

“FORMACIÓN COMÚN PARA CRECER EN LA FE Y EN EL SERVICIO”

Área Crecimiento Personal





Formación para
la Colaboración
en la Misión

“FORMACIÓN COMÚN PARA CRECER EN LA FE Y EN EL SERVICIO”

Área Crecimiento Personal

Módulo II Relaciones Humanas

Enlaces actualizados a la web de la CPAL





OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

1. Ahondar en el conocimiento de procesos, actitudes y comportamientos que inciden en el establecimiento de relaciones humanas adecuadas.
2. Adquirir herramientas que favorezcan una comunicación efectiva, abierta, sincera y asertiva en las relaciones interpersonales.

UNIDADES TEMÁTICAS

TEMA 1: Relaciones Interpersonales



CONTENIDOS

1. Características básicas de las relaciones.
2. Dignidad humana, alteridad y fraternidad.
3. Dificultades para relacionarnos.
4. Cómo establecer relaciones interpersonales sanas.
5. Procesos de perdón y auto perdón en las relaciones.



TEXTOS Y RECURSOS RECOMENDADOS

1. Básicos
 - a. Gallo, Antonio (2012). *Mis Valores Adultos*. Guatemala: Edit. Cara Parens, Universidad Rafael Landívar. Capítulo 2: “Mi primer valor: La dignidad humana”.
 - b. Provincia Centroamericana (2013). *Hacia nuevas relaciones de género*. Programa “Formación de Laicos-as y Jesuitas”.
2. Complementarios
 - a. Goleman, Daniel (s.f.) *Inteligencia Emocional*. [Conferencia en vídeo] Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=6lhuTOYCg-A>
 - b. Gardner, Howard (2005). *Inteligencias Múltiples: La teoría en la práctica*. España: Paidós. Cap. 2 de la Primera Parte: “Una versión madurada” [Escrito con Josep Walters]



ACTIVIDADES SUGERIDAS

1. Para el trabajo personal
 - a. Leer atenta y reflexivamente los textos propuestos, procurando examinarse en su experiencia (creencias, actitudes, habilidades...), para identificar:
 - ¿Cómo su nivel de comunicación establece relaciones interpersonales abiertas, libres y sanas?
 - ¿Cómo vive en su persona las leyes principales o fundamentales de las relaciones interpersonales?
 - b. Formular una respuesta personal desde su experiencia y las lecturas a esta pregunta: ¿cuándo la dignidad humana es vulnerable en las relaciones interpersonales?
2. Para el trabajo en grupos
 - a. Compartir ejemplos de casos en las que se establecen relaciones sanas, humanas, armoniosas y el clima que se genera.
 - b. Reflexionar en común:
 - ¿Cómo el manejo de la inteligencia, emociones y sentimientos determina el nivel de relaciones interpersonales que se establecen en los equipos o comunidades?
 - ¿Cómo son las relaciones que establecemos con los jesuitas?

TEMA 2: Sexualidad y afectividad en las relaciones interpersonales



CONTENIDOS

1. Sexualidad integral y sus dimensiones.
2. Afectividad y relaciones de género.



TEXTOS Y RECURSOS RECOMENDADOS

1. Básicos
 - a. Sowle Cahill, Luisa (1996). “[La sexualidad y la ética cristiana: cómo proceder](#)”. En La sexualidad y lo sagrado, James B. Nelson y Sandra P. Longfellow. Bilbao: Desclée de Brouer, pp. 51-64.
 - b. Timmerman, Joan (1996). “[La sexualidad de Jesús y la vocación humana](#)”. En La sexualidad y lo sagrado, James B. Nelson y Sandra P. Longfellow. Bilbao: Desclée de Brouer, pp.151-171.
 - c. Van Leeuwen, Mary (1996). “[La mentalidad cristiana y el desafío de las relaciones de género](#)”. En La sexualidad y lo sagrado, James B. Nelson y Sandra P. Longfellow. Bilbao: Desclée de Brouer, pp. 194-210.

d. Guión “Preguntas para reconstruir la propia historia sexual”.

2. Complementarios

a. Morales, Vinicio (2010, Julio). [Sexualidad y afectividad en las relaciones interpersonales y comunitarias](#). Programa “Formación de Laicos-as y Jesuitas”.



ACTIVIDADES SUGERIDAS

1. Para el trabajo personal

- a. Reconstruir la propia historia sexual (ver el guion en “Textos y recursos recomendados”).
- b. Reflexionar sobre los tres niveles del modelo de sexualidad que se presentan en la tabla de la página 5, del documento “Sexualidad y afectividad en las relaciones interpersonales y comunitarias” (en “Textos y recursos recomendados”).
- c. A la luz de la historia personal, reflexionar cómo el nivel de integración de su sexualidad y afectividad contribuyen a establecer relaciones comunitarias y de equipo armoniosas y sanas.

2. Para el trabajo en grupos

- a. Compartir aspectos de la historia sexual y afectiva y su influencia en el desarrollo armonioso de la persona.
- b. Reflexionar en común sobre la influencia de la armonía sexual afectiva en la vida y relaciones.
- c. Compartir sobre cómo se constituyen las relaciones de género entre laicos y laicas con la Compañía de Jesús.

TEMA 3: Comunicación asertiva y diálogo



CONTENIDOS

1. Asertividad en la comunicación.
2. Diálogo y habilidad para la escucha.
3. Características de la comunicación asertiva.
4. Dificultades y estrategias asertivas en las relaciones interpersonales.



TEXTOS Y RECURSOS RECOMENDADOS

1. Básicos

- a. Provincia Centroamericana (2013). [Gestión emocional ecológica](#). Programa “Formación de Laicos-as y Jesuitas”.
- b. [Asertividad](#) (s.f.). Artículo tomado de la Wikipedia.
- c. Guión “[Midiendo y conociendo mi asertividad](#)”.

2. Complementarios

- a. Castanyer, Olga (2013). [La asertividad: la expresión de una sana autoestima](#). Bilbao: Desclée de Brower, pp. 42-74.
- b. Manor, Maite (2013, Mayo). [Asertividad](#). Universidad Rafael Landívar.
- c. Disc@apnet (s.f.). [Ficha sobre Asertividad](#). Programa de desarrollo personal y mejora de las habilidades.



ACTIVIDADES SUGERIDAS

1. Para el trabajo personal

- a. Realizar el ejercicio de vivencia de la propia asertividad (ver el guion en “Textos y recursos recomendados”).
- b. Procurar examinarse en su experiencia (creencias, actitudes, habilidades...), para identificar:
 - ¿Cómo vive las características de la comunicación asertiva?
 - ¿Cuáles son las dificultades que se le presentan para ser asertivo-a en las relaciones interpersonales?

2. Para el trabajo en grupos

- a. Compartir ejemplos de casos asertivos y no asertivos en las relaciones interpersonales.
- b. Reflexionar en común:
 - ¿Cuáles son las principales dificultades en la asertividad y diálogo que influyen en las relaciones?
 - En nuestras relaciones con los jesuitas, ¿incorporamos las características de la comunicación asertiva?