

Habilidades Sociales en el ámbito laboral

Prof. Mónica Campos Alonso

Educadora Social

Master en Counselling y Asesoramiento Personal

Directora del Centro de Escucha San Camilo

Coordinadora del Centro de Orientación Familiar Diocesano de Valladolid

ESQUEMA DEL CURSO:

“Habilidades Sociales en el ámbito laboral”

JUSTIFICACIÓN

Las Habilidades Sociales son conductas y aprendizajes que favorecen las relaciones interpersonales. En la medida en que mejoran nuestra capacidad para comunicarnos y relacionarnos eficazmente con los demás, permiten mejorar nuestra estima y nuestro bienestar.

En el ámbito laboral, como en cualquier otra realidad humana, aparecen dificultades en la relación con los otros. Estas dificultades no tienen porque ser un inconveniente, siempre que se aprendan a manejar bien y se aprovechen como una fuente donde revisar e impulsar los objetivos comunes.

Con esta actividad formativa se pretende contribuir a que la interacción entre los trabajadores de una misma empresa sea más fluida y razonable evitando la aparición de conflictos mal resueltos, y fomentando un sentimiento de satisfacción personal e interpersonal en el marco empresarial.

OBJETIVOS

- ✓ Presentar a los participantes en el curso el marco de la Inteligencia emocional y las habilidades sociales que la conforman.
- ✓ Facilitar un espacio para entrenar y abordar las dificultades personales en el manejo de estas habilidades sociales.
- ✓ Detectar las fortalezas de los participantes para abordar tareas de liderazgo y motivación grupal.

CONTENIDOS

1. Las Habilidades Sociales en el ámbito laboral
2. Marco de la inteligencia personal
3. Competencia relacional o social:
 - Estilos de comunicación: inhibición o agresividad. El estilo asertivo.
 - Aprender a escuchar: taller de escucha.
4. Competencia emocional o personal:
 - Manejo de sentimientos ante los conflictos.
5. Habilidades Sociales y prevención de conflictos:
 - Estrategias para prevenir conflictos.

METODOLOGÍA:

Activa, participativa, con ejercicios personales y dinámicas de grupo.

TEMPORALIZACIÓN:

20 horas.