



Comunicació

Durada

Comunicació i PNL: eines d'eficiència comunicativa	15h
--	-----

L'ús de la dialèctica positiva	10h
--------------------------------	-----

Què em dius i què escolto?	10h
----------------------------	-----

Comunicació assertiva pràctica. Nivell 1	8h
--	----

Comunicació assertiva pràctica. Nivell 2	8h
--	----

Comunicació efectiva amb pacients i familiars	16h
---	-----

Conflicte

Durada

Acceptació i gestió de crítiques	10h
----------------------------------	-----

Tècniques de negociació i mediació	15h
------------------------------------	-----

Abordatge dels prejudicis i etiquetes	15h
---------------------------------------	-----

Salut

Durada

Acompanyament al procés de dol	15h
--------------------------------	-----

Tècniques per millorar el son	10h
-------------------------------	-----

Taller d'alliberament tensional	10h
---------------------------------	-----

Taller per prevenir la càrrega mental	10h
---------------------------------------	-----

Gestió de l'estrès	10h
--------------------	-----

La gestió del temps: un recurs antiestrès	10h
---	-----

Prevenir i gestionar la síndrome de Burnout	15h
---	-----

Autoresponsabilitat per a la salut	15h
------------------------------------	-----

Igualtat Durada

Comunicació inclusiva i no sexista 8h

Igualtat i prevenció de l'assetjament per raons de sexe i gènere 8h

La diversitat sexual, afectiva i de gènere (LGTBIQ+) 5h

Introducció a la igualtat i al llenguatge inclusiu 4h

Organització Durada

Gestió de les interrupcions 8h

Eines per participar eficientment en l'equip de treball 15h

Comunicació interpersonal i treball en equip 15h

Pautes per prioritzar 8h

Optimització de reunions 10h

Capacitat resolutiva i presa de decisió 20h

Direcció Durada

Eines bàsiques de gestió d'equips i lideratge 16h

Gestió emocional Durada

Eines d'autogestió emocional: Autoconeixement i eines cognitives 8h

Eines d'autogestió emocional: Eines físiques i comportamentals 8h

Eines per desenvolupar les competències emocionals en l'entorn laboral 15h

Resiliència, com sortir enfortits de les crisis i els canvis 8h

Introducció a la creativitat 5h

Tècniques creatives 8h

Atenció al ciutadà Durada

I quan el ciutadà arriba enfadat, què fem? 10h

Atenció telefònica eficient 8h

Gestió emocional en l'atenció a la ciutadania 10h

Recursos pràctics per l'atenció al públic complex 8h