



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA**  
**SECRETARÍA ACADÉMICA UNIVERSITARIA**  
*Coordinación General de Evaluación, Innovación y Calidad Educativa*  
**UNIDAD ACADÉMICA PSICOLOGÍA MAZATLÁN**  
**LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**



**PROGRAMA DE ESTUDIOS**

1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN			
<b>UNIDAD DE APRENDIZAJE O MÓDULO</b>	<b>SALUD Y CALIDAD DE VIDA EN EL TRABAJO</b>		
<b>Clave:</b>	4882		
<b>Horas y créditos:</b>	<b>Teóricas:</b> 50	<b>Prácticas:</b> 30	<b>Estudio Independiente:</b> 32
	<b>Total de horas:</b> 112		<b>Créditos:</b> 7
<b>Competencia (s) del perfil de egreso a las que aporta.</b>	<p>AO2. Diseña e implementa programas de Intervención para el mejoramiento de las personas y la organización aplicando las técnicas y estrategias de la psicología organizacional Argumenta de manera oral y escrita sus ideas, durante el proceso de construcción del conocimiento científico, para divulgar los hallazgos y experiencias de la actividad profesional, a través de publicaciones científicas.</p> <p style="padding-left: 40px;">2.3 Aplica y evalúa programas de formación y desarrollo del talento humano en las organizaciones para favorecer el desarrollo de las personas y la organización laboral, atendiendo los factores intra e interpersonales, intra e intergrupales.</p> <p>AO3. Desarrolla e implementa protocolos de investigación para identificar necesidades de comportamiento organizacional aplicando las técnicas e instrumentos de medición avalados por la comunidad de psicología organizacional.</p> <p style="padding-left: 40px;">3.3 Difunde los avances y resultados de investigación, para intercambiar y retroalimentar los conocimientos generados, en los diversos sectores, utilizando diferentes medios de comunicación.</p>		
<b>Ubicación</b>	OCTAVO SEMESTRE – OBLIGATORIA – FASE DE ACENTUACIÓN ORGANIZACIONAL		
<b>Unidades de aprendizaje relacionadas</b>	Comportamiento Humano en el trabajo Procesos de Capacitación Seguridad e higiene en el trabajo Desarrollo Organizacional		
<b>Responsables de elaborar y/o actualizar el programa:</b>	Rafael Castro Pérez Kirenia Alejandra Ortega Escalante.		
<b>Fecha de:</b>	<b>Elaboración:</b> 2011	<b>Actualización:</b> enero de 2015	
2. PROPÓSITO			
Al finalizar la unidad de aprendizaje los alumnos aplicarán los principios de la psicología de la salud y calidad de vida como parte de los procesos de su práctica profesional			
3. COMPONENTES DE LA COMPETENCIA			
<b>Teóricos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica modelos teóricos sobre la salud y bienestar laboral</li> <li>• Identifica factores psicosociales relacionados con la salud y bienestar laboral</li> </ul>		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica los efectos psicossomáticos y psicossociales derivadas de los ambientes laborales</li> </ul>
<b>Prácticos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diseña propuestas de mejora</li> <li>Implementa estrategias de prevención y atención de necesidades de salud y bienestar laboral</li> </ul>
<b>Actitudinales:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Muestra disposición para la lectura y el uso de estrategias en su comprensión.</li> <li>Muestra responsabilidad en las tareas individuales y en equipo.</li> </ul>

#### 4. CONTENIDOS

##### I. PSICOLOGÍA DE LA SALUD.

- I.1. Introducción a la psicología de la salud
- I.2. Enfoques de la psicología de la salud
  - 1.2.1. Enfoque de la psicossociológico
  - 1.2.2. Enfoque humanista
  - 1.2.3. Enfoque gerencial y sistémico

##### II. BIENESTAR Y CALIDAD DE VIDA EN EL TRABAJO

- II.1. Bienestar y salud ocupacional.
- II.2. Satisfacción laboral.
- II.3. Vocación y proyecto de vida laboral
- II.4. Comunidad y clima laboral

##### III. DIAGNOSTICO SITUACIONAL DEL BIENESTAR Y LA CALIDAD DE VIDA EN EL TRABAJO

- III.1. Variables de C.O en bienestar y calidad de vida en el trabajo
- III.2. Estrategias de diagnostico
- III.3. Instrumentos y técnicas de diagnóstico

##### V. MODELOS Y ESTRATEGIAS DE GESTIÓN DEL BIENESTAR Y LA CALIDAD DE VIDA EN EL TRABAJO.

- V.1. Modelos de prevención y atención del estrés
- V.2. Modelos de promoción de estilos de vida saludables
  - V.3. Modelos de prevención y atención de comportamiento organizacional de riesgo (accidentes de trabajo, autoagresión, agresión, suicidio, homicidio)

#### 5. ACCIONES ESTRATÉGICAS PARA DESARROLLAR LAS COMPETENCIAS

##### **Acciones del docente:**

Los docentes deberán jugar un rol facilitador que permita al estudiante jugar un papel activo y protagónico en el proceso de construcción de las competencias previstas. Esto implica, gradual y paulatinamente transferir la conducción y construcción del proceso de aprendizaje de los profesores a los alumnos docentes, mediando la interacción presencial, a distancia, y el desarrollo autónomo de actividades, con el fortalecimiento del trabajo colaborativo durante el transcurso de las actividades, buscando lograr la independencia y autonomía en el aprendizaje.

Se hace necesario que no todas las actividades de aprendizaje se desarrollen de manera presencial, sino que el docente promueva diversas actividades de aprendizaje que favorezcan el trabajo autónomo del estudiante, pero contando para ello con el apoyo permanente del mismo docente.

##### **Acciones del estudiante:**

- Analiza y redacta controles de lectura
- Integra el protocolo de diagnóstico; acude a asesorías, expone el protocolo para su aprobación
- Implementa el diagnostico; asiste con puntualidad a las actividades del proceso de diagnostico
- Organiza propuesta de prevención y mejora de salud y bienestar laboral
- Implementa programas de mejora de salud y bienestar laboral

- Expone resultados finales para acreditar la unidad de aprendizaje

## **6. EVALUACIÓN DE LAS COMPETENCIAS**

<b>6.1. Evidencias de aprendizaje</b>	<b>6.2. Criterios de desempeño</b>	<b>6.3. Calificación y acreditación</b>
1. Protocolo de diagnóstico situacional. 2. Reporte de diagnóstico 3. Diseño de programa de prevención y mejora de bienestar y calidad de vida.	Implementa programa de prevención y mejora de salud y bienestar laboral cumpliendo las especificaciones del proyecto	Asistencia 10% Controles de lectura 20% Diagnóstico situacional 30%. Implementación de programa de mejora de bienestar y calidad de vida 40%

**Medios de registro: Portafolio, Lista de cotejo, Rúbrica.**

## **7. FUENTES DE INFORMACIÓN**

Oblitas Guadalupe Luis A.(2010), PSICOLOGÍA DE LA SALUD Y CALIDAD DE VIDA, Edit. Cengage learning, México, DF.

Taylor Schelley E, (2003) PSICOLOGÍA DE LA SALUD, Editorial: MCGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V, México.

Marks David F, (2008) PSICOLOGÍA DE LA SALUD, Editorial: Manual Moderno, México

Betancour Gómez Fabiola M. (2001) SALUD OCUPACIONAL: ENFOQUE HUMANISTA, MCGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V, Colombia.

Turcotte Pierre (1986) CALIDAD DE VIDA EN EL TRABAJO, Editorial Trias, México

## **8. PERFIL DEL PROFESOR:**

Posgrado y/o especialidad en psicología organizacional con experiencia en docencia, generación y aplicación de conocimientos en organizaciones laborales.