

COMUNICACIÓN NO VIOLENTA

La Comunicación No Violenta (CNV) es un lenguaje de vida y una manera de comunicarnos con nosotros mismos y en nuestras relaciones personales, familiares o laborales. Una actitud de estar en la vida, combinando en ella cuidado, respeto y empatía, para nosotros y los demás. En el centro de atención está la conexión con los sentimientos y necesidades y la expresión de peticiones positivas y concretas.

¿Qué nos aporta la Comunicación No Violenta?

- Crear relaciones personales satisfactorias, basadas en el respeto, la compasión y la cooperación.
- Resolver conflictos, ya sean personales, familiares, institucionales o internacionales.
- Sanar experiencias pasadas.
- Traspasar condicionamientos culturales.
- Saber decir "no" y aceptar el "no" del otro.
- Resolver sentimientos de culpa, miedo, vergüenza.
- Descubrir que las personas pueden contribuir naturalmente y desde la libertad al bienestar de otros.
- Desarrollar la capacidad de escucha y comprensión.
- Terminar con patrones de pensamiento que llevan a discusiones, ira y depresión.
- Encontrar las necesidades que dan vida a individuos, familias, colegios, comunidades y empresas.

Más información:

La Comunicación NoViolenta (CNV) fue desarrollada por Marshall Rosenberg, Doctor en psicología clínica, educador, reconocido mediador en conflictos internacionales y fundador del "Center for Nonviolent Communication" (CNVC), en el año 1984.

<https://www.comunicacionnoviolenta.com> Comunicación No Violenta España <https://www.cnvc.org> - The Center for nonviolent communication

II Seminario de Comunicación No Violenta en Zaragoza SchoolHouse

La CNV conecta con la manera de relacionarnos y estar en el aula Montessori y la resolución de conflictos a través de la Disciplina Positiva. Desde Zaragoza SchoolHouse vemos la importancia de establecer relaciones sinceras y activas en la comunidad de aprendizaje que la forma (niños y niñas, guías, dirección y familias) y cómo la CNV nos puede ayudar a mejorar en ello, así como en nuestras relaciones personales y laborales.

Como continuación a los seminarios realizados durante el curso 2018/19 durante este curso seguiremos profundizando y practicando la CNV a través de ejercicios y situaciones propuestas por los facilitadores y participantes.

Programa previsto:

El programa previsto se compone de ocho sesiones de 4 horas de duración (sábados de 10 a 14h), en el primer taller se hará una retrospectiva del método básico de la CNV y en él se presentarán temas de interés para elegir y trabajar en los talleres prácticos.

El programa complementa y profundiza en lo tratado en los seminarios anteriores, repasando los conceptos fundamentales y la manera de trabajar a través de la CNV.

Los temas que se tratarán en los siguientes talleres son:

- Alternativas a premios y castigos.
- Establecer los límites.
- Las peticiones.
- Cómo gestionar conflictos entre niños.
- Gestión de la rabia.
- Gestión de la culpa.
- Más allá de la dicotomía bien/mal.
- Relación de los niños con Internet y la consola.

A lo largo de las sesiones pueden surgir otros temas a tratar sobre los que trabajar. La última sesión utilizará el último taller conjunto para compartir las experiencias y los retos que vayan surgiendo al ir aplicando estos principios.

La metodología que se empleará será muy experiencial. Todo el aprendizaje se realizará a partir de situaciones concretas y casos prácticos.

Participantes

Los seminarios están abiertos a toda la comunidad educativa interesada en profundizar en la CNV. El grupo de participantes lo forman docentes, familias y directivos de centros educativos.

Fechas y horarios

Sesión 1: 19 de octubre de 10 a 14h

Profundización en las necesidades. Traductor de necesidades

Sesión 2: 30 de noviembre de 10 a 14h

Empatía. Escalando hacia nuestro Everest.

Sesión 3: 18 de enero de 10 a 14h

Partes de nuestros hijos que nos activan. Diferenciar la acción del ser.

Sesión 4: 8 de febrero de 10 a 14h

Profundización en los límites. Etapas de los límites. Poner límites cuidadosos de la relación

Sesión 5: 28 de marzo de 10 a 14h

Situación que nos estimulan con nuestros hijos. Acción - No reacción

Sesión 6: 18 de abril de 10 a 14h

Escuchando a mi cuerpo en la toma de decisiones.

Sesión 7: 16 de mayo de 10 a 14h

Diálogo con mis hijos.

¿Dónde estoy antes de iniciar un diálogo?

¿Dónde estoy en el momento del diálogo?

Escuchando el SÍ en el NO

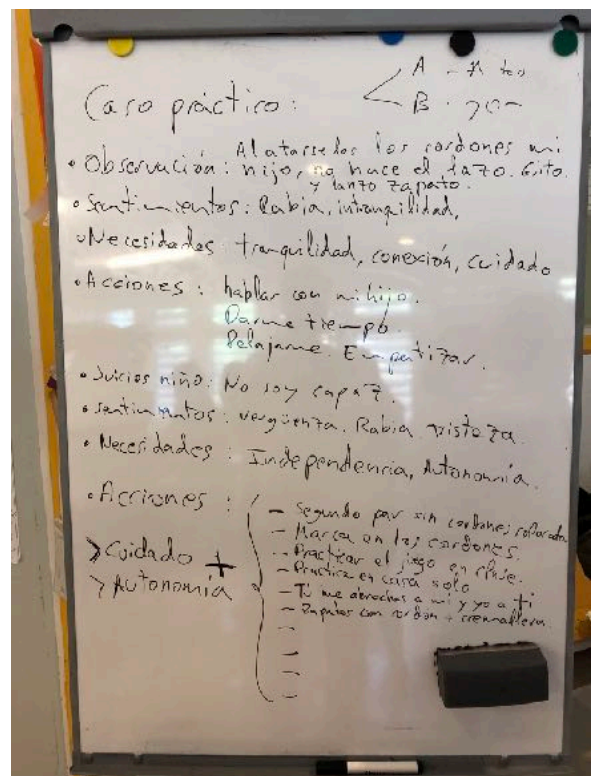
Sesión 8: 6 de junio de 10 a 14h

Peleas entre hermanos y/o amigos. Cómo mediar sin hacer de juez. Ayudarles a entenderse para que contribuyan a que resuelvan ellos sus conflictos.

Cierre del curso.

Inscripciones

Para inscribirse al seminario puedes enviar un correo a hello@zaragozaschoolhouse.com o llamando al teléfono 976 580452 indicando tu nombre y teléfono .



Coste

Coste total del curso (8 sesiones): 240 euros.

El coste incluye:

- grupo de juego en el jardín de Vía Ibérica para niños y niñas de 3 a 10 años.
- Tentempié durante los seminarios

Descuentos (no acumulables)

- 5% pago único antes del 10 de octubre
- 5% familias que acuden a nido & ZSH
- 10% por pareja en ambos progenitores

Forma de pago:

Pago único con 5% de descuento en la inscripción: 228 euros. Abono antes del 19 de octubre.

Pago aplazado:

- 50 euros como confirmación de la inscripción antes del 10 de octubre
- 120 euros antes del 20 de noviembre
- 70 euros restantes antes del 1 de febrero

Ingreso: cuenta ES91 2100 0730 3102 0079 5055 de La Caixa a nombre de Pestalozzi S.Coop indicando en el concepto CNV NOMBRE PARTICIPANTE



Facilitadores

Marta Serrano

Marta Serrano es madre de trillizas y se ha formado en Comunicación NoViolenta para padres y profesores en el Instituto de Comunicación NoViolenta con Pilar de la Torre durante 4 años. Formada en Comunicación NoViolenta y Meditación con Pilar de la Torre y Margarita Huber. Es Arteterapeuta certificada por el Institut für Humanistische Kunsttherapie de Suiza y tiene el Título Superior Universitario de Acompañamiento a la infancia en Artes Plásticas. También está formada en Educación Creadora de Arno Stern y en Bellas Artes. Profesora de Yoga para niños y Mindfulness en la escuela OM Shree OM dirigido por Christine McArdle y acreditado por U.S.A Yoga Alliance.

Miembro de la Asociación Española de Comunicación NoViolenta, es colaboradora del Instituto de Comunicación NoViolenta de Pilar de la Torre impartiendo charlas y formaciones en centros educativos a padres y profesores. También realiza talleres tanto en colegios y escuelas como en su propio taller para acercar la Comunicación NoViolenta a la expresión artística desde el enfoque de la Educación Creadora y el no juicio. Imparte el módulo de Comunicación NoViolenta y Arteterapia en la formación de docentes en el "Curso de Profesores de Yoga para adolescentes" de la escuela OM Shree Om.

Sus estudios se completan con la Formación de materiales vivenciales en primaria y cursos de introducción a la pedagogía Waldorf, Montessori, Emilio Reggia y Emmi Pikler.

Javier Nieto

Javier Nieto es padre de trillizas y formado internacionalmente en Comunicación NoViolenta por The Center for Nonviolent Communication. En España se ha formado en profundización en Comunicación NoViolenta con Pilar de la Torre desde el año 2017. Formado también en Comunicación No Violenta y Meditación con Pilar de la Torre y Margarita Huber.

Javier abandonó su faceta de Director Creativo Ejecutivo en una agencia de publicidad para cambiar la comunicación comercial por la Comunicación NoViolenta. Pasó de incitar la compra de productos y servicios que muchas veces no necesitamos a centrarse en exclusiva en todo aquello que necesitamos y sentimos: en la difusión del lenguaje y de la práctica de la Comunicación NoViolenta. De hacer anuncios para grandes marcas como Coca-Cola, Banco Santander, Repsol, Heineken... a trabajar para potenciar las relaciones humanas en esas marcas y en todo el ámbito empresarial.

Miembro de la Asociación Española de Comunicación NoViolenta, es colaborador del Instituto de Comunicación NoViolenta de Pilar de la Torre impartiendo charlas y formaciones tanto en empresas como en centros educativos y organizaciones sin ánimo de lucro.