



Taller mixto Comunicación asertiva para coordinadores: Escriba, hable y proyéctese exitosamente con sus colaboradores

Introducción:

La comunicación asertiva en el liderazgo no se limita a lo que se dice, sino a cómo se gestiona internamente cada interacción.

En contextos organizacionales exigentes, los coordinadores requieren no solo claridad en su mensaje, sino la capacidad de sostener conversaciones que generen confianza, dirección y bienestar, incluso en momentos de presión o conflicto.

Este programa aborda la comunicación desde un enfoque práctico y experiencial, donde los participantes desarrollan conciencia sobre su estilo comunicacional, comprenden su impacto y entrenan nuevas formas de responder con claridad, respeto y seguridad.

Más allá de técnicas aisladas, el taller promueve el desarrollo de un lenguaje funcional y emocionalmente consciente, orientado a fortalecer el liderazgo, mejorar las relaciones y generar resultados sostenibles en el entorno laboral.

Dirigido a

- Gerentes, sus colaboradores y responsables del manejo de equipos de trabajo.
- Profesionales que tienen la función de resolver conflictos en sus organizaciones.
- Cualquier persona que desee mejorar su calidad de vida (afectiva y familiar), su desempeño laboral y sus relaciones interpersonales en el trabajo.

Objetivo general

Fortalecer la comunicación de los coordinadores a través del desarrollo de la autogestión emocional, el uso de un lenguaje claro y funcional, y la capacidad de sostener conversaciones constructivas, con el fin de mejorar las relaciones interpersonales, la efectividad del equipo y la toma de decisiones en el entorno laboral.

Objetivos específicos

Se espera que, al cierre de la actividad, los participantes hayan desarrollado habilidades que les permitan:

- Reconocer el impacto de su comunicación en el clima, la confianza y los resultados del equipo.
- Identificar su estilo comunicacional y comprender cómo este influye en situaciones de presión, conflicto o toma de decisiones.
- Aplicar principios de comunicación asertiva desde un enfoque consciente, integrando claridad, respeto y dirección en sus interacciones.
- Gestionar sus emociones para responder de forma funcional, especialmente en conversaciones difíciles, manejo de errores o situaciones de tensión.

- Fortalecer la comunicación escrita, estructurando mensajes claros, precisos y orientados a la acción, evitando ambigüedades y malentendidos.
- Desarrollar habilidades para brindar retroalimentación constructiva y sostener desacuerdos sin deteriorar la relación.
- Mejorar su proyección personal a través del lenguaje verbal y no verbal, alineando mensaje, emoción y presencia.
- Aplicar herramientas prácticas para comunicarse efectivamente en reuniones, seguimiento de tareas y contextos de presión.
- Elaborar un plan personal de mejora comunicacional que les permita sostener en el tiempo las buenas prácticas adquiridas.

Contenidos temáticos

Módulo 1: Fundamentos y autoconocimiento

1. Fundamentos de la comunicación asertiva desde el liderazgo: cómo el lenguaje construye o deteriora la confianza en los equipos.
2. Estilos comunicativos y autodiagnóstico aplicado: identificación del estilo personal y su impacto bajo presión.
3. Gestión emocional aplicada a la comunicación profesional: cómo regularse internamente para comunicar desacuerdos con claridad, sin escalar el conflicto.

Módulo 2: Comunicación escrita estratégica

1. La comunicación escrita profesional con intención: estructura, tono y claridad orientados a generar acción y evitar malentendidos.
2. Errores frecuentes en la comunicación escrita organizacional: mensajes pasivo-agresivos, evasivos o ambiguos y su impacto en el clima laboral.
3. Herramientas prácticas y digitales para mejorar la comunicación asincrónica y fortalecer la claridad en correos y documentos.

Módulo 3: Comunicación en entorno de crisis o bajo presión

1. Gestión del estado emocional en situaciones de presión: cómo responder en lugar de reaccionar.
2. Cómo comunicar “malas noticias” o situaciones críticas manteniendo claridad, respeto y dirección.
3. Manejo de errores y reclamos: cómo sostener conversaciones difíciles sin perder autoridad ni generar escalamiento emocional.

Módulo 4: Comunicación oral constructiva en entorno de conflicto

1. Técnicas para comunicar con claridad, firmeza y respeto en conversaciones complejas.
2. Retroalimentación constructiva: cómo dar feedback que genere apertura, responsabilidad y acción.
3. Comunicación efectiva en reuniones y conversaciones difíciles: sostener la tensión sin deteriorar la relación.
(Filmación, simulación de casos reales y análisis grupal enfocado en lenguaje, emoción e impacto.)

Módulo 5: Proyección y liderazgo

1. Lenguaje no verbal y presencia ejecutiva: coherencia entre lo que se dice, se siente y se proyecta.
2. Microacciones comunicacionales del líder: cómo construir una cultura de respeto, claridad y escucha activa desde el día a día.
3. Diseño de guía personal de comunicación consciente: definición de compromisos prácticos para fortalecer el liderazgo a través del lenguaje.

Metodología y material técnico.

Las sesiones se desarrollan bajo un enfoque experiencial y participativo, donde los participantes no solo comprenden los conceptos, sino que los viven y los aplican en tiempo real a partir de sus propios contextos laborales.

Se combinan espacios de guía conceptual con dinámicas prácticas, simulaciones y análisis de casos reales, permitiendo que cada participante observe su estilo comunicacional, identifique oportunidades de mejora y entrene nuevas formas de respuesta desde la conciencia y la regulación emocional. La metodología prioriza:

- La reflexión individual y grupal
- La aplicación práctica inmediata
- El aprendizaje a partir de la experiencia
- La construcción de un lenguaje claro, funcional y emocionalmente seguro.

Durante las sesiones se integran ejercicios de interacción, role plays, análisis de situaciones reales y prácticas de comunicación en escenarios de presión o conflicto, facilitando la apropiación del contenido más allá de la teoría.

Los participantes recibirán material digital de apoyo, diseñado como guía práctica, que les permitirá reforzar lo aprendido y aplicar herramientas concretas en su entorno laboral.

Perfil de la Facilitadora.

Cuenta con una Maestría en Gestión de Conflictos y Mediación (Universidad Miguel de Cervantes). Es Relacionista Pública (Costa Rica) y posee una formación psicoterapéutica en Mindfulness, certificada en Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT) y Compassionate Mind Training, (Perú), lo que le permite integrar prácticas de regulación emocional, claridad mental y toma consciente de decisiones. Además, está capacitada en Happiness Training, Agile para RR.HH., y metodologías de bienestar organizacional. Es estratega en Gamificación (España), Coach en Lenguaje, Conductual y Sistémico, (México) y Facilitadora de Círculos de Paz y Prácticas Restaurativas (Costa Rica). Por más de 15 años ha sido docente y consultora para diversas empresas privadas y entidades públicas como: Hotel Marriot, Banco Central de Costa Rica, Colegio de Profesionales en Ciencias Económicas, Agencia FACO, Universidad Técnica Nacional, CEPROPAZ, etc.

Certificados: a cada participante que complete con éxito la actividad de capacitación se le hará entrega de un certificado.

Metodología: taller virtual – plataforma ZOOM

Modalidad: participación.

Duración: 16 horas (2 sesiones virtuales de 4 horas por la **plataforma ZOOM** más 8 horas presenciales)

Fechas, horario y lugar:

Sesiones virtuales: lunes 15, miércoles 17 de junio, 2026, de 8:00 am a 12 md.

Sesión presencial: viernes 19 de junio, 2026, de 8:00 a. m. a 4:00 p. m., en el Costa Rica Tennis Club (Sabana Sur) u otro lugar equivalente.

Precio por participante antes del IVA: ₡139.000.00 (Ciento treinta y nueve mil colones).

Precio por participante (IVA incluido): ₡141.780.00 (Ciento cuarenta y un mil setecientos ochenta colones)

Incluye: acceso a la plataforma, material didáctico, certificado de participación y, el día presencial, incluye también derecho a parqueo, desayuno (a mitad de mañana) y almuerzo (a la 1pm).

Forma de pago: Se acepta forma de pago de gobierno. Realizar depósito en:

Cuenta IBAN Banco de Costa Rica, # **CR56015201001023706975** a nombre del
Centro Internacional para el Desarrollo del Individuo, S. A.,
Cédula Jurídica 3-101302795

Informes y reservaciones:

Central Telefónica: 2291-0546

E-mail: cidiconsultora@cidicr.com

www.cidicr.com

Reservaciones a más tardar el jueves 11 de junio, 2026.

La apertura del curso está sujeta a la inscripción del cupo mínimo.