



Guía Docente

Workshop Gestión de las Tensiones en el Ámbito de la Comunicación

Datos del Workshop	TIPO	ECTS	SEMESTRE	PRESENCIAL	IDIOMA	CURSO
	OP	2	Consultar programación	100%	Catalán / Castellano	2026-27

Los *workshops* son actividades formativas que el/la estudiante puede escoger entre una amplia oferta presentada por la Escuela cada curso académico. Su metodología es eminentemente **práctica** y se organizan en **grupos reducidos**.

Esta guía docente es susceptible de ser modificada por causa de fuerza mayor o sobrevenida.

Descriptor
En este *workshop* identificamos qué tipo de comunicación utilizamos en distintas áreas de la vida. Incidimos en cómo utilizar la comunicación consciente para ser un presentador y oyente eficaz. Tratamos con la comunicación armónica en situación de conflicto y nos entrenamos para reconocer los efectos e impacto de la comunicación consciente.

Contenido
Tema 1: Identificando la comunicación en diferentes ámbitos de nuestra vida. Para que la comunicación con uno mismo y con los demás sea fluida clara y concisa y pueda integrar una comunicación consciente en lo familiar, social o profesional.
Tema 2: Identificando las personalidades clave.
Identificar nuestras emociones y cómo las usamos. Reflexionar sobre los propios estados emocionales, cómo se relacionan con el estrés para tomar mejores decisiones. Herramientas *mindfulness* para reconducir el estrés en la comunicación.

Sistema de Evaluación

EVALUACIÓN

- La evaluación es el proceso mediante el cual se calibra el resultado del aprendizaje del/de la estudiante.
- La puntuación mínima para superar cualquier *workshop* es un 5,00. Solamente los *workshops* superados son susceptibles de reconocimiento.
- Cualquier tipo de trabajo alternativo no tendrá efecto sobre la evaluación.

Para el adecuado desarrollo de la evaluación, **el/la estudiante**

SE COMPROMETE:

- **A la lectura, comprensión y estudio de la totalidad del material facilitado.**
 - **A la autoría de sus trabajos y ejercicios.**
- Se aplicarán programas de prevención de plagio. La detección de esta infracción en un 20% o más del material comportará una calificación final de **cero** y puede dar paso a actuaciones disciplinarias por parte de la Escuela.*
- El/la docente tiene potestad para requerir al alumnado la defensa oral de cualquier elemento de evaluación para superarlo (por ejemplo, en caso de sospecha de uso indebido de la IA).*



- **A la correcció ortogràfica, sintàctica y léxica del material presentado.** Estos elementos forman parte intrínseca de la evaluación.
- **A elaborar los contenidos de acuerdo con los criterios establecidos por el centro y/o el profesorado para cada uno de los elementos de evaluación.**
- **A realizar toda entrega dentro del plazo establecido y exclusivamente a través de Moodle.**
- **A comunicarse con el/la docente exclusivamente:**
 - **Vía Moodle.**
 - **Personalmente en el aula.**

EVALUACIÓN CONTINUADA

Considerando la naturaleza eminentemente práctica y el aprendizaje gradual propio de las actividades realizadas en los *Workshops*, **no se contemplan ni la modalidad de evaluación única ni tampoco la reevaluación.**

ELEMENTOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPCIÓN	VALOR PONDERADO
Clases magistrales (obligatorias)	Es condición imprescindible para el correcto desarrollo de la actividad la asistencia a la totalidad de las sesiones y realizar aportaciones pertinentes y significativas. En caso de incumplimiento, solo se contemplará la excepcionalidad de la norma para ausencias inferiores al 20% de las sesiones programadas. Las faltas de asistencia no son susceptibles de ser justificadas.	Apto/ No apto* * <i>No apto</i> implica la calificación 0,00 para este <i>workshop</i> .
Actividad formativa individual	Estudio de un Caso sobre Gestión de Tensiones. El/la estudiante entregará su análisis de un caso real o ficticio de tensión en la comunicación. Deberá identificar los problemas y proponer soluciones efectivas con las herramientas explicadas en clase. Esta actividad es susceptible de ser presentada en clase.	70%
Actividad formativa colaborativa de un máximo de 5 estudiantes.	Teatro de la Comunicación: Escenas de Tensiones y Soluciones. Cada equipo deberá crear y entregar una obra de teatro que dramatice situaciones de tensiones comunes en la comunicación y las estrategias para resolverlas. Esta actividad es susceptible de ser presentada en clase.	30%

Bibliografía

KRI, Kundalini Research Institut. - Riso Richard Don y Hudson Russ, La sabiduría del Eneagrama, Ediciones Urano , 2000.
KRI, 2007. The Aquarian Teacher. KRI International Kundalini Yoga Teacher TRaining Level I. (Yoga Manual) KRI, Kundalini Research Institut.



ESCOLA SUPERIOR DE
RELACIONS PÚBLIQUES

centre
adscriu



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

KRI, 2007. The Aquarian Teacher. KRI International Kundalini Yoga Teacher TRaining Level I. (theoretical manual).