

UNED SENIOR. CURSO:

Curso 2025-2026

ASIGNATURA

COMUNICACIÓN EFICAZ Y CREATIVIDAD

PRESENTACIÓN

La comunicación y la creatividad son procesos básicos que nos acompañan desde el mismo momento en que nacemos a la vida. Comunicamos cuando hablamos, y con nuestros gestos, pero a veces mucho más con nuestros silencios...

Nos enfrentamos a un mundo siempre nuevo, siempre cambiante, y necesitamos constantemente buscar soluciones para nuestras inquietudes y encontrar respuestas para nuevas preguntas... Comunicación y creatividad van siempre de la mano y, como seres sociales que somos, las aprendemos de los demás y con los demás, con los que compartimos la experiencia de vivir. Conocer y entrenar estas habilidades será, más que un mero aprendizaje, una experiencia vital que nos capacitará para poder afirmarnos con más seguridad frente al mundo y frente a nosotros mismos.

OBJETIVOS

Como objetivo general durante todo el desarrollo de la asignatura se buscará provocar la reflexión en los asistentes con el fin de aprender, por sí mismos y a través del intercambio con los demás, de una manera dinámica y participativa, a mejorar su comunicación a todos los niveles. Asimismo, se plantea como objetivo el desarrollo de la capacidad de buscar soluciones creativas ante diversas situaciones que se nos presentan en nuestra vida cotidiana.

Como objetivo específico se plantea en todo momento la búsqueda de la utilidad práctica que cada uno de los aprendizajes adquiridos pueda tener.

Es decir, se intentará buscar respuesta en cada sesión a preguntas tales como: ¿en qué me puede beneficiar en mi propia vida este nuevo conocimiento? ¿para qué me puede servir en mi desarrollo personal? ¿para qué puedo utilizarlo a la hora de intentar mejorar mi relación en general con los demás? ¿de qué manera puedo utilizar estos nuevos conceptos adquiridos en mi papel de padre, hijo, abuelo, hermano, pareja...?

METODOLOGÍA

Se realizarán exposiciones teóricas acerca de principios fundamentales y características que definen a los procesos comunicativos y creativos, a modo de introducción de las sesiones.

No obstante, el modo de trabajo predominante será la realización de ejercicios prácticos con los que se pretende que los alumnos vivencien por sí mismos los contenidos expuestos, de una manera lúdica.

También se utilizará la dinámica de grupos como herramienta fundamental, así como el planteamiento de temas al grupo total, a modo de debate, sobre temas de interés, propuestos por la tutora o los propios alumnos.

CONTENIDOS

Se expondrán a los alumnos de forma teórica y se manejarán de forma práctica, mediante ejercicios aplicados, las variables que intervienen y que es necesario modular para que una comunicación sea eficaz.

Asimismo, se estudiarán las características de los tipos diferentes de comunicación que se pueden establecer, según el número de personas que intervengan en ella.

Se estudiarán y entrenarán diferentes habilidades personales, muy necesarias para ser capaces de comunicarnos frente a los demás con seguridad y conseguir que nuestra comunicación cumpla los objetivos para los que la realizamos.

En cuanto a la creatividad, se explicará a nivel teórico todo aquello que la condiciona, determina y desarrolla, trabajando a continuación sobre diferentes problemas a resolver, de tipo práctico, donde se puedan aplicar los conceptos estudiados.

Comunicación y creatividad se trabajarán juntas, de una manera natural, ya que en toda dinámica de grupos ambas están presentes inevitablemente, lo cual permitirá analizar todos los contenidos estudiados alrededor de ambas, con base a las distintas prácticas que se desarrollen.

PROGRAMA

COMUNICACIÓN

Fundamentos de la comunicación:

- Definición de comunicación: qué es comunicar y que no es comunicar.
- La comunicación verbal y no verbal
- Características del proceso de comunicación
 - o La escucha activa
 - o Patrones negativos de escucha
 - o El pensamiento reflexivo
 - o El estilo de comunicación
 - o Elementos que intervienen en el proceso comunicativo
 - o Distorsiones en el mensaje
 - o Disonancia cognitiva
 - o El significado está en las personas

Tipos de comunicación:

- Comunicación intrapersonal (construcción del “sí mismo” a través de la comunicación)
 - o El diálogo interno
- Comunicación interpersonal (cómo nos entendemos entre dos personas)
- Comunicación intergrupala (cómo se comunican los miembros de un grupo)
 - o Grupos de trabajo eficaces. El poder del grupo. Los roles en el grupo
 - o Teorías del liderazgo. Tipos de liderazgo
- Comunicación frente a un grupo (cómo comunicamos ante los demás)
 - o La asertividad
 - o El arte de hablar en público.

CREATIVIDAD

Definición de creatividad.

Barreras que nos impiden ser creativos.

Para qué sirve la creatividad.

Cómo estimular la creatividad:

- Resolución de dilemas morales
- Resolución de problemas ficticios en dinámicas de grupo
- Entrenamiento en habilidades que fomentan la creatividad

Algunos ejercicios prácticos que se realizarán de comunicación y creatividad:

“Ejercicio de escucha activa con comunicación no verbal”

“Role-playing de patrones de escucha”

“Distorsiones en la transmisión oral”

“Distorsiones en la comunicación escrita”

“El dilema del prisionero”

Dinámicas de grupo:

“El juego de la NASA”

“Listado de responsabilidad”

“El desafío de la Marshmallow” de Tom Wujec (“Construye una torre, construye un equipo”)