

TREBAKUNTZA edefundazioa FORMACIÓN



Nerea Mendizabal

Komunikazioa ulerkorra eta eraginkorra. Bihotzetik jaiotzen diren hitzak

Otsailak 5, ostirala



hartueman

Gugan konfiantza gehiago izan nahi dugu, eta sentitzen duguna esan, haserretzeko beldurrik gabe: gure bikotekideari, familiari, ikasleei, lagunei, gure buruzagiei, eta abarri. Baina sarritan, ez dugu nahi genukeen guztia esaten, edo nahi genukeena baino gehiago esaten dugu; hortaz, ondoeza eta erruduntasuna sentitzen ditugu, gurekiko eta besteekiko.

Marshall Rosenbergek garatutako Indarkeriazkoa Ez Den Komunikazioa (IEDK) izango dugu ardatz prozesu honetan. Tresna sinple eta zehatz batean oinarritzen da, praktikoa eta eraginkorra, gurekin eta besteekin komunikatu ahal izateko, adierazpide zintzoaren eta sentimenduen eta premien entzute enpatikoaren bitartez; betiere, egoera zailak konpontzeko, lankidetzaren eta errespetuaren ikuspegitik; eta ez, ordea, erasoen eta epaien ikuspegitik.

EDUKIAK

- Indarkeriazkoa Ez Den Komunikazioaren oinarritzko elementuak
- Gure emozio eta jokabideak eragiten dituzten elementuak ulertzea, horiek aldatu ahal izateko.
- Benetako adierazpidea praktikatzea
- Entzumen enpatikoa entrenatzea, entzutea zaila den hori entzuteko.
- Gatazken ebazpena

METODOLOGIA

Ikastaroan teoria eta praktika uztartzen dira, ariketen eta proposamenen bidez, ikastaroaren edukiak eguneroko bizitzan esperimendu ahal izateko.

ERAGILEA

Nerea Mendizabal, Psikopedagogian lizentziatua, Gizarte Hezkuntzan diplomatua, Haur Masajeko hezitzailea eta familia/irakasleen eta haurren Pertsona Arteko Harremanetan egoeratan espezialista.

IEDK-ko etengabeko prestakuntza jaso du, Pilar de la Torrerekin eta nazioartean ziurtatutako beste trebatzaile batzuekin. Horrek lagundu dio eragile izaten, oraindik ziurtagiririk jaso ez duen arren.

ZUTANI jolasaren sortzaile eta egilea da: IEDK-ko bizipen-prozesuan oinarritutako material didaktikoa da, eta bere xedea da lotura emozionala lantzea, gatazken ebazpena erraztuz.

www.hartueman.com



LEKUA

bolunta Ronda kalea z/g (5 zenbakiaren aurrean). Bilbao Alde Zaharra. Metro Casco Viejo (Unamuno Plazako irteera)

DATAK ETA ORDUTEGIA

Otsailak 5, ostirala
9:30etik 14:00etara eta 15:30etik 19:00etara

PREZIOA

Prezioa: 85 €

Ordaintzeko modua: dirua ondoko kutzabankeko IBANean sartu: ES65 2095 0551 60 91 04008793

Ikastaroaren kodea: 7186

IZEN EMATEA

Matrikula egiteko jarri harremanetan **Carolina Carazorekin**, eta ondoko datu pertsonalak eman: izena, bi deiturak, NAN zenbakia, helbide postala, eta harremanetarako telefonoa

Posta elektronikoa: ccarazo@fundacionede.org

Telefonoa: EDE Fundazioa, 94 400 99 99



Online izen ematea

Ikastaroa diruz lagun dezakezu zure enpresaren prestakuntza-kredituaren bitartez.

Fundación Tripartita
PARA LA FORMACIÓN EN EL EMPLEO



UNIÓN EUROPEA
Fondo Social Europeo
El FSE invierte en tu futuro



edefundazioa



Simón Bolívar 8b 48010 Bilbao
ccarazo@fundacionede.org
94 400 99 99