

# Desarrolle su eficacia interpersonal mediante la escucha activa

## Posturas y técnicas eficaces

Curso práctico de 2 días - 14h  
Ref.: EQU - Precio 2025: 1 110€ sin IVA

La escucha activa le permite mejorar su eficacia interpersonal en cualquier circunstancia, sobre todo en situaciones de comunicación profesional de alto riesgo, ya sea cara a cara o en grupo.

### OBJETIVOS PEDAGÓGICOS

Al término de la formación, el alumno podrá:

Mejorar la eficacia interpersonal en situaciones de comunicación

Comprender los fundamentos de la escucha activa

Observar y elegir los canales de comunicación adecuados

Sincronización con el interlocutor

Utilizar herramientas de escucha activa en las entrevistas profesionales

Juegos de rol. Análisis colectivo seguido de debates interactivos.

## PROGRAMA

última actualización: 06/2024

### 1) Comprender los fundamentos de la escucha activa

- Identificar los distintos niveles de escucha activa.
- Conocer los elementos clave para mejorar tu postura auditiva.
- Comprender los retos y los límites de la escucha activa.
- Evaluar su estilo y capacidad de escucha.
- Identificar las seis actitudes de escucha.

*Ejercicio* : Autoevaluación de la capacidad de escucha. Retroalimentación.

### 2) Escucharse a sí mismo para posicionarse mejor en una relación beneficiosa para todos

- Comprender el concepto de necesidad.
- Diferenciar entre necesidad y demanda.
- Practica la escucha de ti mismo utilizando la técnica de la autoempatía.
- Cómo formular una solicitud.

*Ejercicio* : Práctica de la técnica de autoempatía. Debriefing en grupo sobre los comportamientos utilizados.

### 3) Escuchar a los demás para generar confianza

- Establecer las reglas básicas de la relación.
- Observar a su interlocutor y adaptarse a él (verbal y no verbalmente).
- Sincronízate con tu interlocutor.
- Elegir los canales de comunicación adecuados.
- Aceptar la contradicción, acoger las emociones de la otra persona.

### PARTICIPANTES

Cualquier persona que desee desarrollar su capacidad de escucha para facilitar los intercambios profesionales.

### REQUISITOS PREVIOS

No se requieren conocimientos especiales.

### COMPETENCIAS DEL FORMADOR

Los expertos que imparten la formación son especialistas en las materias tratadas. Han sido validados por nuestros equipos pedagógicos, tanto en el plano de los conocimientos profesionales como en el de la pedagogía, para cada curso que imparten. Cuentan al menos con entre cinco y diez años de experiencia en su área y ocupan o han ocupado puestos de responsabilidad en empresas.

### MODALIDADES DE EVALUACIÓN

El formador evalúa los progresos pedagógicos del participante a lo largo de toda la formación mediante preguntas de opción múltiple, escenificaciones de situaciones, trabajos prácticos, etc. El participante también completará una prueba de posicionamiento previo y posterior para validar las competencias adquiridas.

### MEDIOS PEDAGÓGICOS Y TÉCNICOS

- Los medios pedagógicos y los métodos de enseñanza utilizados son principalmente: ayudas audiovisuales, documentación y soporte de cursos, ejercicios prácticos de aplicación y ejercicios corregidos para los cursillos prácticos, estudios de casos o presentación de casos reales para los seminarios de formación.
- Al final de cada cursillo o seminario, ORSYS facilita a los participantes un cuestionario de evaluación del curso que analizarán luego nuestros equipos pedagógicos.
- Al final de la formación se entrega una hoja de presencia por cada media jornada de presencia, así como un certificado de fin de formación si el alumno ha asistido a la totalidad de la sesión.

### MODALIDADES Y PLAZOS DE ACCESO

La inscripción debe estar finalizada 24 horas antes del inicio de la formación.

### ACCESIBILIDAD DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

¿Tiene alguna necesidad específica de accesibilidad? Póngase en contacto con la Sra. FOSSE, interlocutora sobre discapacidad, en la siguiente dirección psh-accueil@orsys.fr para estudiar de la mejor forma posible su solicitud y su viabilidad.

- Permanecer disponibles los unos para los otros.

*Ejercicio* : Práctica de la sincronización. Sesión informativa en grupo.

#### 4) Adquirir las herramientas de la escucha activa

- Desarrollar la congruencia entre el sonido verbal y el no verbal.

- Integración de diferentes técnicas de reformulación.

- Dar señales adecuadas de reconocimiento y retroalimentación.

- Utilizar el silencio con eficacia.

- Conciliar la escucha y la toma de notas.

*Ejercicio* : Role-playing: práctica de la escucha activa. Debriefing en grupo.

#### 5) De la escucha activa a las relaciones eficaces

- Definir un objetivo claro.

- Dominar las fases de la entrevista.

- Cuestionar e influir con integridad.

- Conclusión de la entrevista.

*Ejercicio* : Role-playing: simulaciones de situaciones de escucha profesional. Debriefing en grupo.

## FECHAS

---

Contacto