

Desarrollo Personal

| | | |
|---|--|---|
|  | <p>UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO</p> <p>FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES</p> <p>“ZARAGOZA”</p> <p>Plan de estudios</p> <p>Carrera Química Farmacéutico Biológica</p> |  |
|---|--|---|

Programa del Módulo **DESARROLLO PERSONAL**

| | | | | | | | |
|----------------------|--|------------------------|-----------------------------|-----------------|--------------------|-----------------------|-----------|
| Clave 0002 | Semestre Inducción | Créditos S/C | Orientación: | | N/A | | |
| | | | Ciclo: | | Curso de inducción | | |
| | | | Área: | | N/A | | |
| Modalidad | TEO (X) TA (X) LAB () CLI () SEM () | Tipo | T () P () T/P () T/T (X) | | | | |
| Carácter | Obligatorio (X) | | | Horas | | | |
| | | | | Semana | | Semestre / Año | |
| | | | | Teóricas | 2 | Teóricas | 32 |
| | | | | Taller | 2 | Taller | 32 |
| | | | | Total | 4 | Total | 64 |

| | |
|---------------------------|-----------|
| Seriación | |
| Ninguna (X) | |
| Obligatoria () | |
| Módulo antecedente | No aplica |
| Módulo subsecuente | Ninguno |

Objetivo general:
 Desarrollar habilidades profesionales metacurriculares con la finalidad de adquirir las herramientas necesarias para afrontar los retos que implica incorporarse a la licenciatura de QFB y posteriormente al mercado laboral.

Objetivos específicos:

- Conocer los conceptos básicos de autoconcepto, autoestima y autoeficacia.
- Conocer y aplicar el liderazgo y la asertividad
- Conocer y detectar los tipos comunicación empleados por los estudiantes.
- Conocer y manejar el estrés

| Índice temático | | | |
|-----------------|---|----------------------|-----------|
| | Tema | Horas semestre / año | |
| | | Teóricas | Prácticas |
| 1 | Autoconcepto, autoestima y autoeficacia | 6 | 6 |
| 2 | Liderazgo y asertividad | 8 | 8 |
| 3 | Comunicación | 10 | 10 |
| 4 | Estrés | 8 | 8 |
| Total | | 32 | 32 |

| Contenido Temático Teoría | |
|---------------------------|--|
| | Tema y subtemas |
| I | Autoconcepto, autoestima y autoeficacia 1.1 Conceptos 1.2 Estrategias para mejorar el autoconcepto, autoestima y autoeficacia |
| II | Liderazgo y Asertividad 2.1 Conceptos. 2.2 Dinámica y aplicación de liderazgo 2.3 Dinámica y aplicación de asertividad |
| III | Comunicación 3.1 Elementos de la comunicación 3.1.1 Tipos de comunicación 3.2 Relaciones Interpersonales 3.2.1 Hábitos en los adolescentes |
| IV | Estrés 4.1. Concepto 4.1.1 Manejo del estrés y sus repercusiones |

| Actividades didácticas | | Evaluación del aprendizaje | |
|---|-----|----------------------------|-----|
| Exposición | (X) | Exámenes parciales | (X) |
| Trabajo en equipo | () | Examen final | () |
| Investigación documental | (X) | Trabajos y tareas | (X) |
| Trabajo de investigación | () | Presentación de tema | () |
| Prácticas y/o Proyecto (taller o laboratorio) | () | Participación en clase | (X) |
| Prácticas clínicas | () | Asistencia | (X) |
| | | Proyecto | () |
| Otras (especificar) Ejercicios | (X) | Práctica clínica | () |
| | | Otras (especificar) | |

| Perfil profesiográfico del docente | |
|------------------------------------|---|
| Título o grado | Licenciatura en Psicología o áreas afines, o posgrado en algún área afín |
| Experiencia docente | Experiencia en el área y docente mínima de un año en el área a impartir. |
| Otra característica | Con conocimientos y habilidades didácticas obtenidas en cursos de docencia. |

| Bibliografía básica: | |
|----------------------|---|
| – | Browne, CG, Colm, T. <i>Estudio del liderazgo</i> . Buenos Aires: Paidós; 2003. |
| – | Butler-Bowdon T. 50 clásicos de la psicología. México: Sirio; 2007. |
| – | Campos-Ladero MJ. Relaciones interpersonales: valores y actitudes de los españoles en el nuevo milenio. México: Centro de Investigaciones Sociológicas; 2003. |
| – | Castanyer Mayer-Spiess O. La asertividad: expresión de una sana autoestima. 32a ed. Bilbao: Desclée de Brouwer; 2010. |

- Convey S. Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos. México: Grijalbo; 2012.
- Gómez-Rada CA. Liderazgo: conceptos, teorías y hallazgos relevantes. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología. 2002; 2(2):61-77.
- González-Arriata López Fuentes NI. La autoestima. México: UAEM; 2001.
- Lagevin-Hogue L. La comunicación un arte que se aprende. Bilbao: Sal Terrae; 2000.
- Martínez-Peña LM. Comunicación y lenguaje: competencia comunicativa. Bogotá: Centro Editorial Universidad del Rosario; 2006.
- Schmitz C, Hipp E. Como enseñar a manejar el estrés. México: Pax; 2005.
- Verduzco Álvarez Icaza MA, Moreno-López A. Autoestima para todos. México: Pax; 2001.