

## **PROGRAMA DEL CURSO DE SALUD MENTAL ED-0041**

Créditos: 3

Horas lectivas: 4

I Ciclo del 2009

Profesora: Cynthia Orozco Castro

Atención en el cubículo: 27 Email: cynoroz@hotmail.com

### **Descripción**

Para la realización plena de las posibilidades de la persona, se hace necesaria una buena salud y calidad de vida, dentro de la cual, la salud mental es esencial.

Este curso enfatiza la importancia de la educación, formal e informal, como una valiosa herramienta para promover la salud y prevenir la enfermedad. En ese sentido, se considera imprescindible que el futuro/a docente valore y cuide adecuadamente su propia salud integral para poder ser un promotor de la misma.

Se introducen elementos que posibilitan la comprensión de la salud mental como un complejo proceso biológico, psicológico e histórico social, haciendo una lectura humanista y crítica hacia las condiciones socioculturales excluyentes, discriminatorias, que afectan o que atentan contra la salud de los seres humanos.

La salud mental es un fenómeno que integra diversas dimensiones, dentro de las cuales se estudia el papel de los mecanismos de control social sobre la conducta "anormal", los roles de género y el papel de la familia y de la escuela, así como de diversas instancias sociales, tanto en la aparición como en la prevención de las enfermedades mentales. Se parte de un enfoque de desarrollo armonioso en equilibrio con la naturaleza, centrado en los deberes y derechos humanos, con una visión de género, y que celebra la diversidad, considerando la salud como un continuo, y a la persona como pro-activa en la co-creación de la salud, tanto individual como colectiva.

### **Objetivos generales:**

- Analizar las implicaciones de la educación para la prevención de la salud mental.
- Reconocer el concepto holista de la salud para buscar estrategias que mejoren la calidad de vida.
- Formar valores que promuevan la salud integral y el crecimiento personal de los educadores para que estos sean a su vez promotores de salud en los diversos centros educativos.

### **Objetivos específicos**

- Examinar la influencia del contexto histórico en la concepción de la enfermedad y la salud mental para reconocer los mecanismos de control social.
- Estudiar la clasificación de las enfermedades mentales para comprender algunos de los factores que influyen en su aparición.

- Analizar la construcción social de los roles de género para visibilizar sus posibles implicaciones en la enfermedad y la salud mental.
- Advertir algunos patrones de las relaciones de pareja y de la convivencia familiar, para conocer su relación con la salud y la enfermedad mental.
- Fomentar la creación de entornos educativos saludables para promover el bienestar personal y colectivo.
- Identificar recursos emocionales saludables para fomentar la resiliencia del educador (a) y de las instituciones educativas.

### **Evaluación**

Práctica pedagógica en la clase	20
Investigación-acción	25
Trabajos extraclase y reflexiones	30
Pruebas cortas	20
Coevaluación de aprendizajes	5

### **Práctica pedagógica en la clase**

En algunas de las clases, de acuerdo a la temática estudiada, los (as) estudiantes, en subgrupos, construirán propuestas creativas para profundizar los conceptos y vivencias generadas por los temas estudiados. En la medida de lo posible integrarán elementos tecnológicos en sus propuestas.

Categorías	Criterios evaluados	Valor
Manejo conceptual	Pro-actividad del grupo para relacionar los conocimientos adquiridos y profundizar en nuevos enfoques del tema	5
Creatividad	Integración de diversos elementos novedosos en la propuesta	5
Manejo grupal	Promueven la interacción con el grupo	5
Crítica	Acercamiento crítico y reflexivo hacia el tema	5

### **Investigación-acción**

En subgrupos los y las estudiantes investigarán sobre diversos tópicos de la salud mental en la educación. La investigación deberá contar con una revisión teórica, que integre artículos recientes, noticias, información digital pertinente, consulta con expertos, etc. El énfasis, sin embargo, se orienta a la exploración de estas problemáticas en el contexto educativo de la zona de occidente. En una segunda fase, los subgrupos planearán y ejecutarán un proyecto de promoción de la salud mental, que de respuestas a las problemáticas detectadas; bajo la modalidad y tema que estimen conveniente: taller, charla.

Todos los grupos deben supervisar su trabajo antes de llevarlo a la práctica.

Cambiar este cuadro

Categorías	Criterios evaluados	Valor
Marco teórico	Se busca dar respuesta a problemáticas relevantes localizando, reconociendo, procesando y utilizando información pertinente. Se revisa la redacción, ortografía, uso	5

adecuado de referencias electrónicas y bibliográficas.

Plan escrito del proyecto en la comunidad	Intenta dar respuestas positivas a un contexto. Actividades, objetivos, recursos, encargados, tiempo.	5
Supervisión	Avance del trabajo Pro-actividad del grupo para relacionar los conocimientos adquiridos y buscar otros nuevos	5
Reporte final de la actividad Incluye la evaluación de los participantes en la actividad	Conclusiones, limitaciones, recomendaciones	5
Exposición		5

### **Trabajos extraclase y reflexiones**

Al finalizar bloques temáticos los estudiantes entregarán una ficha reflexiva en la que relacionarán y contextualizarán temas, tanto a nivel cognitivo como afectivo. El formato de las fichas puede variar, (incluyendo el formato electrónico), y pretende una construcción del conocimiento crítico y creativo.

Las reflexiones se pueden realizar dentro de las clases, de acuerdo a las temáticas abordadas. No se aceptan reposiciones de estos trabajos salvo casos justificados en el RRAE (Reglamento de Régimen Académico Estudiantil de la UCR).

<b>Categorías</b>	<b>Criterios evaluados</b>	<b>Valor</b>
Criticidad	Interpreta críticamente los temas	3
Re-significa creativamente la realidad estudiada	Pensamiento creador que logra dialogar con las propuestas más que reproducirlas.	2
Parte de la realidad y prácticas sociales del estudiante	La ficha relaciona los contenidos con el propio contexto e intersubjetividad del estudiante	2
Presentación	Presentación, redacción y ortografía, referencias.	3

### **Coevaluación de aprendizajes**

Los compañeros de subgrupo del o la estudiante, coevaluarán la participación, responsabilidad, aportes y compromiso del mismo a la sinergia grupal.

### **Pruebas cortas**

Se incluyen tanto los contenidos de las lecturas como los aprendizajes generados en las lecciones. Las fechas de las pruebas cortas no son avisadas con antelación, es deber de los y las estudiantes estar al día con la materia. Las pruebas no se reponen salvo casos justificados en el RRAE (Reglamento de Régimen Académico Estudiantil de la UCR)

### **Notas importantes**

El calendario está abierto a la incertidumbre, al cambio, a las contrapropuestas y necesidades del proceso del grupo, por lo tanto, puede sufrir modificaciones.

Los trabajos deben ser entregados en la fecha indicada, en el transcurso de la lección y de forma personal con el profesor o profesora del curso. Su demora implica un 10% menos del valor original de la tarea por cada día de prórroga y no se aceptan trabajos con más de 5 días hábiles de retraso.

Todos los trabajos deben ser inéditos y presentar las debidas referencias con el formato de la APA, lo contrario se considera plagio.

Por respeto al grupo, se solicita apagar o dejar en modo de vibración los celulares.

### Referencias

Brawshaw, J. (1995) *Crear amor: La siguiente etapa del desarrollo*. Madrid: Editorial Los libros del comienzo.

Chiozza, L. (2007) *¿Por qué enfermamos? La historia que se oculta en el cuerpo*. Buenos Aires: Libros del Zorzal.

Gawain, S. (2002) *Vivir en la luz*. Barcelona: Sirio.

Informe sobre la salud mental en el mundo. (2001) *Salud mental: nuevos conocimientos, nuevas esperanzas*. Organización Mundial de la Salud.

Llanes, J., et al. (2003) *¿Qué puedo hacer por la prevención yo, como maestro? Modelo preventivo de riesgos psicosociales*. México: Editorial Pax.

MacDonald, J. (2004) *Salud mental y violencia intrafamiliar*. San José: Ministerio de Salud/OPS.

Mezerville, G (2004) *Ejes de salud mental. Los procesos de autoestima, dar y recibir afecto y adaptación al estrés*. México: Trillas

Murillo, M. (2007) *Como enseñar sexualidad*. México: PAX

Rojas, N; et al. (1995) *Separación en las parejas. Cómo prevenirla, como afrontarla*. Bogotá: Editorial Norma.

Sánchez, F (2004) Construcción de valores en salud. En: *Revisa Costarricense de Salud Pública*. vol 13, número 25, San José, Costa Rica

Sanz, F. (2005) *Los vínculos amorosos*. Barcelona: Kairós.

Sarason, I y Sarason, B. (1996) *El problema de la conducta desadaptada*. México: Pax.

Schmill, V. (2008) *Disciplina inteligente en la escuela: Hacia una pedagogía de la no violencia*. México: Producciones educativas aplicadas.

Schnake, A. (1999) *Los diálogos del cuerpo*. Santiago: Editorial Cuatro Vientos

Walsh, F. (2004) *Resiliencia familiar. Estrategias para su fortalecimiento*. Buenos Aires: Amorrortu.

La bibliografía puede ser enriquecida a lo largo del semestre.

## CALENDARIZACION

Fecha	Contenido
9 de marzo	La salud mental integra diversas dimensiones Presentación del curso, evaluación de conocimientos previos, formación de subgrupos
16 de marzo *	Conceptualización histórica de la salud mental Historia de la salud mental <b>Entrega del tema de investigación</b>
23 de marzo *	Control social de la conducta "desviada", estigma y exclusión de la enfermedad mental Salud mental y derechos humanos
30 de marzo	Modelos para la comprensión de la salud y enfermedad mental Salud pública y salud mental
6 de abril	SEMANA SANTA
13 de abril	Enfermedades mentales desde el modelo médico Posibles causas de la enfermedad mental <b>Entrega de marco teórico de invest.</b>
20 de abril *	Semana U Enfermedades mentales: modelo médico
27 de abril	Niveles de prevención y salud holista Enfoque comprensivo y holístico de la salud Gira
4 de mayo	La construcción social de los roles de género Factores para la sana convivencia de la pareja <b>Práctica pedagógica</b> <b>Trabajo extraclase</b>
11 de mayo *	Familia y diversidad Mistificación de la familia Las familias ante un contexto cambiante <b>Práctica pedagógica</b>
18 de mayo	Familia: factores de riesgo y de protección La creación de la resiliencia familiar <b>Práctica pedagógica</b> <b>Trabajo extraclase</b>
25 de mayo	Educación y ajuste psíquico: problemas emocionales más frecuentes de educadores y educandos Los educadores y la salud integral <b>Práctica pedagógica</b>
1 de junio	Técnicas de manejo del estrés y otros retos <b>Avance de investigación acción</b>
8 de junio	Modelo integral para el fortalecimiento de la autoestima <b>Práctica pedagógica</b>
15 de junio	Fomentando la salud integral y la capacidad de resiliencia Taller
22 de junio *	Más allá de lo personal: El educador como promotor de la salud en la escuela y en la comunidad. <b>Práctica pedagógica</b> <b>Trabajo extraclase</b>
29 de junio	Síntesis final del curso <b>Entrega de investigaciones y exposiciones</b>
6 de julio	Exámenes finales

## CALENDARIZACION CONTROL DOCENTE

Fecha	Contenido	Actividad
9 de marzo	La salud mental integra diversas dimensiones Presentación del curso, evaluación de conocimientos previos, formación de subgrupos	
16 de marzo *	Conceptualización histórica de la salud mental Historia de la salud mental <b>Entrega del tema de investigación</b>	
23 de marzo *	Control social de la conducta “desviada”, estigma y exclusión de la enfermedad mental Salud mental y derechos humanos	
30 de marzo	Modelos para la comprensión de la salud y enfermedad mental Salud pública y salud mental	
6 de abril	SEMANA SANTA	
13 de abril	Enfermedades mentales desde el modelo médico Posibles causas de la enfermedad mental <b>Entrega de marco teórico de invest.</b>	
20 de abril *	Semana U Enfermedades mentales: modelo médico	
27 de abril	Niveles de prevención y salud holista Enfoque comprensivo y holístico de la salud Gira	
4 de mayo	La construcción social de los roles de género Factores para la sana convivencia de la pareja <b>Práctica pedagógica</b> <b>Trabajo extraclase</b>	
11 de mayo *	Familia y diversidad Mistificación de la familia Las familias ante un contexto cambiante <b>Práctica pedagógica</b>	
18 de mayo	Familia: factores de riesgo y de protección La creación de la resiliencia familiar <b>Práctica pedagógica</b> <b>Trabajo extraclase</b>	
25 de mayo	Educación y ajuste psíquico: problemas emocionales más frecuentes de educadores y educandos Los educadores y la salud integral <b>Práctica pedagógica</b>	
1 de junio	Técnicas de manejo del estrés y otros retos <b>Avance de investigación acción</b>	
8 de junio	Modelo integral para el fortalecimiento de la autoestima <b>Práctica pedagógica</b>	
15 de junio	Fomentando la salud integral y la capacidad de resiliencia Taller	
22 de junio *	Más allá de lo personal: El educador como promotor de la salud en la escuela y en la comunidad. <b>Práctica pedagógica</b> <b>Trabajo extraclase</b>	
29 de junio	Síntesis final del curso <b>Entrega de investigaciones y exposiciones</b>	
6 de julio	Exámenes finales	