

---

# Investigación e Innovación Educativa en Docencia Universitaria. Retos, Propuestas y Acciones

Edición de.

Rosabel Roig-Vila  
Josefa Eugenia Blasco Mira  
Asunción Lledó Carreres  
Neus Pellín Buades

Prólogo de.

José Francisco Torres Alfosea  
Vicerrector de Calidad e Innovación Educativa  
Universidad de Alicante

---

Edición de:

Rosabel Roig-Vila  
Josefa Eugenia Blasco Mira  
Asunción Lledó Carreres  
Neus Pellín Buades

© Del texto: los autores (2016)

© De esta edición:

Universidad de Alicante  
Vicerrectorado de Calidad e Innovación educativa  
Instituto de Ciencias de la Educación (ICE) (2016)

ISBN: 978-84-617-5129-7

Revisión y maquetación: Neus Pellín Buades

# **Automotivación y planificación en el aprendizaje de las enseñanzas técnicas**

J. A. Nescolarde Selva<sup>9</sup>; N. Alberquilla de la Cruz; I. Bajo García<sup>2</sup>; A. Font Escamilla<sup>7</sup>; S. Gallego Rico<sup>6</sup>; S. García Domenech<sup>4</sup>; J. García Rodríguez<sup>11</sup>; P. J. Juan Gutiérrez<sup>5</sup>; E. Lloret Pastor<sup>8</sup>; J. J. Lopez García<sup>3</sup>; J. Ortiz Zamora<sup>6</sup>; M. F. Ortuño Sánchez<sup>6</sup>; R. Perez Del Hoyo<sup>4</sup>; F. A. Pujol Lopez<sup>11</sup>; F. J. Sánchez Merina<sup>5</sup>; J. L. Sánchez Romero<sup>11</sup>; M. D. Saquete Ferrandiz<sup>7</sup>; E. Serrano Torregrosa<sup>10</sup>; S. Spairani Berrio<sup>1</sup>; S. Vázquez Perez<sup>8</sup>;

*<sup>1</sup>Departamento de Construcciones Arquitectónicas; <sup>2</sup>Departamento de Derecho del Trabajo y de la Seguridad Social; <sup>3</sup>Departamento de Economía Financiera y Contabilidad; <sup>4</sup>Departamento de Edificación y Urbanismo; <sup>5</sup>Departamento de Expresión Gráfica y Cartografía; <sup>6</sup>Departamento de Física, Ingeniería de Sistemas y Teoría de la Señal; <sup>7</sup>Departamento de Ingeniería Química; <sup>8</sup>Departamento de Lenguajes y Sistemas Informáticos; <sup>9</sup>Departamento de Matemática Aplicada; <sup>10</sup>Departamento de Química Inorgánica; <sup>11</sup>Departamento de Tecnología Informática y Computación.*

## **RESUMEN**

El Plan de Acción Tutorial (PAT) de la Escuela Politécnica Superior (EPS) tiene por filosofía su voluntariedad, está abierto a todos aquellos tutores y estudiantes que de manera voluntaria deseen formar parte del plan. Esto permite que el trabajo se realice más satisfactoriamente tanto por parte de tutores como por parte de los estudiantes. Con esta memoria nos proponemos presentar nuestras experiencias en el desarrollo del PAT de nuestro centro. La automotivación consiste en aprender a conocerse uno mismo y ser consciente de lo que te permite producir ese combustible para ponerte en acción, disfrutando en tu día a día. Nadie duda que una baja motivación para alcanzar una meta puede representar una barrera, a veces demasiado grande, para poder alcanzar nuestros objetivos. En el marco del PAT de la EPS hemos desarrollado diversos talleres vivenciales para analizar la influencia de la automotivación y la organización en el proceso de aprendizaje de las enseñanzas técnicas.

**Palabras claves:** automotivación, PAT, planificación, tutores, tutorización.

## 1. INTRODUCCIÓN

A grandes rasgos, el programa ha contado este año con un total de 38 tutores (23 de ellos con estudiantes asignados) y un total de 103 estudiantes, 18 estudiantes más que el curso pasado, de 33 titulaciones impartidas en este centro, entre los nuevos estudios de grado (9 titulaciones de grado), las titulaciones a extinguir (10 titulaciones), los cursos de adaptación (3 cursos de adaptación) y de los masters impartidos (13 masters).

Nuestro PAT tiene web propia (figura 1) (cuyo enlace – <http://www.eps.ua.es/pat/>– consta en todas las notificaciones por correo y en la cartelería) para conocer los tutores disponibles para su titulación. Tras informarse, el alumno, contacta con el coordinador para la posterior inscripción a través de un sistema informático propio de la EPS.

Figura 1. Web propia del PAT de la EPS



Un año más, se ha contado con la infraestructura organizativa y también tecnológica proporcionada por el **servicio de informática de la EPS**. Este año además hemos vuelto a contar con una plataforma centralizada proporcionada por el ICE en el

Campus Virtual en el que se dieron de alta tanto tutores como estudiantes asignados a dichos tutores. La url es: [cvnet.cpd.ua.es/pat/](http://cvnet.cpd.ua.es/pat/). El coordinador de cada centro se ha encargado de introducir la información en esta plataforma. En el caso particular de la Escuela, puesto que ya disponemos de una plataforma informática que da soporte a nuestro plan lo que planteamos fue generar un fichero con la información de nuestra plataforma que fue automáticamente trasvasada a la plataforma proporcionada en el campus virtual.

## **2. METODOLOGÍA**

Debido a las dificultades de elegir la fecha idónea para la puesta en marcha del programa. Este curso académico, desde antes de su comienzo, a primeros de julio de 2015, trasvasamos directamente todos los datos de los tutores del año pasado que nos dieron su consentimiento por email, lo cual agilizó mucho el proceso y permitió que los estudiantes de primero que se matriculan a mediados/finales de julio ya puedan elegir su tutor dentro de una lista bastante amplia de opciones. Al mismo tiempo también se dio la oportunidad mediante un mailing a todos los profesores de la escuela para nuevas incorporaciones de tutores.

Además, también en septiembre se publicó una noticia en la web de la EPS dirigida a los estudiantes anunciando el plan, así como dos mailings para los estudiantes: 1) dirigido especialmente a aquellos estudiantes que habían marcado la opción del PAT en la matrícula, y 2) un mailing genérico para todos los estudiantes invitándoles a participar en el plan.

Puesto que tanto la web como la cartelería había sido creada el año anterior y no fue necesario cambiar nada, iniciamos el proceso de colgado de carteles a primeros de septiembre. Al igual que otros años, en las charlas dirigidas a los futuros estudiantes que nos visitan de los centros de secundaria, en el programa de visitas de la universidad, se les informa de manera detallada de las bondades del plan para que ya estén informados del programa inclusive antes de matricularse en los diversos grados de nuestro centro (figura 2). Además, en la charla de apertura de curso de la Escuela, se les informa a los estudiantes de nuevo ingreso y se repartieron trípticos (figura 3) informativos del programa.

En este sentido, varios tutores de cada grado, visitan las aulas de los estudiantes de primero informándoles del programa y animándoles a su inscripción.

Asimismo, a primeros de octubre se realizó la primera reunión coordinador-tutores para planificar e iniciar el trabajo, unificar criterios y plantear una planificación y unas necesidades previas.

Figura 2. Plantilla de difusión del programa a los centros de secundaria



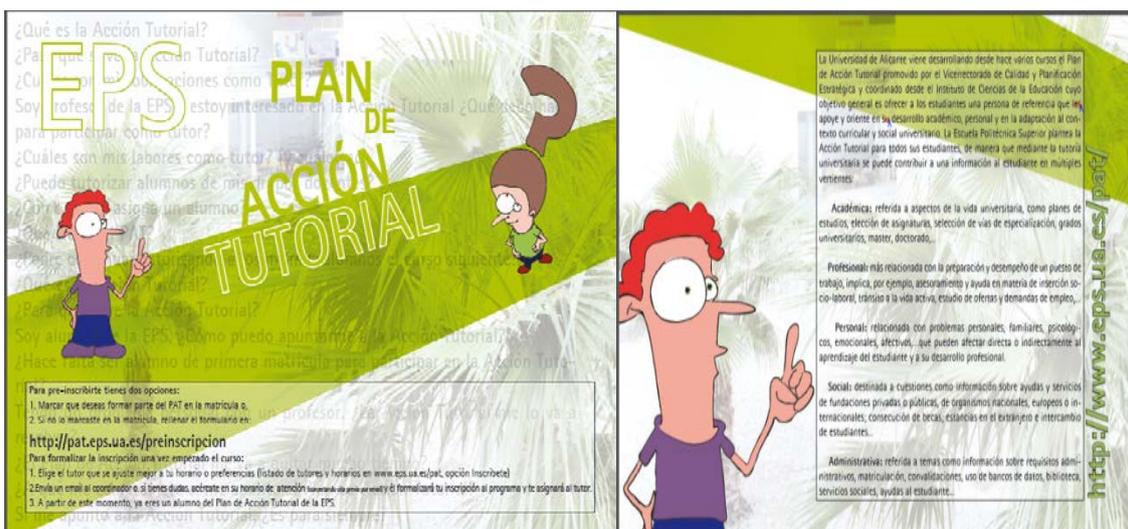
**PAT (Plan de Acción Tutorial)**

El Programa de Acción Tutorial pretende básicamente proporcionar al alumnado universitario orientación y apoyo en su desarrollo personal, académico, y profesional, así como el facilitar su adaptación al contexto social universitario.

Las tareas básicas planificadas para el desarrollo del programa, dentro de los tres ámbitos de trabajo, coordinación general, coordinación de Facultad y tutora o tutor serán:

- ✓ Programación de actividades individuales y/o grupales con alumnado.
- ✓ Orientación en las dificultades académicas y de aprendizaje del alumnado.
- ✓ Asesoramiento en la trayectoria curricular del alumnado y orientación sobre salidas profesionales.
- ✓ Evaluación del programa una vez desarrolladas las actividades planificadas.

Figura 3. Tríptico informativo



**¿Qué es la Acción Tutorial?**  
**¿Para qué sirve la Acción Tutorial?**  
**¿Cuáles son mis labores como tutor?**  
**¿Puedo tutorizar alumnos de mis cursos siguientes?**  
**¿Cómo se inscribe un alumno?**  
**¿Cómo se inscribe un profesor?**

**PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL**

La Universidad de Alicante viene desarrollando desde hace varios cursos el Plan de Acción Tutorial promovido por el Vicerectorado de Calidad y Planificación Estratégica y coordinado desde el Instituto de Docencia de la Educación cuyo objetivo general es ofrecer a los estudiantes una persona de referencia que les ayude y oriente en su desarrollo académico, personal y en la adaptación al contexto curricular y social universitario. La Escuela Politécnica Superior plantea la Acción Tutorial para todos sus estudiantes, de manera que mediante la tutoría universitaria se puede contribuir a una información al estudiante en múltiples vertientes:

- Académicas:** referida a aspectos de la vida universitaria, como planes de estudios, elección de asignaturas, selección de vías de especialización, grados universitarios, master, doctorado.
- Profesionales:** más relacionada con la preparación y desempeño de un puesto de trabajo, implica, por ejemplo, asesoramiento y ayuda en materia de inserción socio-laboral, tránsito a la vida activa, estudio de ofertas y demandas de empleo.
- Personales:** relacionada con problemas personales, familiares, psicológicos, emocionales, afectivos, que pueden afectar directa o indirectamente al aprendizaje del estudiante y a su desarrollo profesional.
- Sociales:** destinada a cuestiones como información sobre ayudas y servicios de fundaciones privadas o públicas, de organismos nacionales, europeos o internacionales, consecución de becas, estancias en el extranjero e intercambio de estudiantes.
- Administrativas:** referida a temas como información sobre requisitos administrativos, matriculación, convalidaciones, uso de bancos de datos, biblioteca, servicios sociales, ayudas al estudiante.

Para pre-inscribirte tienes dos opciones:  
 1. Marcar que deseas formar parte del PAT en la matrícula o.  
 2. Si no lo marcaste en la matrícula, rellenar el formulario en:  
<http://pat.eps.ua.es/preinscripción>  
 Para formalizar la inscripción una vez empezado el curso:  
 1. Elige el tutor que se ayude mejor a tu horario o preferencias (Estado de tutores y horarios en [www.eps.ua.es/pat](http://www.eps.ua.es/pat), opción Inscribirte)  
 2. Envía un email al coordinador o al tutor de atención al alumno de tu curso y formalizará tu inscripción al programa y te asignará al tutor.  
 3. A partir de este momento, ya eres un alumno del Plan de Acción Tutorial de la EPS.

<http://www.eps.ua.es/pat/>

La plataforma de inscripción así como las diferentes herramientas necesarias para el buen funcionamiento del PAT están integradas en los servicios web de la EPS ([www.eps.ua.es](http://www.eps.ua.es)) y han sido utilizadas este año también, puesto que estaban muy bien definidas y no hemos encontrado ningún problema en usarlas de nuevo este año. Este año se sigue desarrollando la posibilidad de asignar cotutores bajo la tutela de un tutor supervisor del PAT

- Repositorio de memorias del tutor clasificadas por año: Este año nos ha parecido más conveniente crear un repositorio propio de memorias en la plataforma de la Escuela, de forma que cada tutor con su usuario y contraseña de la EPS puede entrar en la herramienta y subir su memoria, su cuaderno de campo y los cuestionarios de los estudiantes. De esta forma a su vez, el coordinador tiene la posibilidad de realizar una revisión muy rápida de estas memorias, que además están siempre disponibles. En otras ocasiones los tutores utilizaban un grupo de trabajo del CV o el email, pero muchas veces estas memorias se podían traspapelar y es por ello que se ha elegido esta opción más centralizada.

Por otro lado seguimos usando el portal web, con un diseño más rompedor y joven (<http://www.eps.ua.es/pat>). La imagen del portal es la misma que la de la cartelería, noticias web y trípticos. En este portal también se maneja mejor la administración de contenidos para facilitar la inserción de noticias o documentación relevante.

La página web se estructura de la siguiente manera:

- **PRESENTACIÓN:** objetivos y estrategias del programa
- **NOTICIAS:** información sobre eventos importantes relacionados con el PAT
- **¡INSCRÍBETE!:** Información sobre el proceso de inscripción y los tutores disponibles, así como sus horarios y localización.
- **PREGUNTAS FRECUENTES:** listado de preguntas frecuentes con sus respuestas, tanto para los estudiantes como para los tutores.
- **DOCUMENTOS:** relación de documentos útiles para el desarrollo del programa
- **ENLACES:** direcciones de interés
- **TALLERES:** información de los talleres de interés.

El plan de difusión del PAT se emprende, de manera oficial, en el acto de comienzo de curso, en el que el coordinador del plan hizo público su existencia y características. En ese momento se mostró también la web del plan y se explicaron los pasos a seguir para formar parte oficialmente del mismo.

Este año, se ha hecho un gran hincapié en el proceso de difusión del programa en redes sociales como Facebook y Twitter fundamentalmente (figura 4) con un plus de originalidad incluyendo viñetas con el objetivo de conseguir que el programa sea percibido como algo atractivo y cercano a los estudiantes.

El proceso de inscripción ha sido el mismo que el año anterior. Desde el primer día tras la presentación, y de manera continuada a lo largo del curso, los estudiantes han acudido a inscribirse al programa.

Figura 4. Noticia motivación al programa en redes sociales



Los estudiantes acudían a la página web para decidir que tutor es el que más le convenía, y se lo hacía saber al coordinador para formalizar la inscripción.

Figura 5. Opción de inscribirse en la web del PAT

Presentación Noticias **INSCRIBETE** FAQ Documentos Talleres

¿Cómo INSCRIBIRSE?

1. Elige el tutor que se ajuste mejor a tu horario o preferencias
2. Envía un email al coordinador o, si tienes dudas, acércate en su horario de atención (concertando cita previa por email) y él te inscribirá al programa y te asignará al tutor

En esta página dispones de toda la información necesaria para completar tu inscripción.

Tutores A Tu Disposición

A continuación te mostramos los tutores agrupados por Plan de Estudios

**Coordinación**

Coordinador (Tif*)	Horario	
<b>NESCOLARDE SELVA, JOSUE ANTONIO</b> (8770- )	Martes 18:00 - 20:00	<a href="mailto:josue.selva@ua.es">josue.selva@ua.es</a>

\*Para contactar con la Extensión, marcar primero 965 90 34 00 y solicitar la extensión.

\*Si el coordinador no se encontrara en su despacho en este horario por cuestiones académicas o administrativas, puedes enviar un email para concertar una cita y así asegurarte la presencia del mismo.

**Listado de Tutores del curso 2015-2016**

Seleccione un plan de estudios... ▼

Seleccione un plan de estudios...

Como ha ocurrido otros años, puesto que la asignación de estudiantes tutorizados a tutores se hace por petición propia de los estudiantes, algunos tutores finalmente no han tutorizado a ningún estudiante este año, y por tanto, a pesar de aparecer como tutores no se han contabilizado como tutores en activo.

### 3. RESULTADOS

La distribución por tipo de titulación que han participado en el plan se muestra en la siguiente figura (figura 6).

Como se puede apreciar, prácticamente la totalidad de los alumnos inscritos al programa son estudiantes de grado, lo cual parece lógico ya que representan la mayor cantidad de estudiantes de la Escuela además de ser los estudiantes con mayores necesidades de tutorización teniendo en cuenta su poca o nula experiencia, si son de primero de grado, en la vida universitaria.

En el siguiente gráfico, podemos apreciar cómo se distribuyen los estudiantes de grado de acuerdo a cada tipo de titulación (figura 7).

Figura 6. Número de alumnos por tipo de titulación

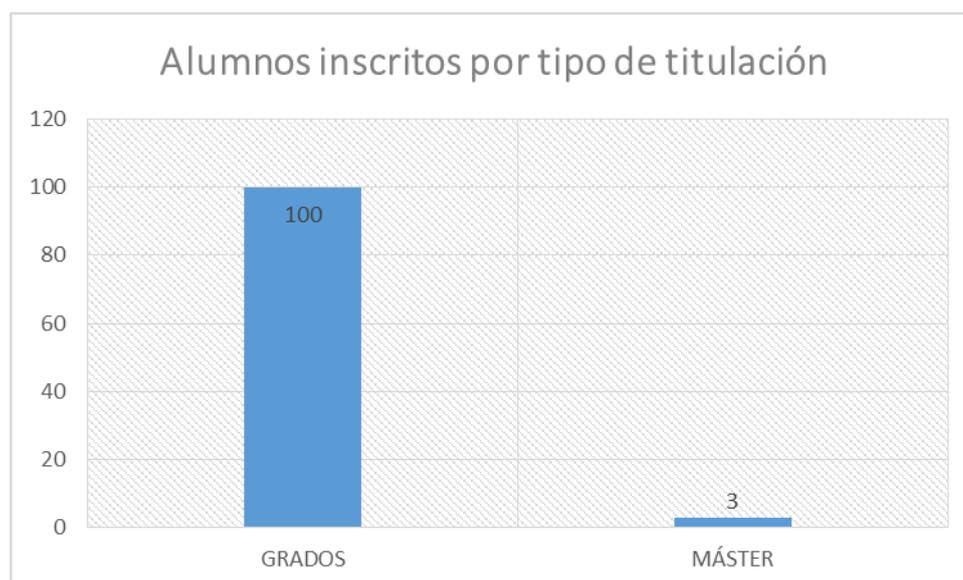
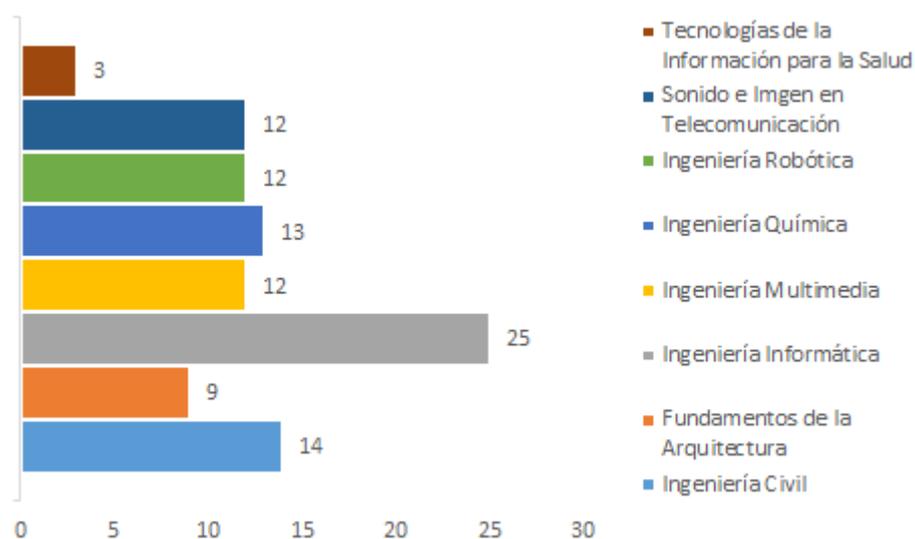


Figura 7. Distribución de estudiantes de grado inscritos en el PAT



Como vemos este año, el grueso de los alumnos, un 25%, pertenecen al grado de Ingeniería Informática. El resto de alumnos por grado es muy similar salvo en el grado en Tecnologías de la Información para la Salud cuyo número de inscritos es de solo 3 estudiantes, como posible solución a este bajo número de inscritos aumentaremos la oferta de tutores para este título para el próximo curso académico.

Como parece lógico la mayoría de los estudiantes del PAT pertenecen al primer curso, apreciando la diferencia más notable entre los estudiantes matriculados en tercero respecto a los de primero que prácticamente se divide a la mitad.

En cuanto a la fase formativa, el PAT de la EPS, este curso al igual que otros años ha sido muy activo a la hora de organizar y desarrollar talleres atractivos dirigidos especialmente, aunque no en exclusiva, a los estudiantes del PAT.

Los talleres (figura 8) que hemos realizado en este curso académico son los siguientes: TALLER DE GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO; TALLER DE AUTOMOTIVACIÓN; TALLER DE AFRONTAMIENTO DE EXÁMENES. Los dos primeros talleres se han realizado a lo largo del primer cuatrimestre, en los meses de noviembre y de diciembre, y han sido realizados por la experta formadora y psicóloga Nuria Alberquilla. El tercer taller, de afrontamiento de exámenes, lo realizamos en el segundo cuatrimestre, en el mes de abril, y fue desarrollado por parte del psicólogo del CAE, Tomás Ordóñez Rubio.

Figura 8. Web del PAT de difusión de talleres formativos



The image shows a screenshot of a website with a green header containing navigation buttons: 'Presentación', 'Noticias', '¡INSCRÍBETE!', 'FAQ', 'Documentos', and 'Talleres'. Below the header is a cartoon illustration of two men, one with red hair and one with a mustache, surrounded by green decorative swirls. To the right of the illustration is a text block for a workshop titled '28/04/2016 - TALLER DE AFRONTAMIENTO DE EXÁMENES'. The text describes the workshop as an opportunity to improve grades and provides details about the date, location, and instructor.

**28/04/2016 - TALLER DE AFRONTAMIENTO DE EXÁMENES**

Este taller es una oportunidad para mejorar tus notas. Está dirigido a quien lo está intentando una y otra vez y fracasa. Probablemente, si vuelves a presentarte en las mismas condiciones, volverás a fracasar. No vamos a hablar de motivación. Porque seguro que has ido motivado más de una vez y has fracasado. Vamos a hablar de... qué hacer, entonces, después del fracaso, o ante el fracaso. Vamos a hablar de que no es suficiente **querer**... además hay que **poder** y **saber** cómo aprobar.

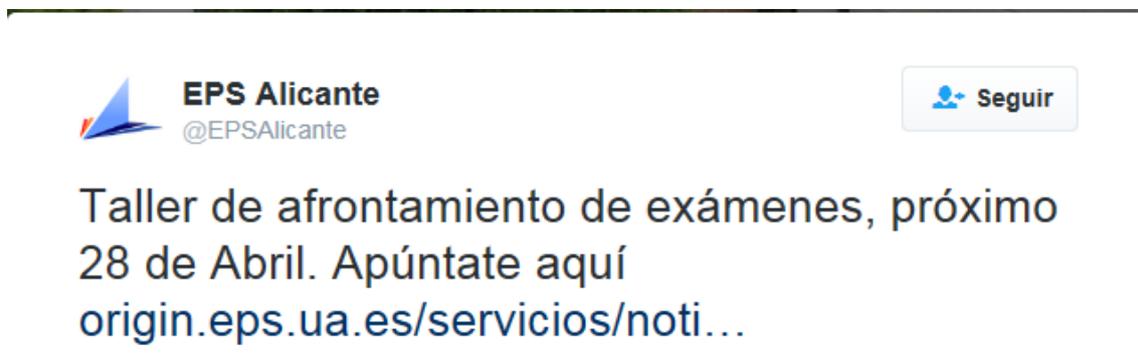
¡Eso sí, no hay trucos! Te vamos a decir que hay que currar... Eso ya lo sabes. Pero vamos a hablar de que nuestro trabajo tiene que ser de calidad, de cómo currar para aprobar. ¡Si te interesa, nos vemos!

**Fecha del evento:** Jueves 28 de abril de 13:00 a 14:30 horas.  
**Lugar de celebración:** Aula A2/0B01 del Aulario II.  
**Imparte:** Tomás Ordóñez Rubio, psicólogo del Centro de Apoyo al Estudiante de la Universidad de Alicante.

[INSCRIPCIÓN](#)

Estos talleres han contado, también, con un proceso de difusión (figura 9) importante en redes sociales (RRSS), hay que tener en cuenta que todo lo que hacemos está dirigido a jóvenes, a día de hoy para nadie es ajena la idea de que una manera muy importante de comunicación hoy en día, sobre todo los jóvenes, son las RRSS.

Figura 9. Difusión en RRSS de los talleres formativos



Una parte importante en el éxito de un estudiante es su capacidad de automotivación en los diversos retos a los que se enfrenta en su carrera universitaria. Hoy más que nunca es importante que conectes con tu PRÓXIMO ÉXITO, fue uno de los eslóganes que la psicóloga Nuria Alberquilla llevo a cabo en taller. Ahora es el momento de PONERTE EN ACCIÓN y enfocarte en lo que TÚ QUIERES, les enfatizaba Nuria en el taller.

*¿Qué te que impulsa a actuar? ¿Y a dar lo mejor de ti cada día? Muy a menudo buscamos esta energía en factores externos, palos y zanahorias que nos hagan actuar. Pero, ¿por qué buscar fuera lo que puedes hacer tu mismo? La automotivación consiste en aprender a conocerse uno mismo y ser consciente de lo que te permite producir ese combustible para ponerte en acción, disfrutando en tu día a día. Estas preguntas fueron debatidas y razonadas en su taller formativo.*

*Estás a punto de comenzar un viaje que cambiará tu vida. En este taller los estudiantes descubrieron, desde una aproximación práctica y vivencial, nuevos conocimientos y herramientas que les permitieron conocer cuál es el combustible que les mueve para que conseguir EL PRÓXIMO MAYOR ÉXITO en los resultados de tus estudios.*

El taller, les ayudó a descubrir el enorme potencial natural y la extraordinaria fuerza automotivadora que genera el autoconocimiento.

Con la ayuda inestimable de los técnicos de la EPS, en especial de nuestro compañero Carlos Guillén, hemos elaborado un video resumen de uno de los talleres (figura 10) el cual aparece visible en nuestro canal de youtube (<https://www.youtube.com/user/EPSAlicante>) permitiendo que todos los estudiantes que no hayan tenido la oportunidad de asistir al taller puedan conocer de una muy visual lo acontecido y tener la posibilidad de animarse a participar para las futuras ediciones del mismo.

Figura 10. Video resumen de uno de los talleres realizados

Así fue:

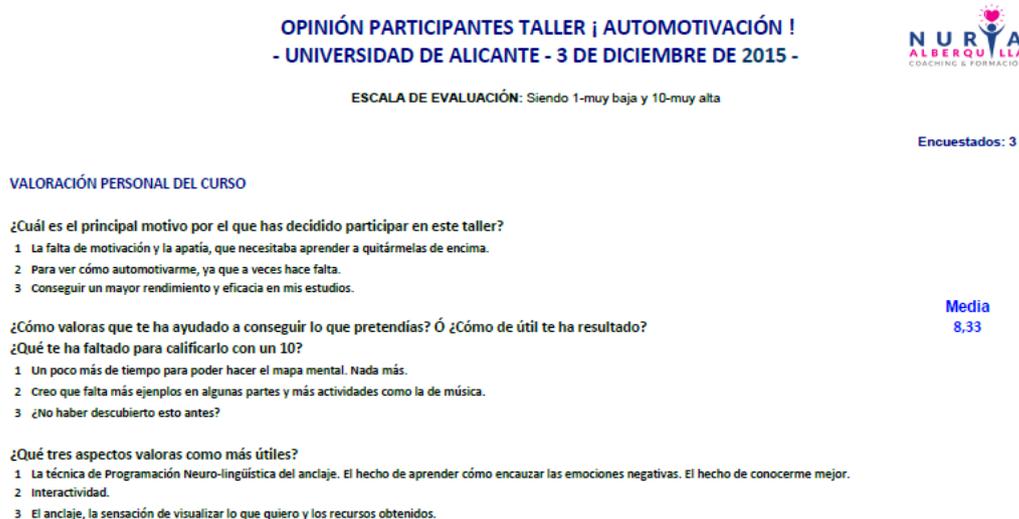


#### 4. CONCLUSIONES

Con esta memoria hemos presentado el trabajo realizado en este curso en el PAT realizado por parte de la EPS. Se han indicado tanto las herramientas utilizadas como los procesos realizados para su consecución. Además nos proponemos potenciar la figura del estudiante tutor a la que deseamos darle más peso para el año siguiente.

Hemos intentado realizar un feedback entre los estudiantes que asisten a los talleres organizados por el PAT de la Escuela y como muestra de ello tenemos la encuesta (figura 11) que hemos realizado en uno de los talleres, el de automotivación.

Figura 11. Encuesta realizada a los estudiantes del taller de automotivación



## 5. DIFICULTADES ENCONTRADAS

Como coordinador de la EPS recopiló en este punto los problemas y aspectos negativos que los tutores me han hecho llegar:

- Poca iniciativa por parte de los estudiantes para tener más reuniones individuales, si bien esto puede significar simplemente que no lo necesitan.
- A pesar de la publicidad realizada y el trabajo en RRSS no se supera en exceso el número de estudiantes con respecto a años anteriores.
- Como en años anteriores, suele haber altibajos de participación en el grupo de tutoría coincidiendo con los periodos de exámenes
- Algunos estudiantes no asisten a reuniones grupales, prefiriendo siempre la entrevista individual para comentar sus dudas y problemas.
- No se consigue que todos los estudiantes matriculados sigan el funcionamiento del PAT hasta el final.
- Muchos estudiantes no sabían en qué consistía el PAT, por lo que se tuvo que hacer mucho trabajo de información previa a principio de curso, no llegando a todos los que pudieran estar interesados.
- Difícil comunicación con los estudiantes (muchos no consultan regularmente el correo institucional).

## 6. PROPUESTAS DE MEJORA

Entre las propuestas de futuro recopiladas por los tutores las más destacadas son:

- Reconocimiento en el POD a los profesores tutores para aumentar la participación de los profesores al programa, dándole un valor añadido al programa.
- Que se formalizara desde esta universidad un congreso internacional para que participasen de forma activa los tutores y estudiantes tutorizados mostrando sus experiencias tanto positivas como negativas y sirviendo de guía a todos los tutores participantes. Un congreso internacional del PAT, daría un punto de calidad y relevancia al programa.
- Posponernos que a principio de cada curso los estudiantes que han sido beneficiados con el PAT expliquen a sus compañeros sus experiencias.
- Cursos y seminarios interesantes dirigidos a los tutores del PAT: Mediación de conflictos para los tutores, uso de redes sociales y búsqueda de empleo, técnicas de estudio, estructura y órganos de la Universidad, cómo trabajar la evaluación continua en enseñanzas técnicas específicamente y como realizar presentaciones orales y trabajos escritos, entre otros.
- Mejorar la organización de la jornada de trabajo del PAT, reduciendo el tiempo de respuesta en común del PAT por los distintos coordinadores de las distintas facultades, ya que resulta repetitivo y deja menos tiempo para las demás ponencias
- Envío de la información de los talleres por e-mail a los estudiantes matriculados en el PAT.
- Que los estudiantes faciliten su teléfono móvil puesto que a veces es difícil localizarlos.
- Reuniones grupales de todos los estudiantes de un determinado grado.
- Viabilidad de tener acceso a la totalidad del expediente académico del estudiante para poder felicitarles por las buenas noticias y animarles en caso de necesitarlo,

es decir, para tener total independencia de esperar a que ellos te den sus resultados.

## **7. PREVISIÓN DE CONTINUIDAD**

Los autores manifestamos nuestra predisposición a continuar con este proyecto de investigación para futuras ediciones del Programa de Redes, debido a la trascendencia de este proyecto para el buen desarrollo de nuestros estudiantes en su vida universitaria.

## **8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Materiales de aprendizaje (documentos, herramientas y artículos) elaborados por Nuria Alberquilla de la Cruz. Coach Individual y de Equipos. PNL. Formadora y Psicóloga Metodología CORAOPS. Certificada por ICF y AECOP-EMCC y la AEPNL. nalberquilla@gmail.com

Materiales de aprendizaje a medida elaborados por Nuria Alberquilla de la Cruz para el diseño e impartición del Taller de Gestión Eficaz del Tiempo:

- Manual Gestión Eficaz del Tiempo - PAT UA - 4 de noviembre de 2015
- Cuaderno de Trabajo Taller Gestión Eficaz del Tiempo

Materiales de aprendizaje a medida elaborados por Nuria Alberquilla de la Cruz para el diseño e impartición del Taller de Automotivación:

- Manual de Automotivación - PAT UA - 3 de diciembre de 2015
- Cuaderno de Trabajo Taller de Automotivación

Covey, S. (1989). Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva. Editorial Paidós Ibérica.

Ballenato Prieto, G. (2013) Gestión del tiempo: En busca de la Eficacia. Pirámide.

O Connor, J. Lages, A. (2005) Coaching con PNL: Guía para obtener lo mejor de tu mismo. Urano.

<http://www.institutopotencialhumano.com/>