

Vida universitaria y manejo integral de problemáticas estudiantiles

Ciencias Sociales y Humanas | Psicología | para estudiantes universitarios | 16 semanas

Descripción del Curso

Este curso está diseñado para acompañar a los estudiantes universitarios en su proceso de adaptación y desarrollo dentro del entorno universitario, abordando de manera integral las diversas problemáticas que pueden surgir durante esta etapa. Se enfoca en aspectos fundamentales como la salud física y mental, las relaciones interpersonales incluyendo romance y situaciones sexuales, así como los retos académicos y económicos comunes en la vida universitaria.

Dirigido a estudiantes de nivel universitario en el área de Ciencias Sociales y Humanas, especialmente en la asignatura de Psicología, el curso combina teoría y práctica mediante el análisis de situaciones reales y simuladas, promoviendo el pensamiento crítico y la búsqueda de soluciones efectivas y éticas. A través de métodos participativos, discusiones, estudios de caso y actividades colaborativas, se busca que los estudiantes adquieran herramientas para enfrentar y resolver conflictos que podrían afectar su permanencia y éxito académico.

Al finalizar el curso, los estudiantes estarán capacitados para identificar problemáticas comunes en la vida universitaria, gestionar su salud integral, desarrollar habilidades sociales y emocionales, manejar situaciones académicas complejas y planificar estrategias económicas personales, contribuyendo así a la prevención de la deserción y al fortalecimiento de su bienestar general.

Objetivos Generales

- Identificar y describir las principales problemáticas que enfrentan los estudiantes universitarios en áreas de salud, relaciones y académicas.
- Evaluar críticamente diferentes estrategias de afrontamiento para situaciones de estrés y conflicto en la vida universitaria.
- Diseñar soluciones y planes de acción basados en casos prácticos que simulen problemáticas reales estudiantiles.
- Promover actitudes responsables y proactivas para el cuidado personal y social dentro del contexto universitario.

Competencias

- Analizar problemáticas comunes en la vida universitaria desde una perspectiva psicológica y social.
- Aplicar estrategias efectivas para el manejo de la salud mental y física en contextos universitarios.
- Desarrollar habilidades para la resolución de conflictos relacionados con relaciones interpersonales y situaciones sexuales.

- Gestionar de manera responsable las demandas académicas y económicas propias del estudiante universitario.
- Implementar planes de acción personal que promuevan la permanencia y éxito académico.

Requerimientos

- Conocimientos básicos en psicología y ciencias sociales a nivel introductorio.
- Acceso a materiales digitales y bibliografía recomendada por el docente.
- Disposición para participar en dinámicas grupales y análisis de casos.
- Habilidades básicas de comunicación escrita y oral.

Unidades del Curso

Unidad 1: Introducción a la vida universitaria y adaptación

Unidad 2: Salud integral en el estudiante universitario

Unidad 3: Estrés, ansiedad y manejo emocional

Unidad 4: Relaciones interpersonales y desarrollo social

Unidad 5: Romance y sexualidad en la vida universitaria

Unidad 6: Problemáticas académicas y gestión del tiempo

Unidad 7: Situaciones económicas y planificación financiera

Unidad 8: Resolución de conflictos y toma de decisiones

Unidad 9: Prevención de la deserción universitaria

Unidad 10: Taller práctico: análisis de casos reales y simulados