



**DIRECCION GENERAL DE DOCENCIA**  
**DIRECCIÓN DE FORMACIÓN HUMANISTA Y CRISTIANA**  
**Programa de Formación para la Diversidad**

**Programa de Curso**

1. Nombre del curso	Estrategias para el manejo de la ansiedad social						
2. Código	DDO1095						
3. Año /Semestre	Semestre II						
4. Créditos SCT-Chile	3						
Nº Horas PMA Total	Horas Presenciales	1	Horas Mixtas	1	Horas Autónomas	3	
5. Tipo de Curso	<input type="checkbox"/> Obligatorio <input checked="" type="checkbox"/> Optativo						
6. Perfil de egreso-Identidad	El egresado de la UC Temuco se caracteriza, entre otros aspectos, por su valoración y respeto de la diversidad, esto es preocuparse por el desarrollo del otro en su dimensión humana, comprendiendo que las diferencias sociales, religiosas, de género, étnicas y de capacidades enriquecen la convivencia, sin incurrir en prácticas discriminatorias. Este curso contribuye a ello mediante la reflexión interdisciplinar y la interacción entre estudiantes de distintas carreras.						
7. Descripción	La ansiedad social alcanza las cifras más elevadas en la etapa del ciclo vital que coincide con el paso por la universidad, lo cual puede dificultar la adaptación a la vida universitaria y, en consecuencia, el desarrollo académico y personal.  Por lo anterior, este curso pretende proveer las herramientas necesarias para que los y las estudiantes desarrollen competencias que les faciliten el establecimiento de relaciones sociales y, de este modo, favorecer su salud mental, entendiendo que el contar con estas habilidades les generará niveles más elevados de bienestar subjetivo.						
8. Requisitos	Sin requisitos						
9. Competencias Específicas y nivel de dominio	<u>No corresponde</u>						



<b>10. Competencias Genéricas y nivel de dominio</b>	Respeto y Valoración de la diversidad <ul style="list-style-type: none"><li>Definición: Se reconoce y reconoce a los demás en sus diferencias humanas, sean estas socioeconómicas, etnoculturales, político-ideológicas, religioso-espirituales, de edad, de género, afectivo-sexuales, de capacidades físico-cognitivas, u otras, favoreciendo un dialogo intercultural humanizador y promotor de entornos sociales más justos e inclusivos.</li><li>Nivel 2: Reconoce el valor y la legitimidad de la diversidad, propia y del otro, comprendiendo la riqueza de las diferencias, socioculturales y de capacidades incorporándolas en la interacción cotidiana de sus propias prácticas, a fin de ir configurando su futuro</li></ul>
<b>11. Resultados de aprendizaje (RA)</b>	Manifiesta dominio de habilidades sociales en las distintas interacciones que establece, a partir del respeto de las características personales, tanto propias como de los otros con quienes se vincula.
<b>12. Contenidos asociados (conceptuales, procedimentales y actitudinales requeridos para el logro de cada RA)</b>	Contenidos conceptuales: <ul style="list-style-type: none"><li>Ansiedad social: definición y características</li><li>Dimensiones vinculadas con la ansiedad social: interacción con desconocidos, interacción con el sexo opuesto, expresión de desagrado, molestia y/o enfado, temor a hacer el ridículo, hablar en público e interacción con personas de autoridad.</li><li>Comunicación</li><li>Habilidades sociales.</li></ul> Contenidos procedimentales: <ul style="list-style-type: none"><li>Utiliza habilidades sociales en las distintas dimensiones asociadas a la ansiedad social.</li><li>Se comunica eficazmente en la interacción con otros.</li></ul> Contenidos actitudinales: <ul style="list-style-type: none"><li>Demuestra aceptación y respeto por las características personales, tanto propias como de los otros; en las interacciones sociales que establece.</li></ul>
<b>13. Estrategias de Enseñanza-Aprendizaje</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Clases expositivas y modalidad taller.</li></ul>
<b>14. Estrategias de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Trabajos prácticos.</li></ul>



<p>15. Recursos de Aprendizaje</p>	<p><b>Recursos bibliográficos:</b></p> <p>Caballo, V. Salazar, I., Garrido, L., Irurtia, M., Hofmann, S. (2018). <i>Programa de intervención multidimensional para la ansiedad social (IMAS). Libro del terapeuta</i>. Madrid: Pirámide.</p> <p>Caballo, V., Salazar, I., Garrido, L. (2018). <i>Programa de intervención multidimensional para la ansiedad social (IMAS). Libro del paciente</i>. Madrid: Pirámide.</p> <p><b>Recursos informáticos</b></p> <p>Educa: <a href="https://educa.uct.cl/">https://educa.uct.cl/</a></p>
------------------------------------	--