Escucha Activa y Empática

UD1. Habilidades básicas para la escucha activa.

1.1. Introducción.
1.2. La escucha activa: definición y conceptos.
1.3. Observar nuestras limitaciones a la hora de comunicarnos.
1.4. Desarrollar el cociente emocional y la atención plena.
1.5. Sobre las emociones.
1.6. Asertividad.

UD2. El diálogo y el lenguaje en la escucha.

2.1. Introducción.
2.2. Actitudes que no fomentan el diálogo.
2.3. Espacios de comunicación positiva.
2.4. La comunicación no violenta.

UD3. La empatía es innata.

3.1. Introducción.
3.2. El ser humano necesita empatía.
3.3. La empatía y la resiliencia.
3.4. ¿Qué bloquea el desarrollo de la empatía?.
3.5. El papel de la empatía en el diálogo.
3.6. La práctica de la empatía.
3.7. Desarrollar la empatía.

UD4. La escucha.

4.1. Introducción.
4.2. Variables asociadas a la escucha activa.
4.3. Cómo aplicar la escucha empática.
4.4. Cuando los demás no escuchan.

UD5. La escucha activa en el entorno laboral.

5.1. Introducción.
5.2. La escucha en diferentes profesiones.
5.3. Liderazgo y escucha.
5.4. Otras habilidades sociales dentro de las organizaciones.
5.5. Guía para practicar la escucha activa.