

## NOM de la formació: COMUNICACIÓ INTERPERSONAL

**Persona que s'ofereix com a formadora:** Juan Manuel de Alcázar García

Activitat  
XIC



**Dies i hores de disponibilitat:** dimarts de 12:30 a 14

<b>Objectius</b>
Aquest seminari pretén fer reflexionar a les persones assistents, en un ambient íntim i relaxat, sobre el procés de <b>Comunicación Interpersonal</b> .
Entenem la <b>comunicació</b> com la transmissió d'idees, pensaments, opinió i sentiments. La "màgia" de COMUNICAR-NOS.
Tenir coneixement de les dificultats per comunicar, especialment quan pensem en una llengua diferent a la pròpia.
Conèixer les barreres de l'escolta. Escolta. Comunicació en Cadena, ¿Serveix? ¿Falla?
<b>Continguts a treballar</b>
Parlar en públic: barreres, dificultats i la seva superació.
Informació i Comunicació.
Procés de transmissió d'idees i pensaments
Receptor, actitud i disposició a rebre i descodificar codis
Capacitat de l'emissor de codificar idees en llenguatge intel·ligible.
Escolta, diferents actituds i capacitats. Prejudicis alhora d'escoltar.
Parlar per telèfon. Escriure com a mitjà de comunicació.

**Nombre de sessions i durada:** 6 sessions de 1,5 hores

**Grandària màxima del grup:** 14 persones

### Continguts de cada sessió i PROGRAMACIÓ DE LES SESSIONS:

- 1<sup>a</sup> sessió: Procés de la Comunicació. Llenguatge, parallenguatge i metallenguatge. Què són i per a què serveixen. Què aporten a l'eficàcia de la Comunicació verbal.
- 2<sup>a</sup> sessió: Comunicació en un sentit i feedback. Procés d'intercanvi.
- 3<sup>a</sup> sessió: Dades, Informació i Comunicació, diferència i quan fer servir les diferents formes d'intercanvi.
- 4<sup>a</sup> sessió: Comunicació en cadena: freqüència d'us, riscos i errors. Comunicació telefònica,

com es substitueix el metallenguatge. Comunicació escrita, el seu ús i dificultats.

- 5<sup>a</sup> sessió: L'escolta, diferents maneres d'escoltar: Sense escolta, trajecte fins l'escola activa.
- 6<sup>a</sup> Empatia: què és i com s'assoleix a través d'una Comunicació eficaç. Preparació per parlar en públic.

També es treballarà l'**exposició d'un tema en públic, (5 minuts/assistent) . Comentaris de millora. Revisió dels treballs i Plans de Millora Individual** (Coaching individualitzat amb cada participant (15/20 minuts).

### **Metodologia:**

Breus exposicions introductòries de cada tema i conclusions.

Traballs en grups, debats, visionat de vídeos i exposicions en públic.

### **Material i recursos necessaris:**

Apunts i exercicis

### **Infraestructura necessària:**

Sala amb tres taules de Treball. Taula pel formador. Projector, pissarra i rotafolis.