

## Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Formación.

## Descripción

La actividad tiene la duración de seis días, y se imparte los martes de 19:30 a 21:00 horas. Da comienzo el 12 de enero de 2027.

### El objetivo general del taller es:

- Adquirir los conocimientos y habilidades suficientes para que nuestra comunicación interpersonal sea lo más eficiente posibles.

### Los objetivos específicos del taller son:

- Conocer las dificultades de la comunicación interpersonal.
- Saber qué es la comunicación eficiente.
- Saber las características y la importancia de la comunicación no verbal.
- Dominar los componentes del lenguaje no verbal.
- Saber iniciar conversaciones de forma eficiente.
- Saber mantener conversaciones de forma eficiente.
- Saber finalizar conversaciones de forma eficiente.
- Dominar las habilidades para conversar y comunicarnos de forma eficiente.
- Saber hacer peticiones a los demás de lo que necesitemos o deseemos.
- Saber ser persuasivo.
- Saber rechazar las peticiones que nos hagan, y no queramos acceder, de forma eficiente.

### Contenidos básicos:

- Comunicación y comunicación no verbal.
- Conversaciones y comunicación eficiente.
- Hacer y rechazar peticiones.

### Contenidos específicos:

- Comunicación interpersonal.
- Comunicación no verbal.
- Conversaciones y comunicación.
- Iniciar conversaciones.
- Mantener conversaciones.
- Finalizar conversaciones.
- Habilidades para conservar y comunicarse de forma eficiente.
- Hacer peticiones.
- Cómo hacer peticiones de forma asertiva.

- Cómo ser persuasivos.
- Rechazar peticiones.

---

## Población

Población General - Cualquiera (Zaragoza)

---

## Persona de contacto

Miguel Ángel Ramos Gabilondo (605 24 35 32) (mramosgabilondo@gmail.com)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Asociación de Estudios Psicológicos y Sociales

---

## Fecha de última actualización de la actividad

05/05/2026

---

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

No

---

## Localización

Calle Vía Universitas 30 50007 Zaragoza Centro Cívico Las Esquinas Zaragoza Zaragoza Aragón España  
Avenida Vía Universitas 30 50007 Zaragoza Centro Cívico Las Esquinas Zaragoza Zaragoza Aragón España



## Fecha de la Actividad

De 12/01/2027 a 16/02/2027

---

## **Página web del proyecto**

[https://psicosociales.org/curso\\_comunicacion.html](https://psicosociales.org/curso_comunicacion.html)

---

## **Imagen de la Actividad**

**TALLERES  
COMIENZO DE**

**12 de e**

**Duración: seis mar**

**HABILIDAD  
COMU  
INTER**

**CÓMO MEJORAR TUS R  
PERSONAS QUE TE RO  
BIENEST.**

