



Fundación

Centro Patagónico

para el Fortalecimiento de la Gestión Pública

Personería Jurídica 2719

Taller de Capacitación:

LA COMUNICACIÓN INTERPERSONAL

Una propuesta para personas que desean mejorar
la calidad de sus vínculos interpersonales

San Carlos de Bariloche, marzo de 2013

OBJETIVO GENERAL

- Comunicarse para favorecer la construcción o el fortalecimiento de relaciones interpersonales de calidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Al término de esta actividad los participantes estarán en condiciones de:

- Construir sus aprendizajes a partir de la práctica en situaciones grupales simuladas;
- Conocer los principios básicos de la comunicación de calidad;
- Identificar formas de comunicación que favorecen o perjudican el establecimiento de relaciones interpersonales de calidad;
- Escuchar activamente;
- Retroalimentar efectivamente a su interlocutor;

MARCO TEÓRICO-CONCEPTUAL

Cuando nos comunicamos con otras personas, tenemos como telón de fondo – consciente o inconscientemente- una imagen determinada del ser humano, que al otro le llegamos a expresar de una u otra manera, con mayor o menor apertura. Más aún, cuando nos dirigimos a otros con intención, es indispensable que tengamos clara nuestra propia imagen del ser humano, que es soporte de nuestras apreciaciones y comportamientos.

Por ejemplo, cuando completamos espontáneamente frases como:

- Los seres humanos son ...
- Los seres humanos tienden a ...,

podemos obtener indicios de cuál es nuestra imagen del ser humano, que como lo dice la expresión, no es más que un acercamiento a lo que verdaderamente es el ser humano.

Los contenidos de aprendizaje y el diseño de los ejercicios de esta propuesta están enmarcados en la imagen del ser humano transmitida por la psicología humanista, desarrollada en el contexto de la comunicación desde la cátedra del Prof. Dr. Friedemann Schulz von Thun, de la Universidad de Hamburgo.

El ser humano es concebido como una unidad biológica, psicológica y social, en la búsqueda de sentido y metas para su vida, en un marco de autonomía e interdependencia, en el camino que lleva a su autorrealización.

Esta propuesta intenta ser un puente entre la ciencia y la vida. Los aprendizajes que se pretenden alcanzar, más allá de su aplicación en el espacio laboral, resultan un enriquecimiento personal para la vida diaria, un salto de calidad en la convivencia con los otros.

TIEMPO

El taller se desarrolla en 5 horas reloj.

CONTENIDOS

LA COMUNICACIÓN:

- principios básicos,
- los cuatro lados del mensaje,
- la ventana de JOHARI y la práctica de la retroalimentación,
- técnica para responder a agresiones verbales,
- secretos de una buena comunicación.

METODOLOGÍA

La formación se realiza según la modalidad de taller. Los participantes construyen sus aprendizajes a partir de ejercicios individuales, en parejas, y en grupos pequeños. Cada ejercicio sirve para introducir diferentes herramientas y técnicas para identificar y/o adquirir habilidades en la comunicación.

Independientemente de la sólida preparación del taller, son principios rectores del mismo: la flexibilidad, la creatividad y el buen humor. Se incentiva a los participantes a aprender de sus aciertos y errores, retroalimentando también a sus compañeros en el proceso de aprendizaje.

Los participantes reciben textos de apoyo conceptual para leer en forma individual fuera de las horas de capacitación, pero están previstos espacios en el taller para reflexiones sobre su contenido. También se entregan por escrito todas las descripciones de los ejercicios realizados en el taller, de manera que los participantes no tengan que tomar apuntes durante su desarrollo.