



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
CHIHUAHUA**

Clave: 08MSU0017H

**FACULTAD DE ENFERMERÍA Y
NUTRIOLOGÍA**

Clave: 08USU48727Q

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

Docente:

Lic. Psic. Federico Lira Ramos

DES:	SALUD
Programa(s) Educativo(s):	Lic. en Enfermería
Tipo de materia:	Obligatoria
Clave de la materia:	EN4129
Semestre:	5º semestre
Área en plan de estudios:	Formación específica
Créditos	4
Total de horas por semana:	4
<i>Teoría:</i>	48
<i>Práctica</i>	
<i>Taller:</i>	16
<i>Laboratorio:</i>	
<i>Prácticas complementarias:</i>	
<i>Trabajo extra clase:</i>	
Total de horas semestre:	64
Fecha de actualización:	Enero 2007
Clave y Materia requisito:	

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 humano de la persona.

Propósito del curso: Que el estudiante fortalezca sus habilidades respecto a su desarrollo personal afianzando 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.

COMPETENCIAS CON LAS QUE CONTRIBUYE AL LOGRO DEL PERFIL DE EGRESO (Tipo y nombre de las Competencias que se desarrollan con el curso)	CONTENIDOS (Objetos de estudio, temas y Subtemas)	RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Por objeto de estudio)
<p>Solución de problemas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adapta críticamente sus propios conceptos y comportamientos a normas, ambientes y situaciones cambiantes. • Asume una actitud responsable por el estudio independiente <p>Emprendedor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprovecha óptimamente los recursos existentes • Utiliza los principios de administración estratégica en el desarrollo de proyectos. <p>Administrador</p> <ul style="list-style-type: none"> • Administra tiempo y recursos. 	<p>Encuadre del Programa</p> <p>Presentación del docente y los estudiantes, expectativas de la materia</p> <p>Características generales de la materia</p> <p>Presentación del programa</p> <p>Criterios de evaluación</p> <p>Reglas de la clase</p> <p>Objeto de estudio 1.</p> <p>Administración del tiempo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Subtemas • Definición • Uso apropiado del tiempo • La persona y el tiempo • Obstáculos y trampas: enemigos del tiempo • Personalidad y administración del tiempo • Programación y rendimiento del tiempo • Efectos patológicos del mal uso del tiempo • Uso creativo del tiempo • Tiempo libre y desarrollo personal 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce la importancia uso eficaz del tiempo, tanto en el ámbito profesional como el personal. • Analiza la importancia de la administración del tiempo. • Desarrolla capacidades que le permitan controlar elementos de su medio y no ser objeto de ellos.

COMPETENCIAS CON LAS QUE CONTRIBUYE AL LOGRO DEL PERFIL DE EGRESO (Tipo y nombre de las Competencias que se desarrollan con el curso)	CONTENIDOS (Objetos de estudio, temas y Subtemas)	RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Por objeto de estudio)
<p>Sociocultural</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demuestra valores de respeto e integración ante costumbres diferentes y hacia lo multicultural. • Interactúa con diferentes grupos sociales promoviendo la calidad de vida <p>Comunicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla capacidades de comunicación interpersonal. <p>Trabajo en equipo y liderazgo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participa en la elaboración y ejecución de planes y proyectos mediante el trabajo en equipo. • Desarrolla habilidad de negociación ganar-ganar. • Desarrolla y estimula una cultura de trabajo en equipo hacia el logro de una meta común. • Identifica la diversidad y contribuye a la conformación y desarrollo personal y grupal. 	<p>Objeto de estudio 2. Relaciones humanas e integración de equipos.</p> <p>Subtemas</p> <ul style="list-style-type: none"> • La persona como ser social • La personalidad en las relaciones humanas y la apertura de sí mismo • El proceso de comunicación • Barreras y facilitadores de las relaciones humanas • Los grupos en la vida de la persona • Dinámicas grupales y el individuo en el grupo • Equipos de trabajo y manejo de grupos 	<ul style="list-style-type: none"> • Contribuye a encontrar alternativas para lograr que las relaciones con los demás sean armoniosas y recompensantes. • Desarrolla habilidades prácticas para optimizar las relaciones interpersonales en el trabajo, hogar, escuela, y ambiente social. • Identifica situaciones estresantes y aplica habilidades de adaptación desarrolladas en el curso. • Genera habilidades de negociación y liderazgo. • Promueve la aplicación del proceso de comunicación para el desarrollo de relaciones interpersonales. • Demuestra la capacidad de relacionarse favorablemente y

COMPETENCIAS CON LAS QUE CONTRIBUYE AL LOGRO DEL PERFIL DE EGRESO (Tipo y nombre de las Competencias que se desarrollan con el curso)	CONTENIDOS (Objetos de estudio, temas y Subtemas)	RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Por objeto de estudio)
		alcanzar metas en común.
Emprendedor <ul style="list-style-type: none"> • Muestra una actitud entusiasta, productiva y persistente ante los retos y oportunidades. 	Objeto de estudio 3. Autoestima Subtemas <ul style="list-style-type: none"> • Autoconocimiento • Desarrollo y reconstrucción de la autoestima • La autoestima en las relaciones interpersonales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Demuestra habilidades de autoconocimiento, teniendo oportunidad de conocerse a sí mismo y a los demás; generando así relaciones interpersonales de confianza.
Comunicación <ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla su capacidad de comunicación verbal en forma efectiva. • Desarrolla capacidades de comunicación interpersonal. 	Objeto de estudio 4. Comunicación y superación personal <ul style="list-style-type: none"> • La comunicación, esencia de la vida • Comunicación intrapersonal • Comunicación interpersonal y grupal • Pensamiento, lenguaje y cultura • Percepción y expresión • Facilitadores de la comunicación y del crecimiento personal • La comunicación, motor del desarrollo 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica características personales que le permiten reconocerse como un ser productivo dentro de un contexto social. • Reconoce la importancia del proceso de la comunicación y desarrolla la habilidad para transmitir y recibir información. • Conoce aspectos de la comunicación verbal y no verbal que facilitan su interacción con diversos grupos sociales.

OBJETO DE ESTUDIO	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE DESEMPEÑO
<p>1. Administración del tiempo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Discusión grupal sobre tema expuesto. • Entrega de un resumen con los aspectos más importantes del tema expuesto. • Cuadro comparativo de actividades productivas e improductivas. • Un decálogo de administración del tiempo acorde a sus prioridades. • Un proyecto encaminado a la realización de un programa de actividades en su ámbito laboral. 	<p>Durante el la discusión se observará:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El conocimiento del tema, argumentos planteados y alternativas propuestas para solucionar problemas en cuanto a la distribución que realizan de su tiempo. <p>Que dicho resumen contenga:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ideas centrales y una conclusión propia. <p>Contenido del cuadro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una lista de las actividades improductivas que comúnmente realiza el alumno y otra con las actividades productivas que puede realizar en dicho tiempo. <p>Contenido:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una lista de las actividades que necesita dedicarles mayor tiempo y que considera más importantes. • Contiene como mínimo dos alternativas en las que puede organizar todas las actividades que realiza

OBJETO DE ESTUDIO	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE DESEMPEÑO
		normalmente en su trabajo sin descuidar ninguna.
2. Relaciones humanas	<ul style="list-style-type: none"> • Investigación por equipos de diferentes tipos de dinámicas de grupo y su aplicación. • Dramatización de las diferentes dinámicas de grupos. • Propuestas para mejorar la relación grupal. 	<p>En equipos de tres se evaluará:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento del tema, que presenten por escrito dos dinámicas. • Que en grupos ejemplifiquen situaciones frecuentes frente al grupo y señalen las posibles soluciones. <p>Contenido:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individualmente y por escrito señalarán cuatro aspectos negativos que consideran presentes en su grupo y las propuestas para corregir y mejorar la relación grupal.
3. Autoestima.	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicación de dinámicas grupales. • Trabajo individual sobre autoconcepto y/o autopercepción. • Cuadro comparativo sobre características de autoestima baja y autoestima alta. • Cuestionario “Cómo estoy según las etapas de 	<ul style="list-style-type: none"> • Individualmente y por escrito se describirán como creen que los ven los demás y cómo se ven a ellos mismos. • Individualmente y por escrito, realizarán un cuadro que contenga: • Características de la autoestima alta • Características de

OBJETO DE ESTUDIO	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE DESEMPEÑO
	<p>desarrollo de Erickson”</p> <ul style="list-style-type: none"> • Discusión grupal y retroalimentación 	<p>autoestima baja</p> <ul style="list-style-type: none"> • Propuestas para aumentar la autoestima • Que el alumno responda el cuestionario de forma honesta. • Se observará la participación y opinión personal respecto al tema.
<p>4. Comunicación y desarrollo personal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realización del ejercicio de las expresiones negativas versus expresiones positivas. • Vivenciar los aspectos negativos y positivos a nivel individual y grupal. • Exposición del maestro y aplicación de técnicas de automotivación. • Exposición y elaboración de ejercicios de comunicación verbal y no verbal. • Aplicación de dinámicas grupales. • Pedirles un proyecto de vida, el cual desarrollarán durante el curso y adquieran el compromiso. 	<p>En grupo, se observará:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación • En equipos de tres o cuatro, ejemplificaran situaciones relativas a los problemas de comunicación más comunes. <p>El alumno realizará una investigación que deberá cumplir con:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Calidad en el contenido • Buena presentación • Técnicas sugeridas respecto al tema. • El alumno deberá ser capaz de comunicar mensajes efectivos al grupo. <p>Se observará:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Propuestas de

OBJETO DE ESTUDIO	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE DESEMPEÑO
		dinámicas y disponibilidad para su aplicación.

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía/Lecturas por unidad)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios e instrumentos)
<p>Objeto de estudio 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> Rodríguez Estrada, Mauro. (1999). Administración del tiempo. Edit, Manual Moderno. ISBN 968-426-828-9 <p>Objeto de estudio 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> Rodríguez Estrada, Mauro. (1999). Relaciones Humanas. Edit, Manual Moderno. ISBN 968-426-840-8 Rodríguez Estrada, Mauro. (1999). Integración de equipos. Edit, Manual Moderno. ISBN 968-426-829-7 <p>Objeto de estudio 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> Rodríguez Estrada, Mauro. Pellicer de Flores, Georgina., Domínguez Eyssautier, Magdalena (1999). Autoestima: Clave del éxito personal Edit, Manual Moderno. ISBN 968-426-849-1 <p>Objeto de estudio 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> Rodríguez Estrada, Mauro. (1999). Comunicación y superación personal. Edit, Manual Moderno. ISBN 968-426-850-5 	<p>Objeto de estudio 1:</p> <p>Evaluación continua.</p> <p>Objeto de estudio 2:</p> <p>Evaluación continua.</p> <p>Objeto de estudio 3:</p> <p>Evaluación continua.</p> <p>Objeto de estudio 4:</p> <p>Evaluación continua.</p>

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
Administración del tiempo																
Relaciones humanas																
Autoestima																
Comunicación y superación personal																