

HABILIDADES SOCIALES Y SATISFACCIÓN EN EL TRABAJO.

Objetivos:	<ul style="list-style-type: none">• Analizar nuestra comunicación y mejorar las relaciones interpersonales.• Presentar técnicas asertivas para conseguir mejor autoestima.• Explorar los distintos tipos de comportamiento.• Establecer una serie de técnicas y conocimientos prácticos, basados en optimizar los recursos humanos y conseguir bienestar personal desempeño del trabajo.
Destinatarios:	Dirigido a todo el PAS.
Duración:	20 horas.
Profesorado:	CSI-CSIF.
Certificado:	Se otorgará a los participantes Certificado de Asistencia y Aprovechamiento, siendo requisito necesario para obtenerlo la asistencia a clase durante al menos el 90% del horario lectivo y la superación de las pruebas de evaluación de conocimientos que se realicen en el curso.
Contenidos:	<ol style="list-style-type: none">1. La comunicación humana. Ideas generales y barreras de la comunicación.2. Uso y refuerzo de los sentidos para una comunicación más eficaz3. La escucha como control de las conversaciones.4. Asertividad y habilidades sociales.5. Características verbales y no verbales de la conducta asertiva.6. Formas típicas de respuesta no asertiva.7. La autoestima. Características y valores de la persona con autoestima.8. Estrategias cognitivo-conductuales. Comunicarnos positivamente con nosotros mismos.9. Los mensajes positivos. El arte de criticar: la crítica positiva.