



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
DE AGUASCALIENTES

SECRETARÍA GENERAL  
DEPARTAMENTO DE RECURSOS HUMANOS

CARTA DESCRIPTIVA DE CAPACITACIÓN

NOMBRE DEL CURSO: COMUNICACIÓN EFECTIVA  
 NOMBRE DEL INSTRUCTOR: Lic. David Emanuel Martínez Ramírez  
 PERIODO: Del 04 al 05 de Junio del 2015 TOTAL DE HORAS: 10 horas SESIONES: 2  
 CUPO DESEABLE: 20 personas CUPO MÁXIMO: 25 personas CUPO MÍNIMO: 10 personas  
 OBJETIVO GENERAL: Valorar las capacidades y motivaciones personales y grupales con el fin de desarrollar con valor la comunicación y el trabajo en Equipo de forma efectiva brindando así un crecimiento significativo a la organización y sus objetivos conjuntos.

TEMA Y CONTENIDO	OBJETIVO ESPECÍFICO	No. DE SESIÓN	TIEMPO	ACTIVIDADES	INDICADORES DE RESULTADOS ESPERADOS
Presentación	Conocer a los participantes y su nivel de percepción y preparación al curso.	1	20 min	Se presenta cada participante y expresa que percibe como Relación Significativa	Generar percepción de valor personal.
Objetivo General	Exponer las expectativas globales del curso.	1	5 min	Preguntar a participantes sobre palabras clave en el objetivo.	Enmarcar conceptualmente los propósitos principales.
Dinámica	Sinergia grupal de Conceptualización Holística.	1	10 min	Conocer de qué áreas vienen y su contribución a la Universidad	Integrar al grupo.
Contenido	Presentación del Contenido del Curso.	1	5 min	Exposición de diapositiva de la Presentación y Análisis	Visión general del Curso
Introducción	Reflexionar en forma general sobre las Relaciones.	1	5 min	Exposición de diapositivas de la Presentación.	Introducción al tema.
La Personalidad	Conocer que es y cuáles son sus elementos principales.	1	10 min	Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones.	Que el participante autodefina su personalidad.
Dinámica "Cómo es mi casa"	Identificar la personalidad según el VAK de PNL.	1	15 min	Por parejas describir cada uno como es su casa.	Identificar el nivel de percepción según su personalidad.
Elementos de la Personalidad resaltando el Temperamento.	Resaltar rasgos de personalidad y su impacto.	1	20 min	Exposición y reflexión.	Autoconocimiento

<b>Dimensiones de la Personalidad</b>	<b>Reconocer como se manifiesta la personalidad en nuestro desenvolvimiento.</b>	<b>1</b>	<b>5 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones.</b>	<b>Reflexionar sobre el origen de comportamientos</b>
<b>Desarrollo de la Personalidad</b>	<b>Diferenciar lo heredado con el ambiente, lo heredado y lo innato.</b>	<b>1</b>	<b>10 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones.</b>	<b>Relacionar la comunicación interpersonal desde el aspecto personal.</b>
<b>Dinámica Expresar no es igual a sentir</b>	<b>Identificar el nivel de identidad entre lo que digo y soy</b>	<b>1</b>	<b>15 min</b>	<b>Elegir una frase positiva y negativa y escribirla, se reparten a personas diferentes y se leen todas.</b>	<b>Identificar las diferencias entre lo que soy y lo que socialmente expreso por solicitud de los demás.</b>
<b>Receso</b>	<b>Oxigenación, alimentación o recreación.</b>	<b>1</b>	<b>30 min</b>	<b>Personales</b>	<b>No aplica.</b>
<b>Relaciones y su tipología</b>	<b>Conocer el significado de la Relación intrapersonal e interpersonal.</b>	<b>1</b>	<b>20 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones en mesa redonda.</b>	<b>Reconocer donde inicia y cuál es el campo de aplicación en las relaciones.</b>
<b>Dinámica “hombro con hombro”</b>	<b>Crear un clima de reconocimiento entre una instrucción y su entendimiento grupal.</b>	<b>1</b>	<b>20 min</b>	<b>Se divide al grupo en dos equipos y se forman dos círculos como un engrane y se hacen peticiones.</b>	<b>Elevar el nivel de comunicación y atención para lograr un objetivo.</b>
<b>La Actitud en las Relaciones</b>	<b>Identificar los diferentes actitudes que adoptamos al relacionarnos</b>	<b>1</b>	<b>10 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones en mesa redonda.</b>	<b>Experimentar las diferentes situaciones en nuestro actuar de forma individual y grupal.</b>
<b>Las correlaciones y su modalidad individual</b>	<b>Establecer parámetros de contacto personal y su entendimiento como un sistema.</b>	<b>1</b>	<b>10 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones en mesa redonda.</b>	<b>Identificar elementos que coadyuven a un efectivo diálogo interpersonal sin importar el tono de la situación.</b>
<b>Dinámica “También retrocediendo se llega a la meta”</b>	<b>Valorar la interdependencia y correlación necesaria en la dinámica grupal y nuestra aportación para su efectividad.</b>	<b>1</b>	<b>15 min</b>	<b>Se divide el grupo en dos equipos y se escoge un líder, para guiar a sus integrantes que caminarán de espaldas.</b>	<b>Entender la importancia de las correlaciones humanas</b>
<b>La Comunicación en las Relaciones</b>	<b>Conocer la comunicación verbal y no verbal y su integración en nuestro comportamiento</b>	<b>1</b>	<b>10 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones en mesa redonda</b>	<b>Aprender que lo que expreso dice más que lo que digo.</b>
<b>Dinámica “Adoptando Posturas”</b>	<b>Conocer los elementos que facilitan y los que se deben evitar en la escucha activa.</b>	<b>1</b>	<b>15 min</b>	<b>Se divide al grupo en dos equipos y se da una tarjeta al equipo 1 actuarán como se solicita.</b>	<b>Aprender a dar un sentido al diálogo y una sincronía a través de la escucha activa.</b>

<b>La Comunicación Efectiva</b>	<b>Aprender que es y cuáles son los requisitos para lograr una comunicación efectiva.</b>	<b>1</b>	<b>15 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones en mesa redonda</b>	<b>Identificar los diferentes escenarios en donde se desarrolla el diálogo y los aspectos que pueden llevar a buen término esa comunicación situacional.</b>
<b>Dinámica y cierre de sesión “Barrera del Sonido</b>	<b>Entender las barreras que propician una comunicación deficiente.</b>	<b>1</b>	<b>15 min</b>	<b>Se hace un círculo y una persona se queda fuera y da un mensaje a la que está dentro del círculo.</b>	<b>Reflexionar sobre la impotencia de no generar una buena comunicación.</b>
<b>Dinámica “Coleccionando 20’s“</b>	<b>Evaluar aprendizajes y vivencias de los temas vistos</b>	<b>2</b>	<b>15 min</b>	<b>Se llena una tarjeta y se juntan todas y se leen de forma anónima</b>	<b>Analizar comportamientos y reforzar la información recibida.</b>
<b>Comunicarse Asertivamente</b>	<b>Aprender a formular buenas preguntas en sus relaciones interpersonales.</b>	<b>2</b>	<b>15 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones.</b>	<b>Puntualizar la importancia de la apertura a la comunicación organizacional.</b>
<b>Dinámica “Test de Asertividad”</b>	<b>Medir el nivel de asertividad personal y grupal</b>	<b>2</b>	<b>15 min</b>	<b>Lectura de Test y selección de respuesta.</b>	<b>Desarrollar hipótesis de análisis sobre la asertividad.</b>
<b>Comunicación y Trabajo en Equipo</b>	<b>Aprender a administrar mejor un equipo a través del diálogo y la comunicación.</b>	<b>2</b>	<b>15 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones.</b>	<b>Identificar la acción de conversar grupal y la flexibilidad que requiere.</b>
<b>La confianza y la crítica constructiva</b>	<b>Un equipo debe autoevaluarse para lograr un crecimiento.</b>	<b>2</b>	<b>15 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones</b>	<b>Fomentar la confianza grupal con apertura a la autoevaluación.</b>
<b>Dinámica “La ventana de Johari</b>	<b>Aprender una técnica de autoevaluación</b>	<b>2</b>	<b>15 min</b>	<b>Se dibuja la ventana y se realiza un</b>	<b>Medir el nivel de adaptación al cambio y resaltar el acto comunicativo en orden y organización.</b>
<b>Dificultades de la Comunicación en el Trabajo en Equipo.</b>	<b>Aprender la precisión que involucra una comunicación efectiva.</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones.</b>	<b>Mostrar el valor agregado de la comunicación en las relaciones asertivas.</b>
<b>Dinámica ”El Río de Chocolate“</b>	<b>Experimentar la comunicación grupal y sus fortalezas.</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>Se divide el grupo en dos equipos que trataran de cruzar un trayecto como equipo.</b>	<b>Entendimiento de priorizar valores comunicativos.</b>
<b>Receso</b>	<b>Oxigenación, alimentación o recreación.</b>	<b>1</b>	<b>30 min</b>	<b>Personales</b>	<b>No aplica.</b>

<b>Trabajo en Equipo</b>	<b>Desarrollar la coordinación y establecer condiciones básicas para lograr un trabajo en equipo.</b>	<b>2</b>	<b>15</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones.</b>	<b>Integrar elementos necesarios para la construcción de una sinergia como equipo.</b>
<b>Dinámica "El puente flexible"</b>	<b>Identificar las fases de evolución de un equipo de trabajo.</b>	<b>2</b>	<b>20 min</b>	<b>Dividir al grupo en dos equipos y formar un puente para guiar recursos evitando pérdidas.</b>	<b>Manejo de la comunicación en situaciones donde existe más percepción que visualización corporal.</b>
<b>Funciones de los Equipos de Trabajo.</b>	<b>Definir la administración de la comunicación y la organización de un Equipo</b>	<b>2</b>	<b>15 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones.</b>	<b>Conocer los propósitos principales de un Equipo de Trabajo</b>
<b>Dinámica "Integrando Elementos"</b>	<b>Mapa mental</b>	<b>2</b>	<b>30 min</b>	<b>Desarrollo de mapa mental en láminas por equipos.</b>	<b>Describir en forma abstracta las propiedades de un Trabajo en Equipo.</b>
<b>Virtudes de un Equipo de Trabajo Eficaz</b>	<b>Definir los elementos esenciales que definen la eficacia del Trabajo en Equipo.</b>	<b>2</b>	<b>15 min</b>	<b>Exposición, reflexión, empleo de metáforas e interacción de opiniones.</b>	<b>Conceptualizar los elementos integrados que nos llevan a una Eficacia en las relaciones formales e informales de la organización.</b>
<b>Dinámica y cierre</b>	<b>Video motivacional</b>	<b>2</b>	<b>20 min</b>	<b>Reflexiones generales y grupales del curso</b>	<b>Fortalecimiento conceptual y vivencial del curso.</b>