


Habilidades personales para potenciar el plan de vida y carrera

		UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO FACULTAD DE CONTADURÍA Y ADMINISTRACIÓN PLAN DE ESTUDIOS DE LA LICENCIATURA EN ADMINISTRACIÓN Sistema Escolarizado: Modalidad Presencial Programa de Estudios de la asignatura			
		Habilidades personales para potenciar el plan de vida y carrera			
Clave	Semestre	Créditos	Campo de conocimiento:		
	4° o 6°	8	Administración avanzada		
			Eje de formación:		
			Desarrollo humano		
Modalidad	Curso (X) Taller () Lab ()		Tipo	T (X) P () T/P ()	
	Seminario () Otros (especificar)				
Carácter	Obligatorio () Optativo (X)		Horas		
	Obligatorio E () Optativo E ()				
Duración (Número de semanas)	16		Semana	Semestre	
			Teóricas: 4	Teóricas: 64	
			Prácticas: 0	Prácticas: 0	
			Total: 4	Total: 64	
Seriación					
Ninguna (X)					
Obligatoria ()					
Asignatura antecedente					
Asignatura subsecuente					
Indicativa ()					
Asignatura antecedente					
Asignatura subsecuente					
Objetivo general:					
Al finalizar el curso, el alumnado identificará sus habilidades personales (duras y blandas) para potenciar su plan de vida y carrera con un enfoque ético y estratégico.					

Objetivos particulares

Al finalizar la unidad, el alumnado:

1. Conocerá los conceptos de competencias, habilidades personales y el impacto en su desarrollo personal y profesional.
2. Conocerá los diferentes tipos de habilidades duras y blandas que puede desarrollar en el ámbito personal y profesional.
3. Empleará ejercicios que le permitan identificar sus habilidades personales, el grado de desarrollo y su aplicación en la vida cotidiana.
4. Elaborará su plan de vida y carrera con ética.
5. Reconocerá las habilidades personales más importantes para potenciar su plan de vida y carrera.

Índice temático			
Unidad	Tema	Horas Semestre	
		Teóricas	Prácticas
1	Concepto de competencias y habilidades personales	4	0
2	Habilidades duras y blandas	16	0
3	Identificación de habilidades	14	0
4	Plan de Vida y Carrera	16	0
5	Desarrollo de las habilidades para potenciar el Plan de Vida y Carrera	14	0
		64	0
Total		64	

Contenidos temáticos	
Subtemas	
Temas	Concepto de competencias y habilidades
1	1.1. Concepto de competencias 1.1.1. Componentes de las competencias 1.2. Concepto de habilidades 1.2.1. Tipos de habilidades y su impacto en la vida personal y profesional 1.2.1.1. Duras 1.2.1.2. Blandas
2	Habilidades duras y blandas 2.6 Habilidades duras 2.6.1 Conocimientos 2.6.2 Destrezas 2.7 Habilidades blandas o interpersonales: 2.7.1 Comunicación (oral, escrita y a distancia) 2.7.2 Escucha activa 2.7.3 Asertividad 2.7.4 Autorregulación emocional

	<ul style="list-style-type: none"> 2.7.5 Empatía 2.7.6 Liderazgo 2.7.7 Motivación (uno mismo y los demás) 2.7.8 Negociación 2.7.9 Inteligencia emocional 2.7.10 Adaptabilidad 2.7.11 Flexibilidad 2.7.12 Visión o prospectiva 2.7.13 Resiliencia 2.7.14 Gestión del tiempo 2.7.15 Organización personal 2.7.16 Trabajo en equipo 2.7.17 Solución de problemas 2.7.18 Toma de decisiones 2.7.19 Creatividad 2.7.20 Aprendizaje continuo 2.7.21 Orientación al servicio 2.7.22 Manejo de personal
	Identificación de habilidades
3	<ul style="list-style-type: none"> 3.1 Análisis FODA Personal <ul style="list-style-type: none"> 3.1.1. Conocimientos 3.1.2. Destrezas 3.1.3. Valores 3.1.4. Actitudes 3.1.5. Hábitos 3.1.6. Virtudes 3.2. Conocimiento del entorno para identificación de oportunidades y amenazas 3.3. Identificación de las habilidades críticas para el desarrollo profesional
	Plan de Vida y Carrera
4	<ul style="list-style-type: none"> 4.1 Concepto 4.2 Elementos que integran el plan de vida <ul style="list-style-type: none"> 4.2.1 Autoconocimiento 4.2.2 Identificación de potencialidades 4.2.3 Visión personal 4.2.4 Misión personal 4.2.5 Principios personales 4.2.6 Creencias 4.2.7 Prioridades personales 4.2.8 Metas personales y profesionales 4.3 Importancia de la elaboración de objetivos y metas <ul style="list-style-type: none"> 4.3.1 Pasos para la construcción de objetivos y metas 4.4 Elementos de plan de vida y carrera <ul style="list-style-type: none"> 4.4.1 Cuidado personal 4.4.2 Familiar 4.4.3 Social 4.4.4 Profesional 4.4.5 Espiritual 4.4.6 Intelectual 4.4.7 Económico 4.4.8 Ocio y recreación

	<p>4.5 Jerarquización de objetivos y metas</p> <p>4.6 Desarrollo del plan de vida y carrera con ética</p> <p>4.6.1 Objetivos, estrategias y acciones de cada elemento del plan de vida y carrera</p> <p>4.6.2 Importancia del equilibrio en la vida personal y profesional</p> <p>4.7 Autoestima, autoeficacia y su relación con el logro de metas y objetivos</p>
	Desarrollo de habilidades para potenciar el Plan de Vida y Carrera
5	<p>5.1 Plan personal de desarrollo de habilidades para potencial el plan de vida y carrera</p> <p>5.2 Desarrollo de habilidades duras</p> <p>5.2.1 Objetivos, estrategias y acciones para el desarrollo de habilidades duras</p> <p>5.3 Desarrollo de habilidades blandas</p> <p>5.3.1 Objetivos, estrategias y acciones para el desarrollo de habilidades blandas</p> <p>5.4 Actitudes</p> <p>5.5 Valores</p> <p>5.6 Creencias</p>

Estrategias didácticas	
	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Lecturas ◦ Aprendizaje colaborativo ◦ Trabajos de investigación ◦ Exposición ◦ Ejercicios en clase

Evaluación del aprendizaje	
	<ul style="list-style-type: none"> ◦ Tareas ◦ Infografías ◦ Videos ◦ Participación en foros ◦ Portafolio de evidencias

Perfil profesiográfico del docente	
Título o grado	Licenciatura en Psicología o Administración, preferentemente con Especialización en Recursos humanos o Maestría en Administración.
Experiencia docente	Mínimo 2 años de experiencia docente a nivel medio superior, superior o posgrado.
Otras características	<p>Para profesores de nuevo ingreso:</p> <p>Haber aprobado el “Curso Fundamental para profesores(as) de Nuevo Ingreso (Didáctica Básica)” que imparte la Facultad de Contaduría y Administración, así como cubrir satisfactoriamente los requisitos impuestos por el departamento de selección y reclutamiento de la Facultad de Contaduría y Administración.</p> <p>Para profesores(as) que ya imparten clases en la Facultad:</p> <p>Haber participado recientemente en cursos de actualización docente y de actualización disciplinar con un mínimo de 20 horas.</p> <p>Con experiencia en actividades de consultoría, consejería o mentoría.</p>

Bibliografía básica

- Alles, M. (2012). *Nuevo enfoque. Diccionario de Competencias. La trilogía. Tomo I. Las 60 competencias más utilizadas*. España: Granica.
- Alles, M. (2012). *Nuevo enfoque. Diccionario de Comportamientos. La trilogía. Tomo 2*. España: Granica.
- Arroyo, R. (2012). *Habilidades gerenciales. Desarrollo de destrezas, competencias y actitud*. Colombia: Ecoe Ediciones.
- Casares, D. y Siliceo A. (2005). *Planeación de vida y carrera*. México: Limusa. Noriega Editores.
- Castañeda, L. (2019). *Un plan de vida para jóvenes. ¿Qué harás el resto de tu vida?* México: Nueva Imagen.
- Castañeda, L. (2011). *Un plan de vida para ejecutivos y profesionales*. México: Panorama.
- DuBrin, A. (2007). *Relaciones Humanas. Comportamiento humano en el trabajo*. México: Pearson, Prentice Hall.
- Van-der Hofstadt, C. y Gómez, J. (2006). *Competencias y habilidades profesionales para universitarios*. Madrid: Diaz de Santos.

Bibliografía complementaria

- Arroyo, R. (2012). *Habilidades gerenciales. Desarrollo de destrezas, competencias y actitud*. Colombia: Ecoe Ediciones.
- Dubrin, A. (2007). *Relaciones Humanas. Comportamiento humano en el trabajo*. México: Pearson, Prentice Hall.