



HABILIDADES COMUNICATIVAS Y RELACIONES INTERPERSONALES

DURACIÓN: 15 horas

CRÉDITOS ECTS: 0

OBJETIVOS

- 1. Conocer exactamente que es comunicar, su importancia y el porqué es indispensable para tener buenas relaciones interpersonales.
- 2. Saber cómo funciona el cerebro para usar sus herramientas de buena comunicación.
- 3. Mejorar las habilidades que afectan a la forma de pensar, interpretar y comunicarte.
- 4. Comunicar y entender a tu interlocutor de forma correcta.
- 5. Saber comunicarte de forma diferente con un hombre y una mujer.

PROGRAMA CONTENIDOS

Unidad 1. Nexo con las relaciones interpersonales.

- 1. ¿Qué es la comunicación?
- 2. El ego: la identidad.
- 3. Ego y egocentrismo.
- 4. El concepto de identidad.
- 5. Toma consciencia de tus filtros.
- 6. ¿Dónde están los límites de la mente?

Unidad 2. El cerebro y la comunicación.

- 1. Automatismos. Respuestas básicas / primarias.
- 1.1 ¿Cómo resolver la impulsividad?
- 2. El lenguaje.
- 2.1 El uso del lenguaje positivo: del pensamiento? ¡a tu destino!
- 3. Interpretación de las emociones.
- 3.1 Emociones primarias.
- 4. Gestión emocional.
- 4.1 Técnicas de Gestión Emocional.
- 5. Comportamiento y comunicación asertiva.
- 5.1 Técnicas de comunicación asertiva.

Unidad 3. Inspirar y persuadir a otros.

- 1. El Arte de Persuadir según Dale Carnegie.
- 1.2 12 Reglas para persuadir en influir en los demás. 2. Simplificar.
- 3. Priorizar para comunicar mejor.

Unidad 4. Entrenando desde el cerebro.

- 1. Hechos y opiniones.
- 2. La importancia de hacer preguntas.
- 2.1 Tres claves para hacer preguntas poderosas.