



# ¿Cómo te COMUNICAS con los demás?

- **PRESENTACIÓN**

Somos seres sociales. Sin las demás personas no somos nada, ni podemos llegar a ninguna parte. La forma que revisten nuestras relaciones es un factor decisivo en nuestra vida personal y profesional.

- **OBJETIVO**

Tomar consciencia de las modalidades básicas de la interacción humana, y tratar de entrever el impacto que tiene en nosotros y en nuestro entorno, el relacionarnos con otras personas de una manera o de otra.

- **PROGRAMA**

- ¿Comunicación o “diálogo para besugos”? Esta es la cuestión...
- La gestión del “yo” y el “tu” en el proceso de comunicarse.
- Comunicación defensiva: propensión y consecuencias.
- Comunicación sinérgica: dificultades y ventajas.
- El papel crucial del lenguaje no verbal como “emisor” o como “receptor”.
- La comunicación en diversos contextos profesionales. El arte de comunicar: ¿Persuadir, convencer e influir...?
- El rol de la empatía y la asertividad en inteligencia emocional interpersonal. Empatía versus tolerancia. Asertividad versus imposición.
- Mitos y realidades en el proceso de comunicarse con los demás. Lo que se supone que es y no es, y lo que es en realidad... o al menos lo parece...