

Competencias Y.E.T.

Después de participar en un taller Y.E.T., los jóvenes tendrán la habilidad de:

1. Estar en sintonía con ellos mismos y ser conscientes de sus necesidades personales importantes.
2. Distinguir entre conductas de otras personas que son aceptables para ellos y las que no lo son.
3. Determinar qué persona “tiene el problema” en una situación determinada.
4. Saber qué ser necesita para hacer y mantener un amigo.
5. Hablar directamente usando Mensajes-Yo Declarativos para expresar ideas, sentimientos y necesidades.
6. Mostrar aprecio a otros usando Mensajes-Yo Positivos.
7. Prevenir problemas y conflictos usando Mensajes-Yo Preventivos.
8. Estar en sintonía con otros para escucharlos y comprenderlos.
9. Reconocer señales de que un amigo u otra persona tiene un problema y necesita su ayuda como oyente.
10. Identificar las 12 Barreras de la Comunicación.
11. Evitar las barreras que causan que la mayoría de intentos de ayuda fallen.
12. Usar silencio, reconocimientos y abrepuestas para ayudar a otra persona con un problema.
13. Escuchar Activamente para percibir los sentimientos de sus amigos u otras personas.
14. Determinar qué hacer cuando la conducta de otra persona no es aceptable para ellos, interfiere con que cubran sus necesidades.
15. Manejar eficazmente sus propios sentimientos de enojo.
16. Desarrollar un Mensaje-Yo Confrontativo de tres partes.
17. Confrontar la conducta inaceptable de otro con un Mensaje-Yo.
18. Cambiar de Velocidades entre Mensajes-Yo y Escucha Activa cuando sea apropiado.
19. Sobreponerse o reducir los miedos que les impiden hacer lo que quieren hacer o decir lo que quieren decir.
20. Reconocer situaciones de conflicto.
21. Evitar el uso de resolución de conflictos ganar-perder (Método I y Método II).
22. Usar los seis pasos de resolución de conflictos no-perder para resolver un conflicto entre ellos y alguien más.
23. Relacionarse con personas que son diferentes a ellos.
24. Distinguir entre Conflictos de Necesidades y Conflictos de Valores.
25. Lidar eficazmente con Choques de Valores.
26. Establecer metas para logros personales.
27. Hacer planes de acción para cubrir sus metas importantes.

Para mayor información contáctanos:

info@gordontrainingmexico.com

En México: (55) 84 21 84 55 y (442) 247 25 00

En E.U.A.: (619) 550 24 86