

Eines per a la millora de la comunicació en els equips: empatia i assertivitat (CPP 2024-2025)

Descripció

Molts conflictes interpersonals sorgeixen a causa de problemes de comunicació, especialment en la comunicació interpersonal, on les emocions tenen un paper fonamental. Per tal de mantenir bones relacions interpersonals, és essencial desenvolupar habilitats comunicatives com l'escolta activa, l'empatia i l'assertivitat. Aquestes eines són clau per crear un clima laboral més positiu i afavorir el benestar en l'entorn de treball.

A qui va dirigit

El curs va dirigit a qualsevol professional interessat/da en desenvolupar les seves habilitats comunicatives, el propi benestar i el benestar social (al seu entorn laboral, entre les seves amistats, família, etc).

Metodologia

Aquest curs combina conceptes teòrics amb recursos pràctics.

Es tracta d'una formació teòrica, pràctica i vivencial. Es realitzaran breus explicacions amb activitats per fomentar el desenvolupament dels estudiants.

La llengua vehicular del programa és el català.

Professorat

Esther Garcia Navarro: Doctora en ciències de l'educació per la Universitat de Barcelona amb l'especialitat en intel·ligència emocional. És directora del postgrau i el màster en Educació Emocional de la Universitat de Barcelona.

Programa

En aquest taller treballarem:

- L'escolta activa i plena.
- La comunicació empàtica.
- El feedback.
- L'assertivitat.
- El feedback.
- Com enfortir habilitats de comunicació per mantenir relacions saludables a la feina i prevenir conflictes interpersonals.

Durada i calendari

El curs té una durada de **8 hores**, que es desenvoluparan dues sessions de 4 hores a la Universitat d'Andorra d'acord amb el calendari següent:

- **Dilluns 2 i dimarts 3 de juny** del 2025 de les 16 h a 20 h.

Certificació

Les persones que hagin assistit al 80% del seminari obtindran un Certificat d'assistència.

Grups reduïts

El nombre màxim d'estudiants és de 35, fet que permet que puguin gaudir d'una atenció personalitzada. En cas que hi hagi més de 35 preinscripcions el procés de selecció serà per ordre d'inscripció.

El curs s'anul·larà si no hi ha un mínim de 8 inscripcions.

Preinscripció i matrícula

Preinscripció: fins al 19 de maig del 2025

Matrícula: fins al 26 de maig del 2025

Preu: 145 euros. Aquest preu representa el 80% del cost de la matrícula, donat que Creand Fundació en finança el 20% restant. Els estudiants de formació reglada, el personal de la Universitat d'Andorra i els *Alumni* tenen un descompte en la matrícula del 92,5%.

[Formulari de preinscripció](#)

Més informació

Universitat d'Andorra
Plaça de la Germandat, núm. 7
AD600 Sant Julià de Lòria
Tel.: +376 743 000
A/e: seminaris@uda.ad
Web: <http://www.uda.ad>

