****

**Programación de aula**

**INTRODUCCIÓN**

Los alumnos que eligen la asignatura de Psicología como optativa en el Bachillerato lo hacen por dos motivos principalmente: por un lado, quieren descubrir los entresijos del funcionamiento de nuestra mente y, por otro lado, buscan comprender mejor las relaciones humanas y las claves que determinan nuestras reacciones emocionales y comportamientos.

La materia está estructurada no sólo para satisfacer ambos anhelos, sino que además se convierte en una oportunidad única para favorecer el crecimiento personal y social de los alumnos, tanto por los temas que se van a trabajar como por la forma de abordarlos.

**METODOLOGÍA DOCENTE**

Toda la materia está dividida en tres apartados claramente diferenciados.

**1.-** El primer apartado **REFLEXIONA** es donde se presenta el tema. La idea es trabajarlo en clase bajo la dirección del profesor y busca desarrollar el pensamiento crítico, la capacidad para relacionar contenidos y la habilidad de argumentación lógica. Para ello la información se encadena a través de un esquema de preguntas y respuestas que evoluciona a través de las explicaciones necesarias en un lenguaje sencillo y accesible, desprovisto, en la medida de lo posible, de los aspectos más técnicos y meramente teóricos.

**2.-** El segundo apartado **ESTUDIA** es dónde precisamente se incluye toda la información más puramente académica no incluida en el apartado anterior. En este apartado se puede encontrar la definición de los conceptos más importantes e información sobre los autores fundamentales. La idea es que cada profesor puede decidir qué elementos de este apartado deben estudiarse y aprender los alumnos por su cuenta, ya que en la mayoría de los casos no requieren mayor explicación tras el trabajo previo realizado en clase.

**3.-** Y el tercer apartado **PRACTICA** ofrece una serie de ejercicios de autoevaluación para el alumno, así como dinámicas para hacer en clase y propuestas de debate. Son distintas formas de poner a prueba hasta qué punto han calado los contenidos y una oportunidad para desarrollar a lo largo del curso competencias concretas de hablar en público, capacidad de diálogo (respeto y escucha), argumentación lógica, flexibilidad de pensamiento etc.

**OBJETIVOS**

La idea es que los alumnos adquieran a lo largo de la materia las siguientes capacidades:

1. Comprender mejor su propio funcionamiento psicológico y el de los demás, fomentando el metaconocimiento y la capacidad de descentrarse del propio punto de vista.
2. Desarrollar actitudes más comprensivas y tolerantes con respecto a la conducta y las ideas de los demás, especialmente de aquellos que, por razones sociales o culturales, se diferencian más del propio alumno.
3. Adquirir estrategias más efectivas para el análisis de sus problemas de aprendizaje, relación social y control emocional, que les proporcionen un mayor control sobre su conducta y sus consecuencias en los demás.
4. Aplicar algunos de los conocimientos y técnicas adquiridos - en especial los relacionados con propio aprendizaje- a una mejora de sus estrategias y hábitos de trabajo.
5. Conocer los principales modelos teóricos existentes hoy en Psicología, comprendiendo sus diferencias y la distinta concepción de la naturaleza humana que subyace en cada una de ellas.
6. Discriminar los planteamientos de la psicología científica de otras formas no científicas de analizar los problemas humanos.
7. Conocer las principales áreas de aplicación de la psicología en el mundo profesional, tomando contacto con alguna de las técnicas empleadas.
8. Relacionar los contenidos con otras materias afines (biología, filosofía, etc.)

**CONTENIDOS Y ESTRUCTURA DE LA MATERIA**

1. **PARTE I: LA PSICOLOGÍA. ¡UN RETO CIENTÍFICO SIN PARANGÓN!**
	1. **Capítulo 1. ¿El alma en una probeta? / *Ciencia y Psicología***
		1. ¿Qué es la psicología?
		2. ¿Qué es la ciencia?
		3. La ciencia no es infalible ni perfecta
		4. Cruzando el abismo
		5. Investigar ¿con cuchara o tenedor?
		6. Cuestión de grados
		7. “Ni verdadero ni falso sino todo lo contrario”
		8. ¿Caza fantasmas?
		9. Héroes que lucharon sin armas y en distintos frentes
		10. No siempre “copiar” de otros es malo
		11. La psicología hoy
		12. Máquinas que piensan y cerebros que computan
	2. **Capítulo 2. De carne y hueso / *Cerebro y Evolución***
		1. Las huellas que llevan hasta ti
		2. ¡Qué mon@ eres!
		3. Cada uno por su lado
		4. ¿Monos, ratas, palomas y perros?
		5. Somos “el gordo de la lotería de la evolución”
		6. Lo que nos hizo humanos
		7. Herencia *versus* ambiente
		8. ¿En cuerpo y alma?
		9. Todo está en tu cabeza
		10. Otras piezas del rompecabezas
		11. La “rEvolución” del cerebro
2. **PARTE II: EL FUNCIONAMIENTO DE LA MENTE. ¡UNA MAQUINARIA CASI PERFECTA!**
	1. **Capítulo 3. El alimento de la mente / *Percepción y Atención***
		1. Sobrevivir en la realidad
		2. Los ladrillos de la mente
		3. Más allá de lo que ves
		4. La fábrica de sueños
		5. Estás vivo ¿no?
		6. Las “reglas del juego”
		7. Colaboraciones necesarias
		8. ¡Atiende!
		9. ¡Yo soy diferente!
		10. Por la puerta de atrás
	2. **Capítulo 4. El sabio que llevas dentro / *Aprendizaje y Memoria***
		1. Una red de conocimientos
		2. Aprender o morir
		3. ¡Repetimos!
		4. Sintiendo por anticipado
		5. Las pequeñas metas que marcan el camino
		6. ¿Bajo control?
		7. Aprendiendo de otros
		8. Pensándolo mejor
		9. Información clasificada
		10. Según para qué
		11. Los “cajones” de la mente
		12. Trasvases de información
		13. Olvidar es cuestión de prioridades
		14. La virtud del error
		15. Para que no lo olvides
	3. **Capítulo 5. Psicoquímica / *Emoción y Motivación***
		1. Las claves de la vida
		2. Un arsenal de reacciones
		3. La cocina emocional
		4. Fuego en el cuerpo
		5. Explosiones en cadena
		6. Conócete a ti mismo
		7. Motivos para la acción
		8. La importancia de las cosas
		9. Más allá de la frustración
		10. La búsqueda de “El Dorado”
		11. El camino a Ítaca
	4. **Capítulo 6. Usando la cabeza / *Pensamiento e Inteligencia***
		1. ¡La imaginación al poder!
		2. El diálogo interior
		3. Materiales y productos de construcción
		4. Hilvanando ideas
		5. Mal de muchos…
		6. Fuera de lo normal
		7. Listo o tonto según para qué
		8. ¿Un kilo de inteligencia?
		9. Un poco de mono y otro de máquina
		10. El sabio legado de la vida
	5. **Capítulo 7. Dos caras de la misma moneda / *Consciencia e Inconsciente***
		1. Un misterio al alcance de la mano
		2. El estado “mental” de la materia
		3. Una mente con dos modos de trabajo
		4. Un estilo “caro” y otro “barato” de hacer las cosas
		5. La supercomputadora y el triciclo a pedales
		6. La “torre de control” y el “piloto automático”
		7. Yo, mi, me, conmigo
		8. Lo que me da la gana…, si tengo ganas
		9. Concentrado, relajado o dormido
		10. Hipnotizado
		11. Drogado
3. **PARTE III: YO Y TODOS LOS DEMÁS.**
	1. **Capítulo 8. El don de la palabra / *Comunicación y Lenguaje***
		1. Mejor en compañía
		2. La mente parlante
		3. Un universo paralelo
		4. Secretos y mentiras = ¡Cuestión de confianza!
		5. La aventura de comunicarse
		6. Persona o personaje
		7. Dardos envenenados
		8. El buen uso de la palabra
		9. Otros modos y maneras
		10. Cara a cara
		11. ¡Al rico pescao oiga!
	2. **Capítulo 9. Juntos con diferentes destinos / *Relaciones sociales***
		1. Una meta, un sueño, una necesidad
		2. En un vagón de metro
		3. Las fuentes del conocimiento
		4. Dime con quién andas y te diré quién eres
		5. Tribu, familia, empresa, secta, equipo
		6. Los otros
		7. ¿La mejor defensa?
		8. El “precio” de formar parte de un grupo
		9. Rebelión en la granja
		10. Ser o no ser
		11. El mundo que te ha tocado vivir
	3. **Capítulo 10. ¡Bésame mucho! / *Relaciones sexuales y de pareja***
		1. Cuerpo a cuerpo
		2. Mujeres, hombres y viceversa
		3. Adiós a la infancia
		4. Una edad difícil
		5. Ritos de iniciación
		6. Parecidos desiguales
		7. Sexo y cultura
		8. Problemas en la cama
		9. Sexo, rock & roll y ….. ¿hamburguesas?
		10. Sexo y valores personales
		11. Excitación y orgasmo
		12. Mitos y leyendas
		13. Cuestión de pareja
		14. Alteraciones de la sexualidad
		15. ¿Me muero de ganas?
		16. El mercado del sexo
		17. Ser padres
		18. Locamente enamorados
		19. Ya no te quiero
		20. Separación y Divorcio
4. **PARTE IV: “SER O NO SER (COMO LOS DEMÁS) ÉSA ES LA CUESTIÓN”.**
	1. **Capítulo 11. Único e irrepetible / *Personalidad***
		1. Un fantástico puzle
		2. ¡Hagan sus apuestas!
		3. Distintas perspectivas
		4. Midiendo la personalidad
		5. ¿Quién soy yo?
		6. Mi trato personal
		7. Lo que me importa
		8. Quiero cambiar
	2. **Capítulo 12. ¡Houston tenemos un problema! / *Psicopatología***
		1. Yo soy normal
		2. Todos locos y algunos un poco más
		3. El dolor de la vida
		4. Ni víctima, ni culpable
		5. Encrucijada de caminos
		6. Virus mentales
		7. ¿Pastillas o palabras?
		8. Chapuzas peligrosas
		9. No hay milagros
		10. La amistad es terapéutica, pero no terapia
		11. Poniendo nombres
		12. Más allá de las etiquetas

**REPARTO DEL TEMARIO POR TRIMESTRES**

Se aconseja que, en la medida de lo posible, se reparta de forma equilibrada el estudio de la materia, es decir, 4 temas por trimestre:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| TRIMESTRE: | Primero | Segundo | Tercero |
| TEMAS: | 1, 2, 3 y 4 | 5, 6, 7 y 8 | 9,10, 11 y 12 |

**EVALUACIÓN DE LA MATERIA**

Para facilitar el trabajo continuado del alumno se recomienda una evaluación continua, así como suficientemente diversificada para garantizar que se valoran las distintas competencias que se supone que el alumno va a adquirir a lo largo del curso. A modo de sugerencia se propone una evaluación distribuida según la siguiente tabla:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| AREA | ACTIVIDAD | TIPO | VALOR |
| REFLEXIONA | Participación en clase | INDIVIDUAL | 10% |
| ESTUDIA | Exámenes parciales por temas | INDIVIDUAL | 20% |
| PRACTICA | Preparación de Debates y Video forum | GRUPO | 30% |
| Participación en Debates y Video forum | INDIVIDUAL | 10% |
| REFLEXIONA | Exámenes trimestrales | INDIVIDUAL | 30% |

**MATERIALES Y RECURSOS**

Para la correcta impartición de la materia se considera importante poder trabajar con:

1. **Libro de texto**: *Psicología Bachillerato. Acerca de ti* (Paraninfo).
2. **Lecturas**: *Un antropólogo en Marte* / *Walden dos* / *Un mundo feliz* / *1984.*
3. **Películas de vídeo**: *La naranja mecánica* / *El indomable Will Hunting* / *A propósito de Henry* / *El milagro de Anna Sullivan* / *Memento* / *Titanic* / *Tierras de Penumbra* / *El secreto de sus ojos* / *Pequeña Miss Sunshine* / *Blade Runner* / *Matrix* / *L.A. (Inteligencia Artificial)* / *Johnny cogió su fusil* / *Requiem por un sueño* / *El discurso del rey* / *Cyrano* / *La red social* / *La chaqueta metálica* / *American Beauty* / *Arde Mississippi* / *Juno* / *La gata sobre el tejado de cinc* / *El club de los poetas muertos* / *Mejor imposible* / *Alguien voló sobre el nido del cuco.*

**DISTRIBUCIÓN DE CONCEPTOS TÉCNICOS Y ACTITUDES TRANSVERSALES**

**Capítulo 1. ¿El alma en una probeta? / *Ciencia y Psicología***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

Psicología; Ciencia; Filosofía; Religión; Parapsicología; Telepatía; Telequinesia; Test Psicológicos; Neurología; Psiquiatría; Sociología; Antropología; Psicología Social; Psicología Cultural; Conductismo; Psicoanálisis; Psicología Humanista; Métodos de Investigación; Aplicaciones de la psicología; Inteligencia artificial; Robótica; Psicología cognitiva; Ciencia cognitiva;

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Capacidad crítica y respetuosa con las distintas formas de conocimiento; Comprender el papel del psicólogo en la sociedad y su diferencia con el del psiquiatra. Respeto a la ciencia, a la psicología en concreto y a sus distintas escuelas, así como a otras ramas del saber afines.

**Capítulo 2. De carne y hueso / *Cerebro y Evolución***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

Evolución; Genética; Paleontología; Homínidos; Clasificación de la especie humana; Etología; Psicología animal; Sistema Nervioso; Partes del cerebro; Neurona; Células gliales; Impulso nervioso; Neurotransmisores; Métodos de exploración cerebral; Psicofármacos; Hormonas.

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Comprender la relación entre herencia y ambiente. Plantearse la complejidad de la esencia del ser, la relación entre nuestro yo y el cerebro. Entender las diferencias de género. Capacidad crítica con la aplicación científica de, por ejemplo, la manipulación genética.

**Capítulo 3. El alimento de la mente / *Percepción y Atención***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

Percepción; Consciencia; Inconsciente; Alteraciones perceptivas; Ilusiones ópticas; Alucinaciones; Órganos sensoriales; Interoceptores; Propioceptores*;* Umbrales sensoriales;

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Comprender la relación con nuestro entorno y la distancia entre lo real y lo percibido. Acercarse científicamente a los conceptos de consciencia e inconsciente.

**Capítulo 4. El sabio que llevas dentro / *Aprendizaje y Memoria***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

La memoria como red de conexiones; Neuropsicología de la memoria; Estructura de la memoria (sensorial, a corto y largo plazo) y su funcionamiento; Tipos de memoria (declarativa, procedimental, episódica, semántica, afectiva, explícita e implícita); Niveles de procesamiento; Acceso y recuperación de la información; El olvido y su función; Reglas mnemotécnicas; Alteraciones de la memoria (Demencia senil, Alzheimer, Hipermnesia, Amnesias); Aprendizaje explícito e implícito; Condicionamiento (Clásico y operante); Estímulos, proceso y variables que afectan al aprendizaje; Aprendizaje por observación; Neuronas espejo.

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Entender cómo se “teje” nuestra red conocimientos y aprendizajes, cómo se consolida o qué lo perjudica. La importancia de aprender de otras personas. Preguntarse críticamente ¿hasta qué punto somos libres o meros productos de las contingencias ambientales?.

**Capítulo 5. Psicoquímica / *Emoción y Motivación***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

El proceso emocional; Bases neurofisiológicas de la emoción; Naturaleza y características de la motivación; La frustración; Ansiedad y estrés.

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Claves para afrontar la frustración; Diferenciar felicidad, salud emocional y madurez personal; Conocer la relación entre emoción / motivación y las manipulaciones de las que podemos ser objeto.

**Capítulo 6. Usando la cabeza / *Pensamiento e Inteligencia***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

El proceso de pensar; Formación de conceptos; Razonar (pensamiento lógico, deductivo, inductivo, heurísticos y pensamiento mágico); Toma de decisiones; Solución de problemas; Creatividad; Inteligencia (tipos, medida, desarrollo); Procesamiento de información; Inteligencia artificial.

ACTITUDES TRANSVERSALES:

La importancia de la imaginación; Entender la “humanidad” de nuestra inteligencia; El valor de la sabiduría. Sensibilidad con la discapacidad intelectual.

**Capítulo 7. Dos caras de la misma moneda / *Consciencia e Inconsciente***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

Consciencia; Inconsciente; El problema mente-cuerpo; Estados de consciencia (concentrado, relajado, dormido, hipnotizado, drogado); Fases del sueño; Alteraciones del sueño; Estado de coma; Efecto de las distintas drogas;

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Actitud crítica con el consumo-dependencia de las drogas, tanto en su dimensión personal como social.

**Capítulo 8. El don de la palabra / *Comunicación y Lenguaje***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

Elementos básicos de la comunicación; Comunicación no verbal; La ventana de “Johari”; Neuropsicología del lenguaje; Trastornos del lenguaje

ACTITUDES TRANSVERSALES:

El valor de la confianza en la comunicación; Entender la relación entre nuestra forma de comunicarnos y de ser en el mundo y la calidad de las relaciones personales; Reflexionar sobre el uso de Internet y la comunicación virtual; Identificar las claves para un diálogo eficaz.

**Capítulo 9. Juntos con diferentes destinos / *Relaciones sociales***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

Interacción individuo-sociedad; La familia; La cultura; Las actitudes; Estereotipos, prejuicios y discriminación; La influencia social (conformidad, obediencia, roles); Los grupos (liderazgo, conflictos, dependencia, identidad, seguridad); Agresión; Altruismo; Diversidad cultural.

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Comprender cómo nuestra forma de estar en los distintos grupos a los que pertenecemos influye en nuestra forma de ser. Comprender las claves de la violencia y sus distintas formas. Desarrollar una perspectiva histórico-social de nosotros mismos en el mundo que nos ha tocado vivir. Dilucidar cómo las etiquetas y los prejuicios levantan barreras que impiden conocer la verdad sobre los demás.

**Capítulo 10. ¡Bésame mucho! / *Relaciones sexuales y de pareja***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

Las claves de la respuesta sexual humana (aspectos fisiológicos, psicológicos y culturales); Disfunciones y alteraciones sexuales; Actitudes ante la sexualidad (mitos y falsas creencias); Masturbación; Prostitución; Orientación sexual (heterosexualidad, homosexualidad, bisexualidad); Identidad de género; Afectividad y sexualidad; Enamorarse; Relaciones de pareja; Paternidad; Ruptura de la relación.

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Sexualidad y respeto a uno mismo y al otro; Desarrollo del conocimiento científico sobre la sexualidad y del pensamiento crítico con respecto a las influencias sociales y culturales. Comprender las claves de las relaciones afectivas y de pareja.

**Capítulo 11. Único e irrepetible / *Personalidad***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

Personalidad; Temperamento; Carácter; Rasgos; Teorías de la personalidad; Autoconcepto; Autoestima; Locus of control; Test de personalidad (psicométricos y proyectivos).

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Comprender las influencias de la herencia y el ambiente en el desarrollo de nuestra personalidad, y cómo poder cambiar y evolucionar a lo largo de la vida.

**Capítulo 12. ¡Houston tenemos un problema! / *Psicopatología***

CONCEPTOS TÉCNICOS:

Psicopatología (concepto, criterios diagnósticos; trastornos del desarrollo, de origen orgánico; por consumo de sustancias, del estado de ánimo, de personalidad, esquizofrenia y otros trastornos psicóticos); Técnicas y terapias psicológicas y farmacológicas.

ACTITUDES TRANSVERSALES:

Sensibilidad ante el sufrimiento humano. Desarrollo de un pensamiento no simplista frente a la enfermedad mental.