

# ¿Qué me dices y qué escucho?

## Objetivos

**Reflexionar** sobre el estilo comunicativo propio para adquirir una capacidad básica para decir y saber escuchar.

**Conocer y gestionar** todos los aspectos no verbales en el momento de escuchar para comprender en profundidad lo que me dicen.

**Saber cómo escuchar** el contenido racional y el contenido emocional de que me dicen.

**Reconocer** las evidencias de que sí se ha hecho una escucha eficiente de lo que el emisor me ha dicho.



## Programa

1. Los objetivos comunicativos de cuándo hablo y los de la escucha en el proceso de comunicación

2. Las principales barreras entre el proceso del que se dice y del que se escucha

3. El estado interno eficiente en el proceso de la escucha

4. La comunicación no verbal en el momento de la escucha de la que me dicen

5. Cómo saber que he escuchado lo que me han dicho: la reformulación del contenido que se ha escuchado

6. Cómo saber que he escuchado las emociones que me han comunicado. La reformulación del contenido emocional que se ha escuchado

7. Las evidencias en nuestro interlocutor/a y en el resultado comunicativo del que sí hemos escuchado de forma eficiente

8. Resolución de casos prácticos



Duración: **10 horas**