

Relaciones Sociales

Objetivo de La Clase: Comprender la importancia de las relaciones sociales.



Nombre del Docente : Equipo Instrumental
Curso : 1NM
Jornada : Mañana – Tarde - Noche

Semana : 1
Fecha : 07/03 al 10/03

CENTRO DE EDUCACIÓN
INTEGRAL DE ADULTOS



EDUCACIÓN BÁSICA Y MEDIA
PARA JOVENES Y ADULTOS



¿De qué trata la asignatura?

La asignatura busca desarrollar en cada estudiante la capacidad de establecer relaciones sociales y humanas de calidad, fundadas mas que nada en la tolerancia y respeto.

Básicamente, esperamos que se desarrollen y corrijan para mejor ciertos valores, no solo dentro de una sala de clases o en el colegio, sino también en cada lugar donde te encuentres con gente con la cual empezar una interacción, como en tu propio hogar, tus seres queridos, o en un trabajo.

Recuerda que esta asignatura se concentra mucho en las relaciones interpersonales (con otras personas).



Focos

Tendremos 3 focos:

- Relaciones interpersonales
- Resolución Pacífica de Conflictos
- Trabajo en equipo



Pregunta para ti:

¿Por qué crees que son importantes las relaciones sociales?

¿Cómo influyen las relaciones sociales en ti mismo?



Imagina

Imagina un mundo, en el que estas rodeado por muchas personas, pero sin la posibilidad de comunicarte o interactuar. Sin mirarnos a los ojos, sin poder incluso saber que te sucede, que piensas. Sin que alguien te preste apoyo o que te haga reir.

Seria un poco agobiante ¿no crees?

Sería un mundo muy distinto comparado con el mundo actual, no podríamos desarrollar ni evolucionar en absolutamente nada.

La importancia de las relaciones sociales.



Es beneficioso: Tanto psicológica como físicamente. Sobretudo este ultimo, es mucho mejor saludar a alguien con algún tipo de contacto físico.

Felicidad: Liberamos “oxitocina” (la hormona de la felicidad) sobre todo cuando estamos interactuando con amigos y nos hacen reír genuinamente. Además, reduce el estrés.

Desarrollo personal: de valores, conocimientos y experiencias.

Nuestro entorno no nos juzga, somos aceptados.



En la gente mayor es aún más relevante, ya que nos ayuda a no sentirnos solos.

Es un apoyo emocional necesario, sobretodo cuando el tiempo avanza más rápido.

El aislamiento de relaciones sociales puede causarnos inseguridad física o psicológica, sobretodo en estos tiempos.

Las relaciones sociales nos ayudan a tomar mejores decisiones. Estar rodeado de buenos consejos y de gente con experiencia, nos ayuda. Piensa que no te cuentan sus anécdotas porque si, sino para que tomes una buena decisión.



Pregunta:

A ver como está tu atención:

¿Cuál es la hormona de la felicidad?

¿Cómo ayudan las relaciones sociales a la gente mayor?



Un gran ejemplo ¿Sabes quien es el personaje de la imagen?

- En su primera aparición, Shrek carecía de relaciones sociales, si bien, podía interactuar, no lo hacia de forma muy agradable.
- También vivía solo, alejado de la sociedad.



¿Y este personaje?



Imaginamos que si lo conoces, puedes pensar que Burro es muy sociable, por tanto, no tiene problemas al relacionarse con los demás.

Pero recuerda que él no conoce límites, y llega a ser incluso molesto y cargante. Podríamos decir que carece de conocimiento sobre cómo tener una buena relación social.



Actividad de clase:

- ⦿ Escribe características sociales que estos personajes deberían corregir para tener una buena relación con la comunidad.

- ⦿ Escribe tantas como puedas.

Tipos de relaciones sociales - CS

Objetivo de La Clase: Identificar distintos tipos de relaciones sociales.



Nombre del Docente : Equipo Instrumental/ Equipo PIE
Curso : Primer Nivel
Jornada : Mañana – Tarde - Noche

Semana : 2
Fecha : 14/03/2022 – 17/03/2022

CENTRO DE EDUCACIÓN
INTEGRAL DE ADULTOS



EDUCACIÓN BÁSICA Y MEDIA
PARA JOVENES Y ADULTOS



La semana anterior

La Semana pasada hicimos la prueba de diagnóstico de la asignatura **Convivencia Social**.

Mostramos y comentamos el cronograma de la asignatura y los puntos a ver durante el año.

La importancia de la clase de esta semana va conectada mas que nada con los tipos de relaciones sociales que se pueden tener, identificando sus características, puntos a favor y puntos en contra.



Tipos de relaciones sociales

La semana pasada



La semana anterior comentamos la importancia de las relaciones sociales.

Dependiendo de tu edad (ya seas adolescente, adulto joven o mayor) puede afectarte de distinta manera estas relaciones.

Recuerda que las relaciones sociales nos dan felicidad, nos hace sentir cómodos y bienvenidos.



Características de las relaciones sociales

- Son interacciones que ocurren en un grupo de 2 o más personas el cual sigue una serie de normas y reglas de acuerdo mutuo.
- Son constantes durante el tiempo.
- Son la base de muchos **movimientos sociales**, **organizaciones sociales** e incluso la **estructura social**.



Son importantes

- Para una buena relación social son importantes las **normas que se establecen** (de forma explícita o implícita) en los distintos vínculos como el amor, la paz, la rivalidad o la amistad, por nombrar algunos.
- Esto divide los distintos tipos de relaciones, si son correctas, aceptables o si son incorrectas o dañinas.



Características de las relaciones sociales

- Tendremos dos características primordiales en las relaciones sociales:
- Las relaciones sociales pueden ser:



- **Ideológicas:** Comparten un pensamiento similar, o transmiten un pensamiento que es del agrado de otros. Como hablar de política.
- **Materiales:** Es un beneficio mutuo entre lo económico y material. Como la mano de obra o intercambios.

En tu círculo social ¿a cuál perteneces tú?



Tipos de relaciones sociales.

- ⦿ Estas relaciones se pueden dividir de distinta manera, dependiendo del enfoque que le demos, esto puede determinar el tipo de relación social que tenemos con otras personas o grupos.



Relaciones Familiares

- Relación que en cierta forma, viene obligada y no se puede elegir. Son parte de nuestro núcleo cercano (padres y hermanos).
- Pueden ser tanto positivas como negativas.
- Son el primer factor que te ayuda a distinguir entre lo bueno y lo malo.



Relaciones Laborales

- Se encuentran en nuestro entorno laboral.
- No importa el trabajo, siempre hay relaciones laborales, ya sea entre colegas o clientes.
- Sus normas van por jerarquía.
- Importantes para nuestro día a día, pero no tan relevantes emocionalmente.



Relaciones Afectivas

- Seleccionamos gente para que sean parte de nuestro círculo íntimo, como amigos, parejas, compañeros, etc.
- Con estas personas generamos una conexión emocional fuerte.
- Nos ayudan a liberar la “hormona de la felicidad” ¿Cuál es?



Relaciones Circuntanciales

- Son relaciones pasajeras (de momento), superficiales y locales, comúnmente con gente desconocida en el día.
- No hay mucho vínculo emocional. Las olvidas rápidamente.
- ¿Puedes dar ejemplos de esto?



Actividad

- Anota 2 ejemplos para cada tipo de relación, que has vivido en el último tiempo.

Interpersonal VS Intrapersonal

Objetivo de La Clase : Diferenciar los tipos de relaciones según habilidades y características.



Nombre del Docente : Equipo Conv Social/ Equipo PIE
Curso : Primer nivel medio
Jornada : Mañana – Tarde - Noche

Semana : 3
Fecha : 21/03 – 24/03

CENTRO DE EDUCACIÓN
INTEGRAL DE ADULTOS



EDUCACIÓN BÁSICA Y MEDIA
PARA JOVENES Y ADULTOS



La semana anterior

La semana anterior hablamos de distintos tipos de relaciones sociales.

Como pueden ser (**ideológicas o materialistas**).

Y 4 tipos de relaciones sociales:

Familiares, Laborales, afectivas y circunstanciales.

¿Recuerdas que quería decir cada una?



Aunque

La semana pasada hablamos de tipos de relaciones sociales, no podemos ignorar que hay más formas de interactuar en nuestro círculo de amigos, familiar, laboral, etc.

Muchas veces esto se define por nuestra actitud, como crecimos, y como interactuamos con otros.



Estos son

- Relaciones interpersonales y relaciones intrapersonales. Formas de vincularnos con otros.
- Vamos a explicar cada una, definiendo, analizando sus puntos fuertes y habilidades.



Relaciones Interpersonales

● ¿Qué es?

Es la forma de vincularse que existe entre 2 o mas personas, esto se basa en sentimientos, emociones, actividades sociales, entre otras.

Para muchos son la base de la vida en sociedad y la vida cotidiana.

¿A quién no le gusta salir con amigos o en familia?



Relaciones interpersonales.

- ⦿ Se destaca, mas que nada por una conversación constante y sostenida entre los involucrados.
- ⦿ Muchas de estas relaciones son tan comunes que son reguladas por la costumbre, convención, o incluso por ley.

Sabes que tienes que comportarte de forma distinta dependiendo del lugar y con quienes estás.



En general

- ⦿ Las relaciones Interpersonales pueden ser:
- ⦿ Amenas o conflictivas
- ⦿ Profundas o superficiales
- ⦿ Con una persona o grupo.

**¿Puedes dar algún ejemplo de relaciones
interpersonales?**



Habilidades interpersonales

- Comunicación con más personas (escucha activa, actitud positiva, buena actitud a la retroalimentación).
- Empatía.
- **Mensaje eficiente, efectivo y claro.**
- Hay muchos trabajos que requieren buena comunicación, por ejemplo, los deportes de equipos.



**¿Cuáles son algunas habilidades de las relaciones
interpersonales?**

*Recuerda que la base es la comunicación de
distinta índole.*



Relaciones Intrapersonales

- ¿Qué es?
- Es el tipo de relación que mantienes contigo mismo, con tu conciencia.
- Básicamente es tu mente la que sobre analiza y procesa la información del entorno para poder actuar.



Relaciones intrapersonales

- Al sobre analizar las situaciones, permite tu desarrollo con el medio.
- También explota o desarrolla ciertos estímulos en el cuerpo, como la inseguridad, miedo, tranquilidad, confianza, entre otros.
- ¿Te ha pasado?



Quién no ha llegado a un lugar por primera vez y ha pensado “¿donde debo sentarme?”, “¿donde no llamaré la atención?” o “¿que puedo hacer para que no piensen mal de mi?”

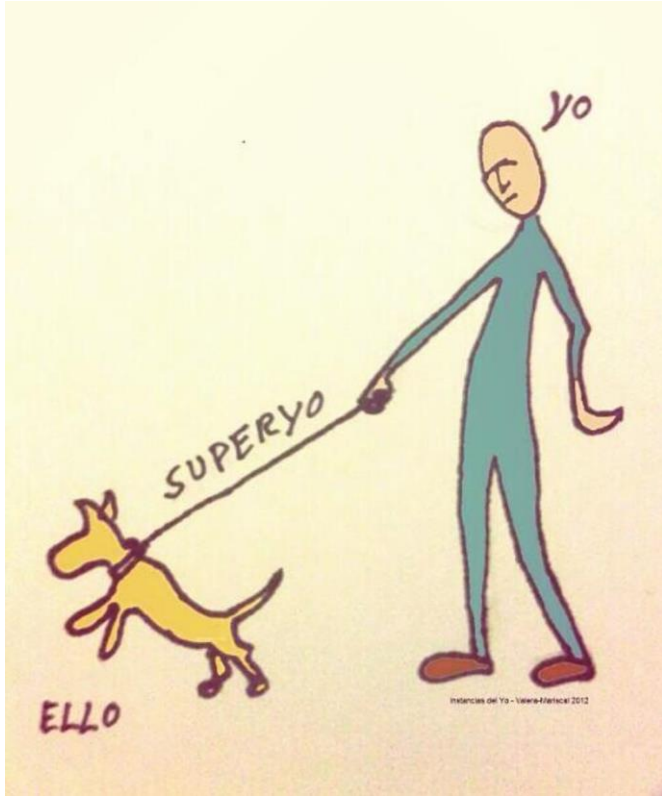
Por eso muchos estudiantes no se sientan en los primeros puestos.



Sigmund Freud

- Freud (padre del psicoanálisis) decía en su teoría del psicoanálisis que las relaciones intrapersonales se desarrollan en tu mente, y se dividían en tres partes.
- Ello: Instintos animales.
- SuperYo: normas sociales.
- Yo: la pelea entre ambos (ello y super yo)

Es algo así



- **Elo** (lo que quieres hacer o decir sin pensar, solo actuar)
- **Superyo** (el control de normal establecidas por la comunidad)
- **Yo**: el forcejeo y equilibrio entre ambos.



Contrario a lo que se cree

- Si bien las relaciones intrapersonales existen en nuestra mente, también sirve para saber como medir nuestro vocabulario y acciones con otras personas.



Habilidades Intrapersonales

- ⦿ Preocupado de su orden e higiene.
- ⦿ Mentalidad reflexiva.
- ⦿ Prioriza el bienestar mental.
- ⦿ Amabilidad por sobre criticas o exigencias.



- ⦿ ¿Dónde yo podría poner en practica mis relaciones intrapersonales?
- ⦿ Por ejemplo; cursos de meditación. No se permite hablar con otros, y debes estar concentrado en tu mente.



Actividad final

¿Cuáles crees que son los beneficios al desarrollar las relaciones interpersonales y las intrapersonales?