

Objetivos

Mejorar la autocomunicación y la comunicación con los demás.

Descubrir la comunicación constructiva y empática, y su práctica en el puesto de trabajo.

Potenciar la empatía.

Reconocer cuáles son los sentimientos de los demás y sus necesidades.

Desarrollar la escucha activa para interpretar las señales de comunicación no verbal.



Programa

1. Comunicación y empatía.

Leyes de la comunicación. Definición de empatía.
Pautas para la comunicación personal.

2. Competencias comunicativas.

Herramientas para una comunicación eficaz.
La comunicación no-verbal.

3. Competencias emocionales.

Ecología emocional y gestión de emociones.

4. Capacidad dialógica.

Objetivos del diálogo empático.
La escucha atenta. La mirada.

5. Comunicación para la resolución de conflictos

Pautas para establecer un clima de confianza.



Duración: **10 horas**