



UNIVERSIDAD DE CORDOBA

INSTITUTO DE ESTUDIOS DE POSGRADO
**MÁSTER UNIVERSITARIO EN
PSICOLOGÍA APLICADA A LA
EDUCACIÓN Y EL BIENESTAR SOCIAL**



CURSO 2024/25

PSICOLOGÍA DE LA EMOCIÓN**Datos de la asignatura**

Denominación: PSICOLOGÍA DE LA EMOCIÓN**Código:** 558008**Plan de estudios:** MÁSTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA APLICADA A LA EDUCACIÓN Y EL BIENESTAR SOCIAL**Curso:** 1**Créditos ECTS:** 4.0**Porcentaje de presencialidad:** 30.0%**Plataforma virtual:** <https://moodle.uco.es/>**Horas de trabajo presencial:** 30**Horas de trabajo no presencial:** 70**Profesor coordinador**

Nombre: PEREZ DUEÑAS, CAROLINA**Departamento:** PSICOLOGÍA**Ubicación del despacho:** Planta Alta / Módulo E**E-Mail:** cpduenas@uco.es**Teléfono:** +34 957 21 84 02**Breve descripción de los contenidos**

Componentes, medidas y procesos afectivos.

Cognición y emoción.

Regulación emocional y estado de ánimo: modelos y métodos.

Inteligencia Emocional, Mindfulness y Psicología Positiva

Conocimientos previos necesarios

Requisitos previos establecidos en el plan de estudios

Ninguno

Recomendaciones

Ninguna especificada

Programa de la asignatura

1. Contenidos teóricos

Tema1. Componentes, medidas y procesos afectivos.

Tema 2. Cognición y emoción.

Tema 3. Regulación emocional y estado de ánimo: modelos y métodos.

Tema 4. Psicología Positiva, Inteligencia Emocional y Mindfulness.

2. Contenidos prácticos

Cómo medir procesos afectivos y emocionales.

Relación entre Cognición y Emoción.

Cómo desarrollar habilidades de regulación emocional y del estado de ánimo.

Investigar dentro del marco de la Psicología positiva. Inteligencia Emocional y Mindfulness.

Desarrollo de un programa para mejorar habilidades emocionales desde el punto de vista de los procesos afectivos.

Bibliografía

- Battaglini, A. M., Rnic, K., Jameson, T., Jopling, E., Albert, A. Y., & LeMoult, J. (2022). The association of emotion regulation flexibility and negative and positive affect in daily life. *Affective Science*, 3(3), 673-685. <https://doi.org/10.1007/s42761-022-00132-7>
- Bratman, G. N., Mehta, A., Olvera-Alvarez, H., Spink, K. M., Levy, C., White, M. P., ... & Gross, J. J. (2024). Associations of nature contact with emotional ill-being and well-being: the role of emotion regulation. *Cognition and Emotion*, 1-20. <https://doi.org/10.1080/02699931.2024.2316199>
- Díaz-González, M. C., Pérez-Dueñas, C., Sanchez-Raya, A., Moriana, J. A. & Vázquez, V. S. (2018). Mindfulness-based stress reduction in adolescents with mental disorders: A randomised clinical trial. *Psicothema*, 30(2), 165- 170. <https://doi.org/10.7334/psicothema2017.259>
- Fritz, M. M., Armenta, C. N., Walsh, L. C., & Lyubomirsky, S. (2019). Gratitude facilitates healthy eating behavior in adolescents and young adults. *Journal of Experimental Social Psychology*, 81, 4-14. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2018.08.011>
- Gross, J.J. & Barrett, L.F. (2011). Emotion generation and emotion regulation: One or two depends on your point of view. *Emotion Review*, 3, 8-16. <https://doi.org/10.1177/1754073910380974>
- Hantke, N. C., Gyurak, A., Van Moorlehem, K., Waring, J. D., Adamson, M. M., O'Hara, R., & Beaudreau, S. A. (2017). Disentangling cognition and emotion in older adults: the role of cognitive control and mental health in emotional conflict adaptation. *International journal of geriatric psychiatry*, 32(8), 840-848. <https://doi.org/10.1002/gps.4535>
- Lyubomirsky, S. (2008). *La ciencia de la felicidad*. Barcelona: Urano.
- Lyubomirsky, S., & Layous, K. (2013). How do simple positive activities increase well-being?. *Current Directions in Psychological Science*, 22(1), 57-62. <https://doi.org/10.1177/0963721412469809>
- Mauss, I.B. & Robinson, M.D. (2009). Measures of emotion: A review. *Cognition and Emotion*, 23,209-237. <https://doi.org/10.1080/02699930802204677>
- Mauss, I.B. & Tamir, M. (2014). Emotion goals: How their content, structure, and operation shape emotion regulation. En J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd Ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Moors, A., Ellsworth, P.C., Scherer, K.R., y Frijda, N.H. (2013). Appraisal Theories of Emotion: State of the Art and Future Development. *Emotion Review*, 5, 119-124. <https://doi.org/10.1177/1754073912468165>
- Pérez-Dueñas, C., Rivas, F., Oyediran, O. A., & García-Torres, F. (2018). Induced negative mood increases dictator game giving. *Frontiers in psychology*, 9, 1542. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01542>

- Pessoa, L. (2008). On the relationship between emotion and cognition. *Nature Review*, 9, 148-58.
- Porrás Carmona, S., Pérez Dueñas, C., Checa Fernández, P., & Luque Salas, B. (2020). Competencias emocionales de las futuras personas docentes: un estudio sobre los niveles de inteligencia emocional y empatía. *Revista Educación*, 44(2), 80-95. <http://dx.doi.org/10.15517/revedu.v44i2.38438>
- Scherer, K.R. (2005). What are emotions? And how can they be measured? *Social Science Information*, 44, 695-729. <https://doi.org/10.1177/0539018405058216>
- Simón, V. (2011). *Aprender a practicar Mindfulness*. Madrid: Sello Editorial.
- Thayer, R. E. (1998). *El origen de los estados de ánimo cotidianos: el equilibrio entre la tensión, la energía y el estrés*. Editorial Paidós.

Metodología

Aclaraciones

Las actividades de exposición de contenidos elaborados se llevarán a cabo a través de las clases teóricas magistrales y del desarrollo de la metodología de aula inversa y, al menos, una conferencia plenaria (22 horas de clases teóricas y 1 hora de conferencia plenaria).

Las actividades de procesamiento de información, de experimentación práctica y de salidas al entorno, se llevarán a cabo a través de las sesiones de seminarios (3 horas), prácticas y talleres (2 horas) asociados a la asignatura.

Las actividades no presenciales corresponden a las horas de estudio y trabajo autónomo necesario para la superación de la asignatura.

El alumnado matriculado a tiempo parcial deberá consensuar con la profesora AL INICIO DEL CURSO la forma de cubrir los requisitos mínimos exigidos para superar la asignatura.

Actividades presenciales

Actividad	Total
<i>Actividades de evaluación</i>	2
<i>Actividades de experimentacion práctica</i>	1
<i>Actividades de exposición de contenidos elaborados</i>	23
<i>Actividades de procesamiento de la información</i>	2
<i>Actividades de salidas al entorno</i>	2
Total horas:	30

Actividades no presenciales

Actividad	Total
<i>Actividades de búsqueda de información</i>	10
<i>Actividades de procesamiento de la información</i>	50
<i>Actividades de resolución de ejercicios y problemas</i>	10
Total horas:	70

Resultados del proceso de aprendizaje

Conocimientos, competencias y habilidades

- CG1 Conseguir una predisposición a la colaboración interdisciplinar, incrementando la capacidad de comunicación, oral y escrita, así como el manejo de recursos y fuentes documentales diversas
- CB6 Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación
- CB9 Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades
- CT2 Mostrar dominio conceptual, procedimental y actitudinal para el ejercicio profesional del trabajo en equipo y para la interacción efectiva y positiva con otras personas
- CE5 Investigar y analizar de forma crítica la relación entre los procesos cognitivos, emocionales y sociales para una ejecución adecuada de intervención tanto en el ámbito social como educativo y del bienestar

Métodos e instrumentos de evaluación

Instrumentos	Porcentaje
Examen	30%
Medios de ejecución práctica	30%
Producciones elaboradas por el estudiantado	40%

Periodo de validez de las calificaciones parciales:

Un curso académico

Aclaraciones:

El examen será de preguntas cortas y tendrá un peso del 30% de la calificación final.

Los medios de ejecución práctica evaluados mediante el análisis de casos prácticos tendrá un peso del 30% de la calificación final.

Las producciones elaboradas por el estudiantado a través de trabajos y proyectos tendrán un peso del 40% de la calificación final.

Objetivos de desarrollo sostenible

Salud y bienestar

Educación de calidad

Igualdad de género

Reducción de las desigualdades

Acción por el clima

Las estrategias metodológicas y el sistema de evaluación contempladas en esta Guía Docente responderán a los principios de igualdad y no discriminación y deberán ser adaptadas de acuerdo a las necesidades presentadas por estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales en los casos que se requieran.

El estudiantado deberá ser informado de los riesgos y las medidas que les afectan, en especial las que puedan tener consecuencias graves o muy graves (artículo 6 de la Política de Seguridad, Salud y Bienestar; BOUCO 23-02-23).
