

iHOLA!



HABILIDADES BLANDAS



¿QUÉ SON?

Son **competencias o aptitudes** que posee una persona para reaccionar a su medio y que no dependen de conocimientos técnicos previos.

Estas habilidades son **rasgos de LA PERSONALIDAD** de un individuo que facilitan la interacción social, así como la ejecución de tareas específicas.





HABILIDADES INTERPERSONALES

HABILIDADES INTRAPERSONALES



HABILIDADES INTERPERSONALES

Modo de vincularse que existe entre dos o más personas, basándose en **emociones, sentimientos, intereses, actividades sociales**, etc.



COMUNICACIÓN EFECTIVA

AUTOCONTROL – AUTOCONOCIMIENTO

AUTOMOTIVACIÓN

TRABAJO EN EQUIPO

HABILIDADES SOCIALES – EMPATÍA

ESCUCHA ACTIVA

COMUNICACIÓN ASERTIVA

ACTITUD POSITIVA

RECEPTIVIDAD

ASERTIVIDAD



HABILIDADES INTRAPERSONALES

La habilidad intrapersonal ocurre dentro de un individuo. Consiste en el **autohabla**, el **autoconcepto**, la **introspección** y la **reflexión personal**.

ESCUCHA ACTIVA Y ATENCIÓN AL DETALLE





Beneficios



Conectar a un nivel más profundo



Impulsar la colaboración



Generar confianza



Entender verdaderamente lo que dice la otra persona



Demostrar empatía



Resolver conflictos



Desarrollar buenos vínculos



Mejorar la comunicación

Características



Preguntas abiertas



Parafrasean y resumen



Escuchan sin emitir juicio



Paciencia



Lenguaje no verbal positivo



Sin distracciones

Alerta reposada



Renovar la mirada frecuentemente:



Detectar los resplandores del otro



No etiquetar ni etiquetarnos



No culpar ni culparnos



Diferenciar entre empatía y simpatía





¡Gracias por venir!

DILIGENCIA TU ASISTENCIA

