

cursos

extensión
universitaria



2021

universidad
de león

**APS-ÉXITO 2021
MEJORA DE COMPETENCIAS
PERSONALES PARA EL ÉXITO,
ASESORAMIENTO
PSICOEDUCATIVO**

15/02/2021 - 30/11/2021

Información y matrícula

Universidad de León
Unidad de Extensión Universitaria y Relaciones Institucionales.
Av. Facultad de Veterinaria, 25. 24004 · LEÓN.
Tel. 987 291 961 y 987 293 372 · Fax 987 291 963.
e-mail: ulesci@unileon.es
<http://www.unileon.es/extensionuniversitaria>

unileon.es

universidad
de león
ula



APS-ÉXITO 2021: MEJORA DE COMPETENCIAS PERSONALES PARA EL ÉXITO, ASESORAMIENTO PSICOEDUCATIVO.

DIRECTOR:

Jesús Nicasio García Sánchez. Profesor. Facultad de Educación. Universidad de León.

LUGAR:

Departamento de Psicología, Sociología y Filosofía.

FECHAS:

15/02/2021 - 30/11/2021

HORARIO:

Virtual a través de la plataforma Moodle Externo (Ariadna) de la Universidad de León, con acceso 24 horas al día los 7 días de la semana.

DURACIÓN:

45 horas

NÚMERO DE ALUMNOS:

Mínimo: 10 y Máximo: 40

TASAS:

- Ordinaria: 89 €
- Alumnos ULE: 69 €
- Alumnos de otras universidades: 69 €
- Desempleados: 69 €
- PDI / PAS ULE: 69 €

DESTINATARIOS:

Estudiantes que cursan la Educación Secundaria Obligatoria, así como cualquier persona de cualquier edad y situación con interés en impulsar sus competencias personales hacia el éxito, con un nivel educativo básico y conocimientos mínimos de informática a nivel de usuario, precisándose de este modo, la disponibilidad de un equipo informático con conexión estable a Internet.

CRÉDITOS DE LIBRE CONFIGURACIÓN:

2,5 créditos ECTS

OBJETIVOS:

Se persigue **fomentar el éxito personal** a través del **asesoramiento psicoeducativo en competencias para la vida**, mediante tareas lúdicas con el uso de herramientas de la web 2.0.

Ello se hace mediante la potenciación de diversas **competencias personales para la vida y básicas**, claves para una adecuada autorrealización en la sociedad actual, aportando especial énfasis en la competencia comunicativa escrita, a través de la cual se pretende potenciar el desarrollo de otro tipo de competencias específicas como la digital, aprender a aprender, autonomía e iniciativa personal, entre otras.

PROGRAMA:

El curso se desarrolla en forma de **juego psicoeducativo online**. Cuenta con 15 niveles compuestos por desafíos y retos engarzados cuidadosamente en forma de enseñanza programada, garantizándose de este modo el seguimiento efectivo del juego completo y un aprovechamiento máximo, dada la secuencia de auto-evaluaciones y *feedbacks* al final de cada reto, desafío y nivel. La dedicación mínima prevista es de una media hora en cada nivel, si bien pueden prolongarse y “disfrutarse” de forma considerable, lo que refuerza las tareas de forma relevante para el afianzamiento de las competencias. A estos retos y desafíos mínimos se añaden otros “*para saber más*” que permiten profundizar en los contenidos presentados. Las tareas siguen un procedimiento instruccional recursivo y sencillo mediante el uso de herramientas de la web 2.0 para garantizar la automatización en el proceso de aprendizaje y de “disfrute del juego”, y por lo tanto la generalización de su aplicación a otras esferas de la vida en la forma de afrontar las diversas situaciones y retos.

El juego se presenta con **cuatro itinerarios diferentes**. En todos ellos, se llevan a cabo retos y desafíos que abarcan los siguientes niveles temáticos:

Niveles

- 1) Fomento de competencias personales para conseguir el éxito.
- 2) Desarrollo de la competencia comunicativa escrita para la promoción del éxito.
- 3) Enseñanza de competencias para la vida que favorecen el éxito.
- 4) Motivaciones e intereses y establecimiento de metas realistas para fomentar el éxito.
- 5) Interpretación de las causas de mi éxito.
- 6) Creencias sobre la capacidad de uno mismo para alcanzar el éxito.
- 7) Creencias sobre la capacidad de uno mismo para alcanzar el éxito II.
- 8) Capacidad personal que permite gestionar los pensamientos hacia el éxito.
- 9) Aprendizaje estratégico para promover el éxito.
- 10) Valoración personal positiva para conseguir el éxito I.
- 11) Valoración personal positiva para conseguir el éxito II.
- 12) Capacidad personal para controlar las emociones y dirigir las hacia el éxito.

13) Desarrollo de habilidades socioemocionales para el logro del éxito.

14) Desarrollo de la competencia comunicativa escrita para la promoción del éxito II.

15) Fomento de competencias personales para conseguir el éxito II.

Temática

Auto-informes

Procesos competencia comunicativa escrita

Presentación

Valor tarea, niveles de exigencia y expectativas

Atribuciones

Maestría probada y experiencia vicaria

Estados psicológicos y afectivos y persuasión verbal

Autoconocimiento y autorregulación

Estrategias de aprendizaje

Autoestima

Autoestima

Control emocional

Habilidades socioemocionales

Procesos competencia comunicativa escrita

Auto-informes

Tareas básicas

1º paso *presentación de la tarea* (PowerPoint + YouTube)

2º paso *práctica guiada / ejecución de la tarea* (SurveyMonkey)

3º paso *feedback* (SurveyMonkey)

Tareas complementarias

1º paso *presentación de la tarea* (Hot Potatoes + Imagen)

2º paso *práctica guiada / ejecución de la tarea* (Hot Potatoes + Imagen)

3º paso *feedback* (Hot Potatoes + Imagen)

PROFESORADO:

Jesús Nicasio García Sánchez. Profesor. Facultad de Educación. Universidad de León.

Judit García Martín. Profesora. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Facultad de Psicología. Universidad de Salamanca.

ENTIDADES COLABORADORAS:

- Departamento de Psicología, Sociología y Filosofía de la Universidad de León
- Grupo de Investigación de Excelencia GREX259 IPDDA ULE