



PLAN DE TRABAJO

LICENCIATURAS EN QUE SE IMPARTE

- Lic. Administración 6° Semestre

DATOS DE LA ASIGNATURA

Nombre:	AUTOCONOCIMIENTO, AUTOFORMACIÓN Y HUMANISMO
Clave(s):	169
Tipo:	Optativa
Plan de Estudios:	Plan 2012 (actualizado 2016)

FECHAS DEL SEMESTRE:

Inicio semestre:	12 de febrero de 2024
Fin del semestre:	21 de junio 2024
Plataforma educativa:	28 de febrero de 2024 Primer día para entrega de actividades en plataforma
Cierre de plataformas:	16 de junio de 2024 a las 23:00 hrs. Último día para entrega de actividades en plataforma
Periodo examen global:	15 y del 17 al 21 de junio 2024
Registro de calificaciones en actas:	
Consulta de calificaciones a partir del:	

DATOS GENERALES

Objetivo general:

Adquirir conocimientos y herramientas acerca del autoconocimiento, para la autorrealización y el desarrollo personal

Contenido temático:

	Tema	Teóricas	Prácticas
1	Temperamento	16	
2	Personalidad	16	
3	Creencias	16	
4	Emociones	16	
	Total	64	
	Suma total de horas	64	

Bienvenida

Estimados alumnos/as

Estaré asesorándote durante el presente semestre, mi labor es apoyarte en tu proceso de aprendizaje, resolviendo tus dudas y sugiriéndote como aprovechar los contenidos para que puedas obtener un mejor aprendizaje. No dejes de asistir a las asesorías tantas veces consideres necesario.

Revisaré tus actividades de aprendizaje en plataforma y tendrás un comentario a cada una de ellas en un lapso que no debe ser mayor a **una semana después de entregar la actividad**, lo cual te permita conocer la retroalimentación correspondiente para que puedas analizar y asimilar los comentarios que, sin duda, repercutirán en tu aprendizaje. Asimismo, es recomendable que presentes tus exámenes parciales una vez que hayas entregado las actividades de aprendizaje de esas unidades y consideres que te has preparado lo suficiente para poder acreditarlos.

Por el tipo de asignatura te sugiero que busques los libros que te sean más accesibles para tu investigación. |

PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA

Estimados alumnos, los temarios analíticos podrán ser consultados dentro de la plataforma educativa

Las actividades de aprendizaje se han estructurado de tal forma que te permitan desarrollar habilidades y destrezas, para dar solución a un problema en específico, producto de los aprendizajes significativos derivados de la apropiación de los contenidos temáticos de la asignatura.

Cuando la realización de una actividad implique hacer una investigación, deberás buscar fuentes oficiales como libros, revistas, artículos, etcétera, tu trabajo deberá contener al menos dos fuentes mesográficas diferentes a los apuntes electrónicos, deberás hacer la cita en formato APA. <http://normasapa.net/2017-edicion-6/>

Respecto a la bibliografía son los libros que estén a tu alcance, para el temperamento, personalidad (eneagramas), emociones, y para las creencias irracionales pueden ser las de Albert Ellis, tu puedes elegir los libros que te sean más fácil su acceso.

Esta asignatura tiene gran importancia en tu vida, ya que te permitirá conocerte a ti mismo algo que pocas veces lo hacemos.

Esta asignatura se vincula con todas tus asignaturas, ya que estas aplicando un conocimiento de ti mismo y también te dará la oportunidad de conocer herramientas para aplicarlas con las demás personas de tu entorno principalmente en tu área laboral.

La asignatura es de gran importancia para tu desarrollo personal y profesional, ya que te brinda herramientas para tu autoconocimiento.

La aplicación del contenido de la asignatura en todas las áreas de tu desempeño laboral será de gran utilidad, principalmente en el área de Recursos Humanos.

La Vinculación es con todas las asignaturas del plan de estudios. |

FORMA EN QUE EL ALUMNO DEBE PREPARAR LA ASIGNATURA

Para la realización de tus actividades deberás cuidar tu **ortografía** y usar **fuentes oficiales** como: libros, revistas, artículos, etcétera. Recuerda hacer la cita en formato APA, ya que, si no lo haces incurrirás en plagio. https://www.revista.unam.mx/wp-content/uploads/3_Normas-APA-7-ed-2019-11-6.pdf .

Las actividades elaboradas con inteligencia artificial serán sancionadas según el criterio que establezca profesor.

ACTIVIDADES POR REALIZAR DURANTE EL SEMESTRE

Estimado alumno, para facilitar el aprendizaje de esta asignatura, en la sección de recursos de tu plataforma encontrarás un archivo llamado Videoclases, que contiene los vínculos a videos que tu profesor ha grabado para ti.

Unidad	N° Actividad (consecutivo)	Descripción	Bibliografía sugerida	Valor (enteros)
Unidad 1: TEMPERAMENTO	Actividad 1	Investiga que es el temperamento y cómo surge en el ser humano. Realiza un ensayo de tu investigación Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.	Conoce tu temperamento y mejora tus relaciones. Barocio, R. Pax México 2008	5 pts.
	Actividad 2	Investiga los diferentes tipos de temperamentos, describe cada uno de ellos y elabora un cuadro con las debilidades y fortalezas de cada. Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las	Conoce tu temperamento y mejora tus relaciones. Barocio, R. Pax México 2008	4 pts.

Unidad	N° Actividad (consecutivo)	Descripción	Bibliografía sugerida	Valor (enteros)
		fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.		
	Actividad 3	<p>Mediante una prueba profesional, que puedes encontrar en cualquier libro sobre temperamentos, elige cuál es tu temperamento y anota las fortalezas que te faltarían trabajar, así mismo las que no conoces que hay en ti, anota las debilidades que tienes y qué herramientas utilizarías para convertirlas en fortalezas.</p> <p>Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.</p>	<p>Conoce tu temperamento y mejora tus relaciones. Barocio, R. Pax México 2008</p>	4 pts.
	Examen	<p>Elabora un análisis FODA de fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas con el fin de identificar cuáles serían tus metas profesionales y personales a alcanzar. En un procesador de textos, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.</p> <p>Fecha de entrega el 5 de marzo 2024</p>		12 pts.
Unidad 2: PERSONALIDAD	Actividad 1	<p>Investiga que es la personalidad, según el eneagrama.</p> <p>Realiza un ensayo de tu investigación</p> <p>Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza</p>	<p>El eneagrama Moon Kimberly Edit. Bravex (2020)</p>	4 pts.

Unidad	N° Actividad (consecutivo)	Descripción	Bibliografía sugerida	Valor (enteros)
		fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.		
	Actividad 2	Investiga los diferentes tipos de personalidad y describe cada uno de ellos. Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.	El eneagrama Moon Kimberly Edit. Bravex (2020)	4 pts.
	Actividad 3	Describe la personalidad a la que perteneces. Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.	El eneagrama Moon Kimberly Edit. Bravex (2020)	4 pts.
	Examen	Elabora un análisis FODA de fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas con el fin de identificar cuáles serían tus metas profesionales y personales a alcanzar. En un procesador de textos, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor. Fecha de entrega el 4 de abril 2024		12 pts.

Unidad	N° Actividad (consecutivo)	Descripción	Bibliografía sugerida	Valor (enteros)
Unidad 3 CREENCIAS IRRACIONALES	Actividad 1	Mediante un ensayo define que es una creencia irracional y cómo surgen en el ser humano. Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.	Una nueva vida para una vida racional Ellis, Edit Obelisco 2017	5 pts.
	Actividad 2	Investiga las diferentes creencias irracionales y elabora un cuadro de cada una de ellas, explicando porque es irracional y cuáles son las alternativas racionales. Elabora tu actividad en un procesad la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor de textos e integra una conclusión.	Una nueva vida para una vida racional Ellis, Edit Obelisco 2017	4 pts.
	Actividad 3	Elabora un cuadro en donde puedas escribir cuáles son tus creencias irracionales y como las puedes trabajar para que no afecten tu sistema de pensamiento. Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.	Una nueva vida para una vida racional Ellis, Edit Obelisco 2017	5 pts.
	Examen	Elabora un cuadro en donde puedas identificar que creencias irracionales fueron aprendidas en tu niñez. en un procesador de textos, cuida la		12 pts.

Unidad	N° Actividad (consecutivo)	Descripción	Bibliografía sugerida	Valor (enteros)
		<p>ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.</p> <p>Fecha de entrega el 7 de mayo 2024</p>		
<p>Unidad 4 EMOCIONES</p>	<p>Actividad 1</p>	<p>Elabora un ensayo sobre las emociones, como surgen. Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.</p>	<p>Diario de las Emociones A.Llenas, Edit. Paidós, 2014</p> <p>El Rostro de las emociones P. Ekman, Edit. RBA, 2015</p> <p>Emocionario C. Nuñez R. Romero, Edit. Palabras Aladas 2013</p>	<p>4 pts.</p>
	<p>Actividad 2</p>	<p>Elabora un mapa conceptual y define cada una de las emociones, relacionándolas con cada uno de los órganos de tu cuerpo.</p> <p>Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.</p>	<p>Diario de las Emociones A.Llenas, Edit. Paidós, 2014</p> <p>El Rostro de las emociones P. Ekman, Edit. RBA, 2015</p> <p>Emocionario C. Nuñez R. Romero, Edit. Palabras Aladas 2013</p>	<p>4 pts.</p>

Unidad	N° Actividad (consecutivo)	Descripción	Bibliografía sugerida	Valor (enteros)
	Actividad 3	Elabora un mapa conceptual y define cada una de las emociones, relacionándolas con los diferentes pensamientos. Elabora tu actividad en un procesador de textos e integra una conclusión, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor.		4 pts.
	Examen	Elabora un cuadro conceptual en donde indiques la emoción que constantemente se repite en tu actuar cotidiano y que herramientas aplicarías para trabajar la emoción. Preséntalo en un procesador de textos, cuida la ortografía, utiliza fuente Arial 12 a espacio 1.5. e incorpora las fuentes consultadas al calce de tu documento con citación estilo APA y entrégala a tu asesor. Fecha de entrega el 30 de mayo 2024		13 pts.
Ponderación total de las actividades				100 pts.

EXÁMENES

De acuerdo con los lineamientos del modelo educativo, tienes tres períodos a lo largo del semestre para presentar tus exámenes parciales (consulta las fechas en el calendario de inscripción a parciales y globales en el Portal SUAYED), tú decides el período en el que los realizarás. Si tu asignatura es optativa, deberás consultar los períodos y número de exámenes con tu asesor.

Para esta asignatura están programados de la siguiente manera:

- **Parciales:**

Deberás entregar las actividades de aprendizaje de las unidades implicadas en cada parcial, **antes de que inicie el periodo de aplicación**. Es importante que te inscribas en cada periodo y cumplas con los lineamientos para su presentación.

NÚMERO	UNIDADES (que lo integran)	VALOR (núm. enteros)
1ro.	Unidad 1	25 pts.
2do.	Unidad 2	25 pts.
3ro.	Unidad 3	25 pts.
4ro.	Unidad 4	25 pts.

- **Global. Examen único**

Valor	Requisitos	Aplicación de global
100%	Ninguno	15 y del 17 al 21 de junio 2024

PORCENTAJES Y ESCALA DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN

Porcentajes de evaluación:

Concepto	Porcentajes
Actividades de aprendizaje	50 %
Actividades colaborativas	XX %
Exámenes parciales	50 %
Otro	XX %
Total	100 %

Escala de evaluación:

Rango	Calificación
1.00 a 5.99	5
6.00 a 6.54	6
6.55 a 7.54	7
7.55 a 8.54	8
8.55 a 9.54	9
9.55 a 10.00	10

FUNCIONES DEL ASESOR

Por ser una modalidad abierta, tu asesor:

1. Será tu apoyo y guía de manera presencial para la resolución de dudas y desarrollo de las actividades; así mismo, por la mensajería de la plataforma educativa para dudas concretas.
2. Calificará y retroalimentará tus actividades de aprendizaje en plataforma educativa en un lapso no mayor a diez días hábiles después de la entrega.
3. Te recomendará recursos didácticos adicionales para ampliar tu conocimiento. No es su obligación facilitarte: copias, archivos digitales o proporcionarte ligas directas de la BIDI.
4. Enviará tu calificación al finalizar el semestre de manera personalizada.

DATOS DEL ASESOR O GRUPO DE ASESORES

Nombre	Correo electrónico
Luz del Carmen Iturbe Rivera	liturbe@fca.unam.mx

Enseñar no es transferir conocimiento, sino crear las posibilidades para su propia producción o construcción.

Paulo Freire