



CAATIE VALENCIA

Colegio Oficial de
Aparejadores, Arquitectos Técnicos
e Ingenieros de Edificación de Valencia

80
AÑOS
1940 / 2020

→ jornada

Cinco claves para mejorar nuestra comunicación interpersonal

ONLINE

30·04·20

PATROCINAN EL 80 ANIVERSARIO



■ OBJETIVO

La comunicación es cada vez más importante. El Covid 19 nos ha confinado en casa y ha sacado lo mejor y, a veces también lo peor de la sociedad. Aunque las redes sociales muestran lo mejor del confinamiento, somos humanos y es lógico estar ofuscado, preocupado, agobiado, enfadado o sentir miedo con la situación.

Con lo arriba señalado, nuestra comunicación con quienes nos rodean se ve alterada. Tener una comunicación respetuosa y asertiva es clave para mantener relaciones sanas. En esta formación virtual conocerás claves y herramientas de comunicación para gestionar mejor tu día a día con clientes y seres queridos.

ESTA FORMACIÓN ES PARA TI SI...

- Quieres disponer de las herramientas para tener una comunicación asertiva.
- Quieres mejorar la relación con tus seres queridos.
- Buscas ser impecable con tus palabras para evitar conflictos indeseados.
- Valoras la comunicación como una herramienta imprescindible para las relaciones personales.

■ PROGRAMA

1. Escucha real y genuina

- a. Tres niveles de escucha
- b. Ejercicio

2. Presencia

- a. Estar en el aquí y ahora

3. Conexión emocional

- a. Las emociones primarias: de qué nos informan y que nos piden
- b. Gestionar vs controlar
- c. Dejar a nuestro ser más primario en la cueva

4. Las 4 toxinas de la comunicación

- a. Cuáles son
- b. Antídotos para evitarlas

5. Comunicación asertiva

- a. Pasos de la comunicación asertiva
- b. Diferencias con la comunicación agresiva y pasiva

■ **FECHA**

Jueves 30 de abril de 2020

■ **HORARIO**

De 17,00 a 19,00 horas

■ **DURACIÓN**

2 horas

■ **PONENTE**

Carles Herrero

Coach-consultor en empresas. Licenciado en Periodismo.

■ **CUOTA DE INSCRIPCIÓN**

Charla **gratuita**. Plazas limitadas, es preciso formalizar la inscripción.

■ **INSCRIPCIONES**

Web> www.caatvalencia.es

e-mail > formacion@caatvalencia.es

Telefónica > 96 353 60 00

■ **LUGAR DE CELEBRACIÓN**

El taller se realizará a través de la plataforma Zoom.