

FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
Nombre	Chance'U: Programa de autoconocimiento, empleabilidad y desarrollo profesional
Titulación	Master Universitario en Recursos Humanos
Curso	Segundo
Semestre	Primero
Créditos ECTS	4
Carácter	Obligatoria
Departamento	ICADE Business School
Área	Recursos Humanos
Datos del profesorado	
Profesor	
Nombre	Lola Muñoz Lima Asunción Arranz Luis Aparicio Cabezas
CV	http://web.upcomillas.es/profesor/llima http://web.upcomillas.es/profesor/maarranz http://web.upcomillas.es/profesor/luis.aparicio
Departamento	ICADE Business School
Área	Recursos Humanos
e-mail	luis.aparicio@talenttools.es lolamunozlima@gmail.com asuncionarranz@serinmotion.com
Horario de Tutorías	Disponibilidad continua vía mail

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura	
Aportación al perfil profesional de la titulación	
<p>El autoconocimiento es una de las competencias más elementales, fundamentales y predictivas, de un buen desempeño en el trabajo en Recursos Humanos. En este módulo se pretende movilizar a los alumnos para que comiencen a fijar su rumbo profesional, identificando sus competencias para potenciarlas y comunicarlas con éxito, conforme a lo que el mercado está exigiendo.</p> <p>La inserción de los alumnos en el mercado laboral es el horizonte que preside todas las acciones en este módulo: prepararse para un primer empleo, asumir responsabilidades profesionales, tomar decisiones son algunos de los objetivos a trabajar, siempre desde el conocimiento realista de su propio potencial.</p>	

BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

Contenidos – Bloques Temáticos

Bloque 1 Chance'u

1. Autoconocimiento: balance personal/profesional. Coaching grupal para definir y analizar el perfil individual de cada alumno (quién soy, ilusiones e intereses, valores o guías, objetivos, visión personal, competencias, etc.).
2. Empleabilidad: ponerse en valor en el mercado. ¿Qué busca el mercado? ¿Cuáles son las competencias que se exigen? Programa de *mentoring* para ayudar al alumno en el proceso de búsqueda de empleo: prepararse (CV, Perfil LinkedIn, etc.) activarse y moverse (*networking* y redes sociales) y ganar la oportunidad y conseguirlo (preparación de pruebas de selección y pasar la entrevista de selección con éxito).
3. Desarrollo profesional: según el Balance profesional/personal y *Feedback 360º*, los alumnos realizarán un Plan de desarrollo individual con áreas a potenciar o mejorar y acciones concretas a desplegar.
4. Coaching y *Mentoring*: sesión individual con cada alumno.

Se provocará un análisis de los propios valores, motivaciones y actitudes para que el alumno tenga una idea de cuáles son sus fortalezas y sus necesidades de desarrollo. Para ello, el alumno analizará las percepciones que personas de su entorno (compañeros de clase, colaboradores, amigos o familia) tienen sobre él. El proceso se realizará a través de una evaluación 360º dirigida.

La interacción reflexiva por parte del grupo y de los profesores será la base de este proceso de autoconocimiento, que se desarrollará a través de sesiones de coaching y *mentoring* grupales e individuales. El proceso culminará con el diseño de un Plan de desarrollo/ crecimiento profesional individual.

Competencias
Competencias Genéricas
<p>A4. Ser capaz de cooperar con otras personas y trabajar en equipo para el bien común, siendo a la vez capaz de liderar y conducir grupos cuando la situación lo requiera.</p> <p>A5. Ser capaz de seleccionar la estrategia más adecuada para afrontar un problema o problemas determinados, basándose en una reflexión sobre la situación profesional concreta y las propias competencias y recursos disponibles.</p> <p>A6. Poseer las competencias necesarias para el establecimiento y mantenimiento de relaciones con otros profesionales, tanto de su propia área como de cualquier otra.</p> <p>A7. Actualizar y desarrollar las propias competencias (conocimientos, destrezas) de acuerdo con los cambios en su área profesional y los estándares y requisitos de la profesión, las leyes nacionales y las normativas internacionales.</p> <p>A9. Desarrollar una comunicación bidireccional eficiente, tomando en consideración las intenciones y necesidades de los demás.</p> <p>A10. Desarrollar la capacidad de pensar y actuar de manera creativa, buscando nuevas formas de hacer las cosas.</p>
Competencias Específicas del área-asignatura
<p>B24. Conocer y analizar las competencias que todo directivo debe poseer.</p>

METODOLOGÍA DOCENTE

Aspectos metodológicos generales de la asignatura
Metodología Presencial: Actividades
<p>En el proceso de autoconocimiento se utilizarán ejercicios de autodiagnóstico y reflexión para que el alumno pueda responder a preguntas como: ¿quién soy yo?, ¿qué se hacer?, ¿qué quiero hacer?, ¿cuáles son mis fortalezas y necesidades de desarrollo? Activamos las respuestas en sesiones de coaching grupales, desde la reflexión sobre sus ilusiones y valores, sus motivaciones, expectativas y visión personal de futuro.</p> <p>Como parte del proceso de autoconocimiento y para poder comparar las autopercepciones anteriores con las de otras personas, es importante preguntar a otros sobre nuestros comportamientos y desempeño. Por eso, se invitará a los alumnos a buscar las valoraciones de compañeros de clase, colegas del trabajo, jefes o incluso amigos o familia (<i>feedback 360º</i>).</p> <p>Con toda la información recibida y analizada según instrucciones, el alumno finalizará el proceso con el diseño de un Plan de Mejora y crecimiento individual (Plan de desarrollo individual) desplegado en comportamientos concretos, que será el “mapa de ruta” de su futuro desarrollo. Dicho Plan se presentará en la sesión de coaching/mentoring que cada alumno tendrá de manera individual con alguno de los profesores.</p>

EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Actividades de evaluación	CRITERIOS	PESO
Trabajo "Balance Personal/ Profesional" y diseño "Plan de desarrollo individual" al final de la asignatura. <i>(Desarrollo, rendimiento y aprovechamiento en actividad formativa + prueba evaluatoria)</i>	Calidad y profundización en los análisis y reflexiones propuestos tras los ejercicios y en la cumplimentación de todos los apartados del Balance. Calidad y desarrollo en la cumplimentación del Plan de desarrollo con objetivos y acciones concretas, con fechas, obstáculos, seguimiento, etc. Grado de compromiso del alumno en su crecimiento percibido por la preparación y aprovechamiento de la sesión individual	70%
Ejercicios y trabajos entregables durante la asignatura.	Realización con calidad y rigor de ejercicios que se propondrán para realizar inter-sesiones. Cumplimiento de plazos.	30%

Para aprobar la asignatura se requiere una asistencia a sesiones de un 75%.

RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO			
HORAS PRESENCIALES			
Clases teóricas	Clases prácticas	Actividades académicamente dirigidas	Evaluación
2	30	8	5
HORAS NO PRESENCIALES			
Trabajo autónomo sobre contenidos teóricos	Trabajo autónomo sobre contenidos prácticos	Realización de trabajos colaborativos	Estudio
20	20	20	
CRÉDITOS ECTS:			4

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

Bibliografía Básica
Lecturas
<p>André, C y Lelord, F. "La autoestima". Ed. Kairós, 2000. Bell, Ch. R. "Mentoring" Ed. Gestión 2000. Bisquerra, R. " Educación Emocional y bienestar". Ed. Praxis. (Bolívar, C. y otros) Güell, M., y Muñoz, J. "Educación emocional. Programa de actividades para la educación secundaria post-obligatoria". Ed. Praxis, 2003 Bolinches, A. "La felicidad personal". Ed. Debolsillo. Bolinches, A. "El cambio psicológico". Ed. Debolsillo. Branden, N. "El arte de vivir conscientemente". Ed. Paidós. Branden, N. "El poder de la autoestima". Ed. Paidós. Cardona, J.M. y Cardona, S. "Del miedo a la confianza. Desarróllese como directivo". Ed. Díaz de Santos.</p>

2002.

Csikszentmihalyi, M. "Fluir". Ed. Kairós.
Cook, M.J. "Coaching efectivo". McGraw-Hill.
Covey, S. "7 hábitos de la gente altamente efectiva". Ed. Paidós.
Covey, S. "El 8º hábito". Ed. Paidós Empresa.
Delgado, J.M.R. "El control de la mente". Ed. Espasa Calpe.
Easwaran, E. "Tu vida es tu mensaje". Ed. Integral.
Espada, M. "La motivación". Ed. Díaz de Santos. 2002.
Gardner, H. "Inteligencias múltiples". Ed. Paidós.
Goleman, D. "Inteligencia Emocional". Ed. Kairós.
Goleman, D. "La práctica de la Inteligencia Emocional". Ed. Kairós.
Goleman, D. "El punto ciego" Ed. Plaza-Janés, 1997.
Goleman, D. , Boyatzis, R., McKee, A. "El líder resonante". Ed. Plaza-Janés, 2002.
Lindenfield, G. "La seguridad emocional. Cómo conocer y manejar los propios sentimientos". Ed. Kairós, 1997.
Mayer J.J. "El éxito es un viaje". Ed. Amat.
Nicolás, P. "Gestión del tiempo". Ed. Gestión 2000.
Pease, A. "El lenguaje del cuerpo". Ed. Paidós, 1995.
Pinotti, J. "Coaching Ontológico". Ed. Dunken.
Segal, J. "Su inteligencia emocional. Aprenda a incrementarla y a usarla". Grijalbo, 1997.
Senge, P. "La danza del cambio". Gestión 2000.
Spencer Johnson. "Quien se ha llevado mi queso". Ed. Urano.
Tolle, E. "El poder del ahora". Ed. Gaia.
Vilahur, F. "La necesidad de cambiar". Esade. 1996.
Watzlawich, P. "Cambio". Ed. Herder.
Wilks, F. "La emoción inteligente". Ed. Planeta.

Otras Lecturas recomendadas

.Bucay, J. "El camino de las lágrimas".
Doria, JM. "Cuentos para aprender a Aprender". Gaia Ediciones.
Huxley, A. "Un mundo feliz"
Yalom, I. "Un año con Schopenhauer" Ed Booket
Yalom, I. "El día que Nietzsche lloró". Ed. Booket