

HABILIDADES PERSONALES: ESCUCHA ACTIVA

Actividad

Desarrollar las habilidades personales relacionadas con la escucha activa y la comunicación.

Descripción

Hablar no es comunicar igual que oír no es escuchar. La escucha es selectiva siempre porque todos somos diferentes y tenemos nuestra propia manera de escuchar y de comunicar. Trabajar con nuestros límites y descubrir nuestras habilidades es el comienzo de una escucha activa. Mejorar nuestra escucha es mejorar nuestras relaciones siempre. A escuchar también se aprende.

Objetivos

- Fomentar la escucha activa
- Educar en valores cívicos y democráticos
- Conocer las bases de una comunicación eficaz
- Fortalecer el diálogo entre las personas
- Crear espacios de participación ciudadana
- Satisfacer las inquietudes culturales de los ciudadanos

Programa:

Cuatrimestral

- Aprender los elementos básicos implicados en la escucha activa
- Analizar los obstáculos y límites que nos impiden escuchar y comunicar
- Conocer las técnicas básicas de la escucha activa
- Desarrollar la empatía y otras habilidades para una buena comunicación
- Reflexionar sobre nuestra particular manera de escuchar y comunicar
- Profundizar en el poder de la palabra, el tono de voz y el lenguaje corporal

Profesor/a

- Equipo de profesores/as de Prokultura

Dirigido a

Adultos

Material que ha de llevar el alumnado

Bolígrafo, cuaderno y una caja de pinturas (de lápiz, cera, plastidecor...).

Nota: