



20 de diciembre de 2017

Online o  
presencial

Las habilidades sociales para eliminar los miedos y mejorar la forma de relacionarnos con los demás. Taller de trabajo práctico.

Aula Portas

Otras actividades

### Más información

Ya sea por miedos o porque a menudo no saben cómo gestionar las situaciones, muchas personas se sienten incapaces de influir positivamente en los resultados de sus relaciones sociales.

Creer que el hecho de que una interacción social vaya bien o vaya mal depende siempre de factores ajenos a ellos. Pero con unas buenas habilidades sociales el resultado sí que puede depender de uno mismo.

### Lugar y fechas

---

20 de diciembre de 2017

De 17:00 a 20:00 h.

Lugar:

Aula Universitaria de la UNED en Portas

## Horas lectivas

---

Horas lectivas: 3

## Programa

---

miércoles, 20 de diciembre

17:00-20:00 h. **CONTENIDOS:**

Las habilidades sociales no son innatas. Son hábitos adquiridos y por lo tanto pueden mejorarse a base de conocerlas y practicarlas. Para facilitar su aprendizaje este taller se estructura en 2 grandes apartados:

1. **CONFIANZA**

La base de las relaciones sociales son el autoconocimiento y la autoestima. Aquí profundizarás en la relación contigo mismo.

2. **CONTROL Y CONEXIÓN CON EL OTRO**

Aprenderás las habilidades de comunicación necesarias para poder iniciar y mantener relaciones sociales fluidas y constructivas.

Trabajaremos sobre los recursos necesarios para expresar empáticamente tus emociones, establecer vínculos y generar cercanía en tus relaciones.

## Inscripción

---

Tenga en cuenta que con los datos aportados en su solicitud de matrícula se confeccionan los certificados, asegúrese que son correctos y están completos.

Nombre, con mayúscula la primera letra y minúsculas el resto.

Apellidos, ambos e igual que en el caso anterior, con mayúscula la primera letra y minúsculas el resto. Y en ambos casos con las tildes correspondientes.

NIF. número y letra (mayúscula) ej. 12345678H

**IMPORTANTE:**

La devolución del importe de la matrícula se efectuará únicamente si se solicita con al menos 3 días hábiles de antelación al día de comienzo de la actividad, y siempre justificada por causas de enfermedad o incompatibilidad laboral sobrevenida, para lo que el alumno deberá presentar la documentación que así lo acredite.

Una vez comenzado el curso no se realizarán devoluciones.

Se podrá anular un curso sí concurren condiciones excepcionales relacionadas con aspectos docentes o de infraestructura económica y material que impidan su correcta celebración. En tal caso, el alumno tendrá un plazo de 6 meses desde la fecha de cancelación, para solicitar la devolución del importe de la matrícula.

|                                     | MATRÍCULA ORDINARIA | ALUMNOS CON DISCAPACIDAD | ÁMBITO UNED | PERSONAS DESEMPLEADAS |
|-------------------------------------|---------------------|--------------------------|-------------|-----------------------|
| ASISTENCIA PRESENCIAL EN EL AULA    | 35 €                | 25 €                     | 25 €        | 25 €                  |
| ASISTENCIA EN DIRECTO POR STREAMING | 35 €                | 25 €                     | 25 €        | 25 €                  |
| ASISTENCIA EN DIFERIDO              | 35 €                | 25 €                     | 25 €        | 25 €                  |

**Matrícula online**

## Ponente

---

### Raquel Barrero

Psicóloga y Coach Certificada a nivel Internacional, Practitioner en PNL, experta en habilidades sociales, inserción laboral y emprendimiento

## Dirigido a

---

Público en general

## Objetivos

---

El objetivo de este taller de habilidades sociales es que, en un ambiente distendido y relajado, adquieras aquellas competencias y actitudes que te permitirán controlar mejor tu relación con los demás para establecer relaciones sociales más satisfactorias.

## Sistema de evaluación

---

Aquellos alumnos que sigan el curso por streaming y /o diferido deberán realizar un cuestionario final. Los enlaces de los videos se subirán a la plataforma del curso unos días después de la grabación. Será necesaria la asistencia al 80% de las horas lectivas.

## Colaboradores

---

### Organiza



Escuela Europea de Líderes

## Más información

---

*Centro Asociado de la UNED en Pontevedra - Aula Universitaria de Portas  
Rúa A Rapeira número 1 C  
36658 Portas Pontevedra  
986851850 / negociadodealumnos@pontevedra.uned.es*