

Categorías: Habilidades

### OBJETIVOS

- Comprender la importancia de la comunicación no verbal en la comunicación interpersonal
- Aprender a leer y utilizar los gestos, expresiones faciales y la postura de manera efectiva
- Mejorar la capacidad de percibir y comprender la comunicación no verbal de los demás
- Desarrollar habilidades para adaptar la comunicación no verbal a diferentes situaciones y contextos
- Aumentar la confianza en las habilidades de comunicación y mejorar la capacidad de persuasión en situaciones profesionales y personales

### CONTENIDOS

#### **UNIDAD.- La comunicación no verbal**

- La Com. No Verbal como ventaja competitiva
- El rostro
- La congruencia
- La mirada
- La voz

#### **UNIDAD.- Las 4 dimensiones del lenguaje corporal**

- Sinceridad vs. insinceridad
  - Gestos de sinceridad
  - Sonrisa auténtica vs. sonrisa social
- Apertura e interés vs. cerrazón y desinterés
  - Combinación de gestos
  - Gesto de evaluación e interés
  - Posición de las piernas
  - Gestos de cerrazón o indiferencia
- Enfrentamiento y Desacuerdo vs. Colaboración y Acuerdo
  - La dilatación de las pupilas
  - Sincronización gestual
  - Gestos de Tensión
  - La posición en torno a una mesa
- Seguridad y confianza vs. inseguridad y falta de confianza
  - Gestos de poder y gestos de inseguridad
  - Utilizar las Poses de poder

#### **UNIDAD.- El apretón de manos**

- Sujeción de manos en el saludo

