



esetec

ESCUELA SUPERIOR  
DE ESTUDIOS TÉCNICOS DE CANARIAS

## Escucha activa y empática

 25 horas  Formación Online  Consultar

### OBJETIVOS

El curso online de "Escucha activa y empática" permitirá al alumnado: Conocer cuáles son nuestras limitaciones a la hora de comunicarnos. Conocer la importancia del diálogo positivo para crear entornos de confianza. Identificar la empatía como cualidad para conectar y sentir emocionalmente con lo que sucede a nuestro alrededor. Entender la empatía como elemento importante para la comprensión dentro de una conversación. ? Entender la escucha y la empatía como elementos necesarios para que los demás nos comprendan. ? Aprender cómo se aplica la escucha empática. ? Conocer las habilidades sociales que se dan en los entornos laborales.

### CONTENIDOS

#### Habilidades básicas para la escucha activa

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

#### El diálogo y el lenguaje en la escucha

Introducción. Actitudes que no fomentan el diálogo. Espacios de comunicación positiva. La comunicación no violenta.

#### La empatía es innata

Introducción. El ser humano necesita empatía. La empatía y la resiliencia. ¿Qué bloquea el desarrollo de la empatía?. El papel de la empatía en el diálogo. La práctica de la empatía. Desarrollar la empatía.

#### La escucha

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

#### La escucha activa en el entorno laboral

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

[Matricularme >](#)