



## Listado De Cursos

### El poder de la empatía

Taller temático de CNV

Ponente: Pilar de la Torre

Precio: 120€ Pago hasta el 17/09/10, 132€ Pago después.

Fecha: S 25, D 26 sep.

Horario: 10.00-14.00 y 16.00-20.00; 10.00-14.00

#### Descripción:

La empatía está en el corazón mismo de la Comunicación NoViolenta. Es una escucha global y profunda, que no busca influenciar al otro. Se trata de estar plenamente en el instante y ofrecer una atención benévola a las necesidades del otro. Estar despegado y no meter nuestro ego en la relación. La empatía pretende una conexión con el otro sea cual sea su sufrimiento y sin identificarse con él. Escuchar con empatía no es lo que hacemos cotidianamente y nuestra educación y el peso de nuestro ego, nos llevan con frecuencia a caer en ciertas trampas. Plantearemos diferentes casos prácticos que nos permitirán comprender mejor lo que es realmente esta empatía, cómo utilizarla en nuestras relaciones cotidianas y como ponerla al servicio de una comunicación auténtica, todo ello sin olvidarnos de expresar nuestra autenticidad. Reflexionaremos sobre los obstáculos más frecuentes a la comunicación empática para facilitar nuestra práctica en Comunicación NoViolenta.

Pilar de la Torre

Psicóloga. Psicopedagoga de la Comunidad de Madrid. Psicoterapeuta gestáltica. Formadora en Comunicación NoViolenta, certificada por The Center for Nonviolent Communication.