



C19-098 / Curs: Comunicació saludable

Programa

1. Models de la realitat: mapa-territori i figura-fons
2. Regles de comunicació i relació afectiva-efectiva
3. Escolta activa: empatia, acceptació, congruència, recapitulació
4. Patrons de resposta: passiu, agressiu, assertiu
5. La comunicació no verbal, la més significativa
6. La relació emissor-receptor (jo-tu)
7. Del llenguatge impersonal al llenguatge personal i autoresponsable
8. Llenguatge comunicatiu i llenguatge evitatiu
9. Diferència entre sentir i escoltar
10. Creences irracionals i baixa tolerància a la frustració
11. Feed-back: autoconeixement i millora personal

Altres dades

Lloc: Amposta

Dies: 4, 7 i 13 de novembre i 12 de desembre

Horari: de 16 a 20 h (dia 12 de desembre de 16.30 a 19.30 h)

Durada: 15 hores

Places: 25

AFEDAP / Pla de formació per a l'ocupació dels empleats públics - 2019

Diputació de Tarragona - Servei d'Assistència Municipal



Modalitat
Presencial



Acreditació
Assistència i
aprofitament



Nivell
Bàsic

Objectius

- Millorar la capacitat de comunicació i de relació eficaç en l'entorn laboral
- Desenvolupar el diàleg de forma constructiva
- Reconèixer i gestionar les emocions que dificulten la comunicació
- Comprendre els diferents patrons mentals i de comportament i com utilitzar-los en benefici de la comunicació
- Aprendre la comunicació afectiva com a model de comunicació efectiva
- Generar compromisos de canvi de millora personal

Destinataris

Personal de l'Administració local que vulgui millorar la seva competència comunicativa.

Metodologia

Aquest curs es basa en una metodologia amb un aprenentatge bàsicament experiencial, dinàmic i lúdic, potenciant la reflexió a partir de la vivència.

Inscripcions

Trametre via electrònica el full d'inscripció que es troba a la pàgina de formació de la següent adreça:

<http://www.dipta.cat/formacio>

COMENÇAR

