

Curso

TRANSFORMA TU COMUNICACIÓN: DESARROLLO DE HABILIDADES BLANDAS PARA LA ASERTIVIDAD

Modalidad Virtual

»» 2024-2

Programa de Extensión y Educación Continua
Facultad Ciencias Humanas
Sede Bogotá



UNIVERSIDAD
NACIONAL
DE COLOMBIA

SOBRE EL CURSO

Este curso proporciona a los estudiantes la oportunidad de adquirir una comprensión profunda de los procesos comunicativos, tanto en su relación consigo mismos como con los demás. A través de actividades prácticas y referentes teóricos los participantes desarrollarán sus habilidades comunicativas y obtendrán las herramientas necesarias para identificar y superar barreras en la comunicación. Este enfoque es fundamental para fortalecer las relaciones interpersonales, impulsar el trabajo en equipo y fomentar el bienestar emocional.

OBJETIVOS

- Identificar el diálogo interno reconociendo sus efectos en el bienestar y la toma de decisiones.
- Reconocer las características de las interacciones comunicativas propias identificando facilitadores y barreras.
- Conocer las principales características de la comunicación asertiva y estrategias puntuales para aplicarla
- Ofrecer herramientas en torno al uso de la voz, comunicación verbal y no verbal que favorezcan los procesos comunicativos de los estudiantes.

DIRIGIDO A

Profesionales en posiciones de liderazgo, empleados en busca de crecimiento profesional, estudiantes universitarios y recién graduados de cualquier área del conocimiento, empresarios, emprendedores y cualquier persona interesada en el desarrollo personal.

GENERALIDADES



DURACIÓN

30
HORAS

Modalidad virtual
Sincrónico (clases en vivo)



HORARIO

Martes y jueves
6:00 p.m. a 8:00 p.m.



CERTIFICACIÓN

Mínimo 80% de
asistencia a las clases.

CONTENIDO TEMÁTICO

Habilidades blandas- comunicación asertiva

1. De la generalidad de las habilidades blandas a la particularidad de la comunicación asertiva. Transversalidad de las habilidades blandas en la vida. Presentación del curso y los participantes

Comunicación Humana Comunicación no violenta

2.
 - La comunicación como un proceso continuo
 - El lenguaje como un fenómeno social
 - Comunicación no violenta
 - Aplicación a situaciones comunicativas de la vida cotidiana

Comunicación intrapersonal

3.
 - Introducción al dialogo interno, concepto, características, alcances
 - Herramientas para dirigirse hacia un dialogo interno positivo
 - Inicio de registro de dialogo interno
 - Caracterización grupal de dialogo interno, aspectos comunes y diferenciales.

Comunicación intrapersonal. Ejercicio de aplicación

4.
 - Socialización de diario de dialogo interno, identificación de características personales y establecimiento de objetivos
 - Caracterización grupal de dialogo interno, aspectos comunes y diferenciales.
 - Mentimeter
 - Establecimiento de objetivos personales

Introducción a la comunicación interpersonal y comunicación asertiva

5.
 - Comunicación interpersonal y comunicación asertiva, conceptos, características, usos.
 - Trabajo individual y grupal
 - Identificación de modelos comunicativos

Comunicación interpersonal. Ejercicio de aplicación

6.
 - Observación y análisis de procesos comunicativos personales
 - ¿Mi comunicación interpersonal es un facilitador o una barrera?
 - Identificación de la barrera comunicativa personal y correlación con el objetivo creado
 - Compartir experiencias y ejemplos personales
 - Creación de preguntas para la entrevista

Comunicación interpersonal. Ejercicio de aplicación

- 7.** Caracterización de mis procesos comunicativos de acuerdo al entorno. Entrevista, búsqueda de información. Objetivo personal respecto a la comunicación asertiva e interpersonal

Comunicación interpersonal

- 8.**
- Estilos comunicativos
 - Correlación de información (entrevistas, video ilustrativo)
 - Elaboración de conclusiones respecto al estilo comunicativo actual

Comunicación asertiva

- 9.**
- Tácticas y estrategias para la comunicación asertiva
 - Planeación de actividades o paso a paso para el cumplimiento de los objetivos personales de mejora

Comunicación interpersonal y comunicación asertiva

- 10.**
- Herramientas para mejorar el desempeño comunicativo
 - Uso y manejo de la voz,
 - Comunicación verbal.
 - Check list del desempeño propio respecto a la comunicación verbal

Comunicación interpersonal y comunicación asertiva

- 11.**
- Herramientas para mejorar el desempeño comunicativo
 - comunicación no verbal
 - Check list del desempeño propio respecto a la comunicación no verbal, correlación con el objetivo personal de mejora y las actividades planeadas

Comunicación asertiva - conciencia plena - comunicación no violenta

- 12.**
- Relación de la comunicación con los pensamientos, habla bondadosa.

Comunicación interpersonal. Ejercicio de aplicación

- 13.** Aplicación de conocimientos: Creación de un plan de mejora con acciones y momentos específicos el cual debe ser explicado en un video de maximo 3 minutos.

Autoevaluación, coevaluación y cierre

- 14.** Valoración colectiva del plan de mejora, su viabilidad, sugerencias etc.

Autoevaluación, coevaluación y cierre

- 15.** Construcción colectiva sobre la experiencia, oportunidades de mejora y proyección de otros aspectos personales



PROYECTO FINAL:

Plan individual de mejora respecto al proceso comunicativo. A lo largo del curso los estudiantes plantearán objetivos sobre su comunicación intrapersonal e interpersonal, durante las ultimas sesiones se propone que planteen una propuesta con acciones, momentos y recursos específicos (utilizando las herramientas dadas en clase) para el cumplimiento de dichos objetivos y en el marco de la comunicación asertiva.

Dicho plan de mejora deberá ser grabado en un video de maximo tres minutos en el cual a su vez apliquen los tips de comunicación verbal y no verbal entregados. Se realizará autoevaluación, coevaluación y rertoalimentación por parte del docente.

DOCENTE

Leidy Yuliana Rodríguez Modera

Fonoaudióloga bilingüe egresada de la Universidad del Rosario, Magister en Educación de la Universidad Externado de Colombia (línea de investigación: aprendizaje de la lectura y escritura) con experiencia de diez años en el sector trabajando en educación primaria, secundaria y a nivel superior. Posee conocimiento en procesos de enseñanza- aprendizaje, desarrollo de habilidades comunicativas, lenguaje oral, escrito y habilidades de pensamiento. Es docente de tiempo completo del Colegio Los Nogales y ha estado vinculada a proyectos de comunicación y habilidades para la vida en la Universidad del Rosario.



ENCUÉSTRANOS EN:



El Programa de Extensión y Educación Continua se reserva el derecho a cancelar el curso o diplomado en caso de no alcanzar el número mínimo de inscritos. Consulta la política de devoluciones.



UNIVERSIDAD
NACIONAL
DE COLOMBIA