

عنوان دوره: مهارت‌های ارتباط موثر

سرفصل های دوره :

- نقش ارتباطات در زندگی بشر
- تعریف ارتباطات و انواع ارتباطات
- آشنایی با اجزای چهارگانه‌ی ارتباطات و تحلیل اثربخشی آنها
- اهمیت برقراری ارتباط اثربخش
- ده ویژگی ارتباط اثربخش
- موانع برقراری ارتباط اثربخش
- روش‌های ارتباطات
- آشنایی با اجزای ارتباطات گفتاری و مهارت‌های خوب صحبت کردن
- آشنایی با مهارت‌های نوشتاری و راهکارهای افزایش این مهارت
- آشنایی با معنا و مفهوم ارتباط رفتاری
- ارتباطات غیرکلامی (زبان بدن)
- زبان بدن به صورت و منفی
- آشنایی با اثرات تفکیکی هر یک از اعضای بدن در ارتباطات غیر کلامی
- گام‌های ارتباط موثر
- گوش دادن در ارتباط موثر
- چگونه شنونده‌ی خوبی باشیم؟
- ۶ گام فرآیند شنود موثر
- موانع متداول در شنود موثر

- رهنمودهایی برای تقویت شنود موثر
- صریح و صادق بودن در ارتباط موثر
- همدلی و همدردی در ارتباط موثر
- حفظ آرامش و احترام به طرف مقابل در ارتباط موثر
- مخالفت نمودن به شیوه مناسب در ارتباط موثر
- خودشناسی و افزایش آگاهی در ارتباط موثر
- شناسایی افکار تحریف شده در ارتباط موثر