

Contenido

Capítulo 1. La comunicación, esencia de la vida	15
Comunicación biológica, animal y humana, 16	
Objetivos de este seminario, 22	
Prácticas, 23	
Capítulo 2. Naturaleza dialogal de la persona	25
Concepto de persona, 25	
Génesis de la personalidad, 26	
Estricta individualidad; apertura hacia los otros, 28	
Prácticas, 29	
Capítulo 3. La persona como proceso de desarrollo	30
Potencialidades casi ilimitadas, 30	
Dinámica del desarrollo psíquico; el aprendizaje, 31	
Los propósitos y la voluntad, 34	
Prácticas, 34	
Capítulo 4. Comunicación intrapersonal	38
El autoconocimiento, 38	
La autoimagen, 40	
Aceptación de sí mismo y autovaloración, 41	
Prácticas, 42	
Capítulo 5. Comunicación interpersonal y grupal.	46
Codificación y decodificación, 46	
La apertura de sí mismo, 49	

Capítulo 5. Comunicación interpersonal y grupal (cont.).	46
La profundidad de una comunicación corre pareja con la autenticidad del intercambio de sentimientos y afectos, 49	
El individuo en el grupo: colaboración, conflictos, 50	
Comunicación, higiene mental e higiene social, 51	
Prácticas, 51	
Capítulo 6. Pensamiento, lenguaje y cultura	55
Lenguajes verbales y no verbales, 55	
La cultura, fruto de la interacción de individuos y de gru- pos, 58	
Prácticas, 59	
Capítulo 7. La percepción y la expresión	62
Los problemas de semántica, 62	
El buen receptor, 64	
El buen emisor, 65	
Prácticas, 66	
Estilos de comunicación, 69	
Patrones de comunicación, 71	
Capítulo 8. Facilitadores de la comunicación y del crecimiento per- sonal.	73
Facilitadores físicos, fisiológicos, psicológicos, semánti- cos y sociales, 73	
La comunicación cibernética, 76	
Prácticas, 77	
Capítulo 9. Obstáculos y tropiezos	82
La defensividad, 82	
La apatía, 83	
Los límites autoimpuestos, 84	
Prácticas, 86	
Autoevaluación de integración social, 87	

Capítulo 10. La comunicación, motor del desarrollo	90
El desarrollo personal, 91	
El desarrollo familiar, 92	
El desarrollo empresarial, 93	
Prácticas, 94	
Capítulo 11. Comunicación asertiva, autorrealización y éxito	97
Asertividad, 97	
Maduración y madurez, 99	
Maduración, 99	
La idea del éxito es éxito; el propósito del éxito es éxito, 99	
Prácticas, 100	
Clave para alcanzar nuestras metas, 101	
Bibliografía	105
Material audiovisual	107