



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
RECTORADO
PROGRAMA DE ESTUDIOS BÁSICOS



SÍLABO 2025 - I

PSICOLOGÍA GENERAL

I. DATOS ADMINISTRATIVOS

1. Asignatura	Psicología General
2. Código	EB-0009
3. Condición	Obligatoria
4. Naturaleza	Teórico- Práctico
5. Requisito	Ninguno
6. Ciclo	II
7. Créditos	02
8. N° de horas por semana	1 hora teórica y 2 horas prácticas
9. Semestre Académico	2025-I
10. Coordinador	Máximo Lui Lam Campos
11. Correo Institucional	maximo.luilam@urp.edu.pe
12. Profesores	Canales Sierralta José Antonio, Gómez Cárdenas Norka, Lerggios Arrascue Rossana, Lui Lam Campos Máximo.

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

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	Actividad: Reflexión escrita sobre expectativas personales y profesionales.
	Práctica	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	Actividad: Investigación y elaboración de mapas mentales personales y luego grupales sobre la neurociencia aplicada en las diversas profesiones.
	Práctica	Competencia: Pensamiento crítico y creativo
3	Teoría	Desarrollo de capacidades cognitivas Procesos cognitivos, funciones ejecutivas y creatividad Estrategias para mejorar el desarrollo cognitivo.
	Clase	Actividad: Ejercicios de mejora de la memoria y el pensamiento lógico.
	Práctica	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	Actividad: Ejercicios cognitivos de generación de ideas y soluciones creativas.
	Práctica	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	Actividad: Ejercicios de autoexploración y autoconocimiento.
	Práctica	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 Práctica	Elaboración de un plan de desarrollo personal. Competencia: Liderazgo compartido.
14	Teoría	Habilidades blandas y networking Importancia de las habilidades sociales en el entorno profesional.
	Clase Práctica	Ejercicios de networking y relaciones profesionales. 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 Práctica	Actividades: Talleres de autocuidado, técnicas de manejo de la ansiedad y discusiones sobre salud mental. 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%

PROMEDIO FINAL

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/CommSkll/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=Cj0KCQjwv700BhDwARIsAC0sjWNzSN0LWsVkFN-TQNljLVkLBG29vxVYr1pSl4H07Fn3pYKF4Uff4IIaAvXHEALw_wcB