

LIDERATGE I HABILITATS SOCIALS

La comunicació deficient i inadequada, la manca de control emocional i la mala gestió interna són avui dia les tres carències més significatives en les habilitats socials del professional. El curs ofereix les pautes i tècniques necessàries per adquirir la destresa i el talent d'un bon líder i per contribuir a la millora del clima laboral.

I. LA COMUNICACIÓ EFECTIVA

1. Els principis psicològics de la comunicació.
2. L'art de comunicar: tècniques de discussió.
3. Tècniques de comunicació assertiva.
4. Els errors més habituals en la comunicació interpersonal.

II. LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

1. Qui té raó, el cap o el cor?
2. Els diferents tipus de persones segons l'estat emocional.
3. Les emocions que ens fan patir: ira, por i tristesa.
4. Tècniques de canalització emocional.

III. AUTORITAT, AUTOCONTROL I MOTIVACIÓ

1. Els models d'autoritat: lideratge, autoritat i motivació.
2. La temperància: el domini d'un/a mateix/a.
3. Autoimatge, autoestima i autoafirmació.

IV. LIDERATGE I GESTIÓ INTERNA

1. La meva configuració de la realitat: el mapa mental.
2. Projecte vital i escala de valors personal.
3. Assumpció de responsabilitats i definició d'objectius.
4. La vida no s'arregla, es governa: la resistència a la frustració.

V. LIDERATGE I EXCEL·LÈNCIA PERSONAL

1. La vida és qüestió de sort: pregunta a qualsevol persona fracassada.
2. Creences limitadores i creences de creixement.
3. L'equilibri emocional: una proposta de maduresa personal.