

# COMUNICACIÓN ASERTIVA Y TERAPÉUTICA

---

## Objetivos:

- Conocer los fundamentos de la comunicación eficaz.
- Entrenar recursos de comunicación emocional.
- Desarrollar habilidades para el empleo de las herramientas en contextos relacionales.

## CONSTRUCCIÓN DE CÓDIGOS DE COMUNICACIÓN

Presentación de la sesión formativa, docentes y participantes.

¿Qué podemos esperar de este taller? Identificación de objetivos personales y consenso de objetivos grupales.

¿Cómo podemos comunicarnos de forma eficaz en contextos online?

## COMUNICACIÓN EMOCIONAL EN TELETRABAJO

La importancia de la comunicación emocional.

Ayudando a regular emociones ajenas a distancia.

## COMUNICACIÓN ASERTIVA.

Habilidades de comunicación asertiva con usuarios/as y equipos.

Entrenamiento práctico.

## COMPROMISOS PERSONALES, DUDAS Y PLAN DE ACCIÓN

Entrenamiento práctico en base a situaciones reales de los asistentes.

Plan de acción.