



## Programa de estudio

### Datos generales

#### 1.-Área académica

**CIENCIAS DE LA SALUD**

#### 2.-Programa educativo

**PSICOLOGÍA**

#### 3.-Dependencia académica

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

#### 4.-Código

**40013**

#### 5.-Nombre de la Experiencia educativa

**CRECIMIENTO PERSONAL**

#### 6.-Área de formación

**Principal**

**X**

**Secundaria**

#### 7.-Valores de la experiencia educativa

| Créditos | Teoría | Práctica | Total horas | Equivalencia (s) |
|----------|--------|----------|-------------|------------------|
| 4        | 0      | 4        | 64          |                  |

#### 8.-Modalidad

#### 9.-Oportunidades de evaluación

**A (Cursativa)**

#### 10.-Requisitos

| Pre-requisitos                                  | Co-requisitos                                    |
|---|--|
| Estar inscrito en la licenciatura en Psicología | Cursar la experiencia de: Plan DE Vida y Carrera |

#### 11.-Características del proceso de enseñanza aprendizaje

| Individual / Grupal | Máximo | Mínimo |
|---------------------|--------|--------|
| Grupal              | 20     | 12     |

#### 12.-Agrupación natural de la Experiencia

educativa (áreas de conocimiento, academia, ejes, módulos, departamentos)

**Academia de Nivel Básico**

#### 14.-Fecha

| Elaboración  | Modificación     | Aprobación |
|--------------|------------------|------------|
| FEBRERO 2001 | Julio 30 de 2008 |            |

#### 15.-Nombre de los académicos que participaron en la elaboración y/o modificación

**Mtro. Salvador E. Sarmiento Vega**

**Mtro. A. Eduardo Muñoz Pérez**

#### 16. Perfil del docente

**Licenciado en Psicología, con grado mínimo de Maestría, preferentemente en Desarrollo Humano o Psicología Clínica. Experiencia en Psicoterapia Individual y de Grupo**

**17.-Espacio**

Aula de Talleres

**18.-Relación disciplinaria**

**Plan de vida y Carrera.**  
**Intervención y Psicoterapia**  
**Formación Humana Integral.**

19. Descripción mínima El taller tiene una duración de 64 horas (cuatro créditos) y se desarrolla a partir de temáticas relacionadas directamente con el desarrollo personal. Su estructura contempla una secuencia didáctica que parte del reconocimiento de lo que la persona **es** (autoconocimiento) y de la aceptación de su autopercepción (metacognición) para que, en un segundo momento, realice una valoración de sus rasgos esenciales; finalmente, una vez hecho el reconocimiento de los atributos distintivos, centre su atención en la posible modificación de actitudes implicando el uso racional y propositivo de elementos motivacionales propios de su nivel de aspiración

**20. Justificación**

Los universitarios en general, pero especialmente los estudiantes de psicología, dado el campo de su disciplina, requieren de una formación integral que les permita desarrollar y atender los aspectos intelectuales, emocionales, sociales, éticos, espirituales, etc., mediante un aprendizaje armonioso, que proporcione la oportunidad de potencializar sus recursos interiores y sus capacidades de relación con los demás. La integración de un plan de estudios que contemple esos aspectos es una prioridad para una práctica profesional que responda a los valores del desarrollo humano.

La experiencia educativa que se presenta, acorde a los objetivos planteados en el N.M.E., está orientada hacia la adopción y el ejercicio de valores éticos y morales firmes sobre los cuales sustentar la formación de un accionar personal, social y profesional consciente, responsable y comprometido con el cambio. Desde ésta óptica el desarrollo personal, bajo la modalidad que se pretende instrumentar el programa, constituye un aporte importante para el logro del objetivo general que nos plantea la política educativa en el nivel superior: la formación integral y armónica: Intelectual, humana, social y profesional de nuestros estudiantes.

**21. Objetivo general**

Que los estudiantes inscritos en el taller participen en un proceso reflexivo individual y grupal (heurístico) de autodescubrimiento y que, a partir del reconocimiento de la importancia de la comunicación consigo mismos, como elemento sustancial e inherente al desarrollo del potencial humano, establezcan metas orientadas hacia la autoactualización personal adoptando valores y actitudes acordes con su aspiración de ser y su deseo de contribuir a la formación de una sociedad más justa y equitativa.

**22. Articulación de los ejes**

Con el **Eje Teórico**: Desarrollo de la comprensión de la manera en que ocurre el proceso de crecimiento personal mediante el descubrimiento y potencialización de las capacidades de que la persona dispone. Con el **Eje Heurístico**: Favorece la utilización de la creatividad para el logro de los propios fines de crecimiento personal; y, con el **Eje Axiológico**: Promueve la incorporación y el ejercicio activo de los valores sociales, profesionales y personales

**23. Unidades**

| 23.1. UNIDAD I. El crecimiento personal : un punto de vista humanista            |  |                                   | 23.2.<br>Duración: 18 horas  |
|--|--|-----------------------------------|--|
| 23.3. Objetivos  | 23.4. Conocimientos  | 23.5. Habilidades                 | 23.6.<br>Actitudes   |
| Analizar el modelo de hombre expuesto por las escuelas más representativas de la | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ El Proceso de Desarrollo Humano:</li> <li>✓ Marco teórico del taller. La</li> </ul> | Escuchar<br>Redactar<br>Describir | <ul style="list-style-type: none"> <li>•Gusto por la investigación.</li> <li>•Autoaprendiza</li> </ul> |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <p>Psicología</p> <p>Analizar el proceso De desarrollo de las capacidades potenciales de la persona desde la perspectiva existencial humanista</p> | <p>promotoría del Desarrollo Humano</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Corrientes en Psicología</li> <li>✓ ¿Qué es el Hombre?</li> <li>✓ El <b>hombre</b> y el <b>Ser</b></li> <li>✓ El Modelo de la <b>Persona</b></li> </ul> | <p>Identificar<br/>Comparar<br/>Analizar<br/>Observar</p> | <p>je</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo en equipo</li> <li>• Responsa bilidad</li> <li>• Apertura para el cambio.</li> <li>• Curiosidad</li> </ul> |
|--|--|---|---|

### 23.7. Estrategias metodológicas

| De aprendizaje:   | De enseñanza:   |
|---|---|
| El facilitador organizará los materiales de lectura, los ejercicios vivenciales y todo lo necesario para el trabajo de análisis y reflexión; el alumno participará compartiendo y comentando, en un clima grupal, su experiencia individual y la reflexión subsecuente. | Se iniciará la actividad con el encuadre, posteriormente se irá a la fase de motivación para promover la apertura y el interés en el proceso de crecimiento personal. |

### 23.8 Apoyos educativos

| Materiales | Recursos |
|------------|----------|
| Texto      |          |

### 23.9. Evaluación

| Evidencias de desempeño  | Criterios de desempeño |
|--|------------------------|
| El alumno presentará un ensayo de los temas revisados en la Unidad, relacionados con us experiencia personal |                        |

| 23.1. UNIDAD II. La importancia de la comunicación en el proceso de autoconocimiento  |  | 23.2. Duración: 18 horas  |   |
|---|--|---|---|
| 23.3. Objetivos   | 23.4. Conocimientos  | 23.5. Habilidades   | 23.6. Actitudes   |
| Experienciar la importancia de la comunicación en el proceso de socialización como referente inmediato del crecimiento personal | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Autoestima, Valores y Comunicación</li> <li>✓ El concepto de Autoestima</li> <li>✓ 1.b El proceso de revaloración</li> <li>✓ El proceso de Comunicación</li> <li>✓ La Comunicación de los Valores</li> <li>✓ Conciencia de Si.</li> <li>✓ Condicionantes del Proceso.</li> <li>✓ Comunicación Intrapersonal.</li> <li>✓ El proceso de valoración personal y la</li> </ul> | <p>Análisis<br/>Síntesis<br/>Comunicación<br/>Identificación de creencias, habilidades, etilos y actitudes personales</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Curiosidad</li> <li>• Disposición para el cambio</li> <li>• Autoaprendizaje</li> <li>• Espontaneidad</li> <li>• Creatividad</li> </ul> |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|   | resistencia al cambio.<br><br>✓ El Proceso de la Formación valoral. Ejercicio de los valores<br><br>✓ La Propuesta Transpersonal<br><br>✓ La Transmisión y el Desarrollo de los Valores |   |  |
| 23.7. Estrategias metodológicas   |   |   |  |
| De aprendizaje:   |   | De enseñanza:   |  |
| El facilitador organizará los materiales de lectura, los ejercicios vivenciales y todo lo necesario para el trabajo de análisis y reflexión; el alumno participará compartiendo y comentando, en un clima grupal, su experiencia individual y la reflexión subsecuente. |   | El Maestro desempeña la función de Facilitador para la discusión de los temas |  |
| 23.8 Apoyos educativos  |   |   |  |
| Materiales  |   | Recursos  |  |
| Texto   |   |   |  |
| 23.9. Evaluación  |   |   |  |
| Evidencias de desempeño   |   | Criterios de desempeño  |  |
| El alumno presentará un ensayo de los temas revisados en la Unidad, relacionados con su experiencia personal  |   |   |  |

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| 23.1. UNIDAD III. El proceso de aceptación a través del conocimiento del sí mismo   |  | 23.2. Duración: 18 horas  |   |
| 23.3. Objetivos   | 23.4. Conocimientos  | 23.5. Habilidades   | 23.6. Actitudes   |
| Identificar y resolver las posibles dificultades para la aceptación del sí mismo y el mejoramiento de la autoestima   | ✓ Qué es el Hombre?<br><br>✓ El Conocimiento y el Ser.<br><br>✓ Conocimiento y <b>Fe</b><br><br>✓ El Sentido de la Existencia<br><br>✓ El autoconocimiento | Análisis<br>Síntesis<br>Comunicación<br>Redacción<br>Auto observación         | <ul style="list-style-type: none"><li>• Curiosidad</li><li>• Disposición para el cambio</li><li>• Autoaprendizaje</li><li>• Espontaneidad</li><li>• Creatividad</li></ul> |
| 23.7. Estrategias metodológicas   |  |   |   |
| De aprendizaje:   |  | De enseñanza:   |   |
| El facilitador organizará los materiales de lectura, los ejercicios vivenciales y todo lo necesario para el trabajo de análisis y reflexión; el alumno participará compartiendo y comentando, en un clima grupal, su experiencia individual y la reflexión subsecuente. |  | El Maestro desempeña la función de Facilitador para la discusión de los temas |   |
| 23.8 Apoyos educativos  |  |   |   |
| Materiales  |  | Recursos  |   |
| Textos  |  |   |   |
| 23.9. Evaluación  |  |   |   |
| Evidencias de desempeño   |  | Criterios de desempeño  |   |

|   |  |
|---|--|
| El alumno presentará un ensayo de los temas revisados en la Unidad, pero relacionados con su experiencia personal |  |
|---|--|

## 24. Evaluación

| Evidencia (s) de desempeño                         | Criterios de desempeño | Porcentaje |
|--|------------------------|------------|
| Elaboración de Ensayo Final                        |                        | 50         |
| Trabajos, evidencias de recolección de información |                        | 20         |
| Participación y asistencia                         |                        | 10         |
| Actitudes en el salón de clases                    |                        | 20         |

## 25. Acreditación

|   |
|---|
| Se acreditará la experiencia con la presentación del Ensayo Final y el cumplimiento en la presentación de lastareas encomendadas, así como su participación y asistencia; y, las actitudes positivas mostradas en el salón de clases. |
|---|

## 26.-Fuentes de información

| Básicas  |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Frankl, V. E. (1989) El hombre en busca de sentido. España. Herder</li> <li>2. Frankl, V. E. (1988) La voluntad de sentido. España. Herder</li> <li>3. Gringer, J. Blander, R. (1980) La estructura de la magia. Cuatro viento</li> <li>4. Maslow, A. (1992) La amplitud potencial de la naturaleza human. Kairos</li> <li>5. Perls, F. (1994) Terapia gestáltica. Cuatro vientos</li> <li>6. Rogers, C. (1985). Terapia, personalidad y relaciones interpersonales. México. Nueva visión</li> <li>7. Waslawick, P. Teoría de la comunicación Humana. España. Herder.</li> <li>8. Lafarga Corona, J. El desarrollo del potencial Humano. Vols. 1 a 4.México. Trillas.</li> <li>9. Sarmiento Vega, S. Ensayo: Modelo para el desarrollo humano. Apuntes para curso taller de Autoestima. Diplomado en Desarrollo personal. Fac. de Psicología, U.V. Inédito.</li> </ol> |
|  |