

Curso:

Desarrollo laboral profesional

UNED Sarapiquí

Datos generales

Duración: 20 Horas

Modalidad: Virtual

Requisitos:

Uso de paquetes ofimáticos.

Conocimientos básicos del uso de la plataforma Moodle.

Acceso a Tecnología móvil y/o equipo de cómputo.

Acceso a internet.

Uso de navegadores web (Fire Fox, Safari, Edge y Chrome)

Introducción

Este curso está disponible en el sitio web: <https://tuperfillaboral.uned.ac.cr/>

Paso 1. En el menú de la página principal de la UNED, seleccione Campus Virtual.

TU PERFIL LABORAL

"Las oportunidades no llegan, tú las creas"
Chris Grosser

CURSOS DISPONIBLES

No es por casualidad que en Japón, la palabra crisis también significa oportunidad. "La palabra crisis en japonés (危機=kiki) está compuesta por los caracteres

Paso 2.

Seleccionar el módulo de su interés, no requiere un orden específico

Este curso pretende aportar conocimientos, herramientas y experiencias para el desarrollo de su perfil laboral profesional.

Saludos, UNED Sarapiquí



En cada módulo podrá encontrar el botón “Curriculum” que le llevará al listado de los temas con su respectivo material didáctico, ejercicios y un espacio para valoración de su aprendizaje.

CONTENIDO		7
1.1	Sobre la razón y emoción	30 min
1.2	Aumentando la capacidad para ser exitosos	40 min
1.3	La inteligencia emocional y la autoconciencia	30 min
1.4	Autocontrol, empatía y habilidades sociales	30 min
1.5	Trabaje con su inteligencia emocional	30 min
1.6	La inteligencia emocional en nuestras vidas	40 min
1.7	Características de un profesional emocionalmente inteligente	20 min

Sobre la razón y emoción

Razón y emoción

Varios estudios han demostrado que las personas intelectualmente brillantes no son necesariamente las

Construyendo Metas

- Dejemos volar la imaginación, vamos a responder las sigui...
- Imaginate que dentro 5 años "Lograste tú sueños"...
- Imaginate como la portada de la revista "Time" ...
- Exporta tu documento

Dejemos volar la imaginación, vamos a responder las sigui...
[Más información](#)

Algún día me gustaría *

Caracteres restantes: 500

Siempre he deseado *

Caracteres restantes: 500

Me encantaría *

Caracteres restantes: 500

Sería genial si yo pudiera *

Ejemplo de ejercicios y autoevaluaciones.

Además, puede descargarlo y enviarlo a cusarapiqui@uned.ac.cr para obtener realimentación de una persona tutora.

DESCRIPCIÓN DEL CURSO:

Curso virtual para capacitar a estudiantes y profesionales del territorio en tema de perfil laboral de valoración empresarial e institucional y herramientas para simplificar la búsqueda de empleo. Se ha diseñado para ser autogestionado, no obstante, también puede descargar las actividades y enviarlas por realimentación, asimismo escribir a la persona tutora para aclarar dudas.

Rol de la persona facilitadora	Ofrecer tutoría sobre algún tema de interés, resolver dudas y realimentar al estudiante según el envió de sus actividades por correo electrónico: cusarapiqui@uned.ac.cr
Rol de la persona participante	Acceder a los distintos módulos, observar los videos, leer los materiales y realizar las distintas actividades por módulo.

OBJETIVO GENERAL:

Clarificar el perfil laboral del profesional de interés al mercado laboral, independientemente de la ocupación y el territorio, además, la comparación con el perfil personal del estudiante para su entrenamiento.

Actividades:

- Leer el material del curso.
- Extraer las ideas más importantes del material.
- Conteste las actividades y vea su propia autoevaluación, según las respuestas correctas, si lo desea puede enviar por correo el documento descargado para realimentación.

Contenidos o unidades temáticas:

1. Planeamiento estratégico
2. Inteligencia emocional
3. Creatividad y liderazgo
4. Opciones laborales
5. Desarrollo Profesional laboral

Desarrollo Profesional:

- Concepto de desarrollo profesional y habilidades del campo como (creatividad, liderazgo, opciones para el trabajo, entorno, inteligencia emocional y profesionalismo)
- Conceptos de diferentes competencias de un profesional integro (adaptable, analista de problemas, analista numérico, automotivado, creativo, tolerante etc....)

Inteligencia emocional

- Sobre la razón y emoción
- Tipos y concepto de variables que afectan el futuro profesional de una persona (cociente e inteligencias emocionales)
- Autoconocimiento (fortalezas y habilidades)
- Aspectos necesarios para el éxito de un proyecto
- Aumentando la capacidad para ser exitosos
- Factores que buscan las empresas para contratar (Educación, Experiencias etc.)
- Importancia de la Inteligencia Emocional
- Como se complementa el coeficiente intelectual con la inteligencia emocional
- Habilidades de la Inteligencia emocional
- La inteligencia emocional y la autoconciencia
- Áreas de interés de la inteligencia emocional (Autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía, habilidades sociales)
- Significado de Autoconciencia
- Importancia del autoconocimiento
- Beneficios individuales y de grupo, de la autoconciencia
- Autocontrol, empatía y habilidades sociales
- Clasificación personal o social de la autoconciencia, motivación, empatía, autocontrol y habilidades sociales
- La habilidad de relacionarse con los demás
- Importancia del autocontrol en el área social y personal
- Trabaje con su inteligencia emocional
- Significado de Inteligencia Emocional.
- Pasos para potenciar la Inteligencia Emocional
- Características de una persona con Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional en nuestras vidas

- Principales componentes de la inteligencia emocional (autoconocimiento, autocontrol, automotivación, empatía, habilidades sociales)
- Influencias de las emociones en el aprendizaje
- Los cuatro niveles de estado emocionales que afectan el aprendizaje
- Aprendizaje y Adaptación
- El cambio, y sus dos ciclos de desarrollo y resistencia

- Características de un profesional emocionalmente inteligente
- Diferentes características de un profesional emocionalmente inteligente
- Lista que engloba la inteligencia emocional.

Opciones de Trabajo

- Concepto de diferentes opciones de trabajo como, (trabajar en zonas rurales, servicios y emprendimiento) y sus respectivos ejemplos.

- Puntos relacionados con el espíritu del emprendedor

Potenciando nuestra educación

- Explicación de cómo potencia a la educación el bachillerato a distancia, carreras técnicas y educación dual.

- Características de la educación dual o educación para el trabajo

- La alternativa del bachillerato a distancia y ejemplos de Instituciones con este sistema

- Carreras técnicas y perspectivas importantes

- Razones por las cuales estudiar una carrera técnica

Preparándonos para ingresar al mercado laboral

- Alternativas para ingresar al mercado laboral

- Habilidades que debe tener una persona para ingresar al mercado laboral

Preparándonos para el entorno laboral

- Diapositivas que presentan puntos de vista sobre situaciones cotidianas, que se pueden presentar en el entorno laboral, con tres diferentes opciones de respuesta de las cuales solo 1 es la correcta

Reforzando nuestro perfil profesional

- Formas de obtener información para mejorar tu curriculum

- Aspectos que el profesional debe de tener en cuenta a la hora de reforzar su perfil profesional

- El profesional y las redes sociales

- El profesional y el trabajo colaborativo

- El profesional y la investigación

- Diversos tipos de herramientas alternativas que pueden usar los profesionales

Tendencias generales del trabajo en el futuro

- Factores que han cambiado las tendencias laborales (globalización, cambio tecnológico...)

- Cambios del entorno (innovar, demostrar, ventaja competitiva, longevidad de las empresas, sobrepasar expectativas)

- Algunas profesiones en el futuro

Opciones para las empresas

- Explicación del Teletrabajo

- Implementación del Teletrabajo en Costa Rica

- Características del Teletrabajo

- En las siguientes diapositivas se muestran descripciones por medio de preguntas, en las cuales hay que definir por cual medio se realizaría el teletrabajo

Pensamiento Estratégico

- Características e ideales que se deben desarrollar para crear un pensamiento estratégico

- El pensamiento Estratégico
- En cansancio del camino
- La visión. Un sueño realizable
- Ideales
- El compromiso

. Consejos para nuestra elección profesional

- Consejos de Don Belarmino para la elección profesional

Pensamiento diseñador

- Pasos y método que utiliza el diseñador para construir una idea
- Paso 1, elementos de un método, Paso 2, manipular los problemas, Paso 3, conocer a fondo la situación, Paso 4, la realidad esta formada por hechos, Paso 5, dejar volar la imaginación, Paso 6, diez ojos ven mejor que dos

Construir una cultura de calidad

- Significado de la cultura de calidad
- Participantes de la cultura de calidad
- Contribución pasiva a la calidad

Como enfrentamos las situaciones

- Diferentes situaciones como (empatía o falta de empatía, una situación problemática y un cambio en el entorno)

Mejoramiento continuo

- Pasos para promover el mejoramiento continuo
- El mejoramiento continuo en el desarrollo profesional
- Proceso de mejoramiento para los profesionales

La creatividad, el liderazgo y la innovación

El poder de la Creatividad

- Importancia de la Creatividad
- Factores contra los que hay que luchar para ejercitar la creatividad
- Tipos de ejercicios: El foco, la provocación

El liderazgo

- Se habla del tema del liderazgo, sus significados para las personas y para las empresas, también sus características principales
- Aspectos importantes que debe tener un líder.
- La importancia del liderazgo en las empresas

La necesidad de innovar

- Ámbitos en los que se puede aplicar la innovación
- Características de una persona innovadora
- Se necesita un equipo de trabajo para aplicar la innovación

Las nuevas tecnologías que están revolucionando la educación

- Tendencias Tecnológicas en la educación como: Realidad Virtual, Educación Online, Educación en el Móvil, Aprendizaje a través de los videojuegos, Inteligencia artificial, Impresoras en 3D , E-learning

METODOLOGÍA:

Este curso está planificado para que se lleve a cabo en la modalidad virtual y autogestionada. El material escrito y visual que se les proporcionará en el curso le permitirá generar conocimiento teórico y práctico con el objetivo de que desarrollen conocimientos en torno

al perfil laboral profesional, además gestionar habilidades y conocimientos para la creación de su curriculum vitae y su plan de búsqueda de empleo.

El curso está estructurado en 3 unidades.

COMPROMISO DE LOS PARTICIPANTES:

Las responsabilidades de los participantes serán:

- a. Revisar regularmente los materiales y módulos del curso.
- b. Revisar y leer todos los materiales de cada área o módulo.
- c. Realizar todas actividades propuestas.
- d. Utilizar los espacios de comunicación dispuestos para evacuar sus inquietudes.