



Comunicación asertiva

Este curso brinda las herramientas para comunicarse con claridad y confianza, establecer límites y construir relaciones positivas a través de la comunicación asertiva y efectiva.

Objetivo:	Al concluir el curso, los participantes contarán con las herramientas que le permitan optimizar sus habilidades de comunicación, promoviendo la claridad, el respeto, la confianza, la capacidad para la solución constructiva de conflictos y la creación y mantenimiento de relaciones interpersonales saludables.
Área de conocimiento	Desarrollo Profesional
Dirigido a:	Directores, Gerentes, Supervisores y público interesado en el tema
Duración:	8 horas
Versión de la norma	No aplica versión por falta de referencia normativa

TEMARIO:

1. Introducción a la Comunicación Asertiva
 - 1.1. Conceptos clave de comunicación asertiva
 - 1.2. Beneficios y aplicaciones en diferentes contextos
2. Componentes de la Comunicación Asertiva
 - 2.1. Expresión clara y directa de pensamientos y sentimientos
 - 2.2. Escucha activa y empática para comprender a los demás
3. Autoconocimiento y Confianza
 - 3.1. Reconocimiento de emociones propias y autoestima
 - 3.2. Construcción de confianza en la comunicación
4. Establecimiento de Límites y Respeto
 - 4.1. Identificación de límites personales y su comunicación
 - 4.2. Respeto hacia los límites de los demás
5. Técnicas de Expresión Asertiva
6. Manejo Constructivo de Conflictos
 - 6.1. Identificación de situaciones conflictivas
 - 6.2. Enfrentamiento de conflictos con respeto y resolución colaborativa
7. Comunicación Asertiva en el Entorno Laboral
 - 7.1. Aplicación de técnicas asertivas en reuniones y conversaciones profesionales
 - 7.2. Retroalimentación efectiva y manejo de críticas
8. Relaciones Interpersonales Saludables
 - 8.1. Creación de vínculos positivos basados en la comunicación asertiva
 - 8.2. Empatía y comprensión en las relaciones personales



- Conclusiones:

MÉTODO PARA EL PROCESO DE ENSEÑANZA / APRENDIZAJE:

- 1) Exposición por parte del instructor de cada tema, utilizando ejemplos didácticos para su comprensión.
- 2) Se utilizarán técnicas de grupos de trabajo, lecturas comentadas, preguntas dirigidas, mayéutica y análisis de casos, para que el participante se ejercite en un contexto adecuado y práctico.
- 3) Se aplicará evaluación escrita al final del curso, además se evaluarán de manera individual los ejercicios realizados.
- 4) Para que al participante se le proporcione diploma de acreditación del curso, deberá obtener una calificación mínima de 70%, considerando la evaluación escrita y la de los ejercicios.
- 5) El resultado de las evaluaciones se entrega en electrónico a la Organización.

NOTAS / OBSERVACIONES:

Este curso se imparte desde un grupo de 10 participantes, hasta grupos de 30 personas.