

TITULO: PENSAMIENTO CONSTRUCTIVO

HORAS: 30

OBJETIVOS:

Analizar el pensamiento constructivo y su relación con las emociones para la mejora de su gestión y el conocimiento de herramientas clave para el despliegue de sus beneficios.

- Identificar los componentes implicados en el pensamiento constructivo, así como los beneficios y la influencia del mismo en el
- Integrar la emoción y el pensamiento como elementos influjos y en la construcción del lenguaje, la comunicación y el desarrollo
- Reconocer las herramientas necesarias para lograr una adecuada gestión del pensamiento propio.
- Describir las principales herramientas para el desarrollo del constructivo, relacionadas con la creatividad, la toma de decisiones, el análisis de la realidad y la mejora del lenguaje.

CONTENIDOS:

Introducción al pensamiento

¿Qué es el pensamiento constructivo?

- Componentes del pensamiento constructivista
- Beneficios
- Inteligencia emocional y pensamiento constructivista

¿Cómo surgen las emociones?

- Pensamientos destructivos comunes
- Gestión emocional
- Habilidades emocionales

Conducir nuestro pensamiento

- Mindfulness
- Resiliencia
- Optimismo inteligente
- Creatividad

Herramientas para desarrollar el pensamiento constructivista

- Seis sombreros para pensar
- Análisis de la realidad
- SCAMPER
- Pensamiento y lenguaje