

COMUNICACIÓN POSITIVA, ESCUCHA EMPÁTICA



Área: General
Modalidad: Presencial
Duración: 12 h
Precio: Consultar

[Curso Bonificable](#)
[Contactar](#)
[Recomendar](#)
[Matricularme](#)

OBJETIVOS

El objetivo de la propuesta es mejorar el trabajo en equipo entre el personal de laboratorio a través de mejorar su comunicación, de forma que las personas sean más comunicativas y receptivas entre ellas y por tanto el clima sea más cordial.

- *Que las personas reflexionen sobre su manera de hablar
- *Su manera de recibir la información
- *El modo en que exteriorizan sus emociones
- *Que se aseguren de entender de modo neutro la información, con la mínima interpretación.
- *Aparcar los conflictos personales y centrarse en tener una buena relación laboral
- *Desarrollar habilidades de escucha activa y empatía
- *Mejorar el trabajo en equipo

CONTENIDOS

1. Comunicación no verbal

Tomar consciencia de cómo mi interpretación de la realidad condiciona lo que comunico
CÓMO ME GESTIONO ANTE LOS RETOS
cÓMO AFECTA A mi comunicación
Qué puedo hacer diferente
MEJORANDO MI COMUNICACIÓN
soluciones prácticas

2. Comunicación no violenta

Aprender nuevas técnicas de comunicación que acerquen a las personas
FUNDAMENTOS DE LA COMUNICACIÓN NO VIOLENTA CNV
técnicas para expresar necesidades
recibir comentarios de manera constructiva
role play
Estrategias para evitar actitudes defensivas o confrontativas.
PLAN DE ACCIÓN

3. Empatía y Escucha Activa

Integrar la empatía y la escucha activa mediante la práctica
Aprendemos jugando
qUÉ ES LA ESCUCHA ACTIVA
qUÉ ES LA EMPATÍA
Como aplicarlas en mi día a día
PLAN DE ACCIÓN
ROLEPLAY