



# HABILIDADES SOCIALES: COMUNICACIÓN, INTELIGENCIA EMOCIONAL Y TRABAJO EN EQUIPO

Gestión de RRHH

<b>Horas:</b> <b>20 h.</b>	<b>Modalidad:</b> <b>Presencial</b>	<b>Requisitos académicos:</b> <b>Nivel 2 (E.S.O.)</b>
-------------------------------	--	--

## ¿QUÉ APRENDERÁS?

Aprenderás a desarrollar tus habilidades sociales para mejorar la comunicación, gestionar emociones y fomentar el trabajo en equipo. Conocerás estrategias de inteligencia emocional aplicadas al entorno laboral, potenciando la empatía, la negociación y la colaboración eficaz dentro de la empresa.

## OBJETIVOS GENERALES

- Comprender el proceso de comunicación y sus elementos clave.
- Identificar barreras y facilitadores en la comunicación interpersonal.
- Desarrollar competencias emocionales que favorezcan la autorregulación y la empatía.
- Aplicar estrategias de trabajo en equipo y técnicas de negociación.
- Potenciar habilidades interpersonales para mejorar el clima laboral y la cooperación.

## CONTENIDOS

### 1. El proceso de comunicación

- Elementos, barreras y facilitadores de la comunicación.
- Recursos del emisor y construcción del mensaje eficaz.
- Escucha activa y feedback constructivo.

[www.feda.es/formacion](http://www.feda.es/formacion)



## 2. Inteligencia emocional

- Beneficios y aplicación práctica en el ámbito laboral.
- El cerebro emocional y la gestión de emociones.
- Competencias emocionales: autoconocimiento, autocontrol, motivación y empatía.

## 3. Trabajo en equipo y negociación

- Principios y ventajas del trabajo en equipo.
- Roles y dinámicas colaborativas.
- Etapas, estrategias y tácticas de negociación.
- Resolución de conflictos en el entorno profesional.