



MÓDULO
**HABILIDADES
SOCIOEMOCIONALES**

CARTA DESCRIPTIVA



CARTA DESCRIPTIVA DEL MÓDULO: HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES

I.- DATOS DE IDENTIFICACIÓN:		
NOMBRE DEL MÓDULO	MODALIDAD	AREA O DE FORMACIÓN
Habilidades Socioemocionales	Curso presencial	Psicopedagógica

CAMPO DE CONOCIMIENTO	NÚMERO DE PARTICIPANTES	DIRIGIDO A:
Psicopedagógico	De 20 a 30 participantes	Jóvenes de 18 a 29 años con: bachillerato terminado y/o estudiando alguna carrera universitaria, o recién egresado.

HORAS DOCENTE	HORAS POR MÓDULO	HORAS POR SEMANA
10 (600 minutos)	10 (600 minutos)	5 (300 minutos)

II.- OBJETIVO GENERAL DEL MÓDULO
Fortalecer habilidades socioemocionales en jóvenes universitarios, mediante técnicas, dinámicas vivenciales y ejercicios didácticos que estimularán el desarrollo de la inteligencia social, comunicación asertiva, resiliencia, toma de decisiones y liderazgo.

III.- COMPETENCIA GENERAL DEL MÓDULO
<p>Al finalizar el módulo, los participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> A. Desarrollarán aspectos de la inteligencia social como motor principal para fortalecer sus habilidades socioemocionales. B. Aprenderán a comunicar de manera asertiva sus ideas y sentimientos, creando un ambiente empático en su medio. C. Identificarán situaciones emocionales no resueltas para que busquen alternativas en la resolución de conflictos. D. Identificarán los recursos necesarios para responsabilizarse de situaciones de su vida y con ello desarrollar habilidades de liderazgo.

IV.- DESARROLLO DEL MÓDULO

UNIDAD 1

NOMBRE DE LA UNIDAD	COMPETENCIA	DURACIÓN DE LA UNIDAD
Inteligencia social	Que los participantes identifiquen, comprendan e internalicen los principios básicos de la inteligencia social como habilidad socioemocional indispensable de la convivencia humana.	140 minutos

CONTENIDO	DURACIÓN DEL TEMA
1.1.- Contactando sentimientos de valor y desvalorización	90 minutos
1.2.- Continuum de consciencia y movimiento	50 minutos

UNIDAD 2

NOMBRE DE LA UNIDAD	COMPETENCIA	DURACIÓN DE LA UNIDAD
Comunicación asertiva	Los participantes desarrollarán la comunicación asertiva mediante la gestión y expresión de sentimientos, con el fin de mejorar la interacción con su entorno.	160 minutos

CONTENIDO	DURACIÓN DEL TEMA
2.1.- ¿Cómo están tus pensamientos y emociones hoy?	50 minutos
2.2.- Lenguaje difícil de entender	55 minutos
2.3.- Asertividad y empatía	55 minutos

UNIDAD 3

NOMBRE DE LA UNIDAD	COMPETENCIA	DURACIÓN DE LA UNIDAD
Resiliencia	Que el participante asimile los principios básicos de resiliencia como herramienta para desarrollar los procesos de adaptación social y emocionales.	140 minutos

CONTENIDO	DURACIÓN DEL TEMA
3.1.-Concepto de resiliencia	55 minutos
3.2.-Línea de vida	85 minutos

UNIDAD 4

NOMBRE DE LA UNIDAD	COMPETENCIA	DURACIÓN DE LA UNIDAD
Toma de decisiones y liderazgo	Que, mediante dinámicas vivenciales, el participante identifique situaciones en las que tenga que actuar con consciencia social, responsabilidad y seguridad para desarrollar la toma de decisiones asertiva y habilidades de liderazgo.	160 minutos

CONTENIDO	DURACIÓN DEL TEMA
4.1.- Tomar responsabilidad de la propia vida	35 minutos
4.2.- Un buen líder	75 minutos
4.3.-Concepto de liderazgo y características de un líder	35 minutos
Cierre del curso-taller	15 minutos

V.- ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS

NRO.	COMPETENCIA	DESCRIPCIÓN	MATERIAL DE APOYO	DURACIÓN
INICIO 01	Que los miembros del grupo se conozcan a partir de actividades afines, objetivos comunes y/o intereses específicos, para sentar las bases del trabajo individual y en grupo.	Los participantes escribirán su nombre y responderán una pregunta en una hoja de papel, la pegarán en su pecho o espalda, y buscarán compañeros que tengan respuestas afines a sus cuestionamientos.	Hojas de papel tipo carta, lápices, cinta adhesiva, computadora y bocinas	30 minutos
1	Reconocer cuándo y dónde surge la autoestima, así mismo que los participantes comprendan las emociones que han tenido en momentos de su vida con autoestima positiva y autoestima negativa.	El instructor explicará el concepto de Inteligencia interpersonal, los participantes responderán cuestionamientos y reforzarán lo aprendido con una dinámica de relajación.	Computadora, proyector, video, bocinas, cuadernillo de trabajo y lápices	60 minutos
2	Conocer la importancia de vivir conscientemente, ya que el vivir en conciencia es un paso fundamental para el desarrollo de la inteligencia intrapersonal.	Los participantes responderán cuestionamientos sobre el tema vivir conscientemente, luego formarán equipos para trabajar las emociones.	Pintarrón, plumones, cuadernillo de trabajo y lápices	50 minutos
3	Los participantes gestionarán y expresarán sentimientos y emociones en función del desarrollo de la asertividad, habilidad relacionada con ser expresivo sin agredir a otro o a uno mismo.	Los participantes analizarán el contenido de un video para determinar el concepto de asertividad, luego el instructor seleccionará voluntarios para hacer una dinámica de expresión corporal.	Proyector, computadora, bocinas, video, plumones y pintarrón	50 minutos
4	Restablecer la comunicación con sí mismo y con los otros, reconociendo el lenguaje verbal y no verbal que dificulta la interacción con los demás.	Los participantes realizarán una dinámica, donde tendrán que comunicarse de forma no verbal para eliminar frustraciones.	Ninguno	55 minutos

NRO.	COMPETENCIA	DESCRIPCIÓN	MATERIAL DE APOYO	DURACIÓN
5	Los participantes desarrollarán habilidades de empatía por el otro por medio de técnicas, para así mejorar la comunicación interpersonal.	EL instructor pedirá a los participantes realizar un dibujo con plastilina y colores, para externalizar sus sentimientos.	Lápices de colores, hojas blancas tipo carta y barritas de plastilina	40 minutos
CIERRE 01	Permitir que cada miembro del grupo exprese sus vivencias en relación con el trabajo realizado. Ayudará a los participantes a hacer explícito los sentimientos y emociones que han experimentado y experimentan los participantes provocados por la actividad grupal.	Los participantes deberán explicar cómo llegaron, cómo se sintieron y cómo se van, de la sesión. Esta dinámica es el cierre de sesión.	Tres sillas del salón	15 minutos
INICIO 02	Que los participantes recuerden y retroalimenten los conceptos y vivencias aprendidas en la sesión anterior.	Los participantes, sentados en círculos, responderán cuestionamientos al ser seleccionados directamente por el lanzamiento de una pelota de papel.	Hoja de papel tipo carta	15 minutos
6	Los participantes reconocerán el significado de resiliencia, además identificarán en qué momentos de su vida han recurrido a ella para optimizarla y hacerla consciente.	Los participantes analizarán el contenido de un video, y describirán en mensaje que proyecta, además el instructor explicará el concepto de resiliencia, y bajo una dinámica de grupo formarán su concepto.	Pintarrón, plumones, hojas de rotafolio, plumones de colores, proyector, computadora, bocinas y video	40 minutos
7	Descubrir emociones y pensamientos que pueden estar afectando el comportamiento en situaciones concretas de la vida.	Los participantes dibujaran su pasado y presente, para analizar la influencia familiar en ellos.	Lápices de colores, hojas blancas	85 minutos
8	Que el participante reconozca e identifique las responsabilidades que debe asumir como señal de liderazgo y toma de decisiones.	El participante enlistará los recursos internos con los que cuenta y las responsabilidades cotidianas que tiene.	Lápices, cuadernillo de trabajo	35 minutos

NRO.	COMPETENCIA	DESCRIPCIÓN	MATERIAL DE APOYO	DURACIÓN
9	Los participantes reflexionarán sobre las habilidades y capacidades para ser un buen líder.	Los participantes representarán un país y seleccionarán un líder, luego el instructor los desestabilizará para que creen el perfil de un nuevo líder que represente al grupo.	Hojas de rotafolio, hojas blancas tamaño carta, plumones y cinta adhesiva	75 minutos
10	Los participantes explorarán los valores que caracterizan a un buen líder.	El instructor explicará el concepto de líder y sus características, proyectará un video para reforzar el contenido y luego hará una dinámica donde todo el grupo seleccionará al participante que reúne las características de líder.	Computadora, proyector, video	35 minutos
CIERRE DEL MÓDULO	Los participantes analizarán los aspectos que más han impactado en ellos a partir de los conocimientos adquiridos en este curso.	El instructor pedirá a los participantes decir una palabra que relacionen con el aprendizaje adquirido en el curso-taller, y el participante la relacionará a su vez con un compañero del módulo.	Pintarrón y plumones	15 minutos

VI.- EVIDENCIA DE DESEMPEÑO

La integración de los documentos de trabajo desarrollados en cada unidad, bajo los recursos, métodos y técnicas de enseñanza-aprendizaje impartidas y la participación activa en las dinámicas.

VII.- METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

El módulo se desarrollará bajo la estrategia didáctica de un curso-taller. El instructor fungirá como facilitador del contenido y ejemplos. Este guiará a los participantes asignando las siguientes actividades individuales y/o en equipo:

- Participación oral y escrita individual.
- Trabajo en equipo.
- Realización de ejercicios y prácticas.

VIII.- CRITERIOS DE ACREDITACIÓN DEL MÓDULO

• Asistencia	50%
• Participación	25%
• Integración y entrega del proyecto	25%
	100%

IX.- PERFIL DEL INSTRUCTOR

- **Formación académica indispensable:** Licenciatura concluida en el área de ciencias humanas-pedagógicas.
- **Formación académica deseable:** Maestría en áreas de ciencias humanas-pedagógicas.
- **Experiencia profesional en el área de ciencias humanas-pedagógicas mínima:** 2 años, comprobables.
- **Experiencia docente mínima:** 2 años, comprobables.
- **Sexo:** indistinto.
- **Edad:** de 25 a 60 años.

X.- BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía Básica:

- Acevedo, A. (2004), *Aprender Jugando 1*, México D.F: LIMUSA S. de C.V.
- Acevedo, A. (2005), *Aprender Jugando 2*, México D.F: LIMUSA S.A de C.V.
- Corrales, A. (2006), *Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas*, Redalyc.
- Braden, G. (2015), *Resiliencia*, España: Sirio.
- Bucay, J. (2005), *El camino de la Autodependencia*, México, D.F.: Océano.
- Davis, F. (1991), *La comunicación no verbal*, Patria.
- Frizer, S. J. (s.f.), *70 Juegos Para Dinámica de Juegos*, Buenos Aires: Lumen.
- Gardner, H. (2012), *Inteligencias Múltiples*, México, D.F.: Paidós.
- Gerza (s.f.), *Integración de grupos de trabajo*.
- Kotter, J. P. (1990), *El Factor Liderazgo*.
- Martínez, M. D. (2003), *Las Inteligencias Múltiples*, España: Ediciones Pirámide.
- Naranjo, C. (2017), *Terapia Gestalt, La llave*.
- Pereira, M. L. (2007), *Autoestima: Un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial en el proceso educativo*, Redalyc.
- Perls, F. (1989), *Terapia Gestáltica*, México, D.F.: Concepto.
- Perls, S. F. (1975), *Dentro y fuera del tarro de basura*, Chile: Cuatro Vientos.
- Polister, M. (1991), *Terapia Gestáltica*, Buenos Aires: Buenos Aires.
- Satir, V. (1991), *Ejercicios para la comunicación humana*, México, D.F.: PAX MEXICO.
- Shepard, M. (1977), *La Terapia Gestáltica*, Buenos Aires: Buenos Aires.

- Soto, B. (s.f.), *Dinámicas de Liderazgo*.
- Stevens, O. J. (1993), *El Darse Cuenta*, Chile: Cuatro Vientos.
- Suanes, M. N. (2009), *Autoconocimiento y Autoestima*, Temas para la Educación. www.academia.edu. (s.f.).
- Yontef, G. (1995), *Proceso Dialogo es Psicoterapia Gestáltica*, Chile: Cuatro Vientos.
- Construy-t.org

Videos de apoyo:

- Educating, publicado el 04 de noviembre de 2013, *Inteligencia interpersonal*,
https://www.youtube.com/watch?v=ZXItr3i_GKc&t=1s
- Elmuecin, publicado el 02 de enero de 2012, *EL circo de las mariposas*,
<https://www.youtube.com/watch?v=od2lg1ZC20s>
- Ismael Plascencia, publicado hace dos años, *Liderazgo y motivación para jóvenes emprendedores*,
<https://www.youtube.com/watch?v=qqqx0be3-9c>
- SELVV, publicado el 4 agosto de 2013, *Comunicación asertiva, los cinco pasos*,
<https://www.youtube.com/watch?v=itBLSKocD4o>

Módulo Habilidades Emprendedoras

Autor: Mtra. Brenda Vargas Díaz

Edición, diseño y diagramación: Tips Marketing

Lugar: Mexicali, B.C.

Algunas actividades y dinámicas son adaptadas de otros manuales, los cuales se encuentran citados en la bibliografía.

Baja California, octubre de 2018.