



# GUÍA DE CONTENIDOS

“Propuesta SIET de Empleabilidad e Inserción Laboral”

CURSO: “COMPETENCIA AUTOCONFIANZA”

## Presentación del Curso:

El curso “**Competencia Autoconfianza**” está dirigido a desarrollar los rasgos de Seguridad en sí mismo/a, Autoconocimiento y Autovaloración.

Autoconfianza es la competencia que permite generar la capacidad de creer en ti. Por esta razón los contenidos y recursos del curso Autoconfianza analizaremos los beneficios de creer en uno mismo/a y la importancia que tiene conocernos, valorar cómo somos y sentir seguridad, para poder sacar partido a nuestras fortalezas y mejorar nuestras debilidades.

## Descripción General

### Objetivo del curso:

Desarrollar en los estudiantes la competencia autoconfianza, facilitándoles los recursos y herramientas para fortalecer la Seguridad en sí mismo/a, Autoconocimiento y Autovaloración, en el entorno cotidiano, social y laboral.

### Objetivos Específicos:

- Conocer los comportamientos observables asociados a los rasgos que componen la Autoconfianza, para trabajar la importancia de tener seguridad en uno mismo o una misma.
- Identificar aspectos positivos y aspectos a mejorar, sin dejarse llevar por la opinión que los demás tienen.
- Desarrollar la capacidad de realizar tareas de forma autónoma sin tener que esperar la aprobación de las personas de nuestro entorno.
- Identificar cuáles son nuestros puntos fuertes y áreas de mejora y beneficios de la competencia Autoconfianza en la búsqueda de empleo y en el ámbito laboral.

## Destinatarios:

Está destinado a estudiantes que estén desarrollando su formación en **Centros de Nivel Técnico Superior y Universitario**, y a toda persona que tenga interés en desarrollar la “**Competencia Autoconfianza**”.

## Programa General:

<b>PROGRAMA GENERAL</b>	
<b>CURSO: Competencia de “AUTOCONFIANZA”</b>	
<b>1. OBJETIVO</b>	
	Desarrollar en los estudiantes la competencia autoconfianza, facilitándoles los recursos y herramientas para fortalecer la Seguridad en sí mismo/a, Autoconocimiento y Autovaloración, en el entorno cotidiano, social y laboral.
<b>2. COMPETENCIA A DESARROLLAR</b>	
	El estudiante realiza diferentes tareas de forma autónoma y segura en cualquier contexto que se desenvuelva.
<b>3. REQUISITOS</b>	
<b>Nivel de Estudios:</b>	Estudiantes de Centros Técnicos superiores o Universitarios.
<b>Motivación:</b>	✓ Tener muchas ganas de adquirir y desarrollar la <b>Competencia Autoconfianza</b> .
<b>4. JUSTIFICACIÓN</b>	
	El curso de <b>AUTOCONFIANZA</b> , le servirá al estudiante para: <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Saber realizar tareas de forma independiente.</li><li>➤ Cómo actuar cuando se recibe una crítica.</li><li>➤ La importancia de los logros y su componente motivacional.</li><li>➤ Tomar conciencia de la imagen que tenemos de uno/a mismo/a.</li><li>➤ Aprender a identificar cuáles son nuestros puntos fuertes y áreas de mejora.</li><li>➤ Saber poner en valor nuestras características personales.</li></ul>
<b>5. METODOLOGÍA</b>	
	A continuación veremos los pasos a seguir para desarrollar el itinerario de la

### Competencia Autoconfianza:

1. Participar del **Simulador Inicial**, la cual permitirá conocer el grado de conocimiento inicial de la **Competencia Autoconfianza**.
2. Participar del recurso **Sensibilización**, tiene como propósito concientizar al participante, sobre la importancia de la competencia, a través de la realización de ejercicios y casos prácticos. *(Recuerda que es opcional la partición en este recurso).*
3. Utilizar en el aula los contenidos de la **Competencia Autoconfianza**, por medio de la **Cadena de Aprendizajes**.  
La transferencia de estos contenidos, se realizará en el aula de manera presencial, la misma que cuenta con diversos recursos didácticos y actividades educativas que contribuirán en el desarrollo de la **Competencia Autoconfianza**.
4. Participar del **Simulador Final**, la cual permite medir o evaluar la competencia desarrollada.

MÓDULOS	UNIDADES DE APRENDIZAJE	DURACIÓN HORAS
1. <b>Simulador Inicial</b>	1.1 Ponte a prueba (Pre - Test) 1.2 Sensibilización (Autoconfianza)	40 min.
2. <b>Cadena de Aprendizajes</b>	2.1 Ejercicio 1: ¿Quién soy? 2.2 Ejercicio 2: Puedo hacerlo 2.3 Ejercicio 3: Sé lo que hago 2.4 Ejercicio 4 : Lo consigo 2.5. Ejercicio 5: Me conozco 2.6 Ejercicio 6: Confío en mí 2.7 Ejercicio 7: Así soy	12 hrs.
3. <b>Simulador final</b>	3.1 ¿Qué hemos trabajado? 3.2 Simulador final (Simulador Autoconfianza)	20 min.
<b>Total horas del curso</b>		<b>13 horas</b>