

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA COMPARTIR</b> <i>"Formando calidad con eficiencia"</i>	<b>FECHA: 27/03/2020</b>
	<b>TITULO DE LA GUIA : SER→RELACIONES SOCIALES</b>	<b>SEMESTRE: I</b>
		<b>CICLO: 4</b>
	<b>Nombre del estudiante</b>	<b>ASIGNATURA: ETICA</b>
	<b>Correo electrónico del maestro a donde debe enviar la guía resuelta→ <a href="mailto:carjomartinez@yahoo.es">carjomartinez@yahoo.es</a></b>	<b>Fecha de entrega: 20/03/2020</b>
	<b>Desempeño a evaluar→ Valorara el conocimiento ético como fundamento para su comportamiento, resolviendo el conflicto entre lo que se desearía hacer y lo que se debe hacer.</b>	

### Objetivo General:

Plantear expectativas frente a las relaciones que tiene el ser humano.

### Objetivos Específicos:

- A partir del concepto del SER, generar solución a las relaciones sociales.
- Generar lluvia de ideas en la construcción de soluciones en la relación social.
- Realizar diferentes presentaciones.
- Retroalimentar lo realizado.
- Evaluar los trabajos entregados.

### Introducción

#### LA PERSONA HUMANA: SER EN RELACIÓN

El hombre es criatura de Dios, creado a imagen y semejanza suya por sobreabundancia de amor  
 Por: Humberto Del Castillo Drago | Fuente: Psicología y virtud

Cuando nos hacemos las preguntas fundamentales sobre nuestra propia existencia y, de alguna manera, reflexionamos sobre nuestra identidad, no podemos dejar de tomar conciencia de que cada uno de nosotros es persona humana. Sí. Cada ser humano, cada hombre y mujer, cada niño y anciano es invitado por el Creador desde el mismo día de su procreación a ser persona. Para ahondar en este concepto quiero citar a Luis Fernando Figari, pensador católico contemporáneo y fundador de varias asociaciones eclesiales:

**«El ser humano es persona, ser abierto a la comunicación, capaz de escucha y respuesta, de diálogo y comunión. El ser humano es una criatura abierta al encuentro, y habría que decir más; inmersa en el dinamismo del encuentro. Ante él, desde su libertad, puede responder en un sentido u otro, dependiendo su realización de la naturaleza de su respuesta. Este dinamismo siempre lo lleva más allá de sí, e incluso de aquellos semejantes a sí, en un hambre de infinito que respondiendo a su hondura más propia lo remite al único que es respuesta y que puede saciar ese hambre, a Aquel que es mayor significación: a Dios»[1].** De esta manera nos aproximamos al ser humano como ser libre, teológico, abierto al encuentro con el Tú divino, con Dios, y abierto al encuentro con los demás seres humanos. Por ello, podemos decir que el ser humano llamado a ser persona es un ser para el encuentro, la comunicación, la donación y la amistad.

El ser humano tiene una vocación al encuentro que constituye un dinamismo fundamental, propio de todo hombre y mujer. Dicha tendencia hace parte de su realización y felicidad plena. Este anhelo de encuentro - sellado en lo más hondo del corazón humano, en aquello que llamamos mismidad-, es lo que llamamos hambre de infinito, nostalgia de trascendente plenitud, que lo conduce hacia el único que puede saciar plenamente esa hambre, a Dios. **«Y es que el ser humano no se debe a sí mismo. El hombre es criatura de Dios, creado a imagen y semejanza suya por sobreabundancia de amor e invitado al diálogo, la comunicación, la amistad, la cooperación, la comunión y participación con Dios Padre, Dios Hijo y Dios Espíritu Santo, comunidad divina de amor»[2].**

Cuánta tristeza, desazón, soledad e infelicidad vive el hombre hodierno cuando no despliega y no vive sus dinamismos fundamentales que apuntan a la plenitud de su existencia.

Qué importante resulta entrar en nosotros mismos y encontrarnos con la grandeza del Creador y con ese gran misterio que somos nosotros mismos para así lanzarnos a planificar nuestra existencia viviendo el amor.

[1] Luis Fernando Figari ,La dignidad del hombre y los derechos humanos, Fe , p. 13.

[2] CHD 28: El hombre ser para el encuentro.

## **Escudriñando el Tema**

### **HABILIDADES SOCIALES: QUÉ SON, TIPOS, LISTADO Y EJEMPLOS**

Por Nerea Babarro Rodríguez. 31 mayo 2019

Las interacciones sociales son muy habituales en la vida cotidiana de las personas, y es en estas situaciones interactivas en las que las personas deben desarrollar y hacer uso de sus habilidades sociales, para poder mantener una conversación o situación social lo más adecuada posible.

**Qué son habilidades sociales:** definición: Las habilidades sociales (HHSS) en psicología son un **conjunto de conductas y hábitos** observables y de pensamientos y emociones que fomentan la comunicación eficaz, las relaciones satisfactorias entre las personas y el respeto hacia los demás, hecho que lleva a un mejor sentimiento de bienestar. En otras palabras, se trata de un conjunto pautas de funcionamiento de las personas que les **ayudan en sus relaciones** y en el respeto hacia los derechos de los demás y de los propios.

**¿Para qué sirven las habilidades sociales?:** Es innegable la importancia de las habilidades sociales y capacidades sociales para las relaciones. Las HHSS son **fundamentales en el día a día** de las personas porque les proporcionan bienestar y calidad de vida, así como facilitan el desarrollo y mantenimiento de una sana autoestima. Por el contrario, las personas con poca habilidades sociales, pueden sentir estrés, malestar y, con frecuencia emociones negativas (frustración, ira, sensación de ser rechazado o infravalorado...), además, las personas con deficiencia en habilidades sociales son más predispuestas a padecer alteraciones psicológicas como ansiedad y depresión. Así pues, para poder definir una conducta habilidosa se deben tener en cuenta tres dimensiones de la habilidad social. En primer lugar, la dimensión conductual, que hace referencia al tipo de habilidad social. En segundo lugar, la dimensión personal, vinculada a las variables cognitivas de la persona. Por último, la dimensión situacional, referida al contexto ambiental.

### **TIPOS DE HABILIDADES SOCIALES**

**1. Habilidades sociales básicas:** Las habilidades sociales básicas son las primeras habilidades que adquieren las personas, y son fundamentales para poder iniciar una comunicación y para mantenerla. Algunas de estas habilidades son: saber **iniciar, mantener y finalizar una conversación**, saber formular preguntas, etcétera.

**2. Habilidades sociales avanzadas:** Estas son las habilidades que las personas aprenden una vez adquiridas las habilidades sociales básicas anteriores. Entre las habilidades sociales complejas, podemos encontrar: saber **compartir una opinión, asertividad, saber pedir ayuda**, saber disculparse, dar y seguir instrucciones, entre otros.

**3. Habilidades sociales emocionales:** Estas habilidades se caracterizan por estar estrechamente vinculadas al manejo y la identificación de los sentimientos y las emociones. Podemos encontrar: identificar y expresar sentimientos y emociones, empatía, respeto, entre otros.

**4. Habilidades sociales negociadoras:** Son aquellas habilidades sociales que fomentan la **gestión de los conflictos** de una manera adecuada. Encontramos habilidades como las siguientes: negociación, resolución de conflictos, altruismo, compartir con los demás, etcétera.

**5. Habilidades sociales organizadoras:** Estas habilidades resultan beneficiosas para poder **organizar el día a día** de las personas de una manera correcta evitando provocar estrés, ansiedad y otros aspectos de carácter negativo. Dentro de esta tipología de habilidades sociales, podemos distinguir: capacidad de toma de decisiones, capacidades organizativas, entre otros.

## LISTA DE HABILIDADES SOCIALES

Las HHSS más importantes para poder mantener relaciones interpersonales sanas y de calidad son las que se citan en el siguiente **listado de habilidades sociales**:

**Empatía:** es capacidad para entender lo que les sucede a las otras personas (ponerse en la piel de los demás).

**Assertividad:** la assertividad es la capacidad para poder expresar las propias opiniones y pensamientos basándose en el respeto y defendiendo los propios derechos.

**Respeto:** capacidad de tolerar a las personas, sus opiniones, sus pensamientos y sus actos, aunque no se comparten dichos pensamientos, opiniones y demás.

**Escucha activa:** la escucha activa es la capacidad de escuchar detenidamente a las otras personas demostrándoles que están siendo escuchadas.

**Negociación:** capacidad para negociar con otras personas sobre distintos intereses o beneficios concretos, de modo que se pretende que todas las partes de la negociación salgan beneficiadas.

**Comunicación y habilidades expresivas:** capacidad para comunicarse y expresar los sentimientos propios en relación a situaciones determinadas. Además, la comunicación también incluye la capacidad de escuchar a las otras personas, pudiendo llegar a establecer conversaciones satisfactorias.

**Comprensión:** capacidad para entender las situaciones sociales y personales y, responder a ellas de forma assertiva.

**Autocontrol:** capacidad para comprender e interpretar sentimientos privados y responder a ellos controlando los propios impulsos.

**Resolución de conflictos:** capacidad para comprender la realidad de un conflicto y buscar alternativas para solucionarlo, escapando de la agresividad. Una buena manera de solucionar un conflicto puede ser la negociación.

## HABILIDADES SOCIALES: EJEMPLOS PRÁCTICOS

Las HHSS se usan constantemente para relacionarse con los demás. Según el nivel de habilidad social de las personas implicadas, la situación evolucionará de forma distinta. Lo podemos ver en los dos ejemplos prácticos de habilidades sociales presentados a continuación:

**Ejemplo 1:** Marta decide vender su moto y ya tiene una posible compradora. Ambas **deberán negociar para poder resolver la situación** de manera que todas salgan beneficiadas. Sin embargo, si estas chicas tienen una escasez en cuanto a habilidades sociales, esta negociación se verá dificultada. Por ejemplo, en este caso, Marta podría intentar engañar a la compradora vendiendo la moto por un precio por encima del adecuado y, si la compradora se da cuenta puede reaccionar de forma agresiva y desmedida en contra de Marta.

**Ejemplo 2:** el perro de Marc fallece inesperadamente, cosa que le afecta emocionalmente. Uno de sus compañeros de clase tiene un déficit de habilidades sociales y, por lo tanto, no es capaz de **ponerse en la piel de** Marc. Cuando Marc decide compartir sus sentimientos con sus compañeros de clase, el compañero le responde de manera inadecuada, hecho que lleva a Marc a sentirse peor.

## ACTIVIDAD

1. Realizar una caricatura definiendo un ser con relaciones y uno sin relaciones.
2. Elaborar un mapa conceptual de las HABILIDADES SOCIALES.
3. Hacer un cuadro comparativo de las DIFERENCIAS ENTRE SERES HUMANOS.
4. Redactar un ensayo argumentativo sobre el SER, las RELACIONES SOCIALES (HABILIDADES) y LAS DIFERENCIAS ENTRE SERES HUMANOS.