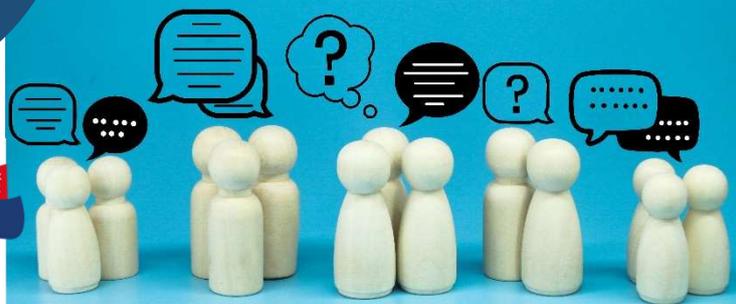


# TALLER DE HABILIDADES SOCIALES

PRESENCIAL



## OBJETIVOS

### Generales:

- Mejorar la comunicación interpersonal y la capacidad de expresarse de manera efectiva.
- Fomentar la empatía y la comprensión hacia los demás. Desarrollar habilidades para establecer y mantener relaciones interpersonales saludables.
- Aprender a manejar conflictos de manera constructiva. Potenciar la autoconfianza y la autoestima en situaciones sociales. Mejorar la capacidad de escucha activa y la emisión de *feedback*. Promover la asertividad y la capacidad de establecer límites adecuados en las relaciones.
- Fomentar la adaptabilidad y la flexibilidad en diferentes contextos sociales. Desarrollar habilidades para trabajar en equipo y colaborar de manera efectiva.
- Promover la conciencia emocional y la regulación emocional en las interacciones sociales.

### Específicos:

- Identificar y comprender las señales no verbales en la comunicación interpersonal.
- Practicar técnicas de escucha activa, como hacer preguntas abiertas y reflejar emociones.
- Aprender estrategias para manejar el nerviosismo y la ansiedad en situaciones sociales.
- Desarrollar habilidades para iniciar y mantener conversaciones de manera efectiva.
- Practicar el manejo de conflictos a través de la comunicación asertiva.
- Mejorar la capacidad de dar y recibir críticas constructivas.
- Aprender a establecer límites saludables en las relaciones interpersonales.
- Practicar habilidades para trabajar en equipo y colaborar con otros.
- Desarrollar la capacidad de expresar emociones de manera adecuada y empática.
- Mejorar la autoconciencia emocional y la capacidad de regular las propias emociones en situaciones sociales.

## PONENTES

### M<sup>a</sup> Ángeles Repiso Becerra

- Habilitación profesional como Higienista Dental.
- Miembro de varias asociaciones relacionadas con la odontología y la psicología.
- Con formación odontológica en periodoncia, cirugía bucal, ortodoncia, radiodiagnóstico dental, entre otros.
- Ha participado en congresos y encuentros científicos relacionados con la higiene dental.
- Capacitación en diagnóstico de lesiones precancerosas y en técnicas de control del dolor y anestesia.
- Formación en diferentes áreas de la psicología con UDIMA y AEPSIS (violencia de género, habilidades sociales, criminología, diversidad en el sexo, grafología, etc.)



### + INFORMACIÓN:

COLEGIO PROFESIONAL DE HIGIENISTAS DENTALES DE MADRID  
Paseo de la Castellana 143, 1<sup>o</sup> C. Edificio Cuzco I  
28046 Madrid

TELÉFONO: 91 350 08 35

WEB: [www.colegiohigienistasmadrid.org](http://www.colegiohigienistasmadrid.org)

E-MAIL: [formacion@colegiohigienistasmasdrid.org](mailto:formacion@colegiohigienistasmasdrid.org)

## PROGRAMA

### 10:00h a 12:00h. - ASPECTOS TEÓRICOS

- Mejorar la comunicación interpersonal y la capacidad de expresarse de manera efectiva.
- Fomentar la empatía y la comprensión hacia los demás.
- Desarrollar habilidades para establecer y mantener relaciones interpersonales saludables.
- Aprender a manejar conflictos de manera constructiva.
- Potenciar la autoconfianza y la autoestima en situaciones sociales.
- Mejorar la capacidad de escucha activa y la emisión de *feedback*.
- Promover la asertividad y la capacidad de establecer límites adecuados en las relaciones.
- Fomentar la adaptabilidad y la flexibilidad en diferentes contextos sociales.
- Desarrollar habilidades para trabajar en equipo y colaborar de manera efectiva.
- Promover la conciencia emocional y la regulación emocional en las interacciones sociales.

DESCANSO: 12:00H a 12:30H

### 12:30h a 14:00h. – TALLER PRÁCTICO

- Identificar y comprender las señales no verbales en la comunicación interpersonal.
- Practicar técnicas de escucha activa, como hacer preguntas abiertas y reflejar emociones.
- Aprender estrategias para manejar el nerviosismo y la ansiedad en situaciones sociales.
- Desarrollar habilidades para iniciar y mantener conversaciones de manera efectiva.
- Practicar el manejo de conflictos a través de la comunicación asertiva.
- Mejorar la capacidad de dar y recibir críticas constructivas.
- Aprender a establecer límites saludables en las relaciones interpersonales.
- Practicar habilidades para trabajar en equipo y colaborar con otros.
- Desarrollar la capacidad de expresar emociones de manera adecuada y empática.
- Mejorar la autoconciencia emocional y la capacidad de regular las propias emociones en situaciones sociales.

14:00h Cierre de curso.

## PRECIOS

COLEGIADOS\* y PRECOLEGIADOS: 15.-€

NO COLEGIADOS: 35.-€

\*Colegiados de Colegios de HD de Madrid, Extremadura; Castilla la Mancha, Galicia, Valencia, Aragón y Cataluña.



### Dirigido a:

Técnicos Superiores en Higiene Bucodental o Habilitados, y estudiantes de TSHBD.



### Fecha/s:

8 de marzo de 2025

### HORARIO:

De 10:00h a 14:00h (Incluido desayuno)



### Plazas:

10



### Lugar de celebración:

Aula del Colegio Profesional de Higienistas Dentales de la Comunidad de Madrid.

Paseo de la Castellana, 143-1º C. Edificio Cuzco I. Metro Cuzco- BUS 5-11-27-40-147 (Zona de aparcamiento regulado máx. 4 h. Se recomienda transporte público, parking de pago junto al metro Cuzco).



### Forma de pago:

Mediante tarjeta de crédito en la [web del Colegio](#)

### + INFORMACIÓN:

COLEGIO PROFESIONAL DE HIGIENISTAS DENTALES DE MADRID  
Paseo de la Castellana 143, 1º C. Edificio Cuzco I  
28046 Madrid

TELÉFONO: 91 350 08 35

WEB: [www.colegiohigienistasmadrid.org](http://www.colegiohigienistasmadrid.org)

E-MAIL: [formacion@colegiohigienistasmadrid.org](mailto:formacion@colegiohigienistasmadrid.org)