



Más [comunicación]

La comunicación es una actividad humana que parte de la relación de las personas en cualquier ámbito y momento. Nos permite mejorar nuestra calidad de vida y, sobre todo, expresar nuestras emociones, nuestros valores, nuestras ideas o solucionar problemas. La comunicación también nos facilita el conocimiento de las personas que nos rodean y, por tanto, la integración en nuestro sistema. En definitiva, fortalece las relaciones y sensibiliza hacia las diferencias individuales y de los grupos.

Objetivos:

- Mejorar nuestra comunicación personal.
- Desarrollar la capacidad de escucha y empatía.
- Resolver conflictos sin dañar las relaciones.

Programa:

- Qué es la comunicación.
- Factores que determinan la comunicación. Tipos de comunicación.
- La asertividad. La comunicación no violenta.

Duración: 3 horas.

Destinatarios: Todas las personas.

Número de asistentes: hasta 30 alumnos por taller.

+ info: Si estás interesado/ da en esta acción formativa o necesitas más información no dudes en contactar conmigo, estaré encantado de hablar y trabajar contigo.