



Desarrollo de habilidades psicosociales

		UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO FACULTAD DE CONTADURÍA Y ADMINISTRACIÓN PLAN DE ESTUDIOS DE LA LICENCIATURA EN ADMINISTRACIÓN Sistema Escolarizado: Modalidad Presencial Programa de Estudios de la asignatura			
Desarrollo de habilidades psicosociales					
Clave	Semestre 4° o 6°	Créditos 8	Campo de conocimiento: Administración avanzada		
			Eje de formación: Desarrollo humano		
Modalidad	Curso (<input checked="" type="checkbox"/>) Taller () Lab () Seminario () Otros (especificar)		Tipo	T (<input checked="" type="checkbox"/>) P () T/P ()	
Carácter	Obligatorio () Optativo (<input checked="" type="checkbox"/>) Obligatorio E () Optativo E ()		Horas		
Duración (Número de semanas)	16		Semana	Semestre	
			Teóricas: 4	Teóricas: 64	
			Prácticas: 0	Prácticas: 0	
			Total: 4	Total: 64	
Seriación					
Ninguna (<input checked="" type="checkbox"/>)					
Obligatoria ()					
Asignatura antecedente					
Asignatura subsecuente					
Indicativa ()					
Asignatura antecedente					
Asignatura subsecuente					
Objetivo general:					
Al finalizar el curso, el alumnado desarrollará habilidades psicosociales relevantes para su vida personal, universitaria y profesional.					

Objetivos particulares:

Al finalizar la unidad, el alumnado:

1. Comprenderá en qué consisten las habilidades psicosociales y su diferencia con otras formas de habilidad.
2. Identificará en qué consisten las habilidades sociales, asertividad y la competencia social.
3. Reconocerá habilidades de comunicación y negociación.
4. Identificará los elementos del comportamiento para la solución de conflictos.
5. Conocerá las habilidades para el control de emociones y del manejo de estrés.
6. Reconocerá sus habilidades psicosociales y sus necesidades como estudiante universitario.
7. Reflexionará sobre la motivación y resiliencia en el trabajo como parte de las habilidades psicosociales en el entorno laboral.

Unidad	Tema	Horas Semestre	
		Teóricas	Prácticas
1	Habilidades psicosociales	4	0
2	Habilidades sociales, asertividad y competencia social	12	0
3	Comunicación y negociación	8	0
4	Solución de conflictos	10	0
5	Habilidades para el control de emociones	10	0
6	Habilidades psicosociales en la Universidad	10	0
7	Habilidades psicosociales en el entorno laboral	10	0
Total		64	

Contenidos temáticos	
Subtemas	
Temas	Habilidades psicosociales
1	1.1. Definición de habilidades psicosociales 1.2. Clasificación de las habilidades psicosociales
	Habilidades sociales, asertividad y competencia social
2	2.1. Habilidades sociales 2.1.1. Significado de las habilidades sociales 2.1.2. Conductas socialmente hábiles y sus dimensiones (comportamiento observable, cognitivo y emocional) 2.2. Asertividad 2.2.1. Características de la asertividad 2.2.2. El estilo de pensamiento 2.2.3. El pensamiento sobre nosotros

	<ul style="list-style-type: none"> 2.2.3.1. Autoconcepto 2.2.3.2. Autoeficacia 2.2.3.3. Autoestima 2.2.4. El pensamiento sobre nosotros y su interacción con las habilidades sociales 2.2.5. Técnicas asertivas 2.3. Competencia social <ul style="list-style-type: none"> 2.3.1. Significado de competencia social 2.3.2. Elementos internos de la competencia social 2.3.3. Elementos externos de la competencia social
	Comunicación y negociación
3	<ul style="list-style-type: none"> 3.1. El proceso de comunicación <ul style="list-style-type: none"> 3.1.1. La estructura del mensaje 3.1.2. Barreras en la comunicación 3.1.3. Canales, medios, flujos y redes de la comunicación 3.1.4. Repercusión de la personalidad 3.1.5. Comunicación no verbal 3.1.6. El lenguaje corporal 3.2. Negociación <ul style="list-style-type: none"> 3.2.1. Negociación y sus componentes 3.2.2. Estilos de negociación 3.2.3. Comunicación en la negociación 3.2.4. Intereses y objetivos en la negociación 3.2.5. Proceso y preparación de la negociación 3.2.6. Estrategias y técnicas de negociación
	Solución de conflictos
4	<ul style="list-style-type: none"> 4.1. El conflicto 4.2. Fuentes del conflicto 4.3. Manejo del conflicto 4.4. Pensamiento crítico para la toma de decisiones 4.5. Resolución de conflictos 4.6. Métodos para la resolución de conflictos 4.7. Peticiones sobre el comportamiento 4.8. Cambio de conducta y estilos asertivo y no asertivo 4.9. Razones para requerir cambios de conducta 4.10. Comunicación no verbal en la petición de cambio de conducta 4.11. Protección ante la manipulación 4.12. Protección ante solicitudes 4.13. Protección ante estrategias que afectan la autoestima 4.14. Afrontamiento de la crítica de manera asertiva 4.15. Aserción negativa 4.16. Banco de niebla 4.17. Interrogación negativa
	Habilidades para el control de emociones

5	<ul style="list-style-type: none"> 5.1. Emociones 5.2. Estados de ánimo 5.3. Inteligencia emocional 5.4. Empatía 5.5. Asertividad emocional 5.6. Calidad de vida 5.7. Estrés 5.8. Enfoque social del estrés 5.9. Tipos de estrés 5.10. Manejo de estrés
	Habilidades psicosociales en la Universidad
6	<ul style="list-style-type: none"> 6.1. Habilidades psicosociales en el contexto universitario 6.2. Habilidades psicosociales y características de la personalidad: extraversión, amabilidad, responsabilidad, neuroticismo y apertura 6.3. Autoconcepto académico 6.4. Aprendizaje regulado 6.5. Motivación en estudiantes 6.6. Emociones académicas y su regulación 6.7. Resiliencia en la Universidad
	Habilidades psicosociales en el entorno laboral
7	<ul style="list-style-type: none"> 7.1. Motivación en el trabajo 7.2. Expectativas y valores 7.3. Emociones en actividades laborales y su regulación 7.4. Componente afectivo 7.5. Componente cognitivo 7.6. Resiliencia en el trabajo 7.7. Definición de resiliencia 7.8. Factores de riesgo y protección 7.9. Habilidades blandas

Estrategias didácticas
<ul style="list-style-type: none"> ◦ Lecturas, ◦ Videos, ◦ Grupos de discusión, ◦ Trabajos de investigación ◦ Ejercicios vivenciales ◦ Aprendizaje colaborativo

Evaluación del aprendizaje
<ul style="list-style-type: none"> ◦ Ejercicios en clase, ◦ Elaboración de infografías, ◦ Ensayos ◦ Tareas

Perfil profesiográfico del docente	
Título o grado	Licenciatura en Psicología, Administración o Sociología, preferentemente con Especialización en Recursos humanos o Maestría en Administración.
Experiencia docente	Mínimo dos años de experiencia docente a nivel medio superior, superior o posgrado.
Otras características	<p>Para profesores(as) de nuevo ingreso: Haber aprobado el “Curso Fundamental para profesores de Nuevo Ingreso (Didáctica Básica)” que imparte la Facultad de Contaduría y Administración, así como cubrir satisfactoriamente los requisitos impuestos por el departamento de selección y reclutamiento de la Facultad de Contaduría y Administración.</p> <p>Para profesores(as) que ya imparten clases en la Facultad: Haber participado recientemente en cursos de actualización docente y de actualización disciplinar con un mínimo de 20 horas.</p> <p>Con experiencia en actividades de consultoría, consejería o mentoría.</p>

Bibliografía básica
<ul style="list-style-type: none"> ◦ Hoftadt, C. (2005). <i>El libro de las habilidades de comunicación</i>. Díaz de Santos ◦ Lipnevich, A., Precker, F. y Roberts, R. (2016). <i>Psychosocial skills and school systems in the 21st century: Theory, research and practice</i>. Springer. ◦ Roca, E. (2014). <i>Cómo mejorar tus habilidades sociales</i>. España: ACDE. ◦ Sánchez, S. (2016). <i>Habilidades sociales</i>. España: Síntesis. ◦ Trianes, M., y García, A. (2002). Educación socio-afectiva y prevención de conflictos interpersonales en los centros escolares. <i>Revista interuniversitaria de formación del profesorado</i>, 44, 175-189.

Mesografía básica (referencias electrónicas)
<ul style="list-style-type: none"> ◦ Gerra-Báez, S. (2019). Una revisión panorámica al entrenamiento de las habilidades blandas en estudiantes universitarios. <i>Psicología escolar e educativa</i>, 23, e186464. ◦ Gómez, G. y Rivas M. (2017). Resiliencia académica, nuevas perspectivas de interpretación del aprendizaje en contextos de vulnerabilidad social. <i>Calidad en la educación</i>, 47, 215-233. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0718-45652017000200215&lng=es&nrm=iso ◦ Dongil, E., y Cano, A. (2014). <i>Habilidades sociales</i>. Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS). https://bemocion.sanidad.gob.es/comoEncontrameMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf ◦ Inter-Agency Standing Committee, IASC, (2020). <i>Habilidades Psicosociales Básicas. Guía para respuesta personal de primera línea de respuesta a la COVID-19</i>. Autor. Disponible en: https://interagencystandingcommittee.org/system/files/2020-06/Basic%20Psychosocial%20Skills-%20A%20Guide%20for%20COVID-19%20Responders%20%28Spanish%29.pdf

Mesografía complementaria (referencias electrónicas)

- Appleby, D. (2017). The soft skills for success in college and the workplace. *Psychology Student Network, American Psychological Association*.
<https://www.apa.org/ed/precollege/psn/2017/09/soft-skills>
- Dominguez-Lara, S., Prada-Chapoñan, R., & Moreta-Herrera, R. (2019). Diferencias de género en la influencia de la personalidad sobre la procrastinación académica en estudiantes universitarios peruanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 22(2), 125-147.
- Gómez, R., Zayas, A., Ruiz, P. y Guil R. (2018). Optimism and resilience among university students. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 147-154.
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/3498/349855553017/html/index.html>
- Moreno, B., Blanco, L., Aguirre, S. y Herrero, M. (2014). Habilidades sociales para las nuevas organizaciones. *Psicología conductual*, 22(3), 585-602).: https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/11.Moreno_22-3oa.pdf
- Salvador-Ferrer, Carmen M. (2012). El compromiso organizacional como predictor de la inteligencia emocional. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 46(2),255-260. [fecha de Consulta 27 de Abril de 2021]. ISSN: 0034-9690. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28425280007>