

**TE0203**

**Relaciones Interpersonales**

**II Semestre, 2024**

**Profesora:**

Licda. Fabiola Araya Rodríguez

Psicóloga

mariafabiola.araya@ucr.ac.cr

**Horario:** M, 13:40 – 15:30 horas

**Hora de consulta:** 15:30 – 17:00 horas

**I. Datos Generales**

**Tipo de curso:** Teórico

**Número de créditos:** 2

**Número de horas semanales presenciales:** 2

**Número de horas semanales de trabajo independiente del estudiante:** 6

**Requisitos:** PS0341

**Ubicación en el plan de estudio:** Cuarto Nivel

**II. Descripción del curso**

Las relaciones humanas son el resultado de la interacción entre las personas promovidas por algún interés común o por el simple hecho de ser personas. Al ser parte de una sociedad establecemos continuamente relaciones interpersonales con otros miembros: el hogar, el estudio, el trabajo, etc.

Por vivir en una sociedad cada vez más complicada es necesario luchar a cada momento para que los conflictos que surgen en nuestras relaciones interpersonales puedan ser resueltos correctamente.

En el presente curso se pretende dar a conocer al estudiante aquellos elementos humanos, así como motivarlo (a) hacia un mejor conocimiento de sí mismo (a), que le permitirá elementos para lograr una atmósfera más sana en sus contactos interpersonales.

**III. Objetivo General**

Promover relaciones humanas adecuadas entre los asistentes al curso con el fin de que puedan generalizar esta vivencia a sus vidas cotidianas.

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
TURISMO ECOLÓGICO**

**IV. Objetivos específicos**

- Que el estudiante al finalizar el curso sea capaz de comprender, a través de lecturas pertinentes, qué son las relaciones humanas y cuáles son los factores más importantes que intervienen en toda relación interpersonal.
- Motivar a la búsqueda de un mayor conocimiento de sí mismo (a) a través del método de la introspección.
- Aplicar ciertos principios básicos que le permitan relaciones interpersonales más sanas en su vida diaria.

**V. Contenidos**

1. **Cuestiones epistemológicas básicas en Psicología Social.**
2. **Los procesos psicosociales básicos - Liderazgo**
3. **Los procesos grupales**
  - a. El grupo como sistema, dirección del grupo.
  - b. El trabajo en grupos
4. **Relaciones Humanas y Familia**
  - a. Enfoque sistémico de la Familia, autoestima, comunicación, normas y enlace con la sociedad.
5. **Relaciones Humanas en el Trabajo**
  - a. Técnicas para el trabajo en grupos

**VI. Metodología**

Este curso está bajo la modalidad Bajo Virtual para el II semestre 2022. Se utilizará la plataforma institucional Mediación Virtual como apoyo al curso para colocar materiales como: el Programa de Curso, documentos, vídeos y presentaciones que apoyen los contenidos del mismo; también se utilizará para el desarrollo o entrega de actividades de evaluación como tareas, foros, quices, entre otras.

La metodología del curso será teórico-práctica, de manera que los y las estudiantes puedan aprender sobre las relaciones interpersonales a través de su propia experiencia y la observación de ejemplos e historias que ilustren los temas estudiados. Además, se realizarán lecturas de interés para aportar información de los temas del curso y discusiones que permitan la construcción de conocimiento de manera grupal.

## UNIVERSIDAD DE COSTA RICA TURISMO ECOLÓGICO

Se espera la participación en clase de las y los estudiantes, donde más allá de las actividades propias del tema de cada clase, durante las lecciones se realizarán dinámicas introductorias y exposiciones magistrales de las temáticas y los y las estudiantes realizarán las dinámicas, y aportes a los temas discutidos, respondiendo a las preguntas realizadas por la docente durante las exposiciones.

A continuación se detallan las actividades a realizar y evaluar:

- **Guías de trabajo:** en cada clase y dependiendo del tema se responderá a guías de trabajo, las cuales implicarán actividades como cuestionarios, dramatizaciones, discusiones, dinámicas grupales, análisis de casos o situaciones, entre otros. Para cada actividad habrá una guía por escrito, la cual deberá ser respondida y firmada por todos los participantes.
- **Resolución de casos:** Para el abordaje de tres temáticas se trabajará una resolución de casos. Se trata de guías para analizar una situación específica. Se presentará a la docente la resolución por escrito. Será presentado de una semana para otra según cronograma. Las guías de resolución de casos serán entregadas por parte de la docente una o dos semanas antes de la entrega del caso, al momento de ver la materia correspondiente.
- **Festival de talentos:** el grupo se dividirá en tres subgrupos de trabajo. Cada uno de los grupos se les asignará un tema general: 1) encuentro de culturas, 2) familia, 3) trabajo. Dentro de ese tema, cada grupo elegirá una historia para presentar de manera creativa ante el resto del grupo en una fecha que se indicará desde el primer día. Tendrán una hora para su presentación. Deberán crear de manera grupal el guión, los materiales, repartir los roles, ensayar y hacer su presentación. Durante todo este proceso deberán llevar una bitácora individual, en la cual registrarán todo lo anterior, así como los contratiempos personales y grupales y de qué manera se resolvieron; aunado a sus sentires del proceso como grupo, esta será entregada a la docente una semana después de finalizar las presentaciones.
- **Ensayo “Mi lugar como profesional en la sociedad”:** de manera individual, cada estudiante realizará un ensayo enfocado en cómo ve a sí mismo(a) en la profesión de turismo ecológico en la sociedad, de acuerdo con los temas estudiados en el curso hasta el momento de la entrega del mismo. Para su ensayo utilizarán al menos 10 referencias bibliográficas, debidamente citadas de

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
TURISMO ECOLÓGICO**

acuerdo con la APA 7 edición e incluirán su perspectiva personal de cómo se miran y les miran como turismólogos en nuestra sociedad. Tendrá una extensión de mínimo 10 páginas y máximo de 15, con interlineado de espacio y medio, letra Times New Roman 12 o Arial 11.

- **Actividad personal “Mejorando mis relaciones interpersonales”:** cada estudiante haciendo retrospectiva de su vida y su proceso personal y profesional escogerá un aspecto a mejorar en sus relaciones interpersonales, el mismo puede formar parte de la esfera personal, familiar, académica y/o laboral, presentarlo a la docente en supervisión y crear un plan de mejora a cumplir durante el semestre. Este trabajo será personal y únicamente se supervisará con la docente, no deberá exponerse al grupo. Del mismo se presentarán dos avances y una entrega final, en el siguiente cuadro se presenta lo que deberá contener el trabajo y lo correspondiente a cada avance y el informe final.

1. Portada	
2. Índice	
3. Exposición y justificación del aspecto a mejorar	Del rubro 1 al 4: I avance
4. Objetivos de mejora intervención	
a. General	Del rubro 1 a 5: II avance
b. Específicos	
5. Propuesta de intervención (¿Qué voy a hacer para mejorar?)	Del rubro 1 al 8: Informe final
6. Resultados obtenidos*	
7. Conclusiones de la intervención	

\* De la puesta en práctica de mejora: ¿Qué se hizo de lo planeado?, ¿Qué no se hizo?, ¿Qué se pudo mejorar de lo escogido?, ¿Qué no se pudo mejorar?, ¿Cómo me siento con los cambios obtenidos?, ¿Qué podría seguir mejorando?, ¿Otros resultados que se dieron no directamente relacionados? ¿Cómo me sentí en el proceso? Es la historia de lo que pasó.

**VII. Evaluación**

<b>Descripción</b>	<b>Porcentaje</b>
Guías de trabajo	14%
Resolución de casos (3) 5% c/u	15%
Ensayo “Mi lugar como profesional en la sociedad”	20%

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
TURISMO ECOLÓGICO**

<b>Festival de talentos</b> -Bitácora de la preparación (10%) -Presentación (15%)	25%
<b>Mejorando mis relaciones interpersonales</b> -Avances (2) 3 % c/u -Supervisiones (2) 2,5% c/u -Informe final	26% 6% 5% 15%
<b>TOTAL</b>	100%

**VIII. Cronograma**

<b>PLAN DE TRABAJO RELACIONES INTERPERSONALES</b>				
<b>II SEMESTRE 2024</b>				
<b>MIÉRCOLES 13:00 A 14:50</b>				
Fecha	Temas	Lecturas	Actividades	Entregas
14/08/24 <b>Clase 0</b>		Presentaciones Lectura del programa Formación de grupos de trabajo		
21/08/24 <b>Clase 1</b>	¿Qué es la psicología social? Concepto de praxis El individuo y el grupo  Procesos psicosociales básicos Socialización y cultura Representaciones sociales	Lectura: Morales y Moya (2007) Definición de Psicología Social.  Lectura: Socialización e identidad		
4/09/24 <b>Clase 2</b>	El trabajo como contexto psicosocial	Lectura: Topa, G. (2012). Introducción a la psicología del trabajo. En Alcover de la Herra, C.,		Guía de trabajo #1  Resolución

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
TURISMO ECOLÓGICO

		<p>Moriano, J., Osca, A. y Topa, G. Psicología del Trabajo. Madrid: UNED. / (Capítulo 1, p.11-33).</p> <p>Lectura: Olaz (2009) Definición de clima laboral basado en un modelo de gestión por competencias</p>		de caso #1
11/09/24 <b>Clase 3</b>	Individuo y familia Enfoque sistémico	<p>Lectura: Martínez-Monteaagudo, M., Estévez, E., Inglés, C. (2013) Diversidad familiar y ajuste psicosocial en la sociedad actual</p>	Supervisión 1. Aspecto escogido para mejora	<i>Entrega del avance 1. Mejorando mis relaciones interpersonales</i>
18/09/24 <b>Clase 4</b>	Individuo y familia La familia en la formación del individuo	<p>Lectura: <i>El Genograma y el mapa de relaciones familiares. El Genograma ¿Cómo realizarlo?</i></p> <p>Lectura: Compañ, V., Feixas, G., Muñoz, D., y Montesano, A. (2012). El Genograma en terapia familiar sistémica. Universidad de</p>		Guía de trabajo #2

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
TURISMO ECOLÓGICO

		Barcelona, Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico.		
25/09/24 <b>Clase 5</b>	Teoría de grupos Procesos grupales básicos	Lectura: Tañski, Baez y Clérici (2010) Análisis del proceso grupal para la generación de información y conocimiento: Caso de empresarios sector foresto-industrial.		Resolución de caso #2  Guía de trabajo #3
2/10/24	<i>Trabajo</i>	<i>Presentación #1</i>	Supervisión 2. Avance aspecto escogido para mejora	<i>Entrega del avance 2. Mejorando mis relaciones interpersonales</i>
9/10/24	<i>Familia</i>	<i>Presentación #2</i>		
16/10/24 <b>Clase 6</b>	Roles y liderazgo	Lectura: Gómez y Acosta (2003) Acerca del trabajo en grupos o equipos.  Lectura: Gil, Alcover, Rico y Sánchez-Manzanares (2011) Nuevas formas de liderazgo en equipos de trabajo.		<i>Guía de trabajo #4</i>  <i>Entrega de bitácoras del Festival de talentos</i> *Recordar el ensayo
23/10/24 <b>Clase 7</b>	Comunicación asertiva	Lectura: Naranjo. M.L (2008) Relaciones interpersonales adecuadas mediante una		<i>Guía de trabajo #5</i>

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
TURISMO ECOLÓGICO

		comunicación y conductas asertivas. Revista Actualidades Investigativas en Educación, 8(1), 1-27.		
30/10/24 <b>Clase 8</b>	Resolución de conflictos	Lectura: Muñoz (2005) Regulación y prevención de conflictos.  Lectura: Mediación: Resolución alternativa de conflictos.		<i>Guía de trabajo #6</i>  <i>Entrega del ensayo: "Mi lugar como profesional en la sociedad"</i>
6/11/24 <b>Clase 9</b>	Trabajo en equipo*  *Tres horas	Cine Foro Lectura: Cardona y Wilkinson (2006) Trabajo en equipo. IESE. Business School, Universidad de Navarra		
13/11/24 <b>Clase 10</b>	Cómo entender la dinámica de un equipo FODA –IPO–IMOI–PAP	Lectura: Rico, Alcover y Tabernero (2009) Efectividad de los equipos de trabajo.		<i>Guía de trabajo #7</i>  <i>Resolución de caso #3</i>
20/11/24 <b>Clase 11</b>	Autocuidado	Lectura: De Keijzer, B. (S.F.). Masculinidades y perspectiva de Género en salud, hasta donde el cuerpo aguante: género, cuerpo y salud masculina, p. 137-152  Lectura: Arango, Y. (2007). Autocuidado, género y desarrollo		<i>Guía de trabajo #8</i>

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
TURISMO ECOLÓGICO

		humano: hacia una dimensión ética de la salud de las mujeres. La manzana de la discordia, 2(4), p. 107-115.		
27/11/24 <b>Clase 12</b>	Técnicas para el manejo de grupos	Lectura: Sales, M. (2000). Dinámicas de grupo: técnicas de animación grupal.	Refrigerio compartido Evaluación cualitativa del curso	<i>Entrega del Informe Final "Mejorando mis relaciones interpersonales"</i>
4/12/24		Entrega de promedios		
11/12/24		Examen de ampliación		

## Bibliografía

- Arango, Y. (2007). Autocuidado, género y desarrollo humano: hacia una dimensión ética de la salud de las mujeres. *La manzana de la discordia*, 2(4), p. 107-115.
- Cardona y Wilkinson (2006) Trabajo en equipo. IESE. Business School, Universidad de Navarra
- Compañ, V., Feixas, G., Muñoz, D., y Montesano, A. (2012). El Genograma en terapia familiar sistémica. Universidad de Barcelona, Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico.
- De Keijzer, B. (S.F.). Masculinidades y perspectiva de Género en salud, hasta donde el cuerpo aguante: género, cuerpo y salud masculina, p. 137-152
- Gil, Alcover, Rico y Sánchez-Manzanares (2011) Nuevas formas de liderazgo en equipos de trabajo.
- Gómez y Acosta (2003) Acerca del trabajo en grupos o equipos.
- Martínez-Monteagudo, M., Estévez, E., Inglés, C. (2013) Diversidad familiar y ajuste psicosocial en la sociedad actual
- Morales y Moya (2007) Definición de Psicología Social.
- Muñoz (2005) Regulación y prevención de conflictos.
- Naranjo. M.L (2008). Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conductas asertivas. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 8(1), 1-27.
- Olaz (2009) Definición de clima laboral basado en un modelo de gestión por competencias
- Rico, Alcover y Taberner (2009) Efectividad de los equipos de trabajo.
- Sales, M. (2000). Dinámicas de grupo: técnicas de animación grupal.
- Tañski, Baez y Clérici (2010) Análisis del proceso grupal para la generación de información y conocimiento: Caso de empresarios sector foresto-industrial.
- Topa, G. (2012). Introducción a la psicología del trabajo. En Alcover de la Herra, C., Moriano, J., Osca, A. y Topa, G. *Psicología del Trabajo*. Madrid: UNED. / (Capítulo 1, p.11-33).