

# GUÍA DOCENTE

## INTRODUCCIÓN A LA INTERIORIDAD

**Asignatura transversal  
C.U. Cardenal Cisneros  
Universidad de Alcalá**

**Curso Académico 2026/27**  
4º Curso – 1<sup>er</sup> Cuatrimestre

**GUÍA DOCENTE**

Nombre de la asignatura:	<b>Introducción a la Interioridad</b>
Código:	<b>100342</b>
Titulación en la que se imparte:	<b>Grados universitarios</b>
Departamento y Área de Conocimiento:	<b>Educación y Psicología</b>
Carácter:	<b>Transversal</b>
Créditos	<b>ECTS: 3</b>
Curso y cuatrimestre:	<b>1er cuatrimestre</b>
Profesorado	<b>Enrique Fraga Sierra</b>
Horario de Tutoría:	<b>Miércoles de 12 a 13h</b>
Número de despacho	<b>Despacho 2 (Pastoral)</b>
Correo electrónico	<b><a href="mailto:enrique.fraga@cardenalcisneros.es">enrique.fraga@cardenalcisneros.es</a></b>
Idioma en el que se imparte:	<b>Español</b>

**1. PRESENTACIÓN**

Vivimos en una sociedad que se encuentra bajo la presión de un ritmo de vida acelerado, que busca el acumular y tener desde lo material y, en ocasiones, deja a un lado la experiencia y los conocimientos. Esta sensación de querer más y más nos lleva a un gran desgaste psicológico ante un bombardeo constante de alternativas, actividades, imágenes, sonidos, ... Vivimos atrapados por la inmediatez, y esto nos lleva a vivir, en muchas ocasiones, desde la superficialidad. Desear más quita disfrute a lo que deseamos y vivimos. La interioridad nos conduce a lo esencial de las cosas y las vivencias de la persona.

La educación integral de la persona refuerza todos los ámbitos, todos los tipos de inteligencias y todas las capacidades humanas. Al fin y al cabo, lo que nos pasa por dentro, el mundo interior, es fundamental para nuestro desarrollo, para crecer como personas en todas nuestras dimensiones, sean cuales sean nuestras convicciones, creencias u orígenes. Si tenemos en cuenta que educar no es una mera transmisión de contenidos, sino "mirar hacia adentro, para poder mirar hacia fuera", no podemos caer en el engaño de una educación universitaria que se limite a la integración de los jóvenes en la sociedad. Educar es estar al lado, acompañando y proponiendo, cuando la persona se construye a sí misma.

En la sociedad actual se hace imprescindible conocer los fundamentos de la interioridad. Para ello se propone dar claves para trabajar el interior, potenciando el trabajo corporal, la integración emocional y la apertura a la trascendencia.

Para ello en esta asignatura se abordará desde la filosofía y las distintas corrientes humanistas la antropología y el concepto de persona abriendo un espacio para plantear la vida interior del ser humano (interioridad) en contacto continuo y recíproco con su corporalidad o exterioridad. Esta primera perspectiva teórica se complementará con la puesta en práctica de las técnicas propias de la interioridad para responder al desafío humano de vivir una vida armonizada y una. Así, el objetivo principal es proporcionar al alumnado una fundamentación teórica que lo impulse a vivir un espacio donde pueda potenciar y experimentar su propio desarrollo personal y que lo impulse a salir hacia el mundo y la realidad.

**Por las características propias de la asignatura, se recomienda encarecidamente cursarla en evaluación continua.**

Para la realización de cualquier trabajo académico, se recuerda la importancia de consultar al profesorado sobre el uso permitido de herramientas de inteligencia artificial (IA). Si no se recoge de manera expresa en la guía o instrucciones de la actividad o práctica concreta, se entiende que la IA no debe ser utilizada en ningún caso. Se recuerda que el uso indebido de estas tecnologías, como la generación de trabajos sin autorización expresa, puede constituir fraude académico. Por ello, se recomienda revisar la normativa de la universidad relativa al uso de IA, actuar siempre con responsabilidad y transparencia en el proceso de aprendizaje y consultar con el profesorado cualquier duda al respecto.

## **SUBJECT DESCRIPTION**

This subject is taken in the 1<sup>st</sup> semester of any Degree programme. It has a value of 3 ECTS credits.

Modern society is characterized by a fast-paced lifestyle focused on accumulation and material possessions, often at the expense of experience, knowledge, and personal growth. This constant pursuit of “more” creates psychological strain, driven by an overwhelming flow of choices, activities, images, and information. As a result, people frequently live with a sense of immediacy and superficiality, which diminishes their ability to fully enjoy their experiences. Developing one’s inner life helps individuals focus on what is truly essential.

A holistic education should strengthen all dimensions of the person, including different forms of intelligence and human capacities. Since personal growth depends greatly on one’s inner world, education must go beyond the mere transmission of knowledge or social integration. True education involves accompanying and guiding individuals as they build themselves, helping them to “look inward in order to look outward.”

In today’s world, understanding the foundations of interiority has become essential. This involves cultivating self-awareness through bodily awareness, emotional integration, and openness to transcendence. The course explores the concepts of anthropology and personhood from philosophical and humanistic perspectives, examining interiority in continuous relationship with the body and external reality. Theoretical study is complemented by practical techniques aimed at fostering personal development, inner harmony, and a unified way of living. Its main goal is to provide students with both a theoretical foundation and a personal experience that supports their growth and self-development.

This subject is taught in Spanish. Students must have at least a B2 level of Spanish to take this course.

## 2. COMPETENCIAS

### Competencias genéricas:

1. Ser capaz de proyectar los conocimientos, habilidades y destrezas adquiridos para promover una sociedad basada en los valores de la libertad, la justicia, la igualdad y el pluralismo. (CT5)
2. Considerar la ética y la integridad intelectual como valores esenciales de la práctica profesional. (CT4)

### Competencias específicas:

1. Analizar críticamente las concepciones antropológicas de la persona.
2. Desarrollar el autoconocimiento y la conciencia de sí mismo como estrategia vital para una vida humana íntegra y plena.
3. Integrar corporalidad e interioridad como dimensiones propias y constitutivas del ser humano.
4. Cultivar la atención plena y la capacidad contemplativa.
5. Desarrollar el compromiso interpersonal y social desde la interioridad.

## 3. CONTENIDOS

Bloques de contenido	Total de clases, créditos u horas
<b>Teórico:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Antropología filosófica</li> <li>2. Modelo de persona</li> <li>3. Sociedad posmoderna</li> <li>4. La interioridad como proceso reflexivo</li> <li>5. Los tipos de interioridad</li> </ol>	1 CRÉDITOS ECTS
<b>Práctico:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consciencia corporal</li> <li>2. Integración emocional</li> <li>3. Salida a la realidad y apertura a la trascendencia</li> </ol>	2 CRÉDITOS ECTS

#### 4. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE-ACTIVIDADES FORMATIVAS

##### 4.1. Distribución de créditos

Número de horas totales: 75	
Número de horas presenciales:	25 horas
Número de horas de trabajo propio del estudiante:	50 de trabajo autónomo

##### 4.2. Estrategias metodológicas, materiales y recursos didácticos

El enfoque de la asignatura es teórico-práctico. Se partirá de una primera fundamentación teórica para, a continuación, ir alternado sesiones prácticas y sesiones teóricas en las que reflexionar e ir ampliando los conocimientos adquiridos.

En las sesiones prácticas se harán exposiciones de los contenidos intercaladas con la participación del alumnado y pequeñas actividades.

En las sesiones prácticas será imprescindible la participación activa de todo el alumnado siguiendo las indicaciones del profesorado. Estas sesiones comprenderán una parte de activa y una reflexiva sobre la propia experiencia.

Las sesiones presenciales se repartirán aproximadamente del siguiente modo:

Sesión	Duración	Contenido
1	2h	Presentación Conocimiento del grupo
2	3h	Teoría sobre la interioridad I Presentación de la asociación colaboradora
3	8h	1ª Experiencia de interioridad
4	2h	Teoría sobre la interioridad II
5	2h	Teoría sobre la interioridad III
6	8h	2ª Experiencia de interioridad Experiencia social

## 5. EVALUACIÓN: criterios de evaluación, de calificación y procedimientos de evaluación

### Criterios de evaluación

Estos criterios de evaluación describen lo que se espera que el/la estudiante conozca, comprenda y sea capaz de hacer al finalizar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para lograrlo, se realizará un seguimiento continuado del aprendizaje.

En la siguiente tabla se especifican los criterios de evaluación de la asignatura y el porcentaje de cada uno en el global del proceso de enseñanza-aprendizaje. Según estos criterios, al finalizar la asignatura el/la estudiante debe demostrar que:

<b>Competencias específicas (CE)</b>	<b>Criterios de evaluación</b>
1. Analizar críticamente las concepciones antropológicas de la persona.	<i>Es capaz de entender la relevancia del modelo antropológico en la comprensión de la interioridad.</i>
2. Desarrollar el autoconocimiento y la conciencia de sí mismo como estrategia vital para una vida humana íntegra y plena.	<i>Reflexiona sobre su vida y se comprende como sujeto libre y responsable, interconectando todas las dimensiones de la persona</i>
3. Integrar corporalidad e interioridad como dimensiones propias y constitutivas del ser humano.	
4. Cultivar la atención plena y la capacidad contemplativa.	<i>Participa activamente en las propuestas mostrando interés</i>
5. Desarrollar el compromiso interpersonal y social desde la interioridad.	<i>Se involucra en la acción social y demuestra sensibilidad con la injusticia</i>  <i>Participa activamente en las propuestas mostrando interés</i>

A continuación, se enumeran los criterios de evaluación de la asignatura y el porcentaje que tienen en el global del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Nº	Criterios de evaluación	%
1	<i>Es capaz de entender la relevancia del modelo antropológico en la comprensión de la interioridad</i>	20
2	<i>Reflexiona sobre su vida y se comprende como sujeto libre y responsable, interconectando todas las dimensiones de la persona</i>	20
3	<i>Se involucra en la acción social y demuestra sensibilidad con la injusticia</i>	20
4	<i>Participa activamente en las propuestas mostrando interés</i>	40

### Sistema de evaluación

El sistema de evaluación de esta asignatura se basa en la Normativa reguladora de los procesos de evaluación de los aprendizajes de la Universidad de Alcalá. Esta normativa establece, entre otras, las siguientes pautas:

1. Esta asignatura tiene dos convocatorias: una ordinaria en enero y otra extraordinaria en junio.
2. La **convocatoria ordinaria** se desarrollará bajo la **modalidad de evaluación continua**; para ello se exige la participación en todas las actividades y la elaboración de un diario personal. En el caso de que un/una estudiante incumpla los criterios de evaluación establecidos para la evaluación continua deberá recuperar la asignatura en la convocatoria extraordinaria. La dinámica de esta asignatura requiere presencialidad, por lo tanto, se recomienda matricular esta transversal si el/la estudiante puede asistir a las sesiones de clase.
3. Si por motivos totalmente justificados y demostrados un/una estudiante no puede seguir la evaluación continua en la convocatoria ordinaria, deberá solicitar la **modalidad de evaluación final** al profesor. Esta solicitud se presentará en las dos primeras semanas de clase, la resolverá la Subdirección académica del centro universitario y podrá ser aceptada o no. En el caso de que un/una estudiante incumpla los criterios de evaluación establecidos para la evaluación final deberá recuperar la asignatura en la convocatoria extraordinaria.
4. La **convocatoria extraordinaria** está prevista para los/las estudiantes que no superen los mínimos establecidos para la convocatoria ordinaria, o que no se hubieran presentado a dicha convocatoria. Es responsabilidad de cada estudiante **entrevistarse con el profesor** para conocer los trabajos o exámenes que debe realizar para superar la asignatura.
5. En la convocatoria extraordinaria, los alumnos deberán alcanzar las mismas competencias para superar la asignatura.
6. Para **aprobar** la asignatura es imprescindible que el/la estudiante demuestre haber alcanzado **todas las competencias** recogidas en esta guía a través de los distintos instrumentos establecidos para su medida. El/La estudiante ha de **superar todas las pruebas de evaluación** que se recogen en esta guía como requisito, tanto en la modalidad de evaluación continua como en la modalidad de evaluación final, ya sea en la convocatoria

ordinaria como en la extraordinaria. Las excepciones se justificarán y acordarán con el profesor.

7. Los criterios de calificación de la evaluación continua y final están especificados en el apartado siguiente de esta guía docente.
8. Para más aclaraciones sobre la normativa de evaluación puede consultarse este documento:

<https://www.uah.es/export/sites/uah/es/conoce-la-uah/organizacion-y-gobierno/.galleries/Galeria-Secretaria-General/Normativa-Evaluacion-Aprendizajes.pdf>

Durante las pruebas de evaluación se siguen las pautas del Reglamento que establecen las Normas de Convivencia de la Universidad de Alcalá, y las posibles implicaciones de las irregularidades cometidas durante dichas pruebas, incluyendo las consecuencias de fraude académico según el Reglamento de Régimen Disciplinario del Estudiantado de la Universidad de Alcalá.

### Instrumentos de calificación

A continuación, se explicitan los instrumentos que se utilizarán para ponderar la calificación del alumnado en la asignatura. En la primera tabla se enumeran los instrumentos referidos a la modalidad de evaluación continua, junto con su porcentaje correspondiente en la calificación final. En la segunda tabla se enumeran los instrumentos y sus porcentajes referidos a la modalidad de evaluación final.

Todas las personas matriculadas en esta asignatura deberán superar los criterios de evaluación planteados en cada modalidad.

**Tabla de instrumentos de calificación: evaluación continua**

Herramientas Criterios de evaluación	Diario	Actividad práctica de carácter social	Participación	%
<i>Es capaz de entender la relevancia del modelo antropológico en la comprensión de la interioridad</i>	X			20
<i>Reflexiona sobre su vida y se comprende como sujeto libre y responsable, interconectando todas las dimensiones de la persona</i>	X	X	X	20
<i>Se involucra en la acción social y demuestra sensibilidad con la injusticia</i>	X	X		20
<i>Participa activamente en las propuestas mostrando interés</i>		X	X	40
<b>PORCENTAJE</b>	<b>35%</b>	<b>40%</b>	<b>25%</b>	<b>100%</b>

**Diario:**

Cada estudiante llevará un seguimiento de la asignatura que incluirá:

- Metacogniciones durante las sesiones prácticas
- Reflexiones semanales

**Actividad práctica de carácter social**

Durante el transcurso de la asignatura se mantendrá contacto con una persona usuaria de una asociación (cada año podrá variarse la asociación colaboradora).

Los/las estudiantes serán evaluados por su comunicación activa durante el cuatrimestre así como con la valoración de la persona usuaria y su participación en la actividad final en la que se dará un encuentro con la asociación y los usuarios.

**Participación:**

Se tendrá en cuenta la participación activa y el interés tanto en las sesiones teóricas como prácticas.

**Tabla de instrumentos de calificación: evaluación final**

<b>Herramientas</b>	<b>Actividad práctica de carácter social</b>	<b>Examen oral</b>	<b>%</b>
<b>Criterios de evaluación</b>			
<i>Es capaz de entender la relevancia del modelo antropológico en la comprensión de la interioridad</i>		X	30
<i>Reflexiona sobre su vida y se comprende como sujeto libre y responsable, interconectando todas las dimensiones de la persona</i>		X	30
<i>Se involucra en la acción social y demuestra sensibilidad con la injusticia</i>	X	X	30
<i>Participa activamente en las propuestas mostrando interés</i>	X		10
<b>PORCENTAJE</b>	<b>15%</b>	<b>85%</b>	<b>100%</b>

**Actividad práctica de carácter social:**

Durante el transcurso de la asignatura se mantendrá contacto con una persona usuaria de una asociación (cada año podrá variarse la asociación colaboradora).

Los/las estudiantes serán evaluados por su comunicación activa durante el cuatrimestre y además se les pedirá llevar un seguimiento continuo mediante 3 tutorías repartidas a lo largo del curso.

**Examen oral:**

En el caso de los/las estudiantes evaluación final tendrán un examen final oral de la asignatura para evaluar los conocimientos y competencias adquiridos en la asignatura. Este

examen deberán prepararlo leyendo, estudiando y relacionando con su propia experiencia todos los libros que aparecen en la bibliografía básica de la asignatura.

La metodología de enseñanza-aprendizaje y el proceso de evaluación se ajustarán cuando sea necesario, con las orientaciones del Servicio de Orientación del CUCC y/o la Unidad de Atención a la Diversidad de la UAH para aplicar adaptaciones curriculares a los estudiantes con necesidades específicas, previa entrega de documentación que certifique dicha necesidad.

## 6. BIBLIOGRAFÍA

### Bibliografía básica

- Andrés Suárez, A. y Esteban Garcés, C. (coords.) (2018). *La interioridad como oportunidad educativa*. PPC.
- Santamaría, T. (2013) *La interioridad: un viaje al centro de nuestro ser*. Descleé de Brouwer.
- Torralba, F. (2019). *La interioridad habitada*. Khaf.

### Bibliografía complementaria

- Andrés Suárez, A. y Esteban Garcés, C. (coords.) (2019). *Hacia una teología de la interioridad*. PPC.
- López González, L. (2015) *Educación la interioridad*. Plataforma.
- López González, L. (coord.) (2013). *Maestros del corazón: hacia una pedagogía de la interioridad*. Wolters Kluwer España.
- Buxarrais, M.R. y Buguet, M. (coords.) (2016). *Aprender a ser: por una pedagogía de la interioridad*. Graó.