

SEMINARIO SOBRE PSICOLOGÍA
PARA LICENCIADOS EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y DEL DEPORTE



¿CÓMO MEJORAR MI COMUNICACIÓN NO
VERBAL?

Introducción.

Como profesionales que trabajamos con personas, que además tienen características muy distintas (niños, adolescentes, adultos, mayores, personas con discapacidad, etc.), la comunicación se convierte en una herramienta de trabajo básica. Especialmente relevante resulta la comunicación no verbal ya que, a menudo, no somos conscientes de las señales no verbales que nos llegan, y que constituyen una fuente rica en información, ni de las que transmitimos, que al no estar bajo el control consciente, son más difíciles de disimular. Con la finalidad de conocer estas señales y de mejorar su manejo se plantea el presente taller.

Objetivos:

- General:

- Dotar de las herramientas básicas para mejorar las habilidades de comunicación no verbal del profesor/ monitor.

- Específicos:

- Identificar las características personales como comunicador: puntos fuertes y débiles.
- Proporcionar las habilidades de comunicación no verbal que permitan ser un comunicador más eficaz.

Contenidos:

- ¿Qué es la comunicación no verbal?.
- Habilidades de comunicación no verbal: apariencia física, postura, gestos, paralingüística...
- Características de comunicación propias.
- ¿Cómo mejorar mi comunicación no verbal?
- Adaptar las características de comunicación al público al que me dirijo.

Metodología:

La metodología usada será expositiva y participativa. Se realizarán role playing.

- **Participantes:** Máximo 13 participantes.
- **Duración:** 8 horas.
- **Recursos materiales:** Proyector/ cañón de luz, ordenador y rotafolios/ pizarra.

Profesorado

Las charlas serían impartidas por:

Olga Montesinos Muñoz. Psicóloga deportiva.

- **Formación:** Licenciada en Psicología UAM y Master en Psicología del Deporte y la Actividad Física UAM.

- **Experiencia profesional en:**
 - a) Asesoramiento psicológico, entre otros, a futbolistas de segunda división; alevines e infantiles de la temporada 2001-02 del Rayo Vallecano; jugadores de fútbol de categorías inferiores de varios equipos de la CAM; esgrimistas, arqueros, jugadores de tenis de categorías inferiores de varios equipos; motociclistas de categorías inferiores, opositores a bomberos (pruebas físicas);
 - b) Formación, como profesora de varias asignaturas de Psicología en las Escuelas CENETED para entrenadores de fútbol, en la Escuela de Entrenadores del Estudiantes y en la Federación de Fútbol de Madrid.
 - c) Conferenciante sobre temas relacionados con la Psicología deportiva para la Asociación Sherwood Deportivo, Ayuntamiento de Móstoles, COPLEF y para la Federación de Fútbol de Madrid.