

## PROPUESTA FORMATIVA DEL TALLER DE COMUNICACIÓN NO VIOLENTA CNV

### I. DATOS GENERALES

- |                                 |                                             |
|---------------------------------|---------------------------------------------|
| 1. Nombre:                      | Taller de Comunicación No Violenta CNV      |
| 2. Tipo de actividad formativa: | TALLER                                      |
| 3. Diseño:                      | ABIERTO                                     |
| 4. Modalidad:                   | PRESENCIAL                                  |
| 5. Unidad Académica:            | 6133 - CENTRO CULTURAL - EDUCACIÓN CONTINUA |
| 6. Unidad Corresponsable:       | -                                           |
| 7. Coordinador(a):              | H0003726 - SIGHUAS RIVAS, MERCEDES MARICEL  |
| 8. Duración:                    | 10 horas                                    |
| 9. Número de propuesta:         | C009029                                     |

### II. FUNDAMENTACIÓN

El curso de comunicación no violenta está diseñado para introducir a los participantes a los principios y prácticas de la Comunicación No Violenta (CNV), desarrollada por Marshall Rosenberg. A lo largo de 5 clases, exploraremos cómo la CNV puede transformar nuestras interacciones, fomentando la empatía, el entendimiento y la resolución pacífica de conflictos. Los participantes aprenderán a identificar sus propios sentimientos y necesidades, así como a comunicarlos de manera efectiva y respetuosa.

### III. PÚBLICO OBJETIVO

Jóvenes y adultos, mayores de 18 años, interesados en mejorar sus habilidades de comunicación, ya sea en el entorno personal o profesional, y que deseen cultivar relaciones más empáticas y colaborativas. .

### IV. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- Identifica los principios fundamentales de la CNV, para aplicarlos a situaciones de conflicto, con el fin de fomentar la colaboración y entendimiento.
- Reconoce los sentimientos y necesidades de manera respetuosa y sin culpas, para promover una comunicación asertiva y relaciones de confianza.

### V. BLOQUE TEMÁTICO

- Fundamentos de la comunicación no violenta
- Percibir los hechos de manera objetiva y sin juicio
- Verbalizar los sentimientos con empatía
- Vincular nuestras emociones a nuestras necesidades
- La escucha empática para resolver conflictos de manera constructiva
- Expresar solicitudes de manera concreta y detallada

### VI. ESTRATEGIA METODOLÓGICA

#### 1. Estrategias didácticas:

Las sesiones serán interactivas con la participación activa y diálogo constante.

#### 2. Recursos de aprendizaje:

Los participantes recibirán bibliografía especializada sobre los temas desarrollados en cada sesión. Se utilizará apoyo audiovisual.

### VII. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

No hay evaluación del aprendizaje.

**VIII. CERTIFICACIÓN**

**1. Tipo de certificación:** CONSTANCIA DE PARTICIPACIÓN

**Requisitos:**

Se entregará la constancia de participación, en caso el participante cumpla con el 80% de asistencia a las sesiones previstas.

**IX. PLANA DOCENTE PROPUESTA**

| DOCENTE            | TITULO/GRADO ACADÉMICO                                                                                                                                                                                                                                                     | EXPERIENCIA LABORAL                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| KOLKER ,<br>MANUEL | Estudió el Diplomado de Enfermería en St.Bernard Hospital, Kamp-Lintfort, egresó del Diplomado de Facilitador de Mindfulness en Institut für Achtsamkeit, Bedburg. Estudió meditación por 7 años como Monje Budista del Orden Soto-Zen en el Monasterio Zenriver, Holanda. | Director de Conciencia Plena Perú, pionero de mindfulness en Sudamérica. Dicta cursos, retiros y terapias basadas en mindfulness en el Perú, dirige la tercera formación de mindfulness para profesionales de salud. |