



GUÍA DE CONTENIDOS

“Propuesta de mejora de la empleabilidad e inserción laboral”

CURSO: “COMPETENCIA FLEXIBILIDAD”

Presentación del Curso:

El curso “Flexibilidad” está dirigido a desarrollar y mejorar la capacidad para adaptarse y modificar situaciones, comportamientos u objetos con el fin de mejorar. Mediante casos de estudio y ejercicios se fomenta el desarrollo de la capacidad para cambiar modos de pensar, dar respuestas variadas, modificar las ideas y superar la rigidez.

La Flexibilidad busca romper metodologías y orientaciones con los que tradicionalmente afrontamos los problemas y buscamos soluciones. Es una habilidad y no tener desarrollada esta competencia, o pensar que no es necesaria, se puede convertir en un problema, pero no hay que preocuparse, la Flexibilidad se puede entrenar.

Fomentar la Flexibilidad es una de las claves para saber sortear los problemas del día a día en cualquier aspecto de la vida social y laboral.

Descripción General

Objetivo del curso:

Desarrollar en los estudiantes la competencia Flexibilidad, facilitándoles los recursos y herramientas para fortalecer su capacidad de adaptación al cambio y la aceptación de otros puntos de vista, de manera que pueda tener una visión más enriquecedora de la realidad.

Objetivos Específicos:

- Conocer en qué consiste la competencia Flexibilidad y cómo está vinculada al proceso de búsqueda de empleo y al ámbito laboral.
- Identificar qué comportamientos están asociados a esta competencia.
- Conocer los beneficios que les reportará a nivel laboral y personal.
- Conocer y aplicar técnicas y pautas destinadas a desarrollar una actitud flexible en el entorno social y laboral.

Destinatarios:

Está destinado a estudiantes que estén desarrollando su formación en **Centros de Fe y Alegría**, y a toda persona que tenga interés en desarrollar la “**Competencia Flexibilidad**”.

Programa General:

PROGRAMA GENERAL

CURSO: Competencia de “FLEXIBILIDAD”

1. OBJETIVO

Desarrollar en los estudiantes competencia Flexibilidad, facilitándoles los recursos y herramientas para fortalecer su capacidad de adaptación al cambio y la aceptación de otros puntos de vista, de manera que pueda tener una visión más enriquecedora de la realidad.

2. COMPETENCIA A DESARROLLAR

Capacidad para adaptarse y trabajar eficazmente en diferentes situaciones, actividades y con distintas personas, así como de afrontar, sin dificultades, los cambios que se produzcan en la función o en la organización. Supone también, entender y valorar los puntos de vista existentes siendo capaz de modificar el propio.

3. REQUISITOS

Nivel de Estudios:

Estudiantes de Centros de formación técnica de Fe y Alegría.

Motivación:

- ✓ Tener muchas ganas de adquirir y desarrollar la **Competencia Flexibilidad**.

4. JUSTIFICACIÓN

El curso de **Flexibilidad**, es importante para:

- Identificar formas adecuadas e inadecuadas de manifestar diferentes puntos de vista y opiniones.
- Ser capaz de manifestar una opinión sin miedo al qué dirán, reforzando la autoestima y autoconfianza en la propia persona.
- Saber aceptar y valorar opiniones diferentes a las propias.
- Identificar las resistencias de uno/a mismo/a al cambio y sus consecuencias.
- Entender e interiorizar correctamente la importancia que tiene una actitud positiva frente al cambio.
- Ser capaz de ver el cambio como una oportunidad de mejora y evolución, entendiendo la importancia de anticiparse a él.

5. METODOLOGÍA

A continuación, veremos los pasos a seguir para desarrollar el itinerario de la **Competencia Flexibilidad**:

1. Participar del **Simulador Inicial**, la cual permitirá conocer el grado de conocimiento inicial de la **Competencia Flexibilidad**.
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 Flexibilidad** 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 Flexibilidad**.

4. Participar del **Simulador Final**, la cual permite medir o evaluar la competencia desarrollada.

MÓDULOS	UNIDADES DE APRENDIZAJE	DURACIÓN HORAS
1. Simulador Inicial	1.1 Ponte a prueba (Pre - Test) 1.2 Sensibilización (Flexibilidad)	40 min.
2. Cadena de Aprendizajes	2.1 Ejercicio 1: ¿Qué vamos a trabajar? 2.2 Ejercicio 2: ¡Así, sí! 2.3 Ejercicio 3: Sin miedo 2.4 Ejercicio 4: Todo suma 2.5. Ejercicio 5: Resistencias enemigas 2.6 Ejercicio 6: La actitud, primer paso 2.7 Ejercicio 7: El cambio como evolución	12 hrs.



3. Simulador final	3.1 ¿Qué hemos trabajado?	
	3.2 Simulador final (Simulador Flexibilidad)	20 min.
Total horas del curso		13 horas