

# 42 DIFERENCIACIONES CLAVE DE LA COMUNICACIÓN NO VIOLENTA. CUMPLIMIENTO VS CREATIVIDAD

## CURSO VÍA STREAMING

Fecha: sábado 07 y 14 de diciembre de 2024.

Horario: De 16:00 a 17:50 Hrs.

Perfil de público al que va dirigido: Público interesado en el tema, público en general.

Entrada libre. Cupo limitado.

### Gerardo Aridjis

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 propuestas sociales de 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, la Asociación Española de Mediación (ASEMED). 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, en la Comisión de Derechos Humanos del Estado de Morelos 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, Now MediaTV, entre otros.



## Objetivos de aprendizaje

El propósito de presentar a las personas participantes las 42 Diferenciaciones Clave de la Comunicación No violenta es repasar estrategias de comunicación concretas que ayuden a mejorar sus relaciones y evitar con ello los efectos problemáticos que produce una comunicación que replica los sistemas de dominación que sostienen las violencias.

## Sesiones

### Sesión 1: Cumplir vs Crear

Cuando cumplimos, el foco está en buscar el reconocimiento de otras en el sentido de estar en lo correcto, de que somos buenas, buscamos que otras nos hagan sentir capaces, desde el cumplimiento nos comparamos incluso con nosotras mismas con logros anteriores. Es una constante sensación de insuficiencia.

Por otro lado, cuando creamos estamos completamente conscientes de que nuestro foco está en atender necesidades, la creatividad se despliega para invertir nuestra energía de vida en la consecución de nuestros sueños.

Las preguntas abiertas las hacemos cuando creemos que la otra persona puede tener la respuesta de lo que estamos indagando y pueden ser usadas para tratar de comprender lo que nuestra interlocutora(a) pueda estar viviendo.

Las preguntas cerradas las hacemos cuando ya tenemos una idea de la posible respuesta, podemos elaborarlas solo para corroborar y a veces producen una respuesta de "sí" o "no".

Plantaremos en que momento resulta más adecuado qué modalidad de pregunta usar.

### Sesión 2: Recapitulación sobre los fundamentos de la CNV

En esta sesión haremos una recapitulación de los 4 componentes de la CNV

- 1) Observación
- 2) Sentimientos
- 3) Necesidades
- 4) Peticiones



Hablaremos también de como los juicios moralistas impiden enormemente la conexión con lo que está vivo en nosotras y en los demás. Cómo a partir de la propuesta de la CNV podremos conectarnos a los procesos que disminuyan las violencias que ejercemos.

Se entrega constancia de participación con el 100% de asistencia



## IMPORTANTE

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 500 asistentes.
4. Las inscripciones sólo se harán a través de la página web de Zoom. 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 mantenerse en la sesión por lo menos 60 minutos. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
7. En caso de conectarse más de una persona desde el mismo dispositivo, tendrán que escribir directamente a [centroeducativo@myt.org.mx](mailto:centroeducativo@myt.org.mx)

