



# ¿CÓMO ME RELACIONO



**CON LOS**

# DEMÁS?

# Introducción Unidad II

## **INTRODUCCIÓN**

Tal y como ya se ha mencionado en la unidad anterior, para las relaciones interpersonales exitosas se debe establecer una comunicación efectiva, cuidando tanto los aspectos verbales como los no verbales, además del desarrollo de una serie de habilidades que permitan que el acto comunicativo comprenda también la asertividad y afectividad.

Para tal efecto, es bueno cuestionarse acerca de cómo nos relacionamos con los demás desde un punto de vista empático para llegar a una verdadera socialización, sin olvidar que para que las relaciones interpersonales se desarrollen de la mejor manera, debemos comenzar por conocernos a nosotros mismos, lograr una seguridad y estabilidad emocional, que nos permita abrirnos por completo ante los demás y ser sinceros mostrando credibilidad en nuestros mensajes.

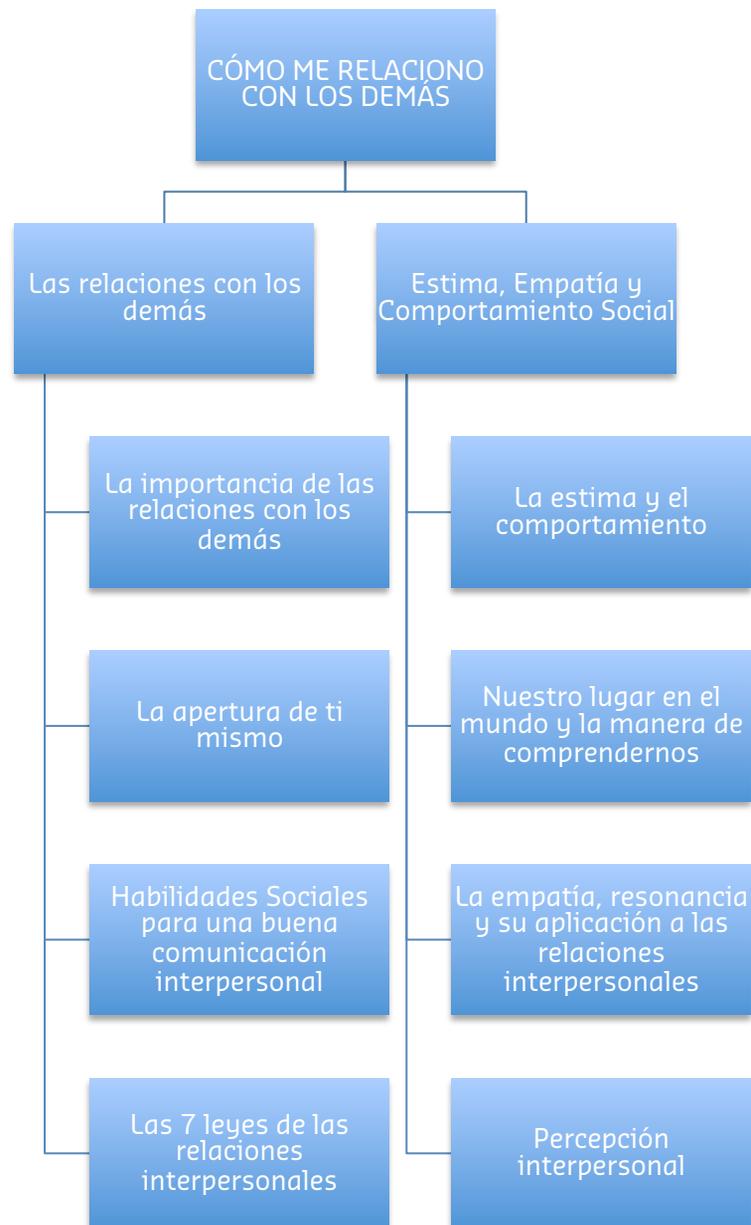
En esta unidad, se tratarán temas relacionados precisamente a la comunicación con los demás y la manera en cómo esta influye para tener relaciones interpersonales exitosas

## **OBJETIVO DE LA UNIDAD**

El alumno reconoce la importancia de las relaciones con los demás de una manera empática, para el buen funcionamiento de las relaciones interpersonales, a través del autoconocimiento y la auto revelación, además de que se capacitará para darle un enfoque positivo a la percepción interpersonal mediante el dominio de sus propias emociones y la comprensión afectiva de sus interlocutores.

# Introducción Unidad II

## MAPA DE CONTENIDO



# Introducción Unidad II

## EVALUACIÓN DE LA UNIDAD

| Evaluación   | Puntos    |
|--|-----------|
| <b>Carta a un amigo</b>                              | 3         |
| <b>Introspección, empatía y habilidades sociales</b> | 6         |
| <b>Evaluación final de la unidad</b>                 | 6         |
| <b>Total:</b>  | <b>15</b> |

## ACTIVIDADES DE LA UNIDAD

| UNIDAD 2: CÓMO ME RELACIONO CON LOS DEMÁS |  |                      |
|---|--|----------------------|
| TEMA                                      | SUBTEMA  | ACTIVIDAD            |
| Las relaciones con los demás.             | La importancia de las relaciones con los demás.                          | Carta a un amigo.    |
|   | La apertura de ti mismo.   |                      |
|   | Habilidades sociales para una buena comunicación interpersonal.          |                      |
|   | Las 7 leyes de las relaciones interpersonales.                           |                      |
| Estima, empatía y comportamiento social.  | La estima y el comportamiento.   | Resolución de casos. |
|   | Nuestro lugar en el mundo y la manera de comprendernos.                  |                      |
|   | La empatía, resonancia y su aplicación a las relaciones interpersonales. |                      |
|   | Percepción interpersonal.  |                      |
|   | Factores que obstaculizan la percepción.                                 |                      |

# Introducción Unidad II

## EJERCICIOS DE LA UNIDAD

| UNIDAD 2: CÓMO ME RELACIONO CON LOS DEMÁS |  |           |
|---|--|-----------|
| TEMA                                      | SUBTEMA  | EJERCICIO |
|   | La apertura de ti mismo.   |           |
|   | Habilidades sociales para una buena comunicación interpersonal.          |           |
|   | Las 7 leyes de las relaciones interpersonales.                           |           |
|   | Nuestro lugar en el mundo y la manera de comprendernos.                  |           |
|   | La empatía, resonancia y su aplicación a las relaciones interpersonales. |           |
|   | Percepción interpersonal.  |           |
|   | Factores que obstaculizan la percepción.                                 |           |