

ÁREA DE LO SOCIAL Y LA SALUD

2019

COMUNICACIÓN EFICAZ Y EMPODERAMIENTO EMOCIONAL

Lenguaje, pensamientos y emociones para
construir una realidad grupal y positiva



PROGRAMA FORMATIVO PARA TRABAJADORES DEL ÁREA DE LA INTERVENCIÓN SOCIAL

" El conocimiento de quién soy es la base de toda verdad y la referencia de todo hacer"

www.recursosyhabilidades.com

COMUNICACIÓN EFICAZ Y EMPODERAMIENTO EMOCIONAL

ÁREA DE LO SOCIAL Y LA SALUD

LENGUAJE

EMOCIONES

PENSAMIENTO

CUERPO

Lenguaje, pensamientos y emociones para
construir una realidad grupal y positiva



Presentación

- 1.- Durante el último lustro y fruto de la crisis económica, los trabajadores del área de lo social han estado expuestos a niveles de estrés importantes que han ocasionado, la baja laboral, la sensación de estar desbordado, la indefensión de dicho colectivo ante sus empresas y el desasosiego ante una situación estresante continuada.
- 2.- Por lo anteriormente expuesto dicho colectivo necesita del empoderamiento emocional por parte de sus jefes inmediatos y del resto de la organización. Además, ellos deben desarrollar una serie de competencias, requeridas por sus organizaciones y sus nuevas estructuras, para poder llevar a cabo su trabajo de forma más eficiente y saludable.
- 3.- Durante las últimas décadas, la enseñanza media y superior se han centrado en uno de los pilares de las competencias: los conocimientos conceptuales y técnicos, no dando tanta importancia a otros aspectos de los procesos de enseñanza-aprendizaje como es el desarrollo de nuestra personalidad y sus rasgos, nuestras actitudes, la conciencia de nuestras emociones y su regulación, la percepción de los otros, nuestras competencias conversacionales, nuestras habilidades para relacionarnos.
- 4.- Todo ello conlleva que los trabajadores del área de lo social y sus organizaciones deben asumir la responsabilidad por el incremento de su propio capital intelectual, cognitivo, social y emocional. Este tipo de aprendizaje debe ser considerado como una herramienta de gestión cotidiana que debemos potenciar para conseguir unas organizaciones más eficientes y éticas dónde sus trabajadores sean a su vez individuos más eficaces, equilibrados, sanos y felices.

LENGUAJE



EMOCIONES

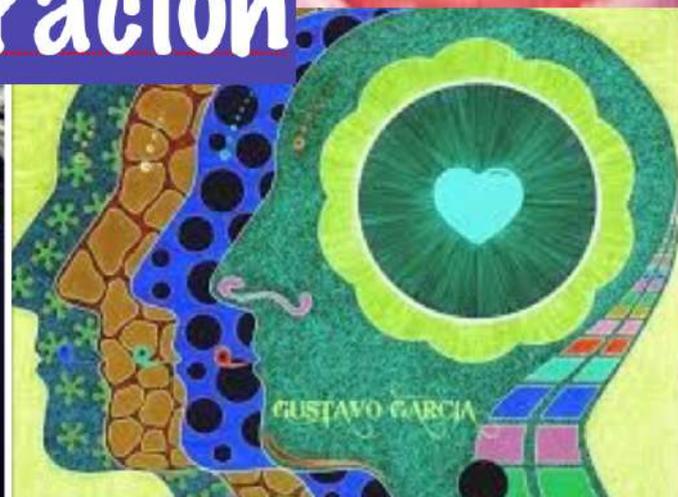


equilibración

CORPORAL



PENSAMIENTOS



LOS CUATROS DOMINIOS DEL SER HUMANO

Figura 1. Los cuatro grandes dominios del ser humano.

"El agua rompe la roca no por su dureza, sino por su constancia"

2.- DATOS GENERALES DEL CURSO

- Nombre del curso: Comunicación Eficaz y Empoderamiento Emocional.
- Módulos: 5.
- Días: 5.
- Horas: 30.
- Participantes: 15-22.
- Fechas: 2019.
- Modalidad: Presencial.
- Público objetivo: Trabajadores de área de la intervención social

DATOS GENERALES
DEL CURSO

3.- PRECIO INCLUYE

- Evaluación de competencias antes y después del programa formativo.
- Informe de valoración del curso por parte de los participantes.
- Control de asistencia.
- Diplomas o certificados de superación.
- Manual de contenidos para cada uno de los participantes.
- Guía didáctica.
- Memoria justificativa.
- Informe del profesor sobre el grupo.
- Tutorías telefónicas (una vez a la semana).
- Actividades y tareas.
- 30 horas de clases presenciales repartidas en cinco sesiones..
- Aulas en el parque científico tecnológico de la ULPGC.
- Coffee break (a partir de grupos de 20). por alumno:

EL PRECIO
INCLUYE

“Tu lenguaje limita e indica lo que piensas ”



4.- HABILIDADES A DESARROLLAR

- 1b) Habilidad para utilizar el conocimiento y la información interactivamente.
- 2a) Habilidad para relacionarse bien con otros.
- 2b) Habilidad para cooperar.
- 2c) Habilidad para manejar y resolver conflictos.
- 3b) Habilidad para planificar, llevar a la práctica planes de vida, proyectos personales y profesionales.
- 1r) Habilidad para desarrollar la cohesión grupal.
- 2r) Habilidad para la adaptación a entornos de cambio continuo (aprendizaje).

" Hay una fuerza motriz más poderosa que el vapor, la electricidad y la energía atómica: LA VOLUNTAD".

5.- MÓDULOS A IMPARTIR Y OBJETIVOS

1.- Autoconocimiento: MBTI y la rueda de la vida.

Conocerse, comprenderse y mejorar uno mismo. Sentido de la vida.

2.- Emociones e Inteligencia emocional: qué y cómo funciona las emociones.

Conocerse a sí mismo y conocer a los demás.

3.- Pensamiento y Lenguaje..

- Ser conscientes que las conversaciones que tenemos con nosotros y los otros forman el ser que somos y forman la cultura de nuestras organizaciones.

4.- Personalidad la base de nuestra conducta.

Conocer las principales dimensiones que determinan nuestro comportamiento.

5.- Comunicación empática y asertiva.

Saber comunicar para avanzar y unir.

INTELIGENCIAS A DESARROLLAR

SABER PENSAR

COGNITIVA

SABER SENTIR

EMOCIONAL

SABER HACER

EJECUTIVA

CONOCER TU CUERPO

CORPORAL

“ Lo que sabemos es una gota de agua. Lo que no el océano”.

OBJETIVOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- El primer objetivo fundamental es emponderar a los participantes para que proyecten todo su potencial y talento.
- Conocer y practicar los grandes dominios del ser humano: emocional, pensamiento, corporal y lenguaje.
- Conocer las diferentes inteligencias que determinan nuestro ser: cognitiva, emocional, ejecutiva y tecnológica.
- Desarrollar el trabajo colaborativo en grupos heterogéneos.
- Manejar una herramienta fundamental en la interacción con los demás: el lenguaje.
- Conocer las principales características de la era digital: gestión incertidumbre, gestión del talento, gestión del cambio, era de la información, era de la conectividad, era de la gestión de la información...
- Actuar con autonomía.
- Potenciar la cohesión grupal.
- Aumentar el Bienestar Psicosocial.
- Conocer cómo afecta los procesos de estrés a nuestro rendimiento, cómo incide en nuestra vida diaria y cómo combatirlo regularlo.

“No hay nada bueno o malo; el pensamiento lo hace así”

OBJETIVOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Trabajar y conocer cómo inciden nuestros pensamientos en nuestras emociones y relaciones.
- Trabajar y conocer cómo inciden nuestras emociones en nuestra conducta.
- Trabajar la escucha empática y el reconocimiento de nuestras necesidades y las de los demás.
- Ser conscientes que detrás de un juicio de valor hay una necesidad universal (reconocimiento, paz, amor, seguridad, equilibrio...) no cubierta que hay reconocer y satisfacer.
- Conocer las principales características de la era digital: gestión de la incertidumbre, gestión del talento, gestión del cambio, era de la información, era de la conectividad, era de la gestión de la información...
- Clarificar el constructo "responsabilidad".
- Percibir nuestras emociones y autorregularlas.
- Aumentar el Bienestar Psicosocial.
- Conocer el test MBTI (autoconocimiento). Realizar el test MBTI (conocimiento individual y grupal).

"Me gusta la gente que vibra, que no hay que empujarla, que no hay que decirle que haga las cosas, sino que sabe lo que hay que hacer y que lo hace". La gente que cultiva sus sueños hasta que esos sueños se apoderan de la realidad"

OBJETIVOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer la rueda de la vida y realizar una actividad nivel personal (autoconocimiento).
- Tomar conciencia del sentido de la vida.
- Diferenciar entre procesos de adaptación y procesos de supervivencia.
- Aprender a pedir o solicitar y no a exigir.
- Eliminar de nuestro vocabulario el tú que mata.
- Conocer las grandes estructura del cerebro humano: reptiliano, límbico y neocorteza.
- Cómo funciona el cerebro límbico o emocional.

“Vale la pena vivir, vale la pena seguir viviendo. Siempre hay un para qué”.

LA EMPRESA
QUE ORGANIZA

- Nombre Jurídico: Competencias y habilidades web 2.0. S.L.
- CIF: B76108224
- Nombre Comercial: Recursos y habilidades.
- Ubicación: Parque Científico- Tecnológico de la ULPGC.
- Director General: José Ramón Moreno Miranda.
- Convenio Marco: Con la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Web: recursosyhabilidades.com.
- Móvil: 661342115- 671045345.
- Email: dirección@recursosyhabilidades.com
- Certificado de Proveedores del Gobierno de Canarias

“El mayor mal del hombre es tener una opinión falsa”

DATOS GENERALES DE LA EMPRESA
QUE ORGANIZA EL PLAN FORMATIVO