

PROGRAMA

3. *Soft Skills*

Trabajamos junto al alumno sus competencias, tanto relacionadas con los estímulos externos, como los internos.

Competencias personales

relacionadas con los hábitos de una persona con respecto a su capacidad de autogestión y a su relación con el ambiente, en definitiva, aquéllas referidas tanto al equilibrio y desarrollo personal, como al mantenimiento de una relación activa, realista y estimulante con el entorno.

- ▾ **Competencias personales externas**, relacionadas con la respuesta a estímulos externos, como la proactividad (iniciativa, optimismo y ambición), o la gestión personal (gestión del tiempo, gestión de la información y gestión del estrés).
- ▾ **Competencias personales internas**, relacionadas con los aspectos más íntimos de la persona, ello implica que los individuos necesitan entenderse a sí mismos, lo que les permitirá desarrollarse emocionalmente, gobernar sus sentimientos y orientar sus actuaciones de acuerdo a su ideas y convicciones.

Competencias interpersonales

orientadas a fomentar el desarrollo de las personas y a reforzar su compromiso y confianza con el equipo. Estas se refieren, en esencia, al trato efectivo de las relaciones interpersonales como la comunicación, la gestión de conflictos o la delegación.