



Comunícate de forma eficaz y construye relaciones positivas

HABILIDADES DIRECTIVAS | CURSO PRÁCTICO



CURSO PRÁCTICO

Comunícate de forma eficaz y construye relaciones positivas

HABILIDADES DIRECTIVAS

DURACIÓN

6 horas

MODALIDAD

Presencial

OBJETIVOS

Dotar a los participantes de herramientas y metodologías para:

- Descubrir las claves de la comunicación interpersonal con el fin de ser más eficaces en nuestro entorno laboral y desarrollar un estilo de comunicación constructivo en la empresa.
- Construir relaciones positivas, poniendo en práctica las principales habilidades relacionadas con la comunicación.

DIRIGIDO A

Cualquier persona que quiera mejorar su comunicación con otros trabajadores y sus habilidades para construir relaciones positivas y crear un buen ambiente laboral.

FORMADOR

Josefina Cutillas Lozano

Psicóloga clínica y de la salud. Máster en Psicología del Deporte y Ejercicio Físico. Máster en Formación del Profesorado.

Formadora- Coach especialista en Salud, Deporte y Desarrollo Personal.

Especialista en *mindfulness*, control y gestión emocional, programa MBSR, *mindfulness wingwave* coaching.

Life Coach. Práctica privada de procesos de coaching en el ámbito clínico y de la salud. Facilitadora de herramientas y estrategias de afrontamiento; psicología positiva y desarrollo de fortalezas personales; *sport coach*; rendimiento, formación y asesoramiento deportistas de competición y alto rendimiento; organizaciones y entidades deportivas.

Executive coach; desarrollo de competencias: asertividad y comunicación intrapersonal; coaching con PNL, gestión de equipos, inteligencia emocional, liderazgo, habilidades directivas y motivación para el cambio y consecución de objetivos.

Facilitadora de procesos de transformación organización al e implementación de programas de bienestar emocional y promoción de la salud en instituciones y organizaciones públicas y privadas.



CURSO PRÁCTICO

Comunícate de forma eficaz y construye relaciones positivas

HABILIDADES DIRECTIVAS

PROGRAMA

MÓDULO 1. LA COMUNICACIÓN EN LA EMPRESA

- La comunicación responsable y sus beneficios
- Los obstáculos más frecuentes en la comunicación y cómo superarlos
- Manejar las objeciones. El acuse de recibo

MÓDULO 2. LAS HABILIDADES EN LA COMUNICACIÓN

- Cómo influir de forma positiva en los demás. Las leyes de la influencia
- La escucha activa y la empatía
- La fuerza de las preguntas
- La asertividad y sus beneficios

MÓDULO 3. LA CONSTRUCCIÓN DE RELACIONES POSITIVAS

- La comunicación con uno mismo y con los demás
- La expresión de necesidades y los sentimientos
- Elementos necesarios para construir relaciones positivas con los demás

METODOLOGÍA

Curso muy práctico que combina el aprendizaje de la técnica con la aplicación de los contenidos abordados, al objeto de que sean incorporados a las necesidades de los puestos de trabajo. Se realizan simulaciones, para asegurar la asunción de los contenidos y facilitar el aprendizaje de habilidades.

Interesados, ponerse en contacto con nosotros a través de:

formacion@cualtis.com

(indicando en el correo si quieren que el curso sea bonificable a través de las cotizaciones empresariales a la Seguridad Social)

www.cualtis.com