
Curso:

Excelencia Personal y en Equipo para hacer la Diferencia

Objetivo: Proporcionar los conocimientos y herramientas que ayuden en mejorar las relaciones interpersonales y el desarrollo individual del ser. Tomar conciencia de la necesidad e importancia del equipo en las instituciones. Motivar a los participantes para la integración del equipo a través de una comunicación efectiva.

Dirigido a: Toda persona interesada en mejorar actitudes y desarrollar aptitudes que guíen hacia la Excelencia Personal, la Comunicación y la Formación Eficaz de Equipos.

Contenido: **Excelencia Personal.** Conociéndote a ti mismo. Inventario Personal. ¿Qué es la Autoestima? .Construye una nueva auto-imagen. Respeto y auto-respeto.

- Expresión Oral y Corporal.
- Comunicación. Paradigmas de la Comunicación.
- ¿Qué es el estrés? Identificación del Estrés dañino.
- Métodos para superar el estrés.
- Motivación. Empatía.
- Asertividad. Proactividad.
- Inteligencia Emocional.
- Alcanzando la Excelencia Personal-

Formación de equipos de alto rendimiento.

- Elección de las personas adecuadas.
- Fomentar una nueva cultura en el equipo.
- Establecer las características del alto rendimiento.
- Las normas dentro del equipo.

Los roles en los Equipos

- Tipologías de roles.
- Roles grupales.
- Las tareas de los miembros.
- El líder. Funciones y responsabilidades.
- Compromiso individual y colectivo.

La Comunicación en los Equipos

- Canales de comunicación en el equipo.
- Comunicación asertiva y escucha activa.
- Actitudes y percepciones.
- Desarrollo de confianza mutua.
- Manejo y resolución de conflictos.

Duración: 16 Horas
