

## LA COMUNICACIÓN QUE BLOQUEA LA COMPASIÓN

### BASADO EN EL PROCESO DE COMUNICACIÓN NO-VIOLENTA

#### CURSO

**Fecha:** 04, 18, 25 de abril del 2020

**Horario:** de 16:00 a 18:00 horas.

**Perfil de público al que va dirigido:** A quienes tengan interés en mejorar sus habilidades de comunicación con los demás. Muy útil para padres de familia, docentes, psicoterapeutas, psicólogos, tanatólogos, personas en cargos de liderazgo, etc.

**Entrada libre.**

**Cupo limitado.**

### Gerardo Aridjis

Psicoterapeuta Humanista con las Especialidades en:

- Logoterapia y Análisis Existencial
- Enfoque Centrado en la Persona (ECP)
- Psicoterapia Gestalt
- Psicoterapia Corporal
- Tanatología
- Instructor de Comunicación No Violenta

En la actualidad da consulta individual, de pareja y facilita procesos psicoterapéuticos de grupo tanto en CDMX como en Cuernavaca e imparte constantemente cursos, talleres y conferencias sobre desarrollo humano y liderazgo colaborativo en diversas instituciones entre ellas el Tecnológico de Monterrey campus Cuernavaca, la Universidad del Medio Ambiente UMA campus Valle de Bravo, el Museo de Memoria y Tolerancia de la CDMX. Es un incansable promotor del modelo de Comunicación No Violenta del Dr. Marshall Rosenberg y lo ha llevado a través de la Fundación Parinaama al Centro de Readaptación Social de Atlacholoaya, Morelos tanto en las áreas femenil como varonil, también ha participado en los Tribunales para el Tratamiento de Adicciones (TTA) del Estado de Morelos en un programa en conjunto con la Organización de Estados Americanos (OEA), llamado Justicia Terapéutica y ha colaborado para un gran número de instituciones educativas, hospitalarias, empresariales y gubernamentales. En medios de comunicación ha participado con regularidad en el programa Diálogos en Confianza del Canal Once y en el programa Dimensión 11:11 de Radio Fórmula. Cuenta con una charla TEDx Independently Organized Event cuyo título es Reconectar con Uno Mismo.

## **Objetivo de aprendizaje**

La finalidad de este curso es aprender a comunicarnos de una manera que nos lleve a dar desde el corazón. Aprenderemos a centrar la atención de una manera que esté en consonancia con nuestras necesidades más profundas y las de los demás. Desarrollaremos la habilidad de enfocar nuestra conciencia ahí donde es mucho más probable que encontremos lo que buscamos a través de los cuatro componentes de la CNV. Nos daremos cuenta de los efectos que tienen en nuestras relaciones los juicios moralistas, las comparaciones y otras formas de comunicación que alienan de la vida.

Este curso está basado en la 3ª edición ampliada del libro de Comunicación No-Violenta de Marshall B. Rosenberg, Editorial Acanto

## **Sesiones:**

### ***Sábado 04 - Dar desde el corazón***

- Una manera de centrar la atención
- El proceso de la CNV
- Aplicar la CNV en nuestras vidas y en el mundo
- La CNV en acción. “¡Asesino!, ¡Criminal!, ¡Asesino de niños!”

### ***Sábado 18 – La comunicación que bloquea la compasión***

- Los juicios moralistas
- Las comparaciones
- La negación de la responsabilidad
- Otras formas de comunicación que alienan de la vida

#### ***– Observar sin evaluar***

- La forma más elevada de la inteligencia humana
- Distinguir la observación de la evaluación
- La CNV en acción: “¡El formador más arrogante que hemos tenido nunca!”

Ejercicio: ¿Observación o evaluación?

**Sábado 25 – Identificar y expresar sentimientos**

- El elevado costo de los sentimientos no expresados
- Sentimientos frente a no sentimientos
- Ampliar nuestro vocabulario de sentimientos

Ejercicio: La expresión de los sentimientos

**Fuentes consultadas**

Libro de Comunicación No-Violenta, Un Lenguaje de Vida, 3ª edición ampliada  
Dr. Marshall B. Rosenberg, Acanto Editores

**Se entrega constancia de participación con el 100% de asistencia.**

## IMPORTANTE

Queda estrictamente prohibido la reproducción total o parcial de este programa sin previa autorización por escrito del(a) coordinador(a) del programa.

Te invitamos a leer las siguientes **políticas de funcionamiento**, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas. No es necesario pagar un acceso/boleto en taquilla.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción **NO ASEGURA TU LUGAR**. Es importante llegar con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros espacios tienen un cupo limitado de asistentes.
4. El Centro Educativo está sujeto a la disponibilidad de espacios según la operación del museo. Los espacios pueden cambiar sin previo aviso.
5. Las inscripciones sólo se harán a través de nuestra página web. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
6. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
7. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es con tu firma en las listas. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
8. El acceso a las aulas será conforme al orden de llegada y estará sujeto a la operación del museo.
9. No se permite apartar ni reservar lugares en las unifilas o en las aulas (te invitamos a no poner mochilas u objetos en lugares que estén desocupados).
10. Está prohibido entrar con alimentos y/o bebidas que puedan caerse o derramarse fácil. Por favor trae tu bebida en un termo.
11. Una vez completo el aforo del aula, por motivos de seguridad **NO SE PERMITIRÁ EL ACCESO** (no puedes permanecer de pie ni sentado en el piso).
12. Está permitido ingresar al aula una vez iniciada la sesión, pero sólo se podrá acceder si hay lugares disponibles.