ESCOLA GALEGA DE ADMINISTRACIÓN PÚBLICA

FICHA DA ACTIVIDADE FORMATIVA
FC26035

1. DATOS DA ACTIVIDADE

NOME: Como crear relacións saudables e produtivas no ámbito laboral

CONVOCATORIA: AUTONOMICO, 1ª convocatoria

GRUPO: Cursos Autonómico

ÁREA: Comunicación, organización do traballo e mellora das habilidades

CUALIFICACIÓN:	APROVEITAMENTO	**PLAN:**	F. FINALISTAS	**HORAS:**	20
ADMINISTRACIÓN:	AUTONÓMICA	**ESTADO:**	CONVOCADO	**ANO:**	2026
MOD.IMPARTICIÓN:	PRESENCIAL	**TIPOLOXÍA:**	XERAL	**EDICIÓNS:**	1

DATA MATRÍCULA: Do 19/02/2026 - 09:00h ao 25/02/2026 - 14:00h

2. DESCRICIÓNS

DESCRICIÓN CURSO

- Comunicarse de forma eficaz e crear relacións satisfactorias e eficaces.
- Conseguir superar o estrés e conseguir unha vida laboral e persoal máis satisfactoria, así como axudar a outras persoas a conseguilo.
- Saber expresarse dun xeito asertivo e empático.
- Previr e resolver conflitos.
- Acadar o máximo rendemento e o das persoas coas que colaboras.
- Superar os medos e os bloqueos mentais.

DESTINATARIOS

Persoal ao servizo da administración xeral da comunidade autónoma de Galicia, das entidades públicas instrumentais e da administración institucional.

PROGRAMA

- As etapas para xerar unha relación sa e produtiva.
- Creación do clima e escoita plena.
- Comunicación: responder en lugar de reaccionar.
- Exprésate plenamente: o relato do cambio.
- Neurociencia do estrés: como crear o teu estado ideal para unha relación satisfactoria.
- Obxectivos e valores: a túa orientación e a túa gasolina.
- Estados de alto rendemento, a túa mellor versión.
- PRÁCTICA: Como aplicar estas pautas a diario?
- A conversa de alto rendemento, combinando corazón e razón.
- Prevención de conflitos: crear ambientes saudables e produtivos.
- Resolución de conflitos: converter situacións difíciles en aprendizaxe.
- Os diferentes tipos de motivación.
- Os distintos tipos de personalidade DISC.
- PRÁCTICA: Como aplicar estas pautas a diario?

CRITERIOS DE SELECCIÓN
Criterios xerais da EGAP, segundo a Resolución do 10 de maio de 2023, pola que se fan públicas as bases e as condicións xerais de participación nas actividades formativas (DOG núm 96, do 23 de maio de 2023).

3. DATOS EDICIÓNS

SANTIAGO		
LOCALIDADE: Santiago de Compostela		**INICIO / FIN:** 10/06/2026 a 01/07/2026
NUM. PRAZAS: 30	**ESTADO:** NORMAL - (DIPLOMAS EM.)	**DATA EXAME:** 01/07/2026 ás 18:30h
DOCENTES NOMEADOS		
daniel álvarez lamas		
LUGAR DE REALIZACIÓN DO EXAME		
AULA 11: Os días 10, 15, 17, 22 e 29 de xuño de 16:30 a 20:00. O día 01 de xullo de 16:30 a 19:00. EGAP, Rúa Madrid, 2-4, CP15707, SANTIAGO DE COMPOSTELA		