

## Relaciones profesionales efectivas

**Código del curso:** PH03B08C05

**Horas:** 20

### Descripción del curso:

Acerca de este curso

Cod: PH03B08C05

Unidad 1. Claves para la Escucha Activa

Claves básicas para una escucha activa efectiva.

1.1 La escucha activa: paso a paso.

1.2 Claves para una correcta escucha activa.

1.3 Técnicas para práctica una escucha activa efectiva.

Errores más comunes a la hora de realizar escucha activa.

2.1 Los diez errores más habituales a la hora de practicar escucha activa.

2.2 Inferencias, pensamientos recurrentes, suposiciones e interrupciones.

2.3 Errores del emisor en la escucha activa.

Unidad 2. Importancia de la Escucha Activa

Conversaciones poderosas.

1.1 ¿Qué son las conversaciones poderosas?.

1.2 Beneficios de desarrollar conversaciones poderosas.

1.3 Cómo desarrollar una conversación poderosa.

Escuchar para comprender.

2.1 La importancia del feedback en la escucha activa.

2.2 Claves básicas del feedback.

2.3 Dar y recibir feedback.

Unidad 3. Concepto de Empatía

Empatía: conceptualización y contexto.

1.1 ¿Qué es la empatía?.

1.2 Diferencias entre empatía y simpatía.

1.3 Aptitudes emocionales que conforman la empatía.

1.4 Beneficios de la empatía.

Inteligencia emocional y empatía.

2.1 ¿Qué es la inteligencia emocional?.

2.2 La teoría de las inteligencias múltiples.

2.3 Las emociones.

2.4 Inteligencia emocional y desarrollo profesional.

#### Unidad 4. Las personas empáticas.

Las características de las personas empáticas.

La empatía y las habilidades sociales.

La capacidad de análisis de las personas empáticas.

3.1 La importancia de la comunicación para una empatía efectiva.

Escucha activa y asertividad para una correcta empatía.

4.1 Escucha activa en la empatía.

4.2 Asertividad en la empatía.

Errores básicos a la hora de practicar la empatía.

#### Unidad 5. Beneficios de la Empatía.

La empatía en el ámbito personal.

1.1 Empatía paso a paso.

Qué no es empatía.

2.1 Ejemplos de empatía en nuestra vida personal.

Empatía y equipos de trabajo.

3.1 Cómo trabajar la empatía en los equipos de trabajo.

3.2 Beneficios de la empatía en los equipos de trabajo.

Empatía y liderazgo: el liderazgo empático.

#### Unidad 6. Desarrollo de la Empatía.

Mapas de empatía.

1.1 ¿Qué son los mapas de empatía?.

1.2 Cómo desarrollar y trabajar un mapa de empatía.

Beneficios de trabajar con mapas de empatía.

2.1 Errores más comunes a la hora de trabajar los mapas de empatía.

Otras herramientas para trabajar la empatía.

3.1 Herramienta 1: mostrar interés por la otra persona.

3.2 Herramienta 2: ponernos en el lugar de la otra persona.

3.3 Herramienta 3: parafraseo, reformulación y confrontación.

3.4 Herramienta 4: preguntar enfocándonos en las emociones.

#### ¿Qué aprenderás?

Aprender las claves fundamentales que debemos poner en marcha para llevar a cabo escucha activa en los procesos de comunicación.

Conocer los inconvenientes de no realizar escucha activa y su impacto negativo en las relaciones interpersonales.

Conocer la relación existente entre escucha activa y conversaciones poderosas encaminadas a desarrollar una comunicación efectiva.

Identificar la importancia de las preguntas como elemento generador de escucha activa.  
Conocer el concepto de empatía y su influencia en el desarrollo personal y profesional.  
Aprender a identificar la relación existente entre empatía e inteligencia emocional.  
Conocer cuales son las habilidades y competencias que definen a las personas que son empáticas con otras personas en su entorno.  
Identificar la relación entre emociones y empatía y como su correcta gestión pueda ayudar a las personas a ser más empáticas.  
Conocer los beneficios que aporta la empatía en las relaciones personales y profesionales.  
Conocer el impacto que tiene la empatía en los equipos de trabajo y en la relación con los colaboradores.  
Conocer las principales herramientas que podemos utilizar para trabajar el concepto de empatía.  
Conocer como aplicar las herramientas para trabajar la empatía.