

Sesiones de Orientación Educativa

CATÁLOGO DE SESIONES
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

INTRODUCCIÓN

El Departamento de Orientación Educativa (DOE) adscrito a la Dirección General de Servicios Educativos (DGSE) comprometido en apoyar a los estudiantes universitarios durante su trayectoria escolar, brinda orientación a través de diferentes acciones. Una de ellas son las asesorías de manera individual o grupal; atención que se da a través de sesiones encaminadas a favorecer la adquisición de estrategias que mejoren sus procesos de aprendizaje y permitan un desarrollo personal, académico y profesional.

Las sesiones tienen una duración aproximada de una a dos horas como máximo y pueden ser solicitadas tanto individual como grupalmente; teniendo en cuenta el propósito principal, así como estructura temática éstas son clasificadas en tres grupos:

- *Orientación en los procesos de enseñanza-aprendizaje,
- *Orientación para la prevención y desarrollo, y
- *Orientación vocacional y profesional.

En el presente documento, se encuentra una relación con las diferentes sesiones que se ofertan en el DOE para su implementación, clasificadas en tres grandes grupos; donde se puede consultar el objetivo y el público al que va dirigido principalmente. Asimismo, al final de la relación se encuentra el procedimiento, así como algunas consideraciones generales para su solicitud.

SESIONES DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

ORIENTACIÓN EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Su objetivo es contribuir al desarrollo de habilidades del pensamiento y estrategias que faciliten el proceso de aprendizaje traduciéndose en un favorable rendimiento académico, como lo es a través del fortalecimiento de hábitos de estudio, atención y memoria, estilos de aprendizaje, etc.

ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO



Objetivo general:

El estudiante universitario gestiona su tiempo de manera pertinente a través de la aplicación de técnicas y recomendaciones, una vez que identifica la organización y uso que da a las horas durante el día mediante la resolución de un test.

Requisitos: Ser estudiante de cualquier semestre.

ATENCIÓN Y MEMORIA

Objetivo general:

El estudiante universitario descubre de manera reflexiva aquellas técnicas y estrategias que le permiten optimizar su atención y memoria en el ámbito educativo, facilitándole la adquisición, así como almacenamiento de información.

Requisitos: Ser estudiante de cualquier semestre.



ESTILOS DE APRENDIZAJE



Objetivo general:

El estudiante universitario distingue su estilo de aprendizaje mediante el llenado honesto de un inventario, así como también, a partir de algunas recomendaciones reflexiona acerca de la manera en que puede optimizar su aprendizaje durante su estancia universitaria.

Requisitos: Ser estudiante de cualquier semestre.

HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO

Objetivo general:

El estudiante universitario analiza diversos hábitos favorables, así como acciones concretas que puede poner en práctica en los tiempos destinados al estudio, adquiriendo así aprendizajes significativos de su perfil profesional.

Requisitos:

Ser estudiante de cualquier semestre.



ORIENTACIÓN PARA LA PREVENCIÓN Y EL DESARROLLO

Sesiones cuyo objetivo es favorecer en el estudiante el fortalecimiento de habilidades para la vida coadyuvando a su integración a la vida universitaria y promoción de un desarrollo físico y mental saludable.

COMUNICACIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS



Objetivo general:

El estudiante universitario emplea la negociación y mediación como alternativas que favorecen la comunicación para la resolución de conflictos, a través de ejercicios prácticos que los lleven a reconocer a ésta como la vía predilecta para el bien colectivo.

Requisitos: Ser estudiante de cualquier semestre.

CREATIVIDAD Y TRABAJO EN EQUIPO

Objetivo general:

El estudiante universitario reflexiona acerca de la importancia de trabajar en equipo, y la forma de conseguirlo a partir de los elementos, características, etc., así como ser creativos en el cumplimiento del objetivo a alcanzar (proyecto/actividad escolar).

Requisitos:

Ser estudiante de cualquier semestre.



INTEGRACIÓN GRUPAL

Objetivo general:

El estudiante universitario participa activamente en actividades encaminadas a favorecer la convivencia entre los integrantes del grupo, así como la cohesión a nivel grupal para un mayor sentido de pertenencia y productividad.

Requisitos: Ser estudiante de cualquier semestre.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Objetivo general:

El estudiante universitario reconoce la trascendencia de la inteligencia emocional en nuestra vida, como resultado de la gestión de las emociones, una vez que identificamos cómo se manifiestan ante determinadas situaciones.

Requisitos:

Ser estudiante de cualquier semestre.



MANEJO DEL ESTRÉS



Objetivo general:

El estudiante universitario selecciona oportunamente aquellas herramientas y tips que le permitirán sobrellevar las situaciones de estrés, una vez que conoce la manera en que se manifiesta en su persona (las emociones y cambios físicos que experimenta).

Requisitos:

Ser estudiante de cualquier semestre.

MOTIVACIÓN

Objetivo general:

El estudiante universitario descubre aquellos factores y/o acciones que lo impulsan para el logro de sus objetivos, a través de la realización consciente de un ejercicio donde determina principalmente metas en el ámbito profesional.

Requisitos:

Ser estudiante de cualquier semestre.



ORIENTACIÓN VOCACIONAL Y PROFESIONAL

Su propósito principal es favorecer un mayor autoconocimiento e identificación del perfil vocacional en el estudiante, así como desarrollo de habilidades para la inserción al campo laboral.

AUTOCONOCIMIENTO



Objetivo general:

El estudiante universitario realiza un análisis de su persona de manera introspectiva, que le permita crecer en el propio conocimiento de quién es y a dónde quiere llegar, a través del ejercicio de la "Ventana de Johari".

Requisitos: Ser estudiante de cualquier semestre.

ELABORACIÓN DE CURRÍCULUM VITAE

Objetivo general:

El estudiante universitario identifica los elementos, características, etapas y plataformas digitales para la realización de un currículum vitae de manera profesional; así como también reflexiona sobre las características del campo laboral en que se visualiza para partir con la búsqueda de empleo a través de un ejercicio práctico.

Requisitos:

Ser estudiante a partir de 5to. Semestre.



ENTREVISTA LABORAL



Objetivo general:

El estudiante universitario establece la importancia de cuidar el lenguaje verbal y no verbal, prepararse con anticipación, etc. para su participación en una entrevista de trabajo, una vez que conoce recomendaciones significativas para los diferentes momentos (antes, durante y después) de esta técnica de selección.

Requisitos: Ser estudiante a partir de 5to. Semestre.

PLAN DE VIDA

Objetivo general:



El estudiante universitario redacta metas en función de sus prioridades en el ámbito personal, familiar-social, académico y económico-laboral en determinados plazos; e identifica otros elementos para el desarrollo, así como ejecución de su proyecto de vida.

Requisitos: Ser estudiante de cualquier semestre.



PROCEDIMIENTO DE SOLICITUD

Teniendo en cuenta las necesidades y/o intereses que se desean atender a través de estas sesiones, una vez identificada (s) es importante considerar lo siguiente para ser solicitadas; ya sea para brindar la asesoría de manera individual o grupal:

	Individual <ul style="list-style-type: none">• El estudiante es canalizado al DOE por el tutor longitudinal y/o Asesora PIT del centro para que un orientador educativo dé el seguimiento de atención (canalización que puede llevarse a cabo a través del correo electrónico, vía telefónica, etc.).
	Grupal* <ul style="list-style-type: none">• El tutor longitudinal realiza las gestiones necesarias, enviando el formato de "Solicitud de Sesiones de Orientación Educativa" a la cuenta de orientacion.educativa@edu.uaa.mx, indicando la sesión requerida (s), la fecha, horario, lugar de implementación, etc. para que el DOE de el seguimiento correspondiente.




*Consideraciones:

Es importante tener presente que estas sesiones se pueden impartir en la modalidad de taller y/o seminario por bloque temático, que permite al estudiante revalidar un crédito de formación humanista contemplando 15 horas de trabajo, distribuidas en cinco sesiones de dos horas de clase (10 h) y 5 h de trabajo independiente.

Si se está interesado en optar por dicha modalidad, las gestiones de solicitud deben ser realizadas por el tutor longitudinal.

Para mayor información

Departamento de Orientación Educativa
Edificio 56, planta alta
Horario de atención: lunes a viernes de 8:00 a 15:30 horas

	(449) 910 7400 ext. 36412 y 36401 Orientadores: 36413, 36415 y 36416 Tutoría: 36414
	orientacion.educativa@edu.uaa.mx
	Orientación Educativa Uaa Dgse Asesoría PIT UAA