

## PROGRAMA DE CURSO

### 1. Datos de identificación

<b>CENTRO DE EDUCACIÓN MEDIA</b>	<b>Departamento: Ciencias Sociales, Económicas e Historia</b>	
<b>BACHILLERATO CURRÍCULO 2018</b>	<b>Área Académica: Humanidades</b>	
	<b>Nombre de la materia: Taller de Desarrollo Humano</b>	<b>Tipo de materia: Propedéutica</b>
	<b>Clave de la materia: 26851</b>	<b>Modalidad en que se imparte: Presencial</b>
	<b>Créditos: 6</b>	<b>Área Curricular: Humanidades</b>
	<b>Total de horas: 80</b>	
	<b>Semestre: 6º</b>	
	<b>Periodo en que se imparte: Enero – Junio</b>	<b>Nivel de complejidad: 3</b>
	<b>Validado por la academia de: Orientación y Desarrollo</b>	<b>Fecha de validación del programa: Diciembre 2023</b>

### 2. Fundamentación

Esta materia es la última que responde a un eje formativo integral del estudiante y se imparte de una manera complementaria, profundizando en el conocimiento de la Psicología en su tercera y cuarta fuerza, y está vinculada con la materia de Psicología y Desarrollo Socioemocional.

Dado que uno de los pilares de la educación es el Aprender a Ser y Convivir, en esta asignatura, se pretende educar emocionalmente al estudiante mediante el desarrollo de competencias que le permitan saber quién es, que quiere y a donde va, obteniendo en sí mismo la confianza, madurez y seguridad para vincularse satisfactoriamente con su entorno.

El curso tiene un nivel de complejidad 3 pues es una asignatura integradora donde el estudiante debe mostrar desempeños de mayor calidad, responsabilidad y reflexión, lo cual implica un grado de autonomía, toma de decisiones, dominio y transferencia de saberes, representando además un soporte propedéutico para los alumnos que van hacia carreras de corte humanista como la Psicología, Educación, Trabajo Social o el Arte entre otras.

El propósito de esta materia es incentivar el desarrollo de habilidades socioemocionales, actitudes y valores que le permitan al joven tomar conciencia de sí mismo, aprender el camino de la autorregulación emocional, en miras de su bienestar y desarrollo personal.

### 3. Competencias a desarrollar

#### **Competencias genéricas:**

CG1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.

CG1.1 Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.

CG1.2 Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase.

CG1.3 Elige alternativas y cursos de acción con base en criterios sustentados y en el marco de un proyecto de vida.

CG1.4 Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.

CG1.5 Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones.

CG1.6 Administra los recursos disponibles teniendo en cuenta las restricciones para el logro de sus metas.

3. Elige y practica estilos de vida saludables.

3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.

3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.

9. Participa con una conciencia cívica y ética en la vida de su comunidad, región, México y el mundo.

9.1. Privilegia el diálogo como mecanismo para la solución de conflictos.

#### **Competencias disciplinares humanidades:**

CDH 5. Construye, evalúa y mejora distintos tipos de argumentos, sobre su vida cotidiana de acuerdo con los principios lógicos.

CDH 7. Escucha y discierne los juicios de los otros de una manera respetuosa.

CDH 13. Analiza y resuelve de manera reflexiva problemas éticos relacionados con el ejercicio de su autonomía, libertad y responsabilidad en su vida cotidiana.

CDH 16. Asume responsablemente la relación que tiene consigo mismo, con los otros y con el entorno natural y sociocultural, mostrando una actitud de respeto y tolerancia.

#### **Competencias disciplinares extendidas humanidades:**

CDEH 2. Propone soluciones a problemas de su entorno social y natural mediante procesos argumentativos, de diálogo, deliberación y consenso.

CDEH 9. Valora las repercusiones de diversas corrientes de pensamiento en los sujetos, la sociedad y la cultura.

<b>UNIDAD DE APRENDIZAJE 1. Inicio de la Psicología Humanista</b>					<b>Horas: 30</b>
<b>No. de la competencia genérica, disciplinar básica y disciplinar extendida</b>	<b>Contenido central</b>	<b>Contenidos Específicos.</b>			<b>Aprendizaje Esperado</b>
		<b>Contenido declarativo</b>	<b>Contenido procedimental</b>	<b>Contenido actitudinal</b>	
CG: 1.1 – 1.5, 3.3 CDH: 5,7, 13,16 CS1	Fundamentos y aportaciones de la Psicología Humanista	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Antecedentes y desarrollo de la Psicología Humanista.</li> <li>▪ Principios y valores de la Psicología Humanista.</li> <li>▪ Autores representativos: Abraham Maslow y Carl Rogers.</li> </ul>	Profundiza en el aporte que la Psicología Humanista ofrece para el desarrollo humano, analizando los principales postulados de dos de los promotores iniciales de esta corriente, revisando al mismo tiempo la vivencia personal.	Muestra una actitud reflexiva, de tolerancia y colaborativa ante las diferentes posturas de la psicología humanista.	Analiza los aportes de la Psicología Humanista con relación a su vida diaria.
<b>UNIDAD DE APRENDIZAJE .2 . Nuevas aportaciones humanistas a la comprensión del ser humano</b>					<b>Horas: 25</b>
CG: 1.1 – 1.5, 3.3 CG: 9.1 CDH: 7, 13, 16	Nuevos paradigmas del comportamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La Logoterapia de Viktor Frankl.</li> <li>▪ El aquí y ahora de la Gestalt.</li> <li>▪ El enfoque transpersonal</li> </ul>	Analiza los nuevos aportes que enriquecen el estudio del hombre en su contexto individual y transpersonal, revisando al mismo tiempo la vivencia personal.	Muestra una actitud reflexiva, de tolerancia y empatía ante las diferentes posturas de la psicología.	Aplica los aportes de los nuevos enfoques de la Psicología Humanista y transpersonal, en su vida diaria.
<b>UNIDAD DE APRENDIZAJE .3 . Temas selectos del desarrollo humano</b>					<b>Horas: 25</b>
CG: 1.1, 1.3, 1.4, 1.6. 3.2 CDH: 13, 16 CDEH: 2, 9	Estrategias y propuestas para el desarrollo humano y bienestar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Temas elegidos a partir de necesidades y propuestas del grupo, como pueden ser: <i>Mindfulness</i>, la Psicología Positiva, Tanatología, Duelo, Perdón, Efecto gratitud, La Felicidad, etc.</li> </ul>	Investiga y analiza temas concernientes a la vida cotidiana, en especial de la etapa adolescente, buscando propuestas para el bienestar y desarrollo.	Valora las distintas alternativas para promover su propio desarrollo humano.	Desarrolla habilidades que le permiten promover un bienestar personal.

#### 4. Metodología de enseñanza

Este curso dado su carácter de taller será necesariamente práctico y presencial, donde su propósito es promover el desarrollo humano del estudiante. Se llevarán a cabo 80 sesiones de conducción en aula durante el semestre, teniendo 5 horas por semana y dos de estudio independiente por parte del alumno. Será fundamental un ambiente de confianza, apertura, respeto, escucha activa, tolerancia, responsabilidad y discreción entre los participantes del taller. La materia se impartirá con metodologías activas, vivenciales, introspectivas y reflexivas que promuevan el trabajo individual y de grupo, lo cual implica una actitud de colaboración y compromiso por parte del estudiante.

Las principales técnicas y recursos tanto cognitivos, tecnológicos y experienciales serán: sesiones expositivas breves, trabajo individual y en equipo, plenaria, diálogo grupal, análisis de textos y material audiovisual, así como ejercicios de auto contacto, relajación y visualización entre otros que se deriven de la necesidad y pertinencia. Las competencias genéricas y disciplinares de esta materia serán trabajadas de manera integral teniéndose siempre presente en las acciones. El papel del profesor será de guía, facilitador y acompañante y el estudiante se comprometerá a participar durante el semestre y lograr sus productos de aprendizaje para ser considerados en su evaluación, donde mediante una bitácora o diario de campo se organizarán las evidencias de su trabajo, proceso y productos.

#### 4. Evaluación de competencias

CRITERIOS DE DESEMPEÑO	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (DESEMPEÑO Y/O PRODUCCIONES) (PRODUCTOS ESPERADOS)	COMPETENCIA		PONDERACIÓN
		GENÉRICA	DISCIPLINAR	(%)
Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue. Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades. Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase. Elige alternativas y cursos de acción con base en criterios sustentados y en el marco de un proyecto de vida. Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones. Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones. Administra los recursos disponibles teniendo en cuenta las restricciones para el logro de sus metas. Elige y practica estilos de vida saludables. Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo. Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean. Participa con una conciencia cívica y ética en la vida de su comunidad, región, México y el mundo. Privilegia el diálogo como mecanismo para la solución de conflictos. Analicen las propuestas de los autores más representativos de la psicología humanista. Reporten sus experiencias y aprendizajes. Investiguen sobre temas actuales que impactan en el desarrollo humano.	Examen conceptual de unidades 1 y 2	CG: 1, 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5, 1.6, 3, 3.2, 3.3, 9. 9.1.	CDH: 5,7, 13,16 CDEH: 2, 9	30%
	Diario reflexivo de actividades de clase y tareas			30%
	Producto esperado - Primer parcial: elaboración de video personal. - Segundo parcial: reporte de lectura de artículo y/o libro. - Tercer parcial: investigación y exposición de temas.			40%
		<b>TOTAL</b>		<b>100%</b>

## 6. Cronograma de programa de materia.

Mes/Periodo de la semana				<b>Semana 1</b>
<b>Enero</b>				UNIDAD I
Mes/Periodo de la semana	<b>Semana 2</b>	<b>Semana 3</b>	<b>Semana 4</b>	<b>Semana 5</b>
<b>Febrero</b>	UNIDAD I	UNIDAD I	UNIDAD 1	UNIDAD I
Mes/Periodo de la semana	<b>Semana 6</b>	<b>Semana 7</b>	<b>Semana 8</b>	<b>Semana 9</b>
<b>Marzo</b>	UNIDAD I	UNIDAD II Primer parcial	UNIDAD II	UNIDAD II
Mes/Periodo de la semana	<b>Semana 10</b>	<b>Semana 11</b>		
<b>Abril</b>	UNIDAD II Segundo parcial	UNIDAD II Segundo parcial		
Mes/Periodo de la semana	<b>Semana 12</b>	<b>Semana 13</b>	<b>Semana 14</b>	<b>Semana 15</b>
<b>Mayo</b>	UNIDAD III	UNIDAD III	UNIDAD III	UNIDAD III
Mes/Periodo de la semana	<b>Semana 16</b>	<b>Semana 17</b>		
<b>Junio</b>	UNIDAD III	Tercer parcial		

## 7. Fuentes de consulta.

### 1) Básicas.

#### a) Bibliográficas.

Academia de Orientación y Desarrollo. (2020) Antología conceptual del Taller de Desarrollo Humano. Centro de Educación Media de la Universidad Autónoma de Aguascalientes. Documento electrónico. Aguascalientes, México.

### 2) Complementarias.

#### a) Bibliográficas.

Alanís, Laura A. (2013). Tú naciste... para conseguir. México: Quarzo

Cerda, Mauricio. (2016). Cielo Azulado. Psicología y psicoterapia humanista y transpersonal: 3a Edición. Argentina: Universidad de la Serena.

Frankl, Viktor. (2001) El hombre en busca de sentido. Barcelona: Herder.

De Andrés, V. y Andrés, F. (2010) Confianza Total. Para vivir mejor. México: Diana

García-Rincón de Castro, César. (2019). Dinámicas y ejercicios de Psicología Humanista. Amazon.

Levinstein, Raquel. (2013) Pasaporte a la dimensión de los milagros. 2ª edic. México: Panorama

Martínez Lozano, Enrique. (2020). Psicología transpersonal para la vida cotidiana. España: Descleé de Brower.

Martínez Miguelez, Miguel. (2012). Psicología Humanista. Un nuevo paradigma psicológico. México: Trillas.

b) Linkográfica

Eckhart Tolle. (2013) En unidad con la vida. México: Norma. Consultado en:  
<https://elblogdewim.files.wordpress.com/2016/03/en-unidad-con-la-vida.pdf>