

Las habilidades comunicativas

1. Una de las competencias para la empleabilidad más valoradas es la capacidad comunicativa, en sentido amplio, dominando las herramientas del **lenguaje verbal** (vocabulario y terminología) así como el **no verbal** (los gestos, el uso del silencio, la voz, el tono, la mirada)

El lenguaje no verbal se pierde cuando escribimos por ej. un mail o WhatsApp, que puedes completar con *emojis* que aclaren la intencionalidad del hablante. Vamos a ver si conoces su significado



2. Imagina que tienes que hacer una intervención oral ante un auditorio (compañeros de trabajo, clientes, unas jornadas del sector..). A todos nos da respeto, y la mejor ayuda es practicar. Elige un tema para hacerlo con tus compañeros en unos 5 minutos y procura seguir estos consejos.

Antes de nada....piensa

Qué quieres decir, para qué y a quién va dirigido.
Adapta al contexto y a la audiencia, frases cortas y claras

Cuida el lenguaje no verbal para reforzar lo que dices.
(vocalización, ritmo, tono, gestos, mirar al público)

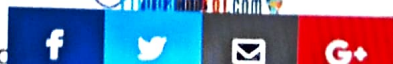
Alguna técnica **La regla del 3. Elevator Pitch**

Haz un guion para organizar ideas y tiempo sin improvisar

Simple, con ideas clave, si es breve y lo dominas
Completo, si es extenso o complejo y estas inseguro

Introduce tu idea y cierra con lo que quieres que recuerden
Usa datos objetivos, citas y autores para reforzar tus ideas.
Interactúa con el público, haz preguntas para implicarle.
Usa anécdotas, metáforas, humor para ganar complicidad.

3. Cuando trabajamos con otras perso



Un ejemplo de distorsión es **el rumor**, a veces sano, como el cotilleo que nos hace desconectar y reír de nuestra vida o de otros sin maldad. Otra cosa son los **bulos** intencionados para dañar a alguien o conseguir algo (**fake news**). Piensa en algún ejemplo

Qué quiero decir

Qué digo

Qué escucha

Qué entiende

Qué retiene y puede repetir

Ejemplo de Malentendido



Ejemplo de Facke News, Bulo

Quien lo difunde y qué interés tiene

Cómo reconocerlo

Las empresas buscan profesionales organizados y eficientes, por lo que tendrás que aprender a administrar de forma eficaz el tiempo en el trabajo. Seguro que en tu día a día sientes que no tienes tiempo para hacer todo. Vamos a usar alguna de las herramientas que hemos visto en clase.

- Haz una agenda con las tareas que tienes que hacer para la próxima semana
- Ordénalas usando la Matriz de Eisenhower (Matriz Urgente/Importante)
- Teniendo en cuenta esa diferenciación aplica Regla de Pareto (Regla 80/20)
- Distribuye usando la técnica del Time Blocking, Timeboxing o el Pomodoro.

• Distribuy

BASIC-FIT
GO FOR IT

¡APÚNTATE AHORA!

Los Equipos de Trabajo

HalfPrice

Great brands



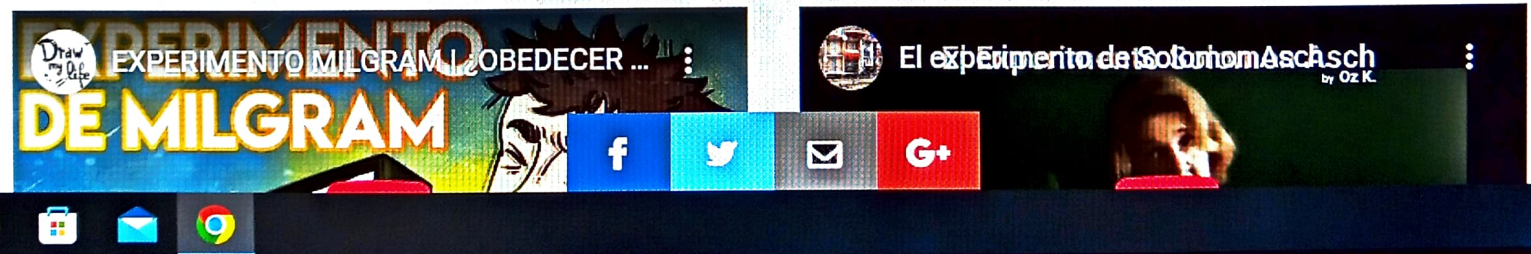
Apertura 24.10 Marineda City

¡Vales para los
50 primeros clientes!

1. Ya sabes que trabajar en equipo tiene notables ventajas, aunque también algunas desventajas. Cuando participamos o nos sentimos parte de un grupo, inevitablemente nos dejamos llevar por la opinión mayoritaria (*pensamiento grupal y conformidad*), y tomar una decisión equivocada para no contradecir.

Un ejemplo fue el desastre del transbordador espacial **Challenger** en 1986. Los ingenieros de la empresa que fabricaba los cohetes, avisaron de fallos en las juntas tóricas. Sin embargo, la gerencia de la gerencia y de la NASA las ignoró para mantener el consenso y cumplir el calendario de lanzamiento. Por desgracia se cumplieron los avisos causando la explosión del transbordador y la muerte de sus 7 tripulantes.

Puede llegar a incluso a conductas extremas (*Polarización*) que no haríamos individualmente. Lo vemos con estos videos sobre los experimentos de Milgram y Asch.

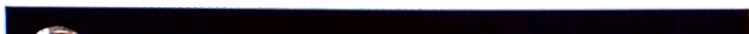


FUJITSU

1. Ya sabes que trabajar en equipo tiene notables ventajas, aunque también algunas desventajas. Cuando participamos o nos sentimos parte de un grupo, inevitablemente nos dejamos llevar por la opinión mayoritaria (*pensamiento grupal y conformidad*), y tomar una decisión equivocada para no contradecir.

Un ejemplo fue el desastre del transbordador espacial **Challenger** en 1986. Los ingenieros de la empresa que fabricaba los cohetes, avisaron de fallos en las juntas tóricas. Sin embargo, la gerencia de la empresa y de la NASA las ignoró para mantener el consenso y cumplir el calendario de lanzamiento. Por desgracia se cumplieron los avisos causando la explosión del transbordador y la muerte de sus 7 tripulantes.

Puede llegar a incluso a conductas extremas (*Polarización*) que no haríamos individualmente. Lo vemos con estos videos sobre los experimentos de Milgram y Asch.



2. Al trabajar en equipo podemos bajar el ritmo de trabajo si no tenemos estímulos para esforzarnos o vemos que otros también "le echan morro". ¿Cómo se te ocurre que podríamos evitar esta "pereza social" que tanto daña el trabajo colectivo?

3. Vamos trabajar en equipo. Tenemos un problema que afecta a todo el Centro y que requiere de diversas habilidades: destrezas prácticas y creativas, pensamiento lógico -analítico, liderazgo y destrezas comunicativas. Vamos a formar equipos diversos para resolverlos.

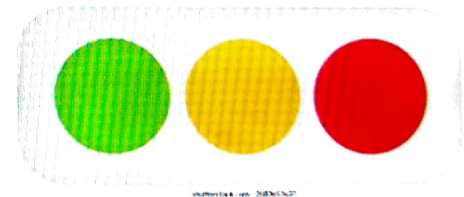
La Gestión del Conflicto

1. Cuando nos comunicamos es importante ponerte en la piel del oyente, en especial cuando tenemos que decir cosas incómodas, como por ejemplo si sabes que un compañero te ha registrado tus cosas.

Luz roja (agresivo) con gritos, insultos o amenazas.

Luz amarilla (pasivo) sin decir lo que sientes por miedo, para evitar conflictos o complacer a los demás.

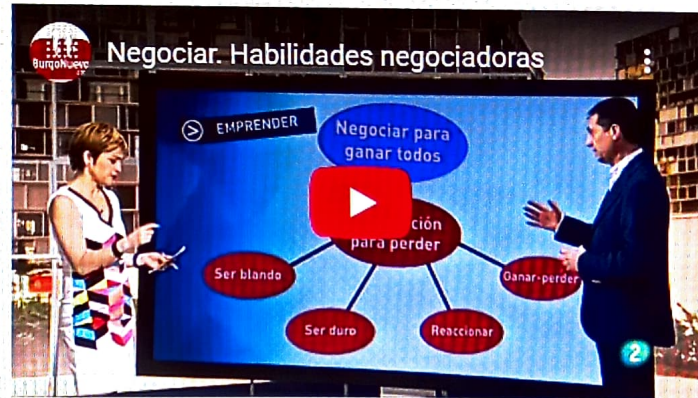
Luz verde (asertivo) defienden los derechos y opiniones propias de forma tranquila y respetuosa, sin herir a nadie.



2. Negociar forma parte de la vida diaria desde la infancia (ej. para que te dejen salir a jugar). Hacerlo bien exige centrarse en el objetivo, no en ganar a toda costa, frenar los impulsos agresivos y competitivos, reunir información, manejar la escucha activa y desarrollar habilidades comunicativas para buscar puntos de encuentro.



2. Negociar forma parte de la vida diaria desde la infancia (ej. para que te dejaran salir a jugar). Hacerlo bien exige centrarse en el objetivo, no en ganar a toda costa, frenar los impulsos agresivos y competitivos, reunir información, manejar la escucha activa y desarrollar habilidades comunicativas para buscar puntos de encuentro.



Vamos con un ejemplo. Imagina que tenemos solo una naranja y ambos la queremos. ¿Qué solución propones?

A veces se los conflictos se producen porque peleamos por lo mismo y otras porque lo abordamos de forma competitiva sin pensar realmente si lo que buscamos unos y otros es compatible.

