



COMUNICACIÓN, HABILIDADES SOCIALES

Descripción del curso:

Objetivo general.

El objetivo principal de Entrenamiento en Habilidades Sociales es contribuir a la reinserción social de las personas privadas de libertad mediante el entrenamiento en aquellas habilidades que les permitan relacionarse de una manera más adaptativa con su entorno social y mejorar, en la medida de lo posible.

De esta manera, se pretende conseguir que lleguen a establecer y mantener relaciones interpersonales gratificantes y potenciar los recursos personales facilitadores del cambio.

Objetivos específicos.

Los objetivos específicos serían:

1. Adquirir y utilizar habilidades sociales básicas.
2. Adquirir y utilizar varios tipos de repuestas, teniendo en cuenta diferentes tipo de conducta.
3. Adquirir y utilizar habilidades asertivas.
4. Adquirir y utilizar tecnicas de conversación.

1.HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

- 1.1¿Qué son las Habilidades Sociales?
- 1.2 Utilidad de las Habilidades Sociales
- 1.3 Adquisición de las Habilidades Sociales

2.TRES ESTILOS DE RESPUESTAS

- 2.1 La conducta pasiva
- 2.2 La conducta asertiva
- 2.3 La conducta agresiva

3. LA ASERTIVIDAD

- 3.1 El Entrenamiento Asertivo
- 3.2 Habilidades a adquirir y desarrollar en el entrenamiento en Asertividad
- 3.3 Pasos a seguir en la Asertividad

4. CÓMO COMUNICARNOS

- 4.1 Elementos No Verbales
- 4.2 Elementos Paralingüísticos
- 4.3 Elementos Verbales
- 4.4 Diálogos Interiores Positivos

5.TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN

- 5.1 Autorrevelación
- 5.2 Disco Rayado
- 5.3 Oposición Asertiva
- 5.4 El Banco de Niebla
- 5.5 El Acuerdo Viable

6.MODELO DE HHSS

- 6.1 Objetivos de las HH.SS

PROFESOR: Iosu Arrizabalaga Garai Licenciado en Empresariales iarrizabalaga.bergara@gmail.com

DURACIÓN: 30 horas

MODALIDAD: A distancia

IDIOMA: Castellano