



# **HABILIDADES SOCIALES Y COMUNICACIÓN**

## **PRESENTACIÓN.**

Una conducta socialmente habilidosa se define como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y resolviendo de inmediato los problemas surgidos en una situación determinada minimizando la probabilidad de futuros problemas.

Las habilidades sociales son esenciales para obtener 2 tipos de objetivos:

- Objetivos afectivos: consiguiendo relaciones satisfactorias con los parientes y con los demás, estableciendo amistades y relaciones amorosas.
- Objetivos instrumentales: permitiendo actividades con éxito en la comunidad incluyendo comprar, vender, la utilización de instituciones sociales y prestaciones, entrevistas de trabajo y trabajar.

## **DESTINATARIOS.**

- Dirigido a profesionales que deseen mejorar sus relaciones con las personas que les rodean, siendo socialmente habilidoso/a. Esto es, aprender comportamientos que resulten eficaces en situaciones de relación social.

.- Personas con dificultades en habilidades sociales y conversacionales.

- Personas con habilidades sociales aceptables, pero que necesitan mejorar en algunas de ellas por motivos personales o profesionales.

## **OBJETIVOS.**

El curso tiene como **principal objetivo** el aprendizaje o mejora de habilidades sociales y conversacionales, de modo que aumenten las posibilidades de conseguir los objetivos marcados por la persona en sus interacciones sociales, sin atravesar por niveles de emoción negativa elevados: ansiedad, rabia, enfado..., respetando nuestros propios derechos y los de los demás, facilitando así una mejor adaptación a todas las áreas de la vida, tanto profesional como social o personalmente.

Los objetivos específicos del programa son:



- Conocer nuestros derechos asertivos.
- Presentarse.
- Iniciar, mantener y cerrar conversaciones.
- Conocer habilidades verbales y no verbales específicas en la entrevista de trabajo.
- Hacer y recibir críticas honestas.
- Hacer peticiones y decir no.
- Expresar y recibir sentimientos positivos.

### **ACREDITACIONES**

Al finalizar el curso, y una vez superados los exámenes, el Alumno obtiene:

- Diploma y Certificado expedidos por CENPROEX, con el número de horas lectivas y de prácticas cursadas, así como las calificaciones obtenidas.
- Dichos diploma y certificado vienen avalados con el reconocimiento de “**Curso de Interés Docente Sanitario**” por parte de la **Secretaría General de Calidad y Modernización de la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía**.

### **CONTENIDO.**

#### **MÓDULO I. HABILIDADES SOCIALES. CONCEPTO, COMPONENTES Y EVALUACIÓN.**

Tema 1. CONCEPTO DE HABILIDADES SOCIALES. Origen. Definición de habilidad social. Dimensiones de las habilidades sociales. Niveles de análisis.

Tema 2. MODELOS EXPLICATIVOS. Aproximaciones de Buck. Teoría del aprendizaje social. El análisis experimental de la ejecución social. Modelos interactivos.

Tema 3. COMPONENTES DE LAS HHSS. Componentes conductuales. Componentes cognitivos. Componentes fisiológicos.

#### **MÓDULO II. ENTRENAMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIALES.**

Tema 4. LA IMPORTANCIA DEL ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES (E.H.S.). Introducción. ¿Por qué es importante entrenar las habilidades sociales? ¿Cómo se pueden mejorar las habilidades sociales?

Tema 5. CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES (EHS). Características generales. Desventajas. Ventajas.

Tema 6. PROCEDIMIENTOS UTILIZADOS EN EL ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES. Modelado. Ensayo de Conducta. Retroalimentación. Reforzamiento. Generalización. Otros.

Tema 7. PASOS DEL ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES. La planificación del entrenamiento. La aplicación del entrenamiento.

#### **MÓDULO III: LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL ÁMBITO LABORAL.**



Tema 8. LA COMUNICACIÓN EN EL TRABAJO Y EN LAS ORGANIZACIONES. Concepto y procesos en la comunicación organizacional. Redes de comunicación en el trabajo. Flujos de comunicación en el contexto laboral.

Tema 9. LA CONDUCTA ASERTIVA. Estilo agresivo. Estilo pasivo. Estilo asertivo.

Tema 10. HABILIDADES SOCIALES MÁS DEMANDADAS EN EL ÁMBITO LABORAL. Habilidades Sociales en la gestión de competencias. Habilidades en la toma de decisiones. Habilidades de resolución de conflictos. Habilidades de negociación. Control del estrés ocupacional. Habilidades de dirección.

Tema 11. HABILIDADES DIRECTIVAS Y DE LIDERAZGO. Liderazgo. Modelos de liderazgo. Estilos de líder. Habilidades específicas de liderazgo.

#### MÓDULO IV: EVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES.

Tema 12. ¿QUÉ EVALUAR Y POR QUÉ? CARACTERÍSTICAS DE LA EVALUACIÓN DE LAS HHSS. ¿Qué es importante evaluar? ¿Para qué sirve la evaluación de las habilidades sociales? Características de los instrumentos de evaluación.

Tema 13. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN DE LAS HHSS. Cuestionarios, inventarios y escalas. La entrevista. Observación conductual.