Madurez personal

OBJETIVOS

+ Objetivos cognitivos:

- Comprender a la persona como ser en proceso a través de las distintas etapas de la vida, llamado a la libertad y a la plenitud, y conocer los procesos psicológicos de crecimiento y desarrollo personal y relacional.
- Conocer y analizar las características personales configuradas por la personalidad, la historia, las opciones, las capacidades, posibilidades y límites propios.
- Comprender aspectos relevantes de las relaciones primarias familiares y microsociales.

+ Objetivos actitudinales:

- Desarrollar una actitud positiva hacia el conocimiento y el crecimiento personal basada en una sana autoestima.
- Descubrir y valorar la necesidad de la relación interpersonal y grupal para el crecimiento personal a partir de la concepción y experiencia del ser humano como ser en relación.
- Presentar una disposición a la revisión personal respecto de las relaciones primarias y microsociales que se establecen.
- Desarrollar una disposición para realizar propuestas con relación a la satisfacción en los ambientes de trabajo.

+ Objetivos procedimentales:

- Adquirir herramientas para el conocimiento personal permanente.
- Desarrollar habilidades de comunicación interpersonal y grupal: asertividad, escucha, diálogo, cercanía.
- Incrementar las habilidades parentales, filiales, de pareja y amistad.
- Adquirir instrumentos para la toma de conciencia en torno a la experiencia de trabajo.

CONTENIDOS MÍNIMOS

Cualquiera que sea el tratamiento pedagógico que se realice, el módulo Madurez Personal incluye los siguientes contenidos mínimos:

- Criterios de madurez humana. El buen funcionamiento psicológico.
- Autoconcepto y autoestima. Definiciones, aspectos, influencias y formación de la autoestima, importancia de ambos y características de las personas con buena y mala autoestima.
- La personalidad. El concepto de crecimiento, rasgos y características de personalidad.
- Etapas evolutivas de la vida.
- Las relaciones interpersonales. Habilidades de la expresión y habilidades del receptor.

- El matrimonio, pareja y conflicto, estilos de relación en el matrimonio, factores para su éxito y sexualidad de la pareja.
- Relación padres- hijos. La amistad.
- El trabajo, necesidades humanas y condiciones.