

## **DENOMINACIÓ: Habilitats de comunicació**

**MODALITAT:** Online

**DURADA:** 30 hores

### **OBJECTIUS:**

L'objectiu general del curs és:

Adquirir l'habilitat i conèixer els sistemes subjectius de comunicació verbal i no verbal. Entendre i transmetre el missatge de forma correcta i aconseguint la màxima comprensió del receptor. Comunicar de manera congruent el missatge i identificar les possibles incongruències.

Per aquesta raó al finalitzar el curs el participant ha de:

1. Conscienciar sobre els avantatges de la cooperació en el treball, no únicament a l'organització sinó a l'èxit personal.
2. Desenvolupar l'autoconeixement i l'autocontrol com capacitats claus per a treballar amb confort, amb una autoestima enfortida i amb el recolzament d'unes relacions socials inevitables.
3. Millorar les habilitats de comunicació que permeten ser més productius, evitar errades o malentesos i establir relacions més sòlides, transparents i sanes.

## **CONTINGUTS**

### **UNITAT DIDÀCTICA 1. EL PROCÉS DE COMUNICACIÓ**

- 1.1. La comunicació interpersonal
- 1.2. Tipus de comunicacions
- 1.3. La comunicació eficaç

### **UNITAT DIDÀCTICA 2. ANÀLISI DE LA COMUNICACIÓ**

- 2.1. Comunicació estratègica
- 2.2. Canals d'informació
- 2.3. Adaptació de missatges

### **UNITAT DIDÀCTICA 3. PSICOLOGIA DE L'INTERLOCUTOR**

- 3.1. Claus de l'empatia
- 3.2. Llenguatge positiu
- 3.3. Raó i emoció
- 3.4. Les emocions bàsiques



## **UNITAT DIDÀCTICA 4. COM CORREGIR ACTUACIONS ERRÒNIES O COM RECONÈIXER LA FEINA BEN FETA**

- 4.1. L'actitud assertiva
- 4.2. Neutralitzar comportaments agressius
- 4.3. Formular opinions i crítiques correctament
- 4.4. Prevenció de conflictes

## **UNITAT DIDÀCTICA 5. DIFICULTATS DAVANT L'OIENT**

- 5.1. Barreres de la comunicació
- 5.2. Aconseguir l'atenció
- 5.3. L'expressió oral i escrita
- 5.4. Altres dificultats en la comunicació

## **UNITAT DIDÀCTICA 6. ESCOLTA ACTIVA**

- 6.1. El funcionament de l'escolta
- 6.2. Temps lliure mental
- 6.3. Desenvolupar l'habilitat d'escoltar

## **UNITAT DIDÀCTICA 7. COMUNICACIÓ NO VERBAL**

