

COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES

MG. LIC. ÁNGELA PAREDES

Introducción

La persona está constituida por una multiplicidad de dimensiones (la física, la sexual, la psicológica, la psico afectiva, la moral, la espiritual, la social) armonizadas de tal modo entre ellas, que permiten componer una subjetividad única e irrepetible.

Posee una innata sociabilidad o sea está naturalmente abierta y llamada a relacionarse con los demás, no solamente para recibir y dar, sino para expresarse, comunicarse y realizarse. Está dotada de capacidades y talentos, o sea de potencialidades, diversamente ligadas a las dimensiones del ser persona

La persona humana es perfectible: todas sus potencialidades tienen necesidad de ser desarrolladas y cultivadas. Es existencial, vale decir que existe en la medida de lo que quiere hacer; y se hace responsable de su propia libertad.

Estudiar las Relaciones Humanas es ocuparse de mejorar las relaciones interpersonales e intrapersonales, sobre la base del reconocimiento del Otro como persona, que representa algo único y que está en una situación singular e irrepetible.

Solamente las relaciones humanas son positivas en tanto están basadas en el amor, en el respeto, en el reconocimiento del otro como persona.

Cuando realmente el hombre es capaz de amar al otro, o sea de aceptarlo tal cual es, y ayudarlo para que a partir del desarrollo de sus cualidades sea cada día más y mejor, se enaltece al otro y por consiguiente se enaltece uno mismo.

En una sociedad donde reina el anonimato, donde prima el desconocimiento del uno sobre el otro, el amor, en su forma auténtica está ausente. Lo podemos evocar, pero no lo podemos vivir. Todos tenemos ese deseo y esa vocación.

Sólo se puede dar ese amor, cuando uno se brinda al otro, capta del otro, en una vivencia, todo lo que tiene de singular de particular; toda la amplitud de sus valores.

Destinatarios:

- A los **trabajadores** en general de todos los sectores de la producción y servicios, de los que tanto depende por su perseverancia y sentido de la justicia la globalización de la solidaridad.
- A los **profesores, animadores, monitores** y personas que tienen la responsabilidad en la formación de las personas.
- A los **comunicadores sociales** que deben orientar a la opinión pública.
- A los **padres y madres de familia**, en su gozosa e ineludible tarea de formar a sus hijos.
- A los **jóvenes** que quieren ir a la raíz de las cosas, buscando la autenticidad y el sentido para sus vidas.
- A las **personas mayores** que desde su madurez y experiencia saben que estamos creados para amar y quieren continuar regalándonos su testimonio.
- A los **sindicalistas, políticos y responsables sociales**, en su rol de servicio al bien común de la sociedad, con su conducta competente, modélica y honesta.
- A los **voluntarios y militantes de las organizaciones sociales** y/o instituciones de la Iglesia para fundamentar su compromiso de acción de gracias.
- A los **sacerdotes, seminaristas, catequistas** y animadores de la fe que asumen la responsabilidad de vivir y formar en los valores de la moral cristiana.

Objetivos del curso

➤ Objetivo General

Ofrecer conceptos básicos para favorecer el aprendizaje de las habilidades sociales que facilitan la comunicación y contribuyen a mejorar las relaciones interpersonales.

➤ Objetivos específicos:

- Descubrir las dificultades que plantea la comunicación y su incidencia en las relaciones interpersonales.
- Encontrar mejores formas para comunicarnos efectivamente.
- Conocer el efecto que nuestra conducta produce en los demás.
- Aumentar la objetividad en la forma de percibir a quienes nos rodean.
- Favorecer la comunicación de los sentimientos.
- Ofrecer la posibilidad de incrementar el conocimiento de uno mismo.

Temario

Sesión		Temas
1º EJE TEMÁTICO Comunicación y las Relaciones Humanas	1ª	La Comunicación humana y las relaciones humanas
	2ª	La persona humana ser en relación
	3ª	Comunicación en el grupo
	4ª	¿Por qué falla la comunicación?
	5ª	Diálogos Appreciativos
	6ª	Ansiedad Social, Fobia Social y Timidez
2º EJE TEMÁTICO Las Habilidades Sociales	7ª	¿ Qué son las Habilidades Sociales?
	8ª	Definición de habilidades sociales
	9ª	Interacciones sociales positivas y negativas: Estilo Agresivo, Asertivo y Pasivo.
	10ª	Asertividad: beneficios, finalidad, habilidades a desarrollar
	11ª	Habilidades conversacionales: técnicas para dialogar, para escuchar, para persuadir.
12ª	La autoestima	
3º EJE TEMÁTICO ¿Cómo mejorar las Relaciones Interpersonales?	13ª	¿Cómo mejorar las relaciones interpersonales en la comunidad? Cuatro reglas básicas: respeto y consideración; justicia y equidad; espíritu de cuerpo, proceder mediante acuerdos.
	14ª	Trabajo en equipo: constitución de equipos de trabajo.
	15ª	Cómo alentar la autoestima en los miembros de un grupo.

Metodología

Este es un curso de formación a distancia, basado en Internet. Utilizando la Plataforma de Teleformación del ISO.

Tiene una duración de 4 (cuatro) meses, desde la fecha de inscripción. Se realiza de forma personalizada con flexibilidad en la dedicación y horario, según las posibilidades del alumno, con responsabilidad y autodisciplina.

Consta de 15 (quince) temas, agrupados en tres Ejes Temáticos.

Una vez realizada la inscripción y abonada la matrícula, que el interesado libremente decida, recibirá el nombre de usuario y contraseña, pudiendo acceder como alumno al curso.

En cualquier momento los inscritos podrán dirigirse a la tutoría del curso.

Cada tema requiere cuatro pasos metodológicos:

Lectura: reflexiva, analítica y crítica de los temas desarrollados y la realidad.

Comprensión: Comprender las cuestiones que el texto nos indica e interpela.

Diálogo: En torno a los textos y a las preguntas que va suscitando, realizar una reflexión dialogada, una discusión de sus principales contenidos, de los problemas que suscita y de sus aplicaciones prácticas, con tus compañeros, amigos, tutor...

Acontecimiento: El pensamiento se hace denso en la acción, formulándose unas acciones y resoluciones concretas en las que se plasme los contenidos y conceptos adquiridos. Se formulan actuaciones concretas y posibles.

Tutoría

Los inscritos dispondrán de una tutoría personalizada, a la que podrán dirigirse ante cualquier eventualidad o consulta.

Dirección, coordinación docente y tutoría

Lic. **Ángela Paredes**, con la colaboración del equipo docente.

Matrícula

El importe de la matrícula por compensación-recuperación de gastos es libre, según la voluntad y posibilidades de cada alumno.

A modo orientativo se sugieren 25 € para los países del hemisferio Norte y 10 € para los países del hemisferio Sur.

El ingreso del importe de la matrícula se efectuará en la siguiente cuenta bancaria:

Titular: Instituto Social del Trabajo

Entidad: BANCAJA C/ Calabazas nº 1 46001 Valencia (España)

IBAN: IBAN.ES08 2077 0001 2431 0302 6268

SWIFT o BIC: CVALESVXXX

(Indicando: para Curso CHHSS)

Inscripción: dirigirse por correo-E a: iso@isotrabajo.org