



CURS

HABILITATS COMUNICATIVES EN LA DIVERSITAT CULTURAL

NIVELL 2: EINES D'AUTOCONSCIÈNCIA

Barcelona — 14, 19, 21 i 26 setembre de 2017

L'autoconeixement i la capacitat de gestionar les relacions interpersonals són eines claus per a la millora del tracte i l'atenció a tot tipus de persones. Les diferències (d'origen, socials, culturals, de pensament, d'espiritualitat...) no han de ser un impediment per poder identificar uns processos de relacions humanes comuns als propis. Conèixer i reconèixer aquests processos és clau per tractar la diversitat cultural.

El curs s'emmarca dins del programa «Habilitats comunicatives en la diversitat cultural» sobre comunicació i relacions humanes, i està estructurat en tres nivells: (nivell 1) El nou paradigma de la proactivitat; (nivell 2): Eines d'autoconsciència; (nivell 3): Estudi de la personalitat. Els diferents nivells que conformen aquest programa s'ofereixen de forma periòdica com a part de la formació especialitzada de la Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania i per realitzar els nivells superiors és requisit indispensable haver superat els nivells previs en el programa.

En aquest segon nivell es proposa aprofundir en la nostra personalitat, especialment en el propi estil comunicatiu. El curs permet d'adquirir eines per a un adequat control de pensaments i emocions, tot potenciant la qualitat i la coherència personal, per tal de ser persones més persuasives i convincents.

Objectius

- Aprofundir en l'autoconeixement, com a base de les bones relacions amb els altres i amb un mateix.
- Adquirir eines que ens permetin un adequat control de pensaments i emocions.
- Potenciar el nostre carisma personal, per tal de ser més persuasius i convincents.
- Potenciar la qualitat i la coherència personal.
- Conèixer eines que permeten l'autoconsciència, l'autoregulació i automotivació.

Persones destinatàries

Personal de la Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania; d'altres unitats de la Generalitat de Catalunya; de les administracions i ens locals, i d'entitats sense ànim de lucre relacionades amb la igualtat, les migracions i la ciutadania.

Cal haver fet i superat el nivell 1 del programa per poder cursar el nivell 2.

Continguts

1. Intel·ligència emocional. Concepte.
2. Emocions, sentiments i estats d'ànim.

3. Els nostres pensaments i les nostres emocions.
4. La llei del mirall. Implicacions.
5. Conceptes d'intel·ligència emocional.
6. Autoconsciència, autoregulació i automotivació.
7. La tècnica *Namasté* en les relacions amb les altres persones.
8. Les habilitats socials o de tracte amb d'altres persones.

Docència

Assumpció Salat i Bertran, psicòloga. Consultora en temes de formació i RRHH. Directora del Centre de Formació i Psicologia Àgape.

Dades del curs

Calendari 14, 19, 21 i 26 setembre de 2017

SETEMBRE 2017						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Lloc Barcelona (Barcelonès)
Horari de 9.00 a 13.30 hores
Durada 20 hores (18 hores presencials i 2 hores a distància pel treball d'aprofundiment)

Certificació

A l'alumnat que assisteixi a un mínim del 75% de les hores lectives i superi les proves d'avaluació i de seguiment que s'estableixin, rebrà **un certificat d'aprofitament** de l'activitat.

La prova de transferència de l'aprenentatge consisteix en un cas pràctic a resoldre, proposat conjuntament per l'equip docent i per l'equip de formació de la Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania. Per resoldre'l, es donarà un temps pel desenvolupament del cas pràctic i hi haurà un acompanyament a través de l'intercanvi de correus electrònics amb la docent que faciliti l'èxit en la resolució del cas.

Inscripcions

<http://www.agendaimmigracio.cat>

Cost del curs

Aquesta activitat té **un cost estimat de 230,08 euros per alumne**, subvencionats al 100% pel Departament de Treball, Afers Socials i Famílies.