



Best

## Comunicación y habilidades de relación interpersonal

Desarrollar las habilidades de comunicación y relación

 Blended

Duración : 2 días (14 horas)

Ref. : 8500

Precio 1er inscrito : 990,00 € IVA exento

2º inscrito y sucesivos 792,00 € IVA exento

Bonificable por asistente: 182,00 €

Precio In-Company : 4.860,00 € IVA exento

Bonificable por grupo de 10 asistentes: 1.820,00 €

**Best** ¿Cómo desarrollar mis recursos para facilitar la comunicación y la relación interpersonal?

¿Cómo causar impacto e influir en las personas?

¿Cómo construir una red eficaz de contactos y de apoyos?

¿Cómo reducir las tensiones y facilitar la cooperación y el entendimiento?

Si quieres hacer esta formación  
en **formato 100% digital**

[Haz clic aquí](#)

### Objetivos de la formación

- Emplear herramientas y técnicas de comunicación para desarrollar su capacidad de relación.
- Movilizar sus recursos personales para aumentar su seguridad en la comunicación y la relación interpersonal.
- Identificar el mapa de relaciones para Influenciar e involucrar a los demás en la consecución de los objetivos.
- Facilitar las relaciones con colaboradores, clientes y/o proveedores.
- Ganar en satisfacción personal gracias a relaciones profesionales más productivas.
- Reforzar su capital de contactos y relaciones.

# Los 3 pilares de la influencia interpersonal



## Dirigido a:

- Jefes de proyecto, consultores, managers, responsables de equipo.
- Profesionales que necesiten de la cooperación de personas, colaboradores o mandos sobre los cuales no tienen autoridad jerárquica.
- Profesionales que deseen desarrollar su influencia para aumentar su eficacia.

## Contenido

### 1. Los tres pilares de la influencia interpersonal

- Influencia: el "alma máter" para la excelencia:
  - Contexto empresarial demandante y en continuo cambio.
- Elaborar su red estratégica de relaciones.
- Potenciar sus cualidades personales:
  - Comprender su comportamiento y actitudes.
  - Volver a analizar sus valores y creencias.
  - Construir confianza.
- Desarrollar relaciones eficaces:
  - Destacar en la comunicación interpersonal.
  - Cooperar eficazmente.
  - Manejar la adversidad y la confrontación.

### 2. Clarificar su estrategia de influencia interpersonal

- Elaborar el mapa de su red de relaciones para el objetivo del proyecto y de los actores:
  - Centrarse en los principales objetivos del proyecto.
  - Identificar a los actores clave en su red de relaciones.
  - Resaltar la interacción entre usted y los actores clave.
  - La superposición con el organigrama.
- Especificar su nivel de influencia por actor
  - Determinar el nivel de acciones a emprender en relación a estos grupos de actores.
  - Especificar su red de relaciones objetivo.
  - Distinguir entre poder, influencia y manipulación.
- Definir objetivos precisos.

### 3. Conocerse mejor para comunicar mejor

- Ser consciente de sus puntos fuertes y áreas de mejora:
  - Comprender su forma de actuar.
  - Identificar sus actitudes eficaces e ineficaces.
- Identificar las actitudes efectivas y las inefectivas.
- Limitar sus acciones ineficaces bajo presión:
  - Soluciones para el comportamiento ineficaz.
- Potenciar su sistema de valores:
  - Examinar sus valores profesionales y personales.
  - Adoptar la actitud apropiada.
- Generar confianza.
  - Valorar la diversidad personal.

### 4. Comunicar de forma abierta y eficaz

- Sincronizar su comunicación verbal y no verbal con PNL:
  - Practicar la sincronización.
- Hacerse entender al decir las cosas como son con técnicas de asertividad:
  - Hablar sinceramente.
  - Hacer una crítica o retroalimentación negativa.
  - Comprender mediante la escucha empática.

### 5. Ganar mediante la cooperación

- Desarrollar relaciones equilibradas:
  - Cooperar más para ganar más.
  - Principios y características de la cooperación.
- Elaborar una estrategia ganadora de colaboración:
  - Satisfacer sus intereses.
  - Elaborar un plan B.
  - Buscar soluciones.
- Gestionar el conflicto, la adversidad y la confrontación.
  - Abrirse camino ante el conflicto.
  - Afrontar la agresividad.

## Beneficios adicionales

Beneficios para el participante:

- Enriquecer la comunicación interpersonal mejorando la colaboración y fortaleciendo su motivación.
- Desarrollar su comprensión de los demás para comunicarse con mayor eficacia.
- Encontrar y reconocer los aspectos positivos de uno mismo y de los demás.
- Prevenir mejor las tensiones y el estrés.

Espacio de aprendizaje 365:

**LearningHub**  
@Cegos

Hub de contenidos y actividades para aprender y trabajar a tu ritmo.

## Fechas y ciudades 2021 - Référence

### Barcelona

De 06 oct A 07 oct

De 22 nov A 23 nov

### Madrid

De 06 oct A 07 oct

De 22 nov A 23 nov