

# **LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA GESTIÓN DEL CONFLICTO Y BIENESTAR EN EL DÍA A DÍA**, con **Carmen Luz de la Puente** y **María Verónica Necochea**, especializadas en temas de convivencia escolar y resolución pacífica de conflictos.

**12 sesiones**

**A partir del 5 de abril**

**Lunes, 11:00 a 12:30 horas**

**\$ 127.000 Valor curso**

**\$ 106.000 Tarjeta Vecino Las Condes**

*“La comunicación es condición de existencia y relación entre los seres humanos”*

El curso está dirigido a todas las personas interesadas en su crecimiento personal y aporte a la sociedad desde su rol, desde los fundamentos de las Neurociencias, para los tiempos actuales. En este contexto, considerando el fundamental rol que cumple cada persona en la sociedad y teniendo en cuenta los cambios sociales que están afectando la armonía interior, es que se hace relevante apoyar, educar y entregar herramientas, métodos y técnicas que aborden y facilitan una mejor comunicación que sustenten adecuadamente las relaciones interpersonales.

El conflicto es inherente a nuestra naturaleza humana. Es común y muy fácil que se den discrepancias entre las personas a cada momento. Por lo mismo, es necesario saber manejar las emociones que nos embargan frente a una situación de desacuerdo y, por otro lado, saber abordar los conflictos con el apoyo de algunas técnicas específicas que ayudan a resolverlos de una forma más eficaz, resguardando las relaciones con quienes nos rodean.

## **Objetivo**

Capacitar a los participantes en promover las buenas relaciones y convivencia armónica, a través de métodos y técnicas para la resolución pacífica de los conflictos y los aportes desde las Neurociencias, dando a conocer los beneficios de transformar el modo de relacionarse con el otro, como recurso para mi autocuidado y bienestar emocional.

## **Contenidos**

- Conflictos, inherentes al ser humano: ¿Cómo los abordo?
- Sistema Emocional: reacciones, conductas y su fundamentación desde las Neurociencias.
- Claves para el Autocuidado Emocional.
- La importancia de conocer Origen, Causa y Elementos del Conflicto.
- Habilidades que nos ayudan y facilitan Comunicación Difíciles.

- Tres Técnicas de Resolución Pacífica de Conflicto.
- Transformando los conflictos en una oportunidad de crecimiento mutuo.
- ¿Cómo aportar a mi Bienestar Emocional?

### **Metodología**

Teórico-práctica, con el objetivo de generar las condiciones para una participación interactiva, lograr una sincronía favorecedora de aprendizaje, a través de experiencias vivenciales desde la realidad de los participantes y mediante la aplicación de múltiples dinámicas de trabajos individuales reflexivos, actividades entre pares, grupales, juego de roles y metodologías innovadoras, dirigidos a lograr el objetivo propuesto.

**Carmen Luz de la Puente Acuña** es profesora de Educación General Básica U.de Chile, con Postítulo en Ciencias de la Familia y Magíster en Mediación Familiar U. de Los Andes. Neurosicoeducadora, Buenos Aires, Argentina. Forma parte del staff de la Asociación Educar para el Desarrollo Humano, Argentina.

**María Verónica Necochea Krause** es mediadora familiar U. de Los Andes, diplomada en Neurociencias y Liderazgo Organizacional, Asociación Educar, Argentina. Integra el Comité Editorial de la Asociación Educar para el Desarrollo Humano, Argentina.