



## I. Área Académica

**Todas las áreas académicas**

## 2. Programa Educativo

**Todos los programas educativos**

<b>3. Entidad(es) Académica(s)</b>	<b>4. Región(es)</b>
<b>Centro de Estudios y Servicios en Salud</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Xalapa</li><li>• Veracruz-Boca del Río</li><li>• Poza Rica-Tuxpan</li><li>• Coatzacoalcos-Minatitlán</li><li>• Orizaba-Córdoba</li></ul>

<b>5. Código</b>	<b>6. Nombre de la Experiencia Educativa</b>
<b>CESS80010</b>	<b>Habilidades transferibles para la vida</b>

<b>7. Área de Formación del Modelo Educativo Institucional</b>	<b>8. Carácter</b>
<b>Área de Formación de Elección Libre</b>	<b>N/A</b>

<b>9. Agrupación curricular distintiva</b>
• Derechos humanos y cultura de paz

## 10. Valores

Horas Teóricas	Horas Prácticas	Horas Otras	Total de horas	Créditos	Equivalencia (s)
2	2	<b>No Aplica</b>	60	<b>6</b>	<b>No Aplica</b>

## 11. Modalidad y ambiente de aprendizaje

<b>M: Curso-taller</b>	<b>A: Virtual.</b>	<b>Múltiples</b>	• Multidisciplinaria	<b>Ordinario</b>
------------------------	--------------------	------------------	----------------------	------------------

## 12. Espacio

## 13. Relación disciplinaria

## 14. Oportunidades de evaluación

## 15. EE prerequisito(s)

No Aplica

## 16. Organización de los estudiantes en el proceso de aprendizaje

Máximo	Mínimo
30	10

## 17. Justificación

La experiencia educativa ofrece a la comunidad universitaria desarrollar la mejora continua en diversas áreas como la educación, el aprendizaje, el emprendimiento, el empoderamiento personal y la ciudadanía activa, incorporando estrategias que incluyan habilidades cognitivas, sociales y emocionales. Las actividades de aprendizaje individuales y grupales se consideran como evidencia de desempeño, en un ambiente de apertura, disposición, compromiso y disciplina.

## 18. Unidad de competencia (UC)

Las/os estudiantes adquieren los elementos tanto de la filosofía como metodología de la Experiencia Educativa, desarrollando habilidades blandas y adquiriendo elementos teóricos y prácticos que facilitan el desarrollo de destrezas en un ambiente que favorece la meta cognición, autocritica y el trabajo colaborativo, con la finalidad de favorecer en el estudiante destrezas sociales, emocionales y cognitivas que le permitan adquirir aptitudes y competencias individuales para el diseño de proyecto de vida, así como, para enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria, reprender, abonar a la sociedad fomentando la sustentabilidad las cuales son componentes fundamentales de un desarrollo saludable que define el carácter de los individuos.

## 19. Saberes:

Heurísticos	Teóricos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo Colaborativo</li> <li>• Integración de equipos</li> <li>• Planeación</li> <li>• Gestión</li> <li>• Desarrollo de habilidades sociales</li> <li>• Administración de tiempo, materiales y recursos humanos.</li> <li>• Trabajo bajo presión</li> <li>• Logística</li> <li>• Control de grupo</li> <li>• Evaluación de procesos</li> <li>• Meta cognición</li> <li>• Revisión, selección y sustracción de información</li> <li>• Solución de problemas</li> <li>• Transferencia</li> <li>• Generación de ideas</li> <li>• Habilidades digitales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué son las habilidades transferibles para la vida?</li> <li>• Relevancia de las habilidades transferibles para la vida para el éxito profesional</li> <li>• Evolución de las habilidades transferibles</li> <li>• Habilidades Blandas VS habilidades transferibles <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Autoconocimiento</li> <li>◦ Tipos de personalidad y su identificación.</li> </ul> </li> <li>• Habilidades transferibles: <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Aprendizaje <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Estilos de aprendizaje y cómo identificarlos</li> <li>▪ Creatividad</li> <li>▪ Pensamiento crítico</li> <li>▪ Pensamiento creativo</li> <li>▪ Resolución de problemas</li> <li>▪ Manejo de las TIC's</li> <li>▪ Empleabilidad</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apertura en el intercambio de información e interacción</li> <li>• Equidad e igualdad entre compañeros</li> <li>• Autocritica que permita admitir aciertos, errores y su corrección.</li> <li>• Empatía hacia los sentimientos, emociones y pensamientos de los demás.</li> <li>• Búsqueda del bien común de los compañeros</li> <li>• Autonomía para obrar con independencia de la opinión de los demás</li> <li>• Autorreflexión</li> <li>• Sensibilidad ante las situaciones expuestas en clase</li> <li>• Compromiso consigo mismo y con sus compañeros en las actividades</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acceso, evaluación, recuperación y uso de información en fuentes diversas.</li> <li>• Comprensión y expresión oral y escrita.</li> <li>• Habilidades básicas y analíticas de pensamiento</li> <li>• Manejo de paquetería de Office</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cooperación</li> <li>▪ Negociación</li> <li>▪ Toma de decisiones</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Empoderamiento personal: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Autogestión</li> <li>○ Organización y gestión de tiempo</li> <li>○ Resiliencia Comunicación efectiva (asertividad)</li> <li>○ Manejo de emociones</li> <li>○ Manejo de estrés</li> </ul> </li> <li>• Ciudadanía activa: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Respeto por la diversidad</li> <li>○ Empatía</li> <li>○ Participación</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Congruencia</li> <li>• Discreción en las experiencias expuestas en clase</li> <li>• Ética en la búsqueda de información</li> <li>• Respeto a sí mismo y a la otredad</li> <li>• Iniciativa y emprendimiento en las actividades.</li> <li>• Integridad</li> <li>• Objetividad ante su propia manera de pensar y sentir y la de los demás.</li> <li>• Responsabilidad en las actividades</li> <li>• Solidaridad y compañerismo</li> <li>• Tolerancia a la frustración</li> </ul>
--	---	---

## 20. Estrategias generales para el abordaje de los saberes y la generación de experiencia

Señale las actividades necesarias, puede indicar más de una.	(X)Actividad presencial	(X)Actividad virtual ( ) Actividad en línea
De aprendizaje		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámicas y ejercicios vivenciales</li> <li>• Esquemas</li> <li>• Mapas mentales y conceptuales</li> <li>• Exposición de motivos y metas</li> <li>• Búsqueda de fuentes de información</li> <li>• Lluvia de ideas</li> <li>• Recursos nemotécnicos</li> <li>• Construcción de estrategias didácticas</li> <li>• Diálogos simultáneos</li> <li>• Organización de grupos colaborativos</li> <li>• Analogías</li> <li>• Metáforas</li> <li>• Visualizaciones</li> </ul>
De enseñanza		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taller reflexivo</li> <li>• Discusión dirigida</li> <li>• Organizador previo</li> <li>• Debates</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprendizaje basado en problemas</li> <li>• Exposición con apoyo tecnológico variado</li> <li>• Dirección de prácticas</li> <li>• Taxonomías</li> <li>• Simulación de procesos</li> <li>• Organizadores textuales</li> </ul>
--	--	--

## 21. Apoyos educativos.

- Computadora
- Presentaciones en Power Point
- Libros
- Libros, revistas, periódicos, diccionarios
- Materiales diversos
- Software diverso (aplicaciones)
- Videos

## 22. Evaluación integral del aprendizaje.

Evidencias de desempeño por productos	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Participación	Eficiencia y eficacia en la participación activa, claridad en la comunicación, originalidad y creatividad en la argumentación presentado.	Técnica: Se usará la observación directa durante la presentación virtual y un registro de observación.  Instrumento: Registro de observación.	30%

Evidencias de desempeño por demostración	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Mapas mentales y ensayos	Creatividad, originalidad. Suficiencia y pertinencia del contenido, estilo y redacción, ortografía correcta.	Técnica: Se realizará una observación sistemática y un análisis de desempeño.  Instrumento: Rúbrica holística	35%

Proyecto Final	Contenido en los temas explorados y tras una reflexión de lo aprendido en el taller Análisis crítico y pertinente de los textos Claridad en la redacción Pulcritud en la presentación, Puntualidad en la entrega Suficiencia en el desarrollo Coherencia.	Técnica: Evaluación por proyecto.  Instrumentos: <i>Rúbrica holística y lista de cotejo.</i>	35%
		Porcentaje total:	100%

### 23. Acreditación de la EE

Para acreditar, el/la estudiante deberá cumplir con el 80% de asistencia al curso, y con al menos el 60% en las evidencias de desempeño, de acuerdo con el Estatuto de Alumnos 2008.

### 24. Perfil académico del docente

Lic. Psicología, pedagogía o afín a ciencias de la salud, con experiencia en el manejo de grupos, estrategias de enseñanza-aprendizaje y conocimiento habilidades transferibles y desarrollo de competencias profesionales y personales.

### 25. Fuentes de información

#### Básicas

- Arranz, V., Aguado, D., & Lucía, B. (2009). *Habilidades de autogestión, programa de entrenamiento.* Madrid: Ediciones UAM.
- Benítez, L., & Martínez, R. (2018). *Resiliencia en la educación superior: el cambio en la mirada para transformar escenarios de vulnerabilidad escolar.* Ciudad de México: Newton, Edición y Tecnología Educativa.
- Bérnard, S. (2020). *Voces de la diversidad.* Aguascalientes: Universidad Autónoma de Aguascalientes.
- Bustínduy, I. (2015). *La gestión del tiempo.* Barcelona: Editorial UOC.
- Blander, R. (2014). *Toma de decisiones y solución de problemas.* Unileon.es.  
<https://servicios.unileon.es/formacion-pdi/files/2013/03/TOMA-DE-DECISIONES-2014.pdf>
- Cañizares, G., García, C., Castanyer, O., Ballesteros, I. y Mendoza, E. (2015). *Hazte experto en inteligencia emocional.* Kindle. <https://www.edesclee.com/img/cms/pdfs/9788433027849.pdf>
- Cyrulnik, B., & Anaut, M. (2016). *¿Por qué la resiliencia? Lo que nos permite reanudar la vida.* Barcelona: Gedisa editorial.
- Forés, A., & Grané, J. (2013). *La resiliencia en entornos socioeducativos.* Madrid: Narcea Ediciones.
- Fuertes, J. (2016). *¡Aprenda a estresarse! Cómo convertir una amenaza en una oportunidad.* Madrid: Ediciones Díaz-Santos.
- Gardner, H. (2014). *Inteligencias múltiples, la teoría en la práctica.* Barcelona: Paidós.
- González Calixto, M. B. Córdoba Andrade, L. & Forero Romero, A. (2020). *Estilos de aprendizaje y autodeterminación en la educación superior: (1 ed.).* Sello Editorial Universidad del Tolima.  
<https://elibro.net/es/lc/bibliotecauv/titulos/228437>
- Hardvard Business Review. (2018). *Inteligencia emocional, Empatía.* Barcelona: Editorial Reverté.
- Kaïm Lüscher, E. (2020). *Desarrollo de habilidades socioemocionales: ( ed.).* IURE Editores.  
<https://elibro.net/es/lc/bibliotecauv/titulos/130402>
- Manual de control de estrés. (2010). Madrid: Editorial CEP.
- Medrano, L., Spontón, C., Muñoz, R., Cano, A., García, Z., Guerra, K., . . . Salanova, M. (2020). *Regulación del Estrés en tiempos de pandemia.* Córdoba: Editorial Brujas.

- Mestre, J., Gutiérrez, J., Guerrero, C., & Guil, G. (2018). Gestión de emociones en el día a día. Madrid: Pirámide.
- Muñoz, P. (2019). Guerra al estrés. Madrid: FC editorial.
- Pimienta, J. (2012). Estrategias de enseñanza-aprendizaje. México: Pearson.
- Ramos, P. (2014). Gestión de tiempo y planificación de tareas. Málaga: Editorial IBC.
- Ramos, P. (2016). Asertividad y habilidades sociales en la comunicación y atención al ciudadano. Málaga: Editoria ICB.
- Sachs-Israel, M. (2020). Importancia del desarrollo de habilidades transferibles en América Latina y el Caribe. Documento de discusión. UNICEF.
- Segura, M., & Arcas, M. (2020). Educar las emociones y los sentimientos. Madrid: Naecea Ediciones.
- Smith, M. (2019). Las emociones de los estudiantes y su impacto en el aprendizaje. Madrid: Narcea Ediciones.
- Suárez, J., Pabón, D., Villaveces, L. y Nartin, J. (2018). Pensamiento crítico y filosofía, un diálogo con nuevas tonadas. Colombia: Editorial Universidad del Norte.
- [https://www.youtube.com/watch?v=SQzEBuNUQ8Q&ab\\_channel=UNICEFMéxico](https://www.youtube.com/watch?v=SQzEBuNUQ8Q&ab_channel=UNICEFMéxico)
- [https://www.youtube.com/watch?v=OVcsoUZTDQA&ab\\_channel=UNICEFMéxico](https://www.youtube.com/watch?v=OVcsoUZTDQA&ab_channel=UNICEFMéxico)
- [https://www.youtube.com/watch?v=LgKDA0Abgcs&t=20s&ab\\_channel=AprendemosJuntos2030](https://www.youtube.com/watch?v=LgKDA0Abgcs&t=20s&ab_channel=AprendemosJuntos2030)
- [https://www.youtube.com/watch?v=8h2INPoPA7A&ab\\_channel=AprendemosJuntos2030](https://www.youtube.com/watch?v=8h2INPoPA7A&ab_channel=AprendemosJuntos2030)
- [https://www.youtube.com/watch?v=MqZ-otXUsaA&ab\\_channel=UNICEFM%C3%A9xico](https://www.youtube.com/watch?v=MqZ-otXUsaA&ab_channel=UNICEFM%C3%A9xico)
- [https://www.youtube.com/watch?v=E82GupnPrq4&ab\\_channel=TEDxTalks](https://www.youtube.com/watch?v=E82GupnPrq4&ab_channel=TEDxTalks)
- <https://bigfive-test.com/es>

### Complementarias

- Eboluzio (2020). Webinar: Toma de decisiones y solución de problemas. Youtube.
- [https://www.youtube.com/watch?v=imMEHPhPtv8&ab\\_channel=Eboluzio](https://www.youtube.com/watch?v=imMEHPhPtv8&ab_channel=Eboluzio)
- UVirtual Centro de Excelencia (2020). Flexibilidad y creatividad: Habilidades para ser más competitivo. Youtube. [https://www.youtube.com/watch?v=zZeB6EcBOtw&ab\\_channel=UVirtualCentrodeExcelencia](https://www.youtube.com/watch?v=zZeB6EcBOtw&ab_channel=UVirtualCentrodeExcelencia)
- Castanyer, O. (2019). Asertividad, expresión de una sana autoestima. Desclée de brouwer.
- <https://psicocarlha.com/wp-content/uploads/2020/06/asertividad-autoestima-1.pdf>
- Cyrulink, B. Anaut, M. (2016). ¿Por qué la resiliencia? Lo que nos permite reanudar la vida. Gedisa.
- <https://ilera.com.mx/wp-content/uploads/2019/11/%C2%BFPor-qu%C3%A9-la-resiliencia -Lo-que-nos-permite-reanudar-la-vida-Spanish-Edition.pdf>
- Sepúlveda, M. (2017). Las Competencias Transversales, base del Aprendizaje para toda la vida. Obtenido de Repositorio Material Educativo:
- <https://repositorio.cuaied.unam.mx:8443/xmlui/bitstream/handle/20.500.12579/4905/VE17.0970.3302-1681.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

## 26. Formalización de la EE

Fecha de elaboración	Fecha de modificación	Cuerpo colegiado de aprobación
Julio 2021	22/Agosto/2024	Consejo Técnico del Instituto u órgano equivalente del Centro de Estudios y Servicios en Salud

## 27. Nombre de los académicos que elaboraron/modificaron

Actualización: Dr. Joel Hernández Pacheco, Psic. Edgar Orozco Rodríguez,

Elaboración:

Mtra. Manuela Cabrera Castillo, Psic. Selene Cristal Ríos Jiménez, Dra. Antonia Barranca Enríquez, Psic. Wendy Guadalupe Quiroz Villar

