



Comunicación para mejorar las relaciones laborales

Sku: 3939EC

Horas: 50

Formato: HTML

OBJETIVOS

- Conseguir un adecuado desarrollo personal para mejorar las relaciones en el ámbito laboral.
- Aprender a comunicarnos de manera no violenta, consiguiendo relacionarnos con los demás de forma amable y satisfactoria.
- Resolver conflictos sin dañar las relaciones entre compañeros.
- Mejorar las habilidades sociales, las actitudes y el comportamiento social a través de valores.
- Mejorar la capacidad de aceptación de críticas constructivas fomentando la asertividad y la autoestima en situaciones complicadas.
- Provocar y practicar la empatía en el ámbito laboral y en el puesto de trabajo.
- Actitud Mental Positiva: implicación de nuestras actitudes para mejorar las relaciones en el puesto de trabajo.

CONTENIDOS

Tema 1. Cómo relacionarnos de forma amable. Relaciones satisfactorias.

1. Introducción.
2. Estilos de comunicación.
3. Entrenamiento de las habilidades sociales.
4. El comportamiento social.

Tema 2. Capacidad de aceptación de críticas constructivas.

1. Introducción.
2. La asertividad y la autoestima en el ámbito laboral.
3. Cómo aceptar una crítica positivamente.

Tema 3. Empatía, capacidades positivas en el ámbito laboral.

1. Introducción.
2. La empatía en el ámbito laboral.
3. La empatía en el puesto de trabajo.
4. La empatía y las relaciones sociales.

Tema 4. Cómo fomentar las actitudes positivas. Exteriorizar la paz interior.

1. La actitud y sus implicaciones.
2. Actitud mental positiva.
3. Las actitudes positivas y su exteriorización.