

CICLO RE-CONECTA

Sesión 1:
Del automatismo
a la reflexión

13 de noviembre de 2024
De 14.15h a 15.30h
Aula 01. Edificio Amigos

[Inscripción](#)



PONENTES

Arturo
Lecumberri

Psicólogo Clínica
Universidad de
Navarra, Compass /
Salud y Bienestar

Raquel
Cascales

Profesora Escuela
de Arquitectura,
Instituto Core
Curriculum



Universidad
de Navarra

INSTITUTO
CORE CURRICULUM

ESTRATEGIA
2025

UNIVERSIDAD
Y SOSTENIBILIDAD
SALUD Y
BIENESTAR

CICLO RE-CONECTA

Conectar de nuevo con uno mismo y con el mundo.
Pensar mejor para vivir mejor

SESIÓN 1

Del automatismo a la reflexión

En esta sesión se analizará el mecanismo por el cual los seres humanos toman decisiones de forma automática, sin pensar, y cómo este proceso puede influir en la capacidad para enfrentar problemas complejos.

A través de los estudios psicológicos contemporáneos, los participantes comprenderán la dualidad entre el pensamiento rápido e intuitivo frente al pensamiento lento y deliberado.

Con la guía de un experto psicólogo los estudiantes reflexionarán sobre cómo sus propias decisiones automáticas pueden ser moldeadas por sesgos cognitivos y cómo estos afectan sus interacciones diarias y la resolución de problemas en su entorno académico y personal.

