



## Cómo mejorar nuestra comunicación

Una premisa fundamental para ser un buen comunicador es practicar adecuadamente la escucha. Por norma general, solemos considerar que escuchamos mejor de lo que en realidad lo hacemos y, en consecuencia, nos consideramos mejores comunicadores de lo que en realidad somos. Además de la escucha, en el camino para mejorar la comunicación hay otras vías importantes: saber elaborar preguntas, ser capaces de hacer críticas constructivas, mantener una conducta asertiva...

Este learningCoffee te mostrará diferentes herramientas que te ayudarán a conocer mejor a tu interlocutor y a elaborar respuestas eficaces y concretas. En definitiva, trataremos de que logres una buena comunicación en tus relaciones personales y/o profesionales, una meta muy útil para aprender, para construir relaciones sólidas y para ayudar a los demás y a nosotros mismos.

### ¿Qué aprenderás?

- Aprender algunas técnicas para mejorar tu comunicación con los demás en cualquier ámbito.
- Saber qué es escuchar, cuáles son los obstáculos y las ventajas de la escucha activa.
- Mejorar tus relaciones personales y laborales empleando una comunicación efectiva.
- Utilizar la crítica de manera constructiva.

## Contenidos del curso

1. Comunicación efectiva
  2. Técnicas para mejorar la comunicación
  3. Técnicas de comunicación: escuchar
  4. Técnicas de comunicación: la pregunta
  5. Técnicas de comunicación: la crítica
  6. Técnicas de comunicación: la asertividad
  7. Experimentar
- 

**Delivery:** learningCloud sprint, SCORM, xAPI

**Developed:** Netex

**Temática:** Communication & Relationships, Self management

**Duration:** 20 minutes

**License:** annual

**Languages:** es, en