



## ¿QUÉ SON LAS HABILIDADES?

“Conjunto de capacidades, competencias, atributos, talentos, y en algunos casos conocimientos, que caracterizan a las personas”.

Las habilidades sociales pueden clasificarse en:  
**Básicas.**

- ✓ Escuchar de los demás
- ✓ Iniciar una conversación
- ✓ Mantener una conversación
  - ✓ Formular preguntas
  - ✓ Dar las gracias
- ✓ Presentarse a sí mismo, presentar a otra persona
  - ✓ Hacer un cumplido
  - ✓ Dialogar, etc.

## ¿QUÉ SON LAS HABILIDADES SOCIALES?

“Capacidades que una persona posee a la hora de gestionar una conversación, una reunión, un conflicto o el trabajo en equipo, entre otros.”

- ✓ Empatía.
- ✓ Inteligencia emocional.
- ✓ Asertividad.
- ✓ Capacidad de escucha.
- ✓ Capacidad de comunicar sentimientos y emociones.
- ✓ Capacidad de definir un problema y evaluar soluciones.
- ✓ Negociación.
- ✓ Modulación de la expresión emocional.
- ✓ Capacidad de disculparse.
- ✓ Reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás.
- ✓ Hacer frente al estrés.
- ✓ Alternativas a la agresión.

## HABILIDADES SOCIALES COMPLEJAS

# ¿Dónde se emplea?

Trabajo

Familia

En la calle

En la comunidad

Aprender a expresarse

Comprender a los demás

Tener en cuenta las necesidades de otros

Ser solidario





## ¿Y CÓMO SE FORMAN?

Las habilidades sociales básicas se adquieren mediante la observación de las conductas de otras personas y la copia de dichos comportamientos. Este tipo de comportamientos se aprenden de forma involuntaria y, por tanto, no suponen un esfuerzo para el individuo.



## ¿QUÉ SON LAS HABILIDADES COMUNICATIVAS?

“Se entiende como un conjunto de procesos lingüísticos que se desarrollan durante la vida, con el fin de participar con eficiencia y destrezas, en todas las esferas de la comunicación y la sociedad humana.

# HABILIDADES COMUNICATIVAS BÁSICAS:

1. **ESCUCHA ACTIVA.** (ATENCIÓN PLENA) EN OCASIONES SOLO OÍMOS, NO ESCUCHAMOS. ...

2. **EMPATÍA.** ESTA HABILIDAD SE REFIERE A LA CAPACIDAD DE PONERSE EN EL LUGAR DEL OTRO. ...

3. **LENGUAJE NO VERBAL** SEGURO SABES QUE LOS GESTOS Y LAS EXPRESIONES FACIALES COMUNICAN. ...

4. **LENGUAJE VERBAL.** (VOCALIZAR CORRECTAMENTE)

5 **RESPECTO.** (COMUNICACIÓN AFECTIVA Y EFECTIVA)

6. **PERSUASIÓN** (CAPACIDAD DE TRANSFORMAR IDEAS)

7. **CREDIBILIDAD.** (GENERA CONFIANZA, SER COHERENTE CON LO QUE DICES Y HACES)

8. **VALIDACIÓN EMOCIONAL** (SENTIRSE RECONOCIDO Y COMPRENDIDO)

9. **RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS Y NEGOCIACIÓN** (APRENDER A NEGOCIAR)

10. **CAPACIDAD PARA MANTENER EL CONTACTO VISUAL** (DENOTA ATENCIÓN)

11. **LEER Y ESCRIBIR BIEN** (POSIBILITA EL DESARROLLO INTELECTUAL)

12 **CAPACIDAD PARA USAR EL HUMOR**



# HABILIDADES SOCIALES Y COMUNICATIVAS

POR LIC. MARLIS  
HERRERA

# SENSIBILIDAD Y CONCIENCIA



- La podemos definir como el conjunto de habilidades que permiten una mayor adaptabilidad de la persona ante los cambios.
- También tiene que ver con la confianza y seguridad en uno mismo, el control emocional y la automotivación para alcanzar objetivos.
- Comprender los sentimientos de los demás, manejar las relaciones y tener poder de influencia es básico para conseguir cambios positivos en el entorno.

## ¿ QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

“Es la capacidad de reconocer las emociones - tanto propias como ajenas - y de gestionar nuestra respuesta ante ellas.



## ¿QUÉ ES EMOCIÓN?

---

Es la respuesta ante algo que nos sucede.

En primer lugar, nos damos una explicación de lo que ha pasado (pensamiento) e inmediatamente tenemos una reacción fisiológica (emoción).

Mejorar nuestras relaciones con los demás.

Las personas con una inteligencia emocional elevada tienen una vida más satisfactoria.

Si somos capaces de elegir nuestras acciones, es más probable que obtengamos resultados diferentes.



1. Autoconocimiento
2. Autorregulación
3. Automotivación
4. Empatía
5. Habilidades sociales

ELEMENTOS DE LA  
INTELIGENCIA EMOCIONAL



# SENSIBILIDAD Y CONCIENCIA

## **SENSIBILIDAD**

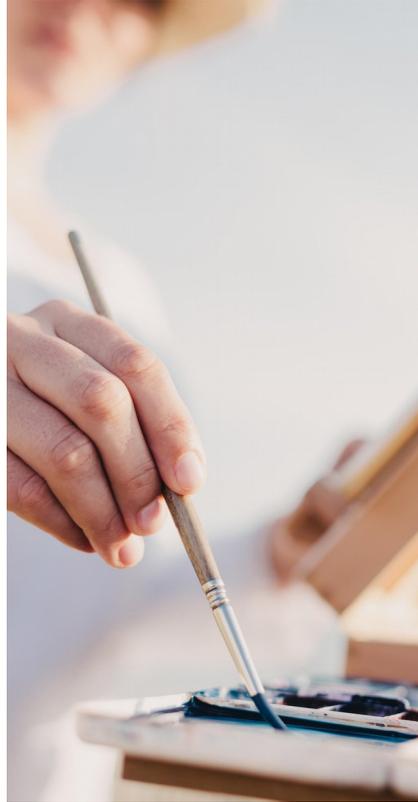
La capacidad de una persona para experimentar y sentir

---

## **CONCIENCIA**

Es el conocimiento de que algo existe.

La relación de la sensibilidad, mente y conciencia afecta cosas como el equilibrio físico, controla el caminar, los significados de la mente y la interpretación al momento del aprendizaje cognitivo. Además, entender cómo la relación aplica en la enseñanza, hará posible entender el sistema de significados que se presente ante los/as estudiantes.



# SENSIBILIDAD Y CONCIENCIA

**La mente no es un  
simple contenedor**

La mente aporta al aprendizaje como: memoria (me recuerda a); atención (tengo en cuenta); y propósito (tengo un objetivo en mente).

Como la mente, la conciencia también es un verbo: la rápida transición de eventos cualitativos. **John Dewey** fue profundamente influenciado por la metáfora de la conciencia como una "corriente de pensamiento" en constante movimiento.

Para él, la experiencia de la conciencia en el aprendizaje es de contrastes.

No se puede intervenir como lo hacemos con los objetos de nuestra atención, como, por ejemplo, "cosas". Pero la conciencia o percepción de significados, se puede educar.

## SENSIBILIDAD Y CONCIENCIA

---



## **Conciencia innata**

La conciencia innata es la que se tiene desde el momento del nacimiento.

## **Conciencia adquirida**

Es aquella que como su nombre lo dice es el conjunto de información adquirido.

## **Conciencia moral**

Es la capacidad que tenemos los seres humanos de tener un juicio racional para diferenciar una acción buena de una acción mala.

## **Conciencia reflexiva**

Es aquella que adquirimos por medio de las experiencias, es decir, que aprendemos de manera empírica.

# ¿Cómo se emplea?

Atención

Memoria

Percepción

Juzgar actos

Referencias electrónicas:

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2219-71682016000200001](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682016000200001)

<https://eligeeducar.cl/acerca-del-aprendizaje/la-relacion-entre-sensibilidad-mente-y-conciencia-segun-john-dewey/#>

---

---

# GRACIAS

---

MARLIS HERRERA