



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
RECTORADO
PROGRAMA DE ESTUDIOS BÁSICOS



SÍLABO 2025 - II

PSICOLOGÍA GENERAL

I. DATOS ADMINISTRATIVOS:

1. Asignatura : Psicología General
2. Código : EB-0009
3. Condición : Obligatorio
4. Naturaleza : Teórico- Practico
5. Ciclo : II
6. Requisitos : Ninguno
7. N° Créditos : 2
8. N° de horas : 1 hora teórica y 2 horas prácticas
9. Semestre Académico : 2025-II
10. Coordinador : Máximo Lui Lam Campos
11. Correo Institucional : maximo.luilam@urp.edu.pe
12. Docentes : Bevilacqua Mendivil, Rossana Lileth; Canales Sierralta, José Antonio; Carbonel Aguilar, Margot Elizabeth; Flores Goicochea, Andres; Gómez Cárdenas, Milagritos Matilde Liliana Norka; Jibaja Cuadros, José Antonio; Lerggios Arrascue, Rossana Elena; Lui Lam Campos, Máximo; Rivadeneira Chumpitazi, Percy Antonio; Zambrano Gonzales, Débora Jesús; Zevallos Mendoza, María Julia.

II. SUMILLA:

La asignatura es de naturaleza teórico-práctica, de carácter obligatorio pertenece al área de Formación General. Aporta al logro de las competencias genéricas de comportamiento ético, el sentido crítico y creativo, así como el trabajo individual y en equipo, contribuyendo a la formación profesional. Su propósito es brindar la comprensión, análisis y aplicación del conocimiento psicológico para alcanzar un mejor entendimiento del comportamiento humano. Sus principales ejes temáticos son: La psicología como ciencia, las bases biológicas y evolutivas del comportamiento, la inteligencia, la motivación, emoción y estrés. Analiza la influencia que ejerce al medio ambiente social y cultural.

III. COMPETENCIAS GENÉRICAS A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA:

- Pensamiento crítico y creativo
- Liderazgo compartido

IV. DESARROLLA EL COMPONENTE DE:

- INVESTIGACIÓN FORMATIVA (X)
- RESPONSABILIDAD SOCIAL (X)

V. LOGRO DE LA ASIGNATURA:

Al finalizar la asignatura de Psicología General el estudiante analiza los procesos psicológicos fundamentales mediante el uso del pensamiento crítico y creativo, evaluando su impacto en el comportamiento humano y en la resolución de problemas en contextos académicos y profesionales. Asimismo, fortalece sus habilidades de liderazgo compartido, toma de decisiones colaborativa y trabajo en equipo, aplicándolas en situaciones de aprendizaje y desarrollo personal.

VI. PROGRAMACIÓN DE CONTENIDOS:

UNIDAD I: PSICOLOGÍA Y HABILIDADES COGNITIVAS		
Logro de aprendizaje	Al finalizar la unidad, el estudiante analiza la psicología como ciencia y su relación con la neurociencia, reflexionando sobre los procesos cognitivos en el aprendizaje. Asimismo, aplica estrategias innovadoras para optimizar sus capacidades cognitivas en contextos universitarios y profesionales.	
Semana	Tipo de clase	Contenido
1	Teoría	Introducción al curso de Psicología General. Presentación del sílabo, metodología y evaluación. Definición de la Psicología, su relevancia en la vida personal y profesional.
	Clase Práctica	Actividad: Reflexión escrita sobre expectativas personales y profesionales. Discusión en grupos pequeños sobre las expectativas y su relevancia para el curso, así como la creación de opiniones diversas. Competencia: Pensamiento crítico y creativo.
2	Teoría	Neurociencias en las distintas carreras profesionales. Avances en las investigaciones de la neurociencia y su campo de aplicaciones.
	Clase Práctica	Actividad: Investigación y elaboración de mapas mentales personales y luego grupales sobre la neurociencia aplicada en las diversas profesiones. Competencia: Pensamiento crítico y creativo.
3	Teoría	Desarrollo de capacidades cognitivas. Procesos cognitivos, funciones ejecutivas y creatividad. Estrategias para mejorar el desarrollo cognitivo.
	Clase Práctica	Actividad: Ejercicios de mejora de la memoria y el pensamiento lógico. Técnicas cognitivas básicas y superiores. Aplicación de diversas plataformas tecnológicas como las IA. Competencia: Pensamiento crítico y creativo.
4	Teoría	Innovación y creatividad en la solución de problemas. Métodos y técnicas cognitivas para fomentar la creatividad.
	Clase Práctica	Actividad: Ejercicios cognitivos de generación de ideas y soluciones creativas. Práctica 1: Control de lectura Competencia: Pensamiento crítico y creativo.

UNIDAD II PSICOLOGÍA Y HABILIDADES SOCIOAFECTIVAS	
Logro de aprendizaje	Al finalizar la unidad, el estudiante analiza la influencia de las emociones y la inteligencia emocional en la conducta y las relaciones interpersonales, aplicando teorías psicológicas y evidencia científica. Además, diseña estrategias creativas de autorregulación emocional y habilidades socioafectivas que mejoran su bienestar, desempeño académico y profesional.

Semana	Tipo de clase	Contenido
5	Teoría	Conocimiento personal y autoconcepto. Conceptos de autoconocimiento y autoevaluación. Importancia del autoconcepto en el desarrollo personal.
	Clase Práctica	Actividad: Ejercicios de autoexploración y autoconocimiento. Dinámica grupal: Compartir descubrimientos y reflexiones. Competencia: Pensamiento crítico y creativo.
6	Teoría	Inteligencia emocional. Conceptos y componentes de la inteligencia emocional (Autoconocimiento, empatía, motivación, autorregulación y habilidades interpersonales). Relevancia de la inteligencia emocional en el ámbito profesional.
	Clase Práctica	Actividad: Ejercicios de reconocimiento y regulación emocional. Discusión de casos prácticos sobre inteligencia emocional. Competencia: Pensamiento crítico y creativo.
7	Teoría	Toma de decisiones. Modelos de toma de decisiones. Resolución de conflictos. Técnicas de resolución de conflictos.
	Clase Práctica	Actividad: Análisis de casos éticos y simulaciones de resolución de conflictos. Competencia: Pensamiento crítico y creativo.
8	EXAMEN PARCIAL	

UNIDAD III			PSICOLOGÍA Y HABILIDADES SOCIALES
Logro de aprendizaje	Al finalizar la unidad, el estudiante aplica principios de psicología social y mejora su comunicación, trabajo en equipo y resolución de conflictos, desarrolla su liderazgo, empatía y relaciones efectivas en ámbitos académicos y profesionales.		
Semana	Tipo de clase	Contenidos	
9	Teoría	Desarrollo de Habilidades sociales. Conceptos de habilidades sociales por etapas de la vida. Sugerencias para desarrollar las habilidades sociales.	
	Clase Práctica	Dinámica: Juego de confianza el salto al vacío. Juego de la silla vacía y ganar – ganar. Competencia: Liderazgo compartido.	
10	Teoría	Desarrollo de Estrategias de comunicación efectiva. Principios de la comunicación efectiva en entornos académicos y laborales. Técnicas de comunicación asertiva.	
	Clase Práctica	Dinámica: Role-playing de situaciones comunicativas. Evaluación y mejora de habilidades comunicativas. Competencia: Liderazgo compartido.	
11	Teoría	Trabajo en equipo y liderazgo. Teorías y modelos de liderazgo. Importancia del trabajo en equipo en entornos académicos y laborales.	
	Clase Práctica	Simulación: Dinámicas de liderazgo en equipos. Evaluación y retroalimentación sobre roles de liderazgo y colaboración. Competencia: Liderazgo compartido.	
12	Teoría	Desarrollo de la Gestión del estrés y bienestar. Estrategias y técnicas de manejo del estrés. Conceptos de bienestar y salud mental.	
	Clase Práctica	Actividad: Prácticas de relajación y mindfulness. Planificación personal para la gestión del estrés. Práctica 2: Control de lectura. Competencia: Liderazgo compartido.	

UNIDAD IV: PSICOLOGÍA Y DESARROLLO PROFESIONAL		
Logro de aprendizaje	Al finalizar la unidad, el estudiante aplicará principios psicológicos para construir su proyecto personal y profesional, fortaleciendo su autoconocimiento, toma de decisiones y liderazgo. Desarrollará habilidades blandas, networking y el uso de IA, integrando hábitos de bienestar y salud mental.	
Semana	Tipo de clase	Contenido
13	Teoría	Desarrollo personal, orientación profesional y aplicación de la IA Elaboración de los planes de desarrollo personal y profesional aplicando herramientas de la IA.
	Clase	Elaboración de un plan de desarrollo personal.
	Práctica	Competencia: Liderazgo compartido.
14	Teoría	Habilidades blandas y networking. Importancia de las habilidades sociales en el entorno profesional.
	Clase	Ejercicios de networking y relaciones profesionales.
	Práctica	Competencia: Liderazgo compartido.
15	Teoría	Bienestar, hábitos saludables y Salud Mental. Promover prácticas de autocuidado y bienestar mental, y enseñar a identificar y gestionar problemas de salud mental.
	Clase	Actividades: Talleres de autocuidado, técnicas de manejo de la ansiedad y discusiones sobre salud mental.
	Práctica	Competencia: Liderazgo compartido.
16	EXAMEN FINAL	
17	EXAMEN SUSTITUTORIO	

VII. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS:

Aula invertida, aprendizaje colaborativo, método de casos, análisis, descripción, diálogo, ejemplificación, ejercitación, lectura reflexiva, trabajos en equipos pequeños, producción de textos escritos, conversación, exposición, práctica guiada y práctica autónoma, investigación y lectura de fuentes utilizando los recursos y medios del aula virtual.

VIII. RECURSOS:

- Equipos: computadora, laptop, tablet, celular.
- Materiales: Toma de notas de clase del Docente, lecturas seleccionadas (obligatorias y complementarias, estarán disponibles en formato PDF en el aula virtual en la semana correspondiente)
- Otros recursos informativos complementarios como: documentales, videoconferencias, filmes, entre otros.
- Plataformas: Moodle, entre otras.

IX. CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- La nota mínima promedio para aprobar el curso es 11 (once).
- La asistencia a clase es obligatoria y el 30% de faltas injustificadas inhabilita continuar con las evaluaciones.
- Tienen derecho al examen sustitutorio aquellos alumnos que resulten desaprobados en el curso con promedio mayor a 07 o aquellos que no rindieron el examen parcial o final.

UNIDAD	CRITERIOS	INSTRUMENTOS	PONDERACIÓN
I	PRA1: Control de lectura 1	Cuestionario	50%
III	PRA2: Control de lectura 2	Cuestionario	
I-II	PAR1: Examen Parcial	Cuestionario	25%
III- IV	FIN1 Examen Final	Cuestionario	25%

Fórmula:

$$\text{Promedio Final} = (\text{PRA1} + \text{PRA2}) \times 0.50 + (\text{PAR1} \times 0.25) + (\text{FIN} \times 0.25)$$

X. REFERENCIAS:

Bibliografía Básica:

- Baron, R. y Byrne, D. (2005). Psicología Social. Pearson Prentice Hall.
https://www.academia.edu/17262283/Psicologia_Social_Robert_A_Baron_Donn_Byrne
- Bisquerra, R. (2000). Educación Emocional y Bienestar. CISS Praxis.
https://www.academia.edu/40330680/Educaci%C3%B3n_Emocional_Propuestas_para_educadores_y_familias_Rafael_Bisquerra_Alzina
- García G., E. (2020). Psicología General. Patria Cultural.
https://www.academia.edu/40198679/Psicolog%C3%ADa_a_General_3a_ed
- Redolar R., D. (2013). Neurociencia Cognitiva. Editorial Médica Panamericana S.A.
<https://pdfcoffee.com/neurociencia-cognitiva-redolar-4-pdf-free.html>
- Ribes I., E. (2016). Psicología General. Trillas.

Bibliografía complementaria:

- Civarolo, M. (2011). Las inteligencias múltiples: Cómo detectar capacidades destacadas en los niños. Publicaciones Universitarias Argentinas.
- Contreras, J., & Sotomayor, M. (2014). Psicología. Lumbreras Editores.
- Coon, D. (2004). Psicología. Pearson.
- Fernández Goñi, I. (2010). Diccionario de Psicología Clínica y Psicopatología. Editorial MAD.
- Gámez, E. (2021). Dimensiones básicas de la motivación humana. Ediciones Pirámide.
- Gardner, H., Kornhaber, M., & Wake, W. (2000). Inteligencias Múltiples. Perspectivas. Aique.
- Gerrig, R., & Zimbardo, P. (2005). Psicología y Vida. Pearson.
- Goleman, D. (2021). La inteligencia emocional. Editorial Zeta.
- García, G. E. (2019). Psicología General. Patria Cultural.
- Mestre N., J. M., & Palmero C., A. (2004). Procesos Psicológicos Básicos. McGraw Hill.
- Morales, F., & Vázquez, P. (2021). Estudio Histórico sobre la inteligencia; un término inacabado. Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México.
- Morris, C. G., & Maisto, A. A. (2009). Psicología. Pearson.
- Pease, M. A., Figallo, F. y Ysla, L. (2015). Cognición, neurociencia y aprendizaje. El adolescente en la educación superior. Fondo Editorial PUCP.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2013). Comportamiento organizacional. Pearson.

Enlaces Web:

- Introduction to Psychology. Coursera. <https://www.coursera.org/learn/introduction-psych>
- Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com>
- Neuroscience for Kids. <https://faculty.washington.edu/chudler/neurok.html>
- The Human Brain – BBC. <https://www.bbc.co.uk/brain>
- Cognitive Psychology - Simply Psychology. <https://www.simplypsychology.org/cognitive.html>
- Lumosity. <https://www.lumosity.com/>
- Self-Concept - Verywell Mind. <https://www.verywellmind.com/what-is-self-concept-2795865>
- Mind Tools - Self-Assessment. https://www.mindtools.com/pages/article/newTMM_50.htm
- Emotional Intelligence – HelpGuide. <https://www.helpguide.org/articles/mental-health/emotional-intelligence-eq.htm>
- The Greater Good Science Center - UC Berkeley. <https://greatergood.berkeley.edu/>
- Ethical Decision-Making - Markkula Center for Applied Ethics. <https://www.scu.edu/ethics/ethics-resources/ethical-decision-making/>
- Conflict Resolution - Mind Tools. https://www.mindtools.com/pages/article/newLDR_81.htm
- Creativity Techniques – Mycoted. http://www.mycoted.com/Category:Creativity_Techniques
- IDEO - Design Thinking. <https://designthinking.ideo.com>
- Effective Communication – SkillsYouNeed. <https://www.skillsyouneed.com/ips/effective-communication.html>
- Communication Skills - Mind Tools. <https://www.mindtools.com/CommSkill/CommunicationIntro.htm>
- Leadership Theories - Verywell Mind. <https://www.verywellmind.com/leadership-theories-2795323>
- Teamwork Skills – Indeed. <https://www.indeed.com/career-advice/career-development/teamwork-skills>
- Stress Management - Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/stress-management/basics/stress-basics/hlv-20049495>
- Mindfulness – Headspace. <https://www.headspace.com/mindfulness>
- Social Skills – SkillsYouNeed. <https://www.skillsyouneed.com/ips/social-skills-emotional-intelligence.html>
- Developing Social Skills in Children - Verywell Family. <https://www.verywellmind.com/social-and-emotional-development-in-early-childhood-2795106>
- Personal Development - Mind Tools. https://www.mindtools.com/pages/article/newHTE_78.htm
- Career Planning - The Balance Careers. <https://www.thebalancecareers.com/career-planning-525498>
- Success Strategies - Forbes <https://www.forbes.com/sites/forbescoachescouncil/2020/02/18/14-strategies-for-achieving-career-success-in-2020/>
- Work-Life Balance - Mental Health Foundation <https://www.mentalhealth.org.uk/at-work/work-life-balance>
- Mental Health America. <https://screening.mhanational.org/screening-tools/test-de-depression/>
- Enneagram Discover The Real You. https://www.enneagramtests.org/?utm_source=google&utm_medium=paid&utm_campaign=21167950702&utm_content=161574909838&utm_term=test%20psicol%C3%B3gico&gadid=682813916567&gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwv7O0BhDwARIsAC0sjWNzSNoLWsVvKFN-TQNIjLVkLBG29vxVYr1pSl4H07Fn3pYKF4Uff4llaAvXHEALw_wcB