



# Las habilidades sociales para el desarrollo de las relaciones interpersonales

Todos los niveles educativos

50 horas



Formación y Especialización  
**DOCENTE**

[www.oceanoeducacion.com](http://www.oceanoeducacion.com)

**OCEANO**  
educación

## Descripción

Las habilidades sociales son un **conjunto de hábitos** –en nuestras conductas, pero también en nuestros pensamientos y emociones– **que nos permiten comunicarnos con los demás en forma eficaz**, mantener relaciones interpersonales satisfactorias, sentirnos bien, obtener lo que queremos y conseguir que las otras personas no nos impidan lograr nuestros obje-

tivos. Este programa formativo pretende sistematizar, desde una perspectiva constructiva y positiva, los conceptos y las técnicas de la psicología social o interpersonal que se utilizan habitualmente en el análisis y la enseñanza-aprendizaje de los comportamientos socialmente habilidosos.

**Destinado a profesionales de la educación con necesidades de desarrollo profesional y con interés de profundizar en sus competencias.**

## Objetivos

- Tomar conciencia de la importancia que tiene la adquisición y aprendizaje de las habilidades sociales en el desarrollo de relaciones interpersonales adecuadas para incrementar la eficacia de los tratamientos, mejorar la adherencia a estos o aumentar el repertorio comportamental preventivo.

- Analizar y construir el sentido, la importancia y las implicaciones (conductuales, emocionales, funcionales y fisiológicas) que se derivan de la consideración del ser humano como ser social.

- Clarificar los sistemas de clasificación y los diferentes tipos de habilidades sociales.

- Relacionar las habilidades sociales con la asertividad, la situación interpersonal y la adecuación social.

- Desglosar y diferenciar las habilidades sociales de otros términos afines como la autoestima, la inteligencia emocional y la empatía.

## Contenidos

### **Tema I. Concepto y perspectiva general de las habilidades sociales**

- Seres humanos y seres sociales. Algunas implicaciones básicas
- La manifestación directa de la inteligencia interpersonal. Competencias y habilidades sociales

### **Tema II. Componentes y términos afines a las habilidades sociales**

- Asertividad. Una parte esencial de las habilidades sociales

- Habilidades sociales, asertividad y situación interpersonal

- La autoestima: Ingrediente y constructo vinculado a las habilidades sociales

- La inteligencia emocional. Ingrediente y constructo vinculado a las habilidades sociales

- Empatía. Ingrediente y constructo vinculado a las habilidades sociales