



## DESARROLLO PROFESIONAL: Motivación, delegación y comunicación eficaz

### OBJETIVOS

- Conseguir comunicar con eficacia en el trabajo.
- Aprender a manejar las diferentes situaciones mejorando los resultados.
- Manejar los diferentes escenarios más habituales en las organizaciones.
- Aprender a transmitir el mensaje con exposiciones que consigan convencer.
- Adquirir técnicas de conversación para mejorar los procesos.
- Motivar y conducir adecuadamente a los equipos de trabajo.
- Manejar positivamente las relaciones horizontales y verticales.
- Fomentar la delegación eficaz para crear equipos de alto rendimiento.



## CONTENIDOS

### 1. MÓDULO 1. COMUNICACIÓN EN EL TRABAJO 4 H

#### Estrategias Asertivas

- Técnicas asertivas para comunicar eficazmente
- Estrategias asertivas para discusiones y para relacionarse con estilos pasivos y/o agresivos
- Estrategias asertivas para realizar peticiones, responder a las críticas y realizar críticas eficazmente
- Técnicas para el “Control de la propia ira”

#### Relaciones horizontales en el trabajo

- Claves para la asertividad con los compañeros (agresivos, sumisos, escaqueadores, trepas)
- Los límites ante situaciones no asertivas más frecuentes

#### Relaciones verticales en el trabajo

- Respuestas asertivas ante diferentes tipos de colaboradores y subordinados
- Lidar con el subordinado pasivo-agresivos
- Lidar con manipuladores, caraduras, agresivos
- Habilidades de supervisión

#### Reglas de oro del trabajador asertivo



## 2. MÓDULO 2. HABILIDADES DE COMUNICACIÓN 4 h

### Saber Escuchar

- Estar siempre presente y ayuda a tu equipo a cambiar
- Apaciguar las conversaciones con carga emocional

### Empatía

- La empatía: clave para las reuniones eficaces
- Los límites de la empatía

### Cómo tratar con gente difícil

- Resolver conflictos y gestionar tensiones
- Superar rivalidades y evitar los juegos de poder mejorando las relaciones

## 3. MÓDULO 3. MOTIVACIÓN DE EQUIPOS Y EL ARTE DE DELEGAR 4 h

### Habilidades fundamentales de la motivación de equipos

- Teorías de la motivación
- Técnicas específicas antes situaciones concretas
- Trabajo colaborativo

### Automotivación en el trabajo

- Autoliderazgo
- Motivación personal



## Cómo trabajar con equipos desmotivados

- Tratar con gente estresada
- Tratar con gente que todo le parece urgente
- Tratar con perfiles complicados
- Superar el burn out

## Delegación eficaz

- Técnicas de delegación eficaz
- Reconocimiento y recompensa

## DESTINATARIOS

- Profesionales con puestos altos o intermedios que habitualmente tengan que tratar con personas y puedan encontrarse en situaciones difíciles en las que no sepan como reaccionar o las cuales no sepan hacer frente.

## DURACIÓN

- 12h