|  |
| --- |
| **NOMBRE DEL CURSO:** ESTRATEGIAS Y HABILIDADES PARA UN DESEMPEÑO EFECTIVO |
| **OBJETIVO GENERAL:** Al finalizar el curso los participantes valorarán la importancia de la autoestima como determinante de sus actitudes. Incrementarán las destrezas personales que faciliten una comunicación eficaz con los demás. Autoevaluarán y ejercitarán habilidades interpersonales que permiten mejorar el desempeño individual en el ámbito personal, social y laboral. Desarrollaran el potencial creativo para la resolución de problemas y/o conflictos. Elaboraran un proyecto de vida para orientar el desarrollo personal. |
| **DIRIGIDO A:** Integrantes de equipos de trabajo tanto del sector público como privado, quienes deseen mejorar su desempeño personal en actividades de la vida diaria, tanto personales como organizacionales. |
| **DURACIÓN:** 20 horas |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TEMA** | **SUBTEMA** | **ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE** | **MATERIAL DIDÁCTICO, EQUIPO Y/O HERRAMIENTAS** | **ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1. Fundamentos del comportamiento humano 2. Autoestima e identidad personal. 3. Comunicación Interpersonal 4. Desarrollo de habilidades interpersonales 5. Manejo de conflictos y resolución de problemas | * 1. El hombre como ser bio-psico-social.   2. Nivel afectivo, cognitivo y conductual de nuestras actitudes.   3. Nuestros derechos como personas.   4. ¿Qué es la autoestima? Análisis del concepto de uno mismo.   5. Autoconocimiento: recursos y limitaciones personales.   6. Variables que afectan nuestra autoestima.   7. El proceso de autovaloración positiva.   8. Autoestima y desempeño personal.   9. Desarrollo de la autoestima de uno mismo y de los demás.   3.1 Modelo del proceso de comunicación.  3.2 Principios básicos de la comunicación humana.  3.3 Variables que influyen en la comunicación interpersonal.  3.4 El círculo virtuoso de comunicarse efectivamente.  4.1 Tipos de comportamiento Interpersonales.  4.2 Momento de percepción: reconocimiento de los propios sentimientos, claves ambientales y no verbales, prejuicios, etc.  4.3 Momento de acogida: respeto, confianza y escuchar activo.  4.4 Momento de encuentro: reflejo simple de contenido y de sentimiento, retroalimentación efectiva, empatía y autorrevelación.  4.5 Momento de conflicto: expresión de críticas y confrontación, habilidades para un comportamiento asertivo.  5.1 Análisis de contexto y marcos de referencia.  5.2 Autodiagnóstico del estilo de resolución de conflictos.  5.3 Estrategias para el manejo de conflictos y resolución de problemas interpersonales. | **Encuadre grupal:**  ♦ Explicación de las metas, fines y beneficios del curso de capacitación  ♦ Presentación general del curso  ♦ Aplicación de técnicas de integración y comunicación grupal  ♦ Aplicación de evaluación diagnóstica.  **Teorización:**  ♦ Exposición de los temas y revisión de casos  ♦ Aplicación de evaluación formativa  ♦ Realización de resúmenes y cuadros sinópticos para fijar el aprendizaje  **Ejercitación:**  ♦ Realización de prácticas y dinámicas con los participantes.  ♦ Aplicación de ejercicios que permitan reforzar el aprendizaje  **Reflexión**:  ♦ Organización de sesiones de autoanálisis para verificar si el contenido estudiado fomenta las actividades para mejorar los aspectos del trabajo en equipo, la atención al público y la calidad en el trabajo  ♦ Aplicación de evaluación formativa e integración del portafolio de evidencias. | **Instalaciones:**  ♦ Aula amplia, con aire acondicionado, iluminación adecuada.  **Material y equipo audiovisual:**  ♦ Láminas de rotafolio y caballete  ♦ Pintarrón   * Proyector.     **Mobiliario:**  ♦ Mesas, sillas  **Materiales:**  ♦ Bolígrafos  ♦ Plumones  ♦ Hojas blancas | Evaluación Diagnóstica: Documental  •Cuestionario  Evaluación Formativa: Documental  •Cuestionario de campo  •Guía de observación  \*Lista de cotejo  Evaluación Final:  Documental  •Cuestionario de campo  •Guía de observación  \*Lista de cotejo | 20 Horas |