

## SOFT SKILL

**Duración:** 18 horas

**Metodología:** Online

**Financiación:** Bonificable

### HABILIDADES COMUNICATIVAS Y RELACIONES INTERPERSONALES

#### Descripción

El curso Habilidades Comunicativas y Relaciones Interpersonales desarrolla la comunicación consciente y asertiva, la gestión emocional y la capacidad de influir positivamente en las relaciones. Analiza el papel del cerebro, las emociones y las diferencias comunicativas para mejorar el entendimiento y la calidad de las interacciones personales y profesionales.

#### Objetivos

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

# Programa

## 1. Nexos con las relaciones interpersonales

- 1.1. ¿Qué es la comunicación?
- 1.2. El ego: la identidad.
- 1.3. Ego y egocentrismo.
- 1.4. El concepto de identidad.
- 1.5. Toma consciencia de tus filtros.
- 1.6. ¿Dónde están los límites de la mente?

## 2. El cerebro y la comunicación

- 2.1. Automatismos. Respuestas básicas / primarias.
  - 2.1.1 ¿Cómo resolver la impulsividad?
- 2.2. El lenguaje.
  - 2.2.1 El uso del lenguaje positivo: del pensamiento... ¡a tu destino!
- 2.3. Interpretación de las emociones.
  - 2.3.1 Emociones primarias.
- 2.4. Gestión emocional.
  - 2.4.1 Técnicas de Gestión Emocional.
- 2.5. Comportamiento y comunicación asertiva.
  - 2.5.1 Técnicas de comunicación asertiva.

## 3. Inspirar y persuadir a otros

- 3.1. El Arte de Persuadir según Dale Carnegie.
  - 3.1.2 12 Reglas para persuadir e influir en los demás.
- 3.2. Simplificar.
- 3.3. Priorizar para comunicar mejor.

## 4. Entrenando desde el cerebro

- 4.1. Hechos y opiniones.
- 4.2. La importancia de hacer preguntas
  - 4.2.1 Tres claves para hacer preguntas poderosas.
- 4.3. Cómo afrontar una conversación difícil.

## 5. Diferencia en el cerebro masculino y femenino

- 5.1. Estilos de comunicación femenino y masculino.
- 5.2. Dos cerebros diferentes.
- 5.3. Socialización diferente.