

PROGRAMA

CURSO: “ESTRATEGIAS COMUNICATIVAS E INTERVENCIÓN EMOCIONAL EN LA PRACTICA PROFESIONAL” (8 h)

Docente: Enrique Delgado Amador.

Sábado 16 de marzo de 2019.

- ✓ 9.00-9:15 Presentación del docente así como de los objetivos, contenidos y metodología del curso.
- ✓ 9:15-9:30 Breve presentación de los alumnos y de lo que esperan del curso.
- ✓ 9:30-11:00 **La comunicación interpersonal ¿se improvisa o se planifica y entrena?**
Concepto de Counselling y revisión de los estilos comunicativos automáticos que traemos aprendidos: autoritario, paternalista, democrático y empático-participativo.
- ✓ 11:00-11:30 Descanso
- ✓ 11:30-12:50 **Qué hago con mis emociones: “Este paciente me pone de los nervios”**
Presentación de la Tabla de Gimnasia Emocional (TGE) para aprender un nuevo modo de regular nuestras emociones.
- ✓ 12.50-13:00 Descanso
- ✓ 13:00-14:00 **La triada de las actitudes básicas del counselling para una comunicación interpersonal efectiva.**
 - La Aceptación Incondicional
- ✓ DESCANSO
- ✓ 16:00-17:30 **La triada de las actitudes básicas del counselling para una comunicación interpersonal efectiva.**
 - La Empatía y la Autenticidad
- ✓ 17:30-19.00 **Habilidades que facilitan la comunicación interpersonal efectiva: la escucha activa.**
 - Obstáculos de la escucha.
 - Cómo se escucha activamente.
 - Preguntar, sintetizar, clarificar.
- ✓ **Despedida y cierre.**