



PROGRAMA DE

# HABILIDADES DE COMUNICACIÓN Y GESTIÓN DE TIEMPO

PCT

- ✓ Análisis Interpersonal
- ✓ Comunicación efectiva

- ✓ Compatibilidad
- ✓ Optimización del tiempo



VNIVERSIDAD  
D SALAMANCA

IME

business school

# PROGRAMA DE HABILIDADES DE COMUNICACIÓN Y GESTIÓN DEL TIEMPO (PCT)

Director: Jesús Galende

✉ [jgalende@usal.es](mailto:jgalende@usal.es)

## 1. ¿POR QUÉ REALIZAR ESTE PROGRAMA?

Dentro de las habilidades y competencias directivas que todo directivo y empresario debe dominar, existen algunas que resultan centrales y que inciden de manera directa no sólo en los resultados empresariales, sino en el propio bienestar personal y con ello en el de los que le rodean. Se trata por tanto de habilidades que ya no son sólo profesionales, sino que son verdaderas habilidades personales, necesarias para gestionar negocios, pero también para gestionar la propia vida. En este programa se abordarán, de la mano de especialistas en la materia, dos habilidades que tienen de manera marcada este doble perfil, como son la comunicación, en el ámbito de las presentaciones en público como la de tipo interpersonal, y la gestión del tiempo, incluyendo a uno de los mayores ladrones de tiempo como son las reuniones.

## 2. ¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE ESTE PROGRAMA?

Cada directivo participante en este programa conseguirá, entre otros, los siguientes beneficios:

- 1 Un conocimiento de las habilidades fundamentales del buen comunicador, que sirvan de base para realizar un autoanálisis propio de las fortalezas y retos que tiene como comunicador.
- 2 Una determinación de la importancia de la escucha activa y de hacer buenas preguntas en la comunicación con los demás.
- 3 Un detallado análisis de los principales errores que está cometiendo en la gestión de su tiempo y de cuáles son los instrumentos y herramientas a su disposición para poder evitar esos errores.
- 4 Una identificación de los obstáculos que impiden que las reuniones sean eficaces junto con herramientas, medios y procesos para poder superarlos.
- 5 Una mejora de su calidad de vida profesional (y personal).

### 3. ¿CUANDO Y DÓNDE PUEDO REALIZARLO?



**Viernes 5 de abril de 2024 | 16:00h - 21:00h**

**Sábado 6 de abril de 2024 | 9:00h - 14:00h**



**Edificio FES Facultad de Economía y Empresa de la Universidad de Salamanca** (Junto a estación de autobuses de Salamanca)



### 4. ¿A QUÉ PREGUNTAS DARÁ RESPUESTA EL PROGRAMA?

El programa está dividido en sesiones cada una de las cuales esta impartida por un especialista cuyo objetivo es dar respuesta a las siguientes preguntas y otras muchas que planteen los directivos participantes.

#### SESIÓN 1

##### **¿Cómo puedo influir en los demás?**

- ¿Qué puedo hacer para aumentar mi capacidad de persuasión?
- ¿Cómo aprovechar mis fortalezas y afrontar mis retos al comunicar con los demás?
- ¿Cómo impulsar mi autoconfianza al comunicar?
- ¿Qué técnicas, herramientas y recursos me pueden ayudar a comunicar con mayor impacto?

**Responderá: Santiago Sousa**

 <https://www.linkedin.com/in/santisousa/>

#### SESIÓN 2

##### **¿Cómo puedo dejar de “predicar en el desierto”?**

- ¿Cómo entender mejor a los demás y lograr que ellos me entiendan?
- ¿Qué he de mejorar en mi comunicación interpersonal?
- ¿Cómo llegar mejor con mi mensaje a los demás?
- ¿Qué me aportan el manejo del silencio y la comunicación no verbal al comunicar?
- ¿Cómo vencer las dificultades al comunicar con determinadas personas?

**Responderá: Santiago Sousa**

 <https://www.linkedin.com/in/santisousa/>

### SESIÓN 3

#### **¿Es posible tener más tiempo para mi familia y para mis negocios?**

- ¿Qué hago normalmente con el tiempo?
- ¿Qué debería hacer?
- ¿Carezco realmente de tiempo?
- ¿Qué actividades debo priorizar?
- ¿Qué es y qué no es perder el tiempo?
- ¿Cómo debo planificar y programar mi tiempo?

**Responderá: Jesús Galende**

 <https://www.linkedin.com/in/jesusgalende/>

### SESIÓN 4

#### **¿Cómo logro que mis reuniones dejen de ser una pérdida de tiempo?**

- ¿Cuál es la realidad de las reuniones?
- ¿Tienen realmente alguna utilidad?
- ¿Qué errores resulta habitual cometer?
- ¿Cuándo y cómo convocar una reunión?
- ¿Cómo prepararla? ¿Cómo conducirla?
- ¿Qué trampas resultan más frecuentes?

**Responderá: Jesús Galende**

 <https://www.linkedin.com/in/jesusgalende/>

## **5. ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO ESTE PROGRAMA?**

Las habilidades de comunicación resultan básicas para todo directivo o empresario, por sí solas, pero también como instrumento asociado a otras muchas habilidades directivas. Asimismo, el tiempo es una variable clave en su vida, apareciendo continuamente la sensación de que falta tiempo para hacer todo lo que hay que hacer, con el frecuente deterioro asociado de la vida familiar y personal.

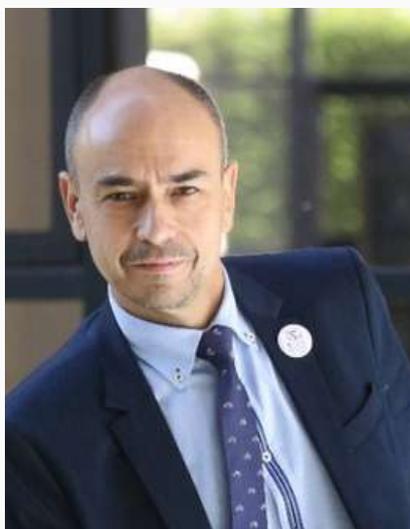
Por tanto, este programa se encuentra dirigido a todo tipo de directivos, empresarios y profesionales liberales, preferiblemente con experiencia en puestos de responsabilidad directiva, que deseen mejorar su calidad de vida profesional y personal.

## 6. ¿QUIÉN RESPONDERÁ A LAS PREGUNTAS?

Las preguntas planteadas son sólo una pequeña parte de las que suelen surgir en este tipo de programas. El profesorado participante, si bien tiene amplios conocimientos y contrastada experiencia en programas de formación de alto nivel, adoptarán el rol de facilitadores, de tal modo que serán los participantes los que, guiados por el ponente, vayan contestando a las preguntas, descubriendo por sí mismos las ventajas e inconvenientes de cada alternativa, y planteándose con ello nuevas preguntas y nuevas posibles respuestas. Para ello se cuenta con la garantía del Proyecto IME y de toda la Universidad de Salamanca, la cual lleva más de 800 años contribuyendo al progreso de las personas y con ello de toda la sociedad en su conjunto. Para este programa el claustro de profesores es:

### **Profesor Jesús Galende**

#### **Director del Programa de Habilidades y Competencias Directivas**



Doctor en Ciencias Económicas y Empresariales por la Universidad de Salamanca. Catedrático de Organización de Empresas en la Universidad de Salamanca.

Decano de la Facultad de Economía y Empresa y Director del Programa de Desarrollo Directivo. Participa activamente en múltiples foros y networking de encuentro empresarial.

Especialista en Administración de Empresas, particularmente en Habilidades Directivas y Gestión de la Innovación. Amplia experiencia en formación a nivel de Grado, Postgrado y MBA.

Autor de más de medio centenar de trabajos de investigación, publicados en revistas científicas de alto impacto nacional e internacional.

[in https://www.linkedin.com/in/jesusgalende](https://www.linkedin.com/in/jesusgalende)

### **Profesor Santiago Sousa Carreira**

#### **Especialista en Habilidades de Comunicación**



Programa de Alta Dirección. Escuela de Negocios de Navarra-Foro Europeo.

Trainer certificado por Dale Carnegie Training en sus programas de comunicación de impacto, liderazgo para gerentes y relaciones humanas.

Director de Dale Carnegie Zona Noroeste España.

Entrenador profesional de Habilidades de Liderazgo y Comunicación. Facilitador de Actitudes y Procesos de Innovación.

[in https://www.linkedin.com/in/santisousa/](https://www.linkedin.com/in/santisousa/)