



CÓMO CONSTRUIR RELACIONES SOLIDAS Y ENRIQUECEDORAS

Beneficios.

Los seres humanos naturalmente vivimos en sociedad, vivimos en todo momento procesos de interacción con otras personas, en el trabajo, con la familia, los amigos etc. La importancia de construir en nuestro entorno social relaciones sólidas y enriquecedoras nos da la oportunidad de disfrutar nuestra vida y crecer como profesional y sobre todo como persona.

Este programa le ayudará a identificar la importancia de construir relaciones sólidas y enriquecedoras, a actuar proactivamente, incrementar nuestra capacidad de escuchar, ser empático y comprender mejor las necesidades de los demás.

Al término del curso los participantes:

- Identificará la importancia de las relaciones interpersonales.
- Desarrollará las técnicas proactivas necesarias para el logro de sus objetivos laborales y personales.
- Distinguirá La importancia de la comunicación exitosa.
- Identificara la importancia de la autoestima como marco de referencia para comprender a los demás.
- Desarrollará habilidades necesarias en las relaciones humanas.
- Identificará opciones para lograr acuerdos de beneficio mutuo e interactuar efectivamente.
- Distinguirá los beneficios de identificar las necesidades personales y prácticas en la interacción.

Objetivo General

Al finalizar el programa, el participante identificará las herramientas necesarias para generar relaciones interpersonales sólidas y exitosas, de acuerdo a los temas expuestos con un 100% de efectividad.

CONTENIDO TEMÁTICO

I. LA IMPORTANCIA DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES

- a) La practica de las relaciones humanas
- b) La gente y los nuevos retos

| | |
|----------|--------------------|
| CÓDIGO | MDC-ESPR-PL-CC-005 |
| REVISIÓN | 3 |
| FECHA | 2010-03-26 |



c) Habilidades necesarias en las relaciones humanas

II. SEA PROACTIVO EN SUS RELACIONES

- a) La pro actividad como principio
- b) Seleccionando alternativas
- c) Asumiendo responsabilidades
- d) Haciéndote responsable del futuro
- e) Tu capacidad de elegir
- f) Tu capacidad de influenciar el medio que te rodea
- g) Tu poder interior, como despertarlo

III. ESCUCHAR CON EMPATÍA

- a) Sabemos escuchar
- b) Las reacciones personales, obstáculos de la comunicación
- c) Las barreras de la comunicación
- d) La percepción del entorno
- e) El conflicto resultado de una mala comunicación
- f) Superando las barreras

IV. PLANEACIÓN DE UNA INTERACCION EFECTIVA

- a) La planeación de la interacción
- b) Elementos clave de la planeación
- c) Quienes deben de participar en la interacción
- d) Prevenga las posibles barreras

V. LAS NECESIDADES EN LAS RELACIONES

- a) Las necesidades personales en la interacción
- b) Las necesidades prácticas en la interacción
- c) Como satisfacer las necesidades personales
- d) El proceso para satisfacer las necesidades practicas

VI. LOS ACUERDOS Y LAS RELACIONES EXITOSAS

- a) Como interactuar efectivamente
- b) Logrando acuerdos de beneficio mutuo

Av. Venustiano Carranza 2145
Col Polanco CP 78270
San Luis Potosí, SLP, México



- c) La importancia de la comunicación exitosa en el lugar del hombre

VII. IMPORTANCIA DE COMPRENDER A LOS DEMÁS

- a) La autoestima, marco de referencia para la proyección del hombre
- b) El auto concepto
- c) La empatía, clave de la comprensión

TÉCNICAS DE INSTRUCCIÓN:

Las técnicas de instrucción empleadas en este curso incluyen: Conferencias, simulaciones, ejercicios estructurados y aplicación a casos reales del trabajo. El porcentaje de teoría y ejercicios prácticos es 45% teórico y 55% practico.

DURACIÓN: 16 Horas.

| | |
|----------|--------------------|
| CÓDIGO | MDC-ESPR-PL-CC-005 |
| REVISIÓN | 3 |
| FECHA | 2010-03-26 |