

La Comunicación no violenta

Cuando hay una buena conexión entre las personas la comunicación fluye, los problemas se solventan con facilidad y la buena voluntad para aportar soluciones surge de manera espontánea.

La violencia en la comunicación se compone de una serie de elementos que hacen que las personas nos cerremos en banda, nos pongamos a la defensiva y la conexión entre nosotros se corte. La mayoría de esos elementos no son evidentes, pero con este método aprendemos a identificarlos y a transformar nuestro lenguaje para mantener o recuperar la conexión perdida.

La base de este método se compone de 4 sencillos pasos. Y para poder implementarlos con éxito se requiere repetición y perseverancia como cuando aprendemos un nuevo idioma.

El compromiso con uno mismo para cambiar “el chip” en nuestra comunicación es esencial, y los resultados se ven desde el primer día.

Esta metodología fue desarrollada por el psicólogo estadounidense Marshall B. Rosenberg y lleva desde la década de los 70 goza desde entonces de gran reconocimiento.

En Triform Institute creemos que la CNV es un complemento fundamental para el desarrollo de las organizaciones, y por eso ofrecemos cursos en los siguientes formatos:

Intensivo: 10 horas para grupos entre 10 y 14 alumnos: 130 euros/persona (IVA incluido)

- Nivel INICIACIÓN consultar fechas
- Nivel AVANZADO consultar fechas

Extendido: 10 clases de 1,5 horas una vez por semana. Ideal para iniciarse y profundizar en grupo: 195 euros/persona (IVA incluido)

- Consultar fechas