

COMO DAR RETROALIMENTACIÓN SIN CRITICAR

BASADO EN EL PROCESO DE COMUNICACIÓN NO-VIOLENTA

CURSO VÍA STREAMING

Fecha: sábado 05 y 12 de diciembre del 2020

Horario: de 17:00 a 18:50 hrs.

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.

Coordina:

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

En este curso los participantes aprenderán cuales son los pasos recomendados por la CNV para dar retroalimentación sin criticar y distinguirán la diferencia entre lo que es retroalimentación y el estar reactivo. Hablaremos de la importancia que tiene la empatía mientras se da o recibe retroalimentación; del cómo crear un ambiente de confianza para evitar la defensividad y por ultimo hablaremos de cómo darla y/o recibirla cuando existen diferencias de poder.

Sesiones

Sábado 05 – Como dar retroalimentación sin criticar

- El propósito de dar retroalimentación
- Distinguir una retroalimentación del estar reactivo personalmente
- Alinearse a la intencionalidad de dar retroalimentación
- Los pasos para dar retroalimentación
 - Conectarse a la voluntad de recibir retroalimentación
 - Invitar a la persona a que se brinde retroalimentación a sí misma
 - Ofrecer la retroalimentación
 - Observaciones concretas y específicas
 - Especificar porque lo que se dice es importante
 - El efecto emocional de las acciones
 - Sugerencias
 - La comprensión de la persona que recibe la retroalimentación
- Plan de acción

Sábado 12 – La importancia de la empatía mientras se da retroalimentación

- Porque la empatía importa al dar retroalimentación
- Consideraciones importantes al ofrecer empatía
 - Preocupación por la apertura a la experiencia de la otra persona
 - Estar bien con la vulnerabilidad
 - Mantenerse enfocado
 - Regresar al propósito – cuándo
 - Regresar al propósito – cómo
- Recibir empatía
 - Trabajo interior
 - Trabajar la defensividad
 - Buscar retroalimentación de gente en tu vida
 - Integrar la retroalimentación
- Comprometerse con la retroalimentación
- La retroalimentación cuando hay diferencias de poder
 - Sistémicamente
 - Quien, cuando, criterios
- Proceso de retroalimentación cuando hay diferencias de poder
 - Dar retroalimentación
 - Recibir retroalimentación

Fuentes consultadas

Feedback without Criticism - Reference Materials and Reflection Journals – Miki Kashtan 2014 - Center for Efficient Collaboration

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.
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 conectarse con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros cursos tienen un cupo limitado de asistentes.
4. 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).
5. 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.
6. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es con tu nombre y correo en el formulario de cada sesión, dentro del horario de cada actividad (los registros fuera de horario no serán tomados en cuenta). No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.

IMPORTANTE

Para acceder a las transmisiones es necesario contar con el ID y CONTRASEÑA de cada actividad.

Para obtener ésta información regístrate en el curso de tu interés y confirma tu correo electrónico en: <https://www.myt.org.mx/centro-educativo#curso-presencial>

Una vez que obtengas el ID y la CONTRASEÑA realiza los siguientes pasos en el día y hora establecidos en tu curso:

1. En el sitio web de ZOOM: <https://zoom.us/> selecciona la opción **ENTRAR A UNA REUNION**



2. Ahora sólo coloca el número de identificación del curso (**ID**) y la contraseña, así podrás acceder a la sesión.

Entrar a una reunión

Enter meeting password

Enter meeting password

**Nuestras transmisiones tienen cupo limitado.
Te recomendamos que estés pendiente.**