

AULA
AEDIPE CATALUNYA

**Conversaciones
difíciles.
Resultados
Extraordinarios.**



**18 de septiembre
de 9:00 a 18:00 h.**

aedipe® | CATALUNYA

)mrc(

International People Training

Aula Aedipe Catalunya

Conversaciones difíciles. Resultados Extraordinarios.

¿Cómo afrontar situaciones difíciles con éxito?
El éxito de una organización no solo depende de su estrategia o recursos, sino del modo en que las personas se comunican, colaboran y se relacionan entre sí.

En nuestro día a día profesional, nos enfrentamos a conversaciones retadoras: momentos de tensión, diferencias de criterio, conflictos latentes o explícitos. Situaciones que, si no se gestionan bien, pueden deteriorar relaciones y afectar los resultados. Pero si aprendemos a afrontarlas con habilidad, se convierten en catalizadores de crecimiento, confianza y cambio positivo.

Un entrenamiento práctico en asertividad para transformar conversaciones difíciles.

En este workshop intensivo aprenderás a:

- Comunicarte con claridad, firmeza y respeto.
- Afrontar tensiones sin evitar ni escalar el conflicto.
- Resolver desacuerdos de forma constructiva y duradera.
- Fortalecer relaciones basadas en la confianza y la colaboración.

A quién va dirigido

Este workshop está especialmente diseñado para directivos, mandos intermedios y responsables de área que lideran equipos o gestionan relaciones clave dentro de la organización.

De forma más amplia, está orientado a cualquier profesional de la gestión y dirección de personas que necesite manejar conversaciones complejas, gestionar conflictos o influir positivamente en su entorno laboral, ya sea con colaboradores, clientes, proveedores o compañeros de otras áreas.

Objetivos

Objetivo general

Desarrollar en los participantes la capacidad de abordar conversaciones difíciles desde una comunicación asertiva, con el fin de mejorar la gestión de conflictos, fortalecer las relaciones y generar resultados positivos y sostenibles en su entorno profesional.

Objetivos específicos

- Reconocer los factores que convierten una conversación en difícil y su impacto en el entorno profesional.
- Entrenar habilidades de comunicación asertiva para expresar opiniones, necesidades y límites con claridad y respeto.
- Identificar y gestionar emociones propias y ajenas durante situaciones de tensión o conflicto.
- Aplicar herramientas prácticas para transformar desacuerdos en conversaciones constructivas.
- Fortalecer la confianza y la colaboración en relaciones interpersonales complejas.

Metodología

Training 100% participativo.

Enfoque totalmente práctico, centrado en el desarrollo de situaciones reales y concretas que los participantes enfrentan en su día a día profesional.

La dinámica principal será el role play, que permitirá entrenar habilidades en un entorno seguro, recibir feedback personalizado, conocer estrategias efectivas de afrontamiento y trasladar los aprendizajes de forma inmediata a la realidad laboral.

Aula Aedipe Catalunya

Conversaciones difíciles.

Resultados Extraordinarios.

Programa

1. Introducción: marco y conexión.

- Las 3 R: las Relaciones como efecto multiplicador de los Resultados.
- Estilo de Relación 9.9.
- Actitud Proactiva vs. Actitud Reactiva.
- "Somos máquinas sentimentales que pensamos".

2. ¿Qué hace difícil una conversación? El impacto del no decir.

- Factores emocionales que dificultan una conversación.
- Reconocer mi estilo habitual de comunicación.
- Consecuencias de evitar o afrontar mal una conversación.
- La comunicación asertiva como un acto de generosidad.



3. Asertividad: la habilidad clave de la inteligencia emocional para comunicar y liderar con impacto.

- Diagnóstico personal: descubre tu nivel de asertividad.
- Empatía, escucha empática y asertividad.
- Entrenando la empatía.
- Conversación asertiva versus agresiva o pasiva. La comunicación equilibrada.
- La preparación es el 80% del éxito.
- Modelo MRC de conversación asertiva.
- Gestionar las emociones propias y del otro durante una conversación compleja.

4. Clínica práctica de conversaciones difíciles.

- Aplicar de forma práctica las herramientas trabajadas durante el workshop.
- Enfrentar situaciones reales en un entorno seguro y de aprendizaje.
- Recibir feedback constructivo para afinar habilidades y ganar confianza.
- Identificar patrones personales y desbloquear barreras en tiempo real y aumentar seguridad.

5. Cierre con plan de acción personal.

- Consolidar aprendizajes y reflexiones clave.
- Identificar compromisos y próximas conversaciones importantes.
- Diseñar un plan de transferencia al entorno laboral.

Formador

Juan Luis Sayago

Socio director en MRC



Psicólogo clínico. Máster en Dirección de RR.HH.
Coach ejecutivo.

Con experiencia de más de 25 años como
entrenador grupal especializado en liderazgo,
desarrollo de equipos, comunicación, formación
de mentores y consultoría.

Me apasiona acompañar a las personas en el
crecimiento de su bienestar y de una consciencia
más humana y eficiente en las organizaciones.



Resultados esperados

Resultados para los participantes:

- Afrontarán conversaciones difíciles con más seguridad y claridad.
- Comunicarán con firmeza y respeto, incluso en situaciones tensas.
- Identificarán y corregirán patrones que bloquean la comunicación.
- Transformarán conflictos en oportunidades de mejora y relación.
- Practicarán con casos reales, recibiendo feedback útil y directo.
- Aplicarán lo aprendido de forma inmediata en su entorno laboral.
- Beneficios para la empresa:
- Mejora el clima laboral y la colaboración entre áreas.
- Reduce los conflictos mal gestionados y sus costes ocultos.
- Aumenta la eficacia en la toma de decisiones y el liderazgo.
- Potencia una cultura de comunicación abierta, clara y respetuosa.
- Prepara a líderes y equipos para afrontar retos con madurez y enfoque constructivo.

Aula Aedipe Catalunya

Conversaciones difíciles.

Resultados Extraordinarios.

Fecha: **jueves, 18 de septiembre**

Horario: **de 9:00 a 18:00 h.**

Espacio: Hotel Evenia Rosselló

C/ Rosselló, 191
08036 Barcelona

Horas lectivas: **7 h.**

Grupo con plazas limitadas

Inscripción

Puedes reservar plaza a través del **siguiente enlace**. Una vez hecho recibirás un correo para validar los datos de facturación y gestionar el pago de los derechos de inscripción.

Plazas limitadas. La **reserva de plaza** se hará efectiva por estricto orden de recepción completa de la documentación requerida.

Cuota de inscripción

Para formalizar la reserva de plaza es imprescindible abonar la correspondiente cuota de inscripción mediante transferencia bancaria a la cuenta titularidad de Aedipe Catalunya
[ES12 0182 4618 1702 0016 3056](https://www.es12.es/01824618170200163056)

- Asociados **325 € +21% IVA**
- No Asociados **505 € +21% IVA**

La inscripción incluye

- Asistencia al seminario
- Material
- Desayuno
- Almuerzo de trabajo
- Certificado de asistencia

Con la colaboración de



International People Training

Más de 35 años contribuyendo al desarrollo de las personas que integran los equipos de trabajo de todo tipo de organizaciones, con el objetivo de optimizar al máximo sus resultados. Entrenamos a profesionales, guiamos a personas.

Toda la información en www.mrctraining.com

Para más información puedes visitar nuestra página web www.aedipecatalunya.com o contactar con nosotros a través del teléfono 681 99 00 12 o del correo electrónico administracio@aedipecatalunya.com.