

Introducción a la "Comunicación Empática"

¿Qué es la Comunicación Empática?

La idea principal es comunicarse con los propios sentimientos y necesidades para poder escuchar los de los demás. El curso se basa en el concepto de la "Comunicación No-Violenta©" fundado por Marshall Rosenberg. Partiendo de su hipótesis que "la violencia es la expresión trágica de necesidades insatisfechas" él desarrolló un modelo para conocer sus emociones y necesidades, estar atento a cómo surgen esas violencias y descubrir cómo conectarse desde el corazón con uno mismo y con los demás.

Se aplica el modelo para mejorar el entendimiento en las relaciones personales, en las escuelas, en empresas y también en conflictos bélicos.

Ideas fundamentales:

- Cada persona es responsable de su pensar y de sus emociones
- Los seres humanos queremos satisfacer nuestras necesidades
- Comunicándonos logramos contacto con una o más personas
- Podemos configurar este contacto para mejorar nuestro vínculo con los demás

¿Qué les espera?

Introducción al método: Elaboramos los 4 pasos de la comunicación empática:

- ✓ Distinguir entre lo que sentimos y lo que pensamos,
- ✓ Cuándo juzgamos o interpretamos a los demás,
- ✓ Detectar cuáles son nuestras convicciones en situaciones específicas
- ✓ Aprender cómo pedir sin exigir con el objetivo que el otro pueda voluntariamente mejorar nuestra vida. Y: cómo poder escuchar un no!

También vamos a localizar situaciones en que decidimos no utilizar la comunicación empática.

Método

La presentación del modelo se lleva a cabo en forma de charlas introductoras y elaboraciones juntamente con las experiencias de los participantes. Trabajamos igualmente con ejemplos como con situaciones vivenciales. Al final de cada paso los participantes reciben apuntes y propuestas para ejercicios adicionales.

Dictado por:

Lic.Nanne Lotzkat: Comencó la formación en Comunicación No-Violenta hace cinco años en Alemania. Sus profesores principales fueron el creador del método Dr. Marshall Rosenberg (EE.UU.) y la maestra Laurence Reichler (Suiza). Actualmente está terminando la formación de Constelaciones Familiares y Soluciones Sistémicas en el Centro Bert Hellinger de Argentina dónde también dicta cursos y talleres sobre Comunicación y Facilitación de grupos.

5 encuentros de 2,5 horas

los siguientes lunes de 18.30 a 21.00 horas

mayo: 15 - 22 - 29

junio: 5 - 12

Arancel: 175 \$

Lugar: El Centro Malabia 2220

Inscripción: con nombre, apellido, mail y teléfono

via mail: nanne@nlo-consulting.com.ar o teléfono 4862-1849