

COMUNICACIÓ INTERPERSONAL I TREBALL EN EQUIP



OBJECTIUS

Analitzar l'estil comunicatiu propi

Conèixer les estratègies que ajuden a millorar la comunicació interpersonal dins d'un equip i entre diferents equips de treball

Ser capaç de reconèixer i analitzar els estils comunicatius dels membres de l'equip per millorar la qualitat del treball conjunt

Elaborar un pla individual d'aplicació dels aprenentatges del taller a la realitat professional

PROGRAMA

1. Autoconeixement de l'estil comunicatiu

2. La importància de la comunicació en el treball d'equip

Definició d'intel·ligència emocional. Origen de la intel·ligència emocional

Les 5 habilitats pràctiques d'intel·ligència emocional, com es desenvolupa, com millorar les nostres relacions a partir dels principis de la intel·ligència emocional

3. Habilitats comunicatives pel desenvolupament de l'estil comunicatiu:

L'assertivitat com a eina de comunicació interna i externa: Què vol dir comunicar-se? Tipus de comunicació, assertivitat, la forma d'intercomunicació, tècniques assertives, estratègies de bloqueig, mètode d'entrenament assertiu
La reformulació i el Feedback
La comunicació no verbal i el diàleg intern

4. L'empatia a l'hora de treballar en equip

Què és l'empatia? L'empatia com a mitjà per obtenir resultats, neurones mirall

5. Actituds individuals enfront d'actitud grupals. Anàlisi interacció de R.I Bales

6. Pla de treball individual