



Área profesional: Habilidades Personales

Acción Formativa:

Interacción Personal

OBJETIVOS

- Conocer las diferencias entre la inteligencia intrapersonal e interpersonal
- Aprender a hacernos las preguntas adecuadas para conocer nuestro diálogo interno
- Conocer la diferencia entre la exigencia y la superación
- Comprender la influencia de las necesidades en nuestras emociones y pensamientos
- Saber los beneficios de la psicología positiva
- Conocer el análisis transaccional
- Saber cuáles son las interacciones de comunicación disfuncionales y funcionales con los demás
- Ayudarnos a conocer cómo nos relacionamos con los demás
- Conocer nuestra dinámica predominante en la comunicación
- Tener conocimiento de la comunicación no verbal
- Saber cómo podemos facilitar la comunicación
- Cómo el estar en contacto con nuestras emociones facilita la interacción intra e interpersonal.
- Ser consciente del impacto de las tecnologías de la información y comunicación en la interacción personal
- La importancia de desarrollar la empatía en relación a la interacción personal
- Comprender cómo la asertividad es clave en la interacción personal
- Maneras de desarrollar esta habilidad
- Acciones que bloquean la empatía
- La relación de la empatía con la resiliencia
- Comprender la relación de la escucha con la mejora de nuestra interacción personal
- Conocer los diferentes niveles de escucha
- Saber cuáles son las barreras de la escucha activa
- Cómo fomentar la escucha en las organizaciones

METODOLOGIA

La **metodología online** propuesta se ajusta a las características y necesidades de cada alumno/a, combinando las metodologías de **enseñanza programada** y de **trabajo autónomo** del alumnado con el **asesoramiento de un/a formador/a especializado** y mediante el uso de las nuevas tecnologías de la información y comunicación, creando un entorno de aprendizaje activo, próximo y colaborativo en el **Campus Virtual**.

- **ENSEÑANZA PROGRAMADA:** Persigue transmitir los conocimientos al alumnado sin la intervención directa de el/la formador/a, a través de la organización y estructuración de los contenidos de forma secuencial. La realización periódica de

ejercicios y pruebas de autoevaluación permiten afianzar lo aprendido y corregir los posibles errores en el aprendizaje.

- **TRABAJO AUTÓNOMO:** Sistema de trabajo donde el/la alumno/a asume la responsabilidad de su proceso de aprendizaje, adaptándolo a su ritmo de trabajo y a sus propias necesidades, lo que exige una mayor implicación por su parte.

Las acciones formativas están diseñadas para propiciar el fomento de las habilidades, conocimientos y experiencias relevantes para el desarrollo profesional dentro del ámbito de la temática del curso.

El material didáctico objeto fundamental del proceso de enseñanza, será puesto a disposición del alumno en el Campus de manera ordenada y en los formatos más idóneos para ajustarlos a las especificaciones del curso. El alumno debe trabajarlos de manera autónoma dedicando un tiempo que dependerá de las necesidades individualizadas del alumno.

PROGRAMA

UD1. Adentrándonos en la interacción personal

- 1.1. Personas en constante interacción
- 1.2. El diálogo interno
- 1.3. Malos hábitos en la interacción intrapersonal
 - 1.3.1. Perfeccionismo vs Superación
 - 1.3.2. Crítica interna
 - 1.3.3. Miedos
 - 1.3.4. Juicios
 - 1.3.5. La “no” escucha
 - 1.3.6. Queja
- 1.4. La psicología positiva
- 1.5. Bases del análisis transaccional

UD2. Aspectos claves de la comunicación

- 2.1. El impacto de las tecnologías en la interacción personal
 - 2.1.1. Interacción personal y tecnología en entornos laborales
- 2.2. El lenguaje corporal
- 2.3. Modelos de comunicación
- 2.4. Peticiones y demandas
- 2.5. Facilitadores y bloqueadores de la comunicación
 - 2.5.1. Saber decir y escuchar “no”
- 2.6. Gestión emocional

UD3. Habilidades superiores de la comunicación interpersonal: Asertividad y empatía

- 3.1. Asertividad.
- 3.2. El ser humano necesita empatía
- 3.3. La empatía y la resiliencia
 - 3.3.1. ¿Qué bloquea el desarrollo de la empatía?
- 3.4. El papel de la empatía en el diálogo
 - 3.4.1. La práctica de la empatía
 - 3.4.2. Desarrollar la empatía

UD4. Habilidades superiores de la comunicación interpersonal: La escucha

- 4.1. Comprender para ser comprendido
- 4.2. Variables asociadas a la escucha activa
- 4.3. Cómo aplicar la escucha empática
 - 4.3.1. Condiciones por parte del emisor y del receptor
 - 4.3.2. El desarrollo de la respuesta empática
- 4.4. Cuando los demás no escuchan

DURACIÓN

25 horas lectivas

HOMOLOGACIÓN

Esta formación puede ser homologada por el Instituto Andaluz de la Administración Pública



Instituto Andaluz de
Administración Pública

SOBRE NOSOTROS

Égora tiene la consideración de **Centro o Entidad Colaboradora de la Junta de Andalucía** en materia de **Formación Profesional para el Empleo**. Contamos con dos centros presenciales acreditados por el **SEPE** para la impartición de Especialidades Formativas y Certificados de Profesionalidad. Por otro lado, somos una **entidad inscrita en el Registro Estatal de Entidades de Formación para el Empleo (FUNDAE)** con código 1475 para impartir, dentro de la iniciativa de Formación Programada por las Empresas, formación profesional para el empleo distinta de las especialidades formativas incluidas en el Catálogo de especialidades formativas, de acuerdo con lo establecido en la Ley 30/2015, de 9 de septiembre, por la que se regula el Sistema de Formación Profesional para el empleo en el ámbito laboral y del artículo 14.3 del Real Decreto 694/2017, de 3 de julio, que desarrolla la citada Ley.



Fundación Estatal
PARA LA FORMACIÓN EN EL EMPLEO



CALIDAD

Égora plantea la calidad como un objetivo primordial, dirigiendo todos nuestros esfuerzos en el cumplimiento de los requisitos y expectativas de sus clientes, contribuyendo a su satisfacción. En este sentido, nuestra empresa tiene implementado un **Sistema de Gestión de la Calidad**, mediante el cual, **ÉGORA ASESORES DE FORMACIÓN, S.L. cumple con los requisitos de la Norma ISO 9001:2015**, auditado anualmente por la empresa internacional certificadora **Bureau Veritas**. Contamos con un Departamento de Calidad formado por un equipo profesional cualificado, que garantiza un Sistema de Gestión de Calidad maduro y comprometido con las necesidades de nuestros clientes, asegurando que la formación impartida y servicios prestados cumplen con los requisitos explícitos e implícitos, legales y reglamentos particulares.



ADHESIONES

Égora pertenece a diferentes asociaciones e instituciones oficiales:



UNIVERSIDAD
NEBRIJA



CONFEDERACIÓN
EMPRESARIOS

PROVINCIA DE CÁDIZ



asociación de
empresarios
de Conil



FPEMPRESA

Asociación de Centros
de Formación Profesional