

GOZATU ETA KOMUNIKATU

INFORMAZIO OROKORRA

EGUNAK	Urriak 20 – 27 Azaroak 3	IKASGELA/ TOKIA	IVAPeko kanpoko gelategia 10. gela Donostia-San Sebastián kalea, 1 Gasteiz
IRAUPENA	15 ordu	ORDUTEGIA	09:00 – 14:00
ESKATZEKO AZKEN EGUNA	Urriak 4	ONIRITZI EPEA	Urriak 5 - 11
IKASLE KOPURUA	15	NORENTZAT	EAEko herri-administrazioetako langileentzat
IRAKASLEA	Ainhoa Urretagoiena		

ZER LORTU NAHI DA

HELBURU
OROKORRAK

- Komunikazio eraginkorraren printzipioak ezagutzea
- Norberaren estiloa ezagutzea
- Emozioak kudeatzen ikastea
- Gorputz adierazpena hobetzea
- Elkarrizketa eraginkorrak emateko gidoia idazten ikastea

HELBURU
ZEHAZKAK

- Eraginkor komunikatzeko, testuingurua, helburuak eta mezua prestatzea
- Oztopo diren usteak eta pentsamenduak hankaz gora jartzea
- Gehiago gozatzeko, aldarte emozionala prestatu eta segurtasuna areagotzea
- Naturaltasuna: norberaren “marka” ezagutzea
- Urduritasuna eta beldur eszenikoaren kudeaketa eta kontrola
- Ikusentzunezkoen erabilpen egokia aurkezpenetan
- Inprobisatzeko lanabesak eskuratzea
- Egoera korapilatsuei aurre egiteko estrategiak ezagutzea
- Besteei entzuten eta feedback-a ematen ikastea
- Besteen esperientziaz elikatzea eta elkarzaintzea

GAITASUNAK

Ikastaroa amaitzean, komunikazio eraginkorraren oinarriak ezagutuko dira eta norberaren jendaurreko komunikazioa hobetzeko tresnak barneratuko dira.



GOZATU ETA KOMUNIKATU

PROGRAMA ETA EBALUAZIOA

METODOLOGIA

Metodologia praktikoa izango da, bizipenetatik ikastea izango da helburua. Coaching, PNL edo eta bestelako diziplinetan oinarritutako dinamikak proposatuko dira.

PROGRAMA

- Aurkezpena eta ikasketa prozesurako pausuak
- Komunikazio eraginkorraren printzipioak
- Autoezagutza: norberaren gaitasunak, baloreak eta helburuak
- Hiru dimentsioetako begirada: lengoaia, emozioak, gorputza
- Lengoaia: usteen eraldaketa eta hitz egokien aukeraketa
- Emozioak: autokontrolerako lanabesak eta aldarte emozionala
- Gorputza: ez hitzeko mezuak eta norberaren jarrera
- Komunikazio estilo ezberdinak
- Gatazkak eta egoera delikatuak kudeatzeko gakoak
- Hitzaldia prestatzeko gidoia: testuingurua, helburuak, emozioak, adierazleak, materiala
- Entzute aktiboa eta feedback-a emateko oinarriak
- Ikuskizuna eta itxiera

EBALUAZIOA

Proposatutako ariketetan parte hartzea eta azken eguneko aurkezpena egitea, asistentziarekin batera, nahikoa izango dira ikastaroa gainditzeko.

IKASTAROAREN BALORAZIOA

Ikasleek asebetetze-inkesta beteko dute.
Irakasleak balorazio-inkesta osatuko du.

APROBETXAMENDUA

% 80ko bertaratzea eta eskoletan proposatzen diren ariketak egin izana.

ZIURTAGIRI DIGITALA

Ziurtagiri digitala eskuragarri izango duzu posta elektronikoa jakinarazpena jasotzen duzunik aurrera. *IVAPeko izapideak / Ziurtatzeak* atalean sartu.

BAJA EMATEKO EPEMUGA

Ikastaroa hasi aurreko azken laneguna.

152,25 €

PREZIOA

AGINDUA, 2022ko ekainaren 20koa, Gobernantza Publiko eta Autogobernuko sailburuarena, Herri Arduralaritzaren Euskal Erakundeak ematen dituen jarduera eta zerbitzuen prezio publikoen diru-zenbatekoa ezartzen duena.
EHAA, 2022ko uztailaren 8koa, 132. zk.

