

# **SÍLABO 2021-II ADAPTADO PARA EL PERIODO DE ADECUACIÓN A LA EDUCACIÓN NO PRESENCIAL**

**Facultad de Psicología  
Escuela Profesional de Psicología**

## **I. DATOS ADMINISTRATIVOS**

1. Asignatura: Taller de Desarrollo Personal II
2. Código: PS-0208
3. Naturaleza: Práctico
4. Condición: Obligatoria
5. Requisito: PS-0110
6. Número de créditos: 2 créditos
7. Número de horas: 4 horas
8. Semestre Académico: 2021-II
9. Docentes: Mg. Angela Maribel Prado Aliaga  
Mg. Leslie Denise Tantaleán Oliva
10. Correo Institucional: angela.prado@urp.edu.pe  
leslie.tantalean@urp.edu.pe

## **II. SUMILLA**

Asignatura práctica que continúa el conocimiento, promoción y desarrollo de las competencias afectivas vinculadas con la motivación, el control emocional, las relaciones interpersonales, habilidades sociales, la asertividad y el liderazgo.

## **III. COMPETENCIA(S) GENÉRICA(S) A LA(S) QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA**

- Comportamiento ético.
- Liderazgo compartido.
- Comunicación efectiva.
- Responsabilidad social.
- Resolución de problemas.

## **IV. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA**

- Acepta responsabilidades, participa en decisiones de grupo, resuelve conflictos de manera pacífica.
- Denota capacidad para identificar y solucionar problemas en contextos cambiantes por vía del diálogo y la persuasión afectiva valorativa.
- Orienta sus acciones individuales y sociales dentro de las normas éticas.
- Muestra siempre una actitud crítica y responsable en sus acciones.
- Valora el aprendizaje autónomo.
- Valora la importancia del trabajo colaborativo (en equipo).

## V. DESARROLLA EL COMPONENTE DE: RESPONSABILIDAD SOCIAL (X)

### VI. LOGRO DE LA ASIGNATURA

Al finalizar la asignatura el estudiante maneja y aplica herramientas de autoconocimiento, de automanejo emocional, motivacionales, de liderazgo y trabajo en equipo en sus relaciones interpersonales que le permitan un crecimiento en cuanto a su desarrollo personal.

### VII. PROGRAMACIÓN DE CONTENIDOS

<b>UNIDAD I: Desarrollo Personal</b>	
<b>LOGRO:</b> Al finalizar la unidad el estudiante maneja herramientas para orientar su motivación hacia el logro de metas personales a partir del reconocimiento de su misión, visión, FODA y por ende mejorar su autoestima.	
<b>SEMANAS</b>	<b>CONTENIDOS</b>
<b>1</b>	Entrega y explicación del silabo. Presentación del Taller. Sesión Inaugural: Autoestima.
<b>2</b>	Misión, visión y metas personales.
<b>3</b>	FODA. FODA personal.
<b>4</b>	Motivación. Tipos de motivación.

<b>UNIDAD II: Control emocional</b>	
<b>LOGRO:</b> Al finalizar la unidad el estudiante maneja herramientas para reconocer emociones propias y de otros así como manejarlas en distintas situaciones.	
<b>SEMANAS</b>	<b>CONTENIDOS</b>
<b>5</b>	Sentimientos y Emociones. Dependencia Emocional.
<b>6</b>	Técnicas para el manejo emocional. Competencias emocionales. Inteligencia emocional.
<b>7 y 8</b>	Presentación del primer trabajo.

<b>UNIDAD III: Relaciones Interpersonales, Habilidades Sociales y Asertividad</b>	
<b>LOGRO:</b> Al finalizar la unidad el estudiante desarrolla habilidades sociales y asertividad que le permiten tener relaciones interpersonales sanas y auténticas.	
<b>SEMANAS</b>	<b>CONTENIDOS</b>
<b>9</b>	Relaciones Interpersonales: Habilidades Sociales. Comunicación.
<b>10</b>	Estilos de actuación. Asertividad.
<b>11</b>	Trabajo en equipo
<b>12</b>	Presentación del Segundo trabajo

<b>UNIDAD IV: Liderazgo</b>	
<b>LOGRO:</b> Al finalizar la unidad el estudiante reconoce la importancia del liderazgo y orienta su conducta para convertirse en líder de su propia vida para después generalizar este conocimiento hacia diferentes grupos humanos, reconociendo que sus actos afectan a otros y responsabilizándose por ello.	
<b>SEMANAS</b>	<b>CONTENIDOS</b>
<b>13</b>	Liderazgo. Liderazgo personal. Liderazgo transformacional.
<b>14</b>	Responsabilidad social. Tipos de responsabilidad social.
<b>15 y 16</b>	Presentación del tercer trabajo.
<b>17</b>	Evaluación.

### **VIII. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS**

- Aula invertida.

### **IX. MOMENTOS DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE**

La modalidad no presencial implica actividades sincrónicas donde los estudiantes atenderán las clases dictadas por el docente mediante la plataforma Blanckboard Collaborate y actividades asincrónicas donde los estudiantes realizarán diversas actividades de forma independiente para fortalecer su aprendizaje autónomo. La metodología del aula invertida organizará las actividades de la siguiente manera:

#### **Antes de la sesión**

**Exploración:** preguntas de reflexión, otros.

**Problematización:** conflicto cognitivo de la unidad, otros.

#### **Durante la sesión**

**Motivación:** bienvenida y presentación del tema, mediante el uso de diferentes recursos se busca despertar el interés del alumno, otros.

**Presentación:** de las diapositivas y otros recursos según la unidad que se desarrolla.

**Práctica:** resolución individual y/o colectiva de distintas tareas, otros.

#### **Después de la sesión**

**Evaluación de la unidad:** presentación del producto.

**Extensión / Transferencia:** los estudiantes realizan la extensión o transferencia al elaborar el producto de la unidad.

### **X. EVALUACIÓN**

La modalidad no presencial se evaluará a través de productos que los estudiantes presentarán al finalizar las unidades de aprendizaje. Estos productos son evidencias del logro de los aprendizajes los cuales serán evaluados a través de rúbricas las cuales permitirán calificar el desempeño de los estudiantes de forma precisa y objetiva.

En esta modalidad la retroalimentación es esencial, por ello el docente devolverá los productos de la unidad revisados y realizará la retroalimentación respectiva.

UNIDAD	INSTRUMENTOS	PORCENTAJE
I y II	Rúbrica	25%
III	Rúbrica	25%
IV	Rúbrica	25%
PRÁCTICA	Rúbrica	25%

## XI. RECURSOS

- Equipos: computadora, laptop, Tablet, celular
- Materiales: apuntes de clase, diapositivas de clase, videos, casos.
- Plataformas: Blackboard Collaborate, Aula virtual de la universidad, Kahoot, Mentimeter, Canva, Slidesgo.

## XII. REFERENCIAS

### BÁSICAS

Bharwaney, G (2010). *Vida emocionalmente inteligente. Estrategias para incrementar el coeficiente intelectual*. Editorial Desclée de Brouwer.

Dianine-Havard, A. (2010). *Perfil del líder: Hacia un liderazgo virtuoso*. Ediciones Palabra.

[http://books.google.com.pe/books?id=1unjwSyf5YQC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](http://books.google.com.pe/books?id=1unjwSyf5YQC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Pereira, (2011). *Desarrollo Personal y autoestima. Guía Práctica para construir una personalidad atractiva*. Ediciones de la U.

Roca, Elia (2014). *Cómo mejorar tus Habilidades Sociales*. Valencia: ACDE.

Rodríguez Valls, F. (2015). El sujeto emocional: la función de las emociones en la vida humana. Editorial Thémata. <https://elibro.net/es/ereader/bibliourp/59905?page=10>.

### COMPLEMENTARIAS

Antunes, C. (2005). *Las inteligencias múltiples. Como estimularlas y desarrollarlas*. Orbis Ventures S.A.C.

Burns, D. (2000). *Autoestima en 10 días. Diez pasos para vencer la depresión, desarrollar la autoestima y descubrir el secreto de la alegría*. Paidós.

Cyrułnik, B. (2003). *El murmullo de los fantasmas. Volver a la vida después de un trauma*. Gedisa Editorial.

Castaner, O (2013). *La asertividad expresión de una sana autoestima*. Desclée De Brouwer.

- Díaz, V. (2015). *Técnicas de terapia, PNL y coaching para el cambio: recursos y herramientas para profesionales del sector de asistencia a personas*. Ediciones Díaz de Santos. <https://elibro.net/es/ereader/bibliourp/57501?page=159>.
- Galindo, A (2003). *Inteligencia emocional para jóvenes*. Pearson Educación.
- García, C. B., & Recas, L. M. (2017). *Coaching y liderazgo personal*. Ministerio de Educación y Formación Profesional de España. <https://ebookcentral.proquest.com>
- Moreno, J. (2008). *Psicología de la personalidad. Procesos*. Thomson.
- Olvera, L., Domínguez, T., y Cruz, M. A. (2002). *Inteligencia emocional: Manual para profesionales en el ámbito industrial*. Plaza y Valdés, S.A. de C.V. <https://ebookcentral.proquest.com>
- Urcola, J. (2010). *Dirigir personas: Fondo y formas*. Editorial ESIC. [http://books.google.com.pe/books?id=U1b8SJ0w5pwC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](http://books.google.com.pe/books?id=U1b8SJ0w5pwC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)