



FICHA IDENTIFICATIVA

Datos de la Asignatura

Código	43321
Nombre	Promoción de la salud y bienestar psicológico y social
Ciclo	Máster
Créditos ECTS	3.0
Curso académico	2023 - 2024

Titulación(es)

Titulación	Centro	Curso	Periodo
2151 - M.U. en Intervenciones Psicológicas en ámbit. social. 12-V.2	Facultad de Psicología y Logopedia	1	Primer cuatrimestre

Materias

Titulación	Materia	Caracter
2151 - M.U. en Intervenciones Psicológicas en ámbit. social. 12-V.2	3 - Promoción psicológica del bienestar psicológico, social y comunitario	Obligatoria

Coordinación

Nombre	Departamento
ALVAREZ SOLVES, JOSE OCTAVIO	306 - Psicología Social
CASTILLO FERNANDEZ, ISABEL MARIA	306 - Psicología Social

RESUMEN

La asignatura *Promoción de la salud y bienestar psicológico y social* consta de un total de 3 créditos teórico-prácticos. Es una asignatura cuatrimestral que se imparte en el primer curso durante el primer cuatrimestre y forma parte de la agrupación de asignaturas que conforman el módulo “**Promoción psicológica del bienestar psicológico, social y comunitario**”.

Esta asignatura pretende ofrecer al alumno/a una visión conjunta e integrada de los factores psicosociales que pueden favorecer y/o poner en riesgo la salud y el bienestar de las personas, así como que aprendan las vías de evaluación de las conductas de salud y sepan definir estrategias de cambio para la mejora de la salud y el bienestar.



CONOCIMIENTOS PREVIOS

Relación con otras asignaturas de la misma titulación

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

Otros tipos de requisitos

Haber cursado las asignaturas Fundamentos Teóricos y Metodológicos de la Intervención Psicológica en Ámbitos Sociales y Estrategias, Técnicas y Recursos Aplicados a la Intervención Psicológica en Ámbitos Sociales.

COMPETENCIAS

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- Saber conceptualizar el bienestar, los indicadores psicológicos del bienestar y los determinantes motivacionales del bienestar.
- Saber conceptualizar los estilos de vida relacionados con la salud y los determinantes psicosociales y contextuales de las variables de salud.
- Saber cuáles son las principales teorías psicosociales de la motivación para la promoción de la salud y el bienestar de las personas, grupos y comunidades.
- Conocer y saber aplicar los instrumentos para la evaluación de la salud, del bienestar y de la motivación, elaborados a la base de las teorías estudiadas, así interpretar los resultados.
- Saber diseñar, aplicar y evaluar un programa de intervención para la promoción de la salud y del bienestar.

DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

1. Bienestar, indicadores y determinantes motivacionales

2. Estilos de vida relacionados con la salud: Concepto, Variables y Dimensiones

3. Correlatos psicosociales de los estilos de vida relacionados con la Salud y el Bienestar en la adolescencia

**4. Bienestar y Estilos de vida relacionados con la Salud: Teorías motivacionales****5. Instrumentos de evaluación de la salud, el bienestar y la motivación****6. Diseño y aplicación de programas de intervención para la promoción de la salud y el bienestar****VOLUMEN DE TRABAJO**

ACTIVIDAD	Horas	% Presencial
Clases teórico-prácticas	21,00	100
Tutorías regladas	9,00	100
Elaboración de trabajos en grupo	10,00	0
Elaboración de trabajos individuales	5,00	0
Estudio y trabajo autónomo	12,00	0
Lecturas de material complementario	8,00	0
Preparación de actividades de evaluación	10,00	0
TOTAL	75,00	

METODOLOGÍA DOCENTE

La metodología docente utilizada en el desarrollo de esta asignatura incluirá los siguientes métodos:

- Exposiciones teóricas por parte del profesor/a: presentación y análisis en el aula de los conceptos y teorías clave de la Psicología Social del Deporte, mediante lección magistral y desarrollo de dinámicas en el aula.
- Prácticas y actividades realizadas por los estudiantes en el aula.
- Tutorías presenciales o virtuales.
- Trabajo autónomo de los estudiantes fuera del aula, elaborando prácticas individuales y en grupo.
- Presentación de los estudiantes en el aula de los informes y trabajos prácticos realizados.

EVALUACIÓN

La evaluación de la asignatura se realizará en función de dos criterios complementarios: evaluación de resultados y evaluación del proceso de aprendizaje.

La evaluación de resultados de esta asignatura se realizará al finalizar el Módulo 3, mediante un examen tipo test. El examen constituirá el 40% de la nota de la asignatura (**4 puntos**). El examen de las asignaturas del Módulo 3 se realizará el mismo día y hora, pero cada una tendrá su propia nota independiente y sus preguntas independientes.



La evaluación del proceso se realizará mediante las notas obtenidas en los trabajos individuales y/o grupales y/o en las actividades en las clases teóricas. Este apartado constituirá el 60% de la nota **(6 puntos)**.

Las tareas y trabajos podrán consistir en:

- Trabajos de investigación empírica acerca de los contenidos de la materia.
- Trabajos de aplicación acerca de los contenidos de la materia.
- Prácticas realizadas en el aula y elaboración de memorias.
- Revisiones bibliográficas.
- Lecturas de textos recomendados y su posterior análisis crítico.
- Exposiciones y debates en el aula.
- Seminarios, conferencias, visitas, películas.
- Resolución de supuestos y casos prácticos

El profesor indicará qué tipo de actividades habrá que realizar.

Para aprobar la asignatura serán requisitos imprescindibles haber obtenido una nota mínima de 2 (sobre 4) en el examen y de 3 (sobre 6) en las actividades prácticas.

En el caso de no superar las actividades prácticas, el alumno deberá concretar con el profesor el modo de recuperación en segunda convocatoria. En el caso de no superar el examen, el alumno deberá volver a presentarse al de segunda convocatoria.

Además, para aprobar la materia será requisito obligatorio la asistencia a un mínimo del 80% de las clases presenciales de la misma.

Ante prácticas fraudulentas se procederá según lo determinado por el Protocolo de actuación ante prácticas fraudulentas en la Universitat de València (ACGUV 123/2020): <https://www.uv.es/sgeneral/Protocols/C83sp.pdf>

REFERENCIAS

Básicas

- Balaguer, I., Castillo, I. y Duda, J. L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la Teoría de la Autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17 (1), 123-139.
- García-Merita, M., Balaguer, I., Castillo, I., Álvarez, M. y Mars, L. (2010). Eficacia de un programa de intervención para mejorar la competencia, autonomía y bienestar de educadores de centros de protección de menores. *Educación XX1*, 13 (2), 199-215.



- Pastor, Y., Balaguer, I. y García-Merita, M. L. (1999). Estilo de vida y salud. Valencia. Albatros.

Complementarias

- Balaguer, I., Castillo, I., González-García, L., y Fabra, P. (2023). Factores motivacionales promotores de los estilos de vida activos en la adolescencia. En R. Mendoza, R. Santos-Rocha, y B. Gil (Eds.). La promoción de la actividad física en la sociedad contemporánea (pp. 179-191). Díaz de Santos.
- Balaguer, I. y Castillo, I. (2009). Activitat física i Benestar Psicològic. Viure en Salut, 79, 12-13.
- Balaguer, I., Castillo, I., Tomás, I. y Duda, J. L. (1997). Las orientaciones de metas de logro como predictoras de las conductas de salud en los adolescentes. Iberpsicología, 2, 2-10.
- Blanco, A. y Rodríguez, J. (2007). Intervención psicosocial. Madrid: Prentice Hall.
- Castillo, I., Balaguer, I., y García-Merita, M. L. (2007). Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. Revista de Psicología del Deporte, 16, 201-210.
- Castillo, I., Balaguer, I., García-Merita, M. y Valcárcel, P. (2004). El papel de la familia y de los pares en el estilo de vida de los adolescentes. Encuentros en Psicología Social, 2 (1), 20-26.
- Balaguer, I. (2010). Clima motivacional y bienestar. Actuación de los entrenadores. En J.M. Buceta y E. Larumbe. Experiencias en psicología del deporte (pp. 181-202). Madrid: Dykinson.
- Pastor, Y., Balaguer, I. y García-Merita, M. (2006). Relaciones entre el autoconcepto y el estilo de vida saludable en la adolescencia media: un modelo exploratorio. Psicothema, 18 (1), 18-24.
- Ryan, R.M., y Deci, E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. American Psychologist, 55, 68-78.
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. Annual Review of Psychology, 52, 141-166.