



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. Nexos 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.