoría.

Recomendaciones para tener en cuenta:

Se estará recibiendo las actividades propuestas por los siguientes medios de comunicación.

1. Classroom puedes ingresar a la plataforma con el siguiente código: BA7HTJO

Se establecerá espacio para la entrega dependiendo de la temática, por tal motivo las actividades se deben subir en donde está la temática 2.

2. Correo : promocion2021anticipada.salud@gmail.com

Competencia prevista: Comprender, explicar y analizar los efectos que tienen los pensamientos en las actitudes y en la conducta frente a la interacción humana

Desempeño por evaluar: Expreso en forma clara mis ideas y sentimientos, según lo amerite la situación.

Contenido e indicaciones...

CORRIENTES DE ESTUDIO Y APLICACIÓN

Las ramas de estudios se identifican por sus metodologías de aplicación

- ✚ COGNITIVA: Comportamiento en situación e interacción sensorial, atendiendo los procesos de memoria, lenguaje, percepción y atención, entre otros.
- ✚ FISIOLÓGICA: El funcionamiento del cerebro y del sistema nervioso como raíz de la conducta y el pensamiento
- ✚ EXPERIMENTAL: Percepción y memoria, con técnicas y análisis ensayados.
- ✚ SOCIAL: Influencias del entorno social, en un análisis “de afuera hacia adentro”.
- ✚ CLÍNICA: Trastornos y enfermedades que afectan la conducta, cognición y emoción.

SIGNIFICADOS Y PENSAMIENTOS:

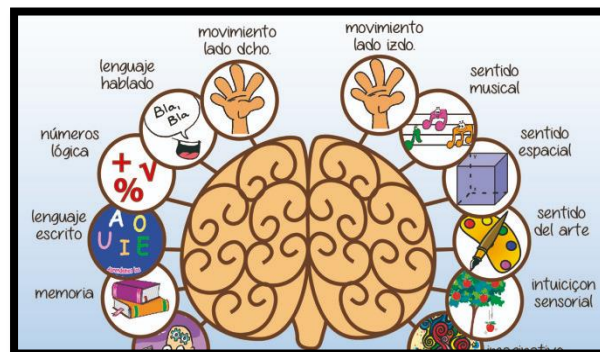
los significados personales de la experiencia humana, son construcciones por la mente humana en el siglo xx se destaca el papel de la experiencia subjetiva en el conocimiento y la existencia , resaltando el papel de la conciencia y los actos consientes

PROCESAMIENTO DE INFORMACION

1. La conducta humana esta mediada por el procesamiento de información del sistema cognitivo del ser humano.



2. Se distingue entre procesos (operaciones mentales implicadas en el funcionamiento cognitivo)



Temática No. 3

3. Se proponen cuatro categorías generales de procesos cognitivos: atención (selectiva asimilativa de los estímulos), codificación (representación simbólica de la información) almacenamiento (retención de la información) y recuperación (utilización de la información almacenada).



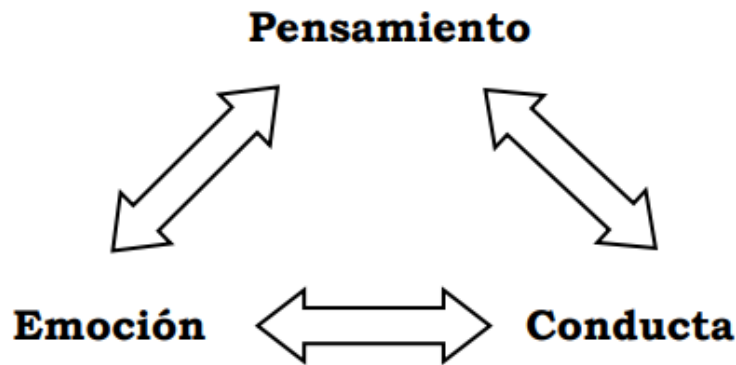
ACTIVIDADES PARA REALIZAR DE ACUERDO A LA INFORMACIÓN ANTERIOR

1. Hay diferentes maneras de reaccionar ante la mayoría de las situaciones, dependiendo de cómo se piensa acerca de ellas:

Describe una situación cotidiana y llena el siguiente cuadro describiendo los factores mencionados.

DESCRIPCIÓN	PERJUDICIAL	FAVORABLE
Pensamientos		
Sentimientos		
Reacción física		
Comportamientos:		

2. Realizar un dibujo por cada descripción anterior, sobre tu comportamiento en temporada de aprende en casa.
3. Elaborar un escrito con la siguiente frase: pensar bien, sentirse bien.



Recomendaciones para tener en cuenta:

Se estará recibiendo las actividades propuestas por los siguientes medios de comunicación.

1. Classroom puedes ingresar a la plataforma con el siguiente código: BA7HTJO

Se establecerá espacio para la entrega dependiendo de la temática, por tal motivo las actividades se deben subir en donde está la temática 3.

2. Correo : promocion2021anticipada.salud@gmail.com

Bibliografía

Bernabe. T., (1998) EL PSICOLOGO EN CASA, Colombia: Planeta Colombiana Editorial S.A.

Domjan, M., (2010). *PRINCIPIOS DE APRENDIZAJE Y CONDUCTA*, Mexico, D.F: Sexta edición, Wadsworth.

Froufe, M., (2001). *INTRODUCCION A LA HISTORIA DE LA PSICOLOGIA*, Madrid, España: COPYRIGHT

Kuder, G., (1996). *KUDER-C: REGISTRO DE PREFERENCIAS VOCACIONALES*, Madrid, España. Manual 8ª edición TEA.

Medica, A., (2007). *PENSAMIENTO Y LENGUAJE: ENFOQUES CONSTRUCTIVISTAS*, Mexico, D.F: McGRAW.HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A DE C.V.

Palacios, A., (2016). *Trastornos Mentales: Salud mental*, Barcelona, España. MAN_EU:4882. EUROINNOVAEDITORIAL.