

# Programa formativo

ADMINISTRACIÓN Y OFICINA



## Comunicación interpersonal

Duración: 30 horas



**Grupo Glorieta**

Grupo Glorieta garantiza toda la formación impartida y la gestión de bonificaciones que realiza como entidad organizadora.

# Objetivos

- Mejorar la comunicación interpersonal para conocerse mejor a sí mismo y disfrutar de relaciones más plenas con los demás.
- Conocer qué es la comunicación interpersonal y los elementos que intervienen en el proceso de comunicación.
- Desarrollar habilidades para mejorar la comunicación interpersonal.
- Utilizar el estilo de comunicación adecuado.
- Superar los obstáculos que pueden aparecer durante cualquier comunicación interpersonal.
- Mejorar aspectos esenciales de la comunicación interpersonal.

# Contenidos

## **1. ¿Qué es la comunicación?**

1. Definición de la comunicación.
2. Elementos de la comunicación.
3. Comunicación interpersonal.

## **2. Habilidades interpersonales**

1. ¿Qué son las habilidades interpersonales?
2. Escucha activa.
3. Respuesta empática.
4. Asertividad.

## **3. Estilos de comunicación**

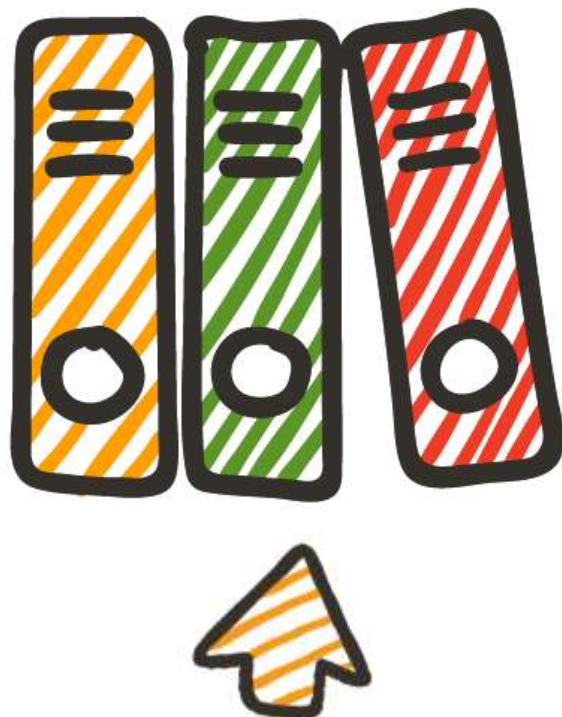
1. Estilo pasivo.
2. Estilo agresivo.
3. Estilo asertivo.
4. Estilos de comunicación organizativos.

## **4. Obstáculos en la comunicación**

1. Actitudes.
2. Valores.
3. Estereotipos.
4. Cultura.
5. Rumores.
6. Otras barreras.

## **5. Mejorar la comunicación**

1. Técnicas para mejorar la comunicación.
2. Estrés y autocontrol en situaciones difíciles.
3. Las críticas.



**ACCESO AL  
CATÁLOGO GENERAL DE CURSOS**

Para más información:



**Grupo Glorieta**

**965 789 115**

[www.grupoglorieta.com](http://www.grupoglorieta.com)

[fcontinua@grupoglorieta.com](mailto:fcontinua@grupoglorieta.com)