

# Itinerari: Creixement Personal

## 1 Neurolideratge

## 2 Tècniques per Parlar en Públic

### Planificació de les accions formatives:

Les accions formatives que componen el present itinerari estan programades per a que aquelles persones que vulguin realitzar la totalitat de les accions formatives les puguin realitzar.

Els possibles candidats es poden inscriure a les accions formatives que vulguin d'aquest itinerari, ja sigui únicament a una o bé a totes.



ESCOLA SANT  
GERVASI  
COOPERATIVA

ÀREA DE QUALIFICACIÓ  
PROFESSIONAL

### Accions formatives incloses a l'itinerari:

Denominació	Tipus	Hores
Neurolideratge	Teleformació	30 hores
Tècniques per Parlar en Públic	Teleformació	20 hores
<b>Total hores de l'itinerari</b>		<b>50 hores</b>

# 1. Neurolideratge

**Durada:** 30h

## Objectiu general:

- Identificar dominàncies cerebrals als equips de treball i millores en les habilitats toves a través de la neurociència

## Objectius específics:

- Descriure el funcionament del nostre cervell, la seva estructura, les seves característiques principals, les diferents dominàncies cerebrals, així com la forma en què està programat.
- Identificar els estils de lideratge a través de la intel·ligència emocional i la neurociència.

## Mòdul de formació 1: Introducció al neurolideratge

### Resultats d'aprenentatge:

#### CONEIXEMENTS / CAPACITATS COGNITIVES I PRÀCTIQUES

- **Identificació en el neurolideratge**
  - Objectius i competències del neurolideratge
  - El cervell: Característiques i funcionament
  - Estructura del cervell
  - El cervell triú
  - Les neurones mirall.
- **Anàlisi de l'autoconsciència, autoregulació i transformació**
  - Models de dominància cerebrals
  - Introducció a la PNL (Programació Neurolingüística)
  - Impulsors de personalitat
  - Intel·ligència Emocional.
- **Diferenciació en la comunicació**
  - Tipus de comunicació
  - Comunicació a les organitzacions
  - Competències comunicatives del líder
  - Comunicació assertiva.

#### HABILITATS DE GESTIÓ, PERSONALS I SOCIALS

- Interès per la neurociència, patrons de conducta i comportaments.
- Hàbit per a la millora de les Soft Skills.

# 1. Neurolideratge

## Mòdul de formació 2: El líder del segle XXI

### Resultats d'aprenentatge:

#### CONEIXEMENTS / CAPACITATS COGNITIVES I PRÀCTIQUES

- **Identificació del bon líder**
  - Definició de lideratge
  - L'Autolideratge
  - Tipus de lideratge
  - Factors i teories motivacionals
  - Model SCARF.
- **Gestió del canvi**
  - La resistència al canvi segons la neurociència
  - Models i corbes del canvi.
- **Demostració en la presa de decisions**
  - Passos de la presa de decisions
  - Creativitat en la presa de decisions
  - Els 4 passos de Graham Wallas
  - Model CREATES
  - Tècniques per desenvolupar la creativitat.
- **Gestió de conflictes**
  - El conflicte des de la neurociència
  - Tipus i fases del conflicte
  - L'instrument de Thomas Kilmann (TKI)
  - La CNV (Comunicació No Violenta) com a resolució de conflictes.

#### HABILITATS DE GESTIÓ, PERSONALS I SOCIALS

- Preocupació pel lideratge conscient.
- Assimilació dels conceptes i processos del lideratge i els conflictes.

## 2. Tècniques per Parlar en Públic



**Durada:** 30h

### Objectiu general:

- Identificar les tècniques per parlar en públic i fer presentacions de qualsevol estil i davant de qualsevol tipus d'audiència amb una estructura clara del missatge.

### Objectius específics:

- Formular tècniques per parlar en públic basant-se en el nostre autoconeixement i les habilitats de comunicació.
- Identificar les característiques i les expectatives del públic per adaptar el missatge i elaborar una intervenció amb èxit.

## Mòdul de formació 1: Preparació per parlar en públic

### Resultats d'aprenentatge:

#### CONEIXEMENTS / CAPACITATS COGNITIVES I PRÀCTIQUES

- **Definició de la nostra capacitat de comunicació**
  - Domini de la por escènica.
  - Aplicació de les habilitats d'un orador.
  - Identificació de les pautes que ajuden a relaxar-se abans d'un discurs.
  - Adequació de la imatge que volem transmetre amb la imatge que perceben els altres.
  - Utilització de tècniques de respiració.
- **Enumeració de les característiques de la comunicació**
  - Aplicació de la comunicació no verbal (gestos, paralenguatge i proxèmia).
  - Maneig d'una comunicació oral clara i entenedora per al públic.
  - Dominació de la veu per crear interès i facilitar la comunicació.

#### HABILITATS DE GESTIÓ, PERSONALS I SOCIALS

- Autocontrol i gestió de les emocions.
- Augment de la seguretat i la confiança en un mateix.
- Adquisició d'habilitats de comunicació.

## 2. Tècniques per Parlar en Públic



### Mòdul de formació 2: Estructura i elaboració del discurs

#### Resultats d'aprenentatge:

##### **CONEIXEMENTS / CAPACITATS COGNITIVES I PRÀCTIQUES**

- **Planificació de l'estructuració i l'elaboració d'un discurs**
  - Adequació de la comunicació al context en què es realitza la intervenció.
  - Organització i preparació d'idees.
  - Utilització de tècniques de presentació.
- **Anàlisi dels aspectes clau d'una intervenció amb èxit davant dels mitjans**
  - Identificació de conductes específiques que es manifesten en situacions d'interacció social
  - Formulació de preguntes que enforteixin el debat
  - Facilitació de comportaments de compromís i col·laboració

##### **HABILITATS DE GESTIÓ, PERSONALS I SOCIALS**

- Desenvolupament de soft skills com ara la capacitat d'anàlisi i síntesi, la disciplina i la creativitat.
- Preocupació per la imatge i el desenvolupament de competències que afavoreixin la intervenció pública.