



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA**

Clave: :08MSU0017H

**FACULTAD DE ENFERMERÍA Y NUTRIOLOGÍA**

Clave: 08USU4827Q

**PROGRAMA DEL CURSO:  
TALLER DE DESARROLLO PERSONAL I**

Docente(s):

Lic. Ana María Zendejas Palacios

Psic. Rosa María Sánchez Vera

<b>DES:</b>	SALUD
<b>Programa(s) Educativo(s):</b>	Lic. en Enfermería
<b>Tipo de materia:</b>	Obligatoria
<b>Clave de la materia:</b>	EN3020
<b>Semestre:</b>	4º semestre
<b>Área en plan de estudios:</b>	Formación específica
<b>Créditos</b>	4
<b>Total de horas por semana:</b>	4
<i>Teoría:</i>	48
<i>Práctica</i>	
<i>Taller:</i>	
<i>Laboratorio:</i>	16
<i>Prácticas complementarias:</i>	
<i>Trabajo extra clase:</i>	
<b>Total de horas semestre:</b>	64
<b>Fecha de actualización:</b>	Enero 2012
<b>Clave y Materia requisito:</b>	Ninguna

**Descripción del curso:** El presente curso proporciona los elementos teóricos vivenciales necesarios para que el estudiante obtenga los conocimientos que desarrollen su sensibilidad, actitud, desarrollo personal, creatividad, manejo de emociones con la finalidad de formar profesionistas que desarrollen sus habilidades en el cuidado integral del paciente.

**Propósito del curso:** Que el estudiante profundice en su desarrollo personal para afianzar su actitud ante los retos en su práctica profesional y que comprenda que su manera de pensar y de vivir afecta de manera directa en su actuar profesional, mediante material teórico y dinámicas vivenciales para el efectivo manejo de sus propias emociones y las de los demás.

<p><b>COMPETENCIAS CON LAS QUE CONTRIBUYE AL LOGRO DEL PERFIL DE EGRESO</b></p> <p>(Tipo y nombre de las Competencias que se desarrollan con el curso)</p>	<p><b>CONTENIDOS</b></p> <p>(Objetos de estudio, temas y Subtemas)</p>	<p><b>RESULTADOS DE APRENDIZAJE</b></p> <p>(Por objeto de estudio)</p>
<p><b>Sociocultural.</b></p> <p>Participa en propuestas que contribuyen al mejoramiento y desarrollo social y cultural.</p> <p>Interactúa con diferentes grupos sociales promoviendo la calidad de vida.</p>	<p><b>ENCUADRE</b></p> <p><b>PROPOSITO:</b> Establecer un acuerdo de trabajo con base en el conocimiento del programa y la metodología, ritmo de clase y parámetros de evaluación en consenso.</p> <p>Presentación personal del docente y de los estudiantes mediante una dinámica de integración</p> <p>Análisis del programa</p> <p>Análisis de expectativas acerca del curso</p> <p>Organización operativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Plenaria de acuerdos</b></li> </ul> <p><b>Objeto de estudio 1.</b></p> <p>Asertividad</p> <p>Subtemas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definición</li> <li>• Respeto por ti mismo</li> <li>• Respeto por los demás</li> <li>• Ser directo</li> <li>• Ser honesto</li> <li>• Ser apropiado</li> <li>• Control emocional</li> <li>• Saber decir</li> <li>• Saber escuchar</li> <li>• Ser positivo</li> <li>• Lenguaje no verbal</li> <li>• Evaluando tu comportamiento asertivo</li> </ul>	<p>Analizar los temas que se verán a lo largo del semestre, así como también analizar los criterios a evaluar con el fin de llegar a un acuerdo sobre la evaluación que se llevaran a cabo durante el semestre.</p> <p>Contribuye a encontrar alternativas para lograr que las relaciones con los demás sean armoniosas y recompensantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrolla habilidades prácticas para optimizar las relaciones interpersonales en el trabajo, hogar, escuela, y ambiente social.</li> </ul>

<b>COMPETENCIAS CON LAS QUE CONTRIBUYE AL LOGRO DEL PERFIL DE EGRESO</b> (Tipo y nombre de las Competencias que se desarrollan con el curso)	<b>CONTENIDOS</b> (Objetos de estudio, temas y Subtemas)	<b>RESULTADOS DE APRENDIZAJE</b> (Por objeto de estudio)
<b>Solución de problemas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica las diferentes técnicas de observación para la solución de problemas.</li> <li>• Analiza los diferentes componentes de un problema y sus interrelaciones.</li> </ul>	<b>Objeto de estudio 2.</b> Cómo utilizar nuestros recursos. Subtemas <ul style="list-style-type: none"> <li>• Clasificación de los sentidos.</li> <li>• La importancia de las palabras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayuda a la identificación de problemas y presenta alternativas de solución.</li> </ul>
<b>Emprendedor</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrolla habilidades de creatividad e innovación.</li> </ul>	<b>Objeto de estudio 3.</b> El cuerpo como reflejo de la mente. Subtemas <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cambio de creencias.</li> <li>• Automotivación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoce diferentes formas de reacción humanas para identificar comportamientos que contribuyen a la salud o enfermedad del ser humano.</li> </ul>
<b>Comunicación</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrolla su capacidad de comunicación verbal en forma efectiva.</li> </ul>	<b>Objeto de estudio 4.</b> Comunicación. Subtemas. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicación no verbal</li> <li>• Comunicación verbal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promueve la aplicación del proceso de comunicación para el desarrollo de relaciones interpersonales.</li> <li>• Demuestra la capacidad para relacionarse favorablemente con las personas y alcanzar una vida de logros mediante una actitud centrada en la convivencia, el sentido común y la observación.</li> </ul>

<b>COMPETENCIAS CON LAS QUE CONTRIBUYE AL LOGRO DEL PERFIL DE EGRESO</b> (Tipo y nombre de las Competencias que se desarrollan con el curso)	<b>CONTENIDOS</b> (Objetos de estudio, temas y Subtemas)	<b>RESULTADOS DE APRENDIZAJE</b> (Por objeto de estudio)
<b>Cultura en salud</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determina, practica y promueve estilos de vida saludable.</li> <li>• Promueve el mejoramiento de la calidad de vida humana atendiendo a indicadores de bienestar establecidos.</li> <li>• Demuestra una actitud de servicio y de participación comunitaria.</li> </ul>	<b>Objeto de estudio 5.</b> Emociones. Subtemas. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emociones dañinas</li> <li>• Emociones saludables</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrolla habilidades de identificar situaciones en donde la salud se ve afectada por cuestión de las emociones.</li> </ul>

<b>OBJETO DE ESTUDIO</b>	<b>EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO</b>	<b>CRITERIOS DE DESEMPEÑO</b>
<b>Objeto de estudio 1.</b> Asertividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se conformarán equipos para realizar cuadros sinópticos de conducta asertiva y no asertiva.</li> <li>• Se elegirán estudiantes para la dramatización de conductas asertivas y no asertivas.</li> <li>• Conformarán en base a la información proporcionada y a las investigaciones realizadas un código de ética de comunicación asertiva y se someterá a la valoración del</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Que el alumno comprenda la importancia de una comunicación asertiva en sus diferentes niveles de desarrollo.</li> <li>• Que el alumno desarrolle habilidades ante el grupo para expresar de manera original formas de expresión</li> </ul>

OBJETO DE ESTUDIO	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE DESEMPEÑO
	grupo.	
<b>Objeto de estudios 2.</b> Cómo utilizar nuestros recursos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizará análisis de la clasificación de los sentidos y los expondrá ante el grupo.</li> <li>• Realizará ejercicios de expresiones positivas y negativas y su impacto a nivel individual y grupal a través de dinámicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El alumno deberá diferenciar la importancia de los sentidos para establecer una buena comunicación.</li> <li>• El alumno podrá ser capaz de discernir que el poder de declarar expresiones positivas o negativas puede tener impacto en la salud.</li> </ul>
<b>Objeto de estudio 3.</b> El cuerpo como reflejo de la mente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se les pedirá por equipos relación de creencias que a través de generaciones se han transmitido y que pueden ser limitantes.</li> <li>• El alumno practicará habilidades y conocimientos para mostrar una actitud entusiasta y positiva a través de ejercicios de automotivación con la ayuda del docente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Que el grupo determine cuales son los motivos por los cuales a través del tiempo se siguen transmitiendo creencias que van en deterioro del progreso.</li> <li>• El alumno deberá ser capaz de mostrar habilidades de automotivación.</li> </ul>
<b>Objeto de estudio 4.</b> Comunicación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El alumno investigará diferentes formas de comunicación y se realizarán ejercicios sobre los errores de comunicación más comunes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El alumno deberá ser capaz de comunicar mensajes efectivos al grupo.</li> </ul>
<b>Objeto de estudio 5.</b> Emociones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El alumno identificará la importancia y la influencia de las emociones sobre su comportamiento y su estado de salud.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El alumno elaborará material de calidad que contenga diferentes tipos de enfermedades y su influencia en la salud.</li> </ul>

<b>FUENTES DE INFORMACIÓN</b> (Bibliografía/Lecturas por Objeto de Estudio)	<b>EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES</b> (Criterios e instrumentos)
<b>Objeto de estudio 1:</b> <b>Bibliografía básica</b> Forner, Rosetta. La llave del éxito (P.N.L.). Editorial Tomo, 2005.	Parámetros de Evaluación con su valor en porcentaje, establecidos por el grupo. Ejemplo:  Participación 10% Auto-evaluación 30% Tareas 30%  Trabajo final 30%
<b>Objeto de estudio 2:</b> <b>Bibliografía básica</b> Senillosa, Mónica Graciela. P. N. L. Para pocos... Editorial Panorama, 2004. ISBN 968-38-1167-1	
<b>Objeto de estudio 3:</b> <b>Bibliografía básica</b> Forner, Rosetta. La llave del éxito (P.N.L.). Editorial Tomo, 2005.  Senillosa, Mónica Graciela. P. N. L. Para pocos... Editorial Panorama, 2004. ISBN 968-38-1167-1  Bouillerce, Brigitte. Cómo motivarse. Editorial Larousse. 2004. ISBN 84-8332-539-X	
<b>Objeto de estudio 4:</b> <b>Bibliografía básica</b> Colbert, Don. Emociones que matan. Editorial Betania, 2006. ISBN 0-88113-923-8	
<b>Objeto de estudio 5:</b> <b>Bibliografía básica</b> Vargas, Gaby. Comunícate, cautiva y convence. Editorial Aguilar. 2005. ISBN 970-770-043-2  <b>Complementarias</b> Base de datos: PROQUEST, EBSCO	

### Cronograma Del Avance Programático

Objetos de estudio	S e m a n a s															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Asertividad																
Como utilizar nuestros recursos																
El cuerpo como reflejo de nuestra mente																
Comunicación																
Emociones																

Elaborado por: Psic. Federico Lira Ramos  
 Actualizado por: Psic. Rosa María Sánchez Vera