

# Quiero Hablar y Ser escuchado

Taller en comunicación para jóvenes y sus padres

**31 Mayo y 1o Junio 2008**

**Sábado para jóvenes edad 12-16 años:**

**Horario: 10h a 14h & 16h a 19h**

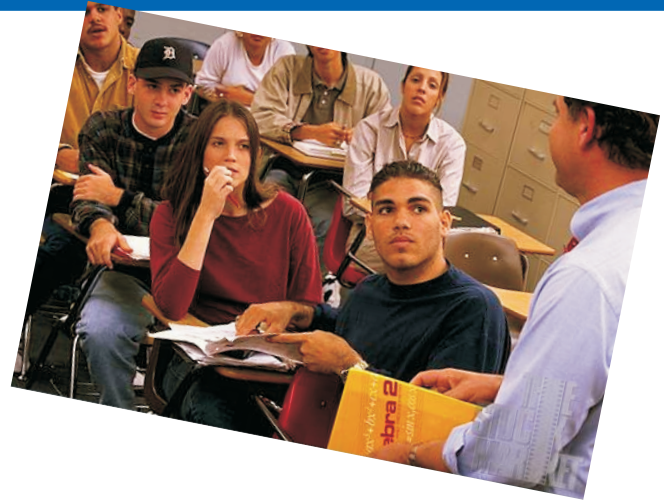
**Domingo para padres y madres:**

**Horario 10h a 14h**

**Lugar: Can Obert**

**Madremanya**

**Girona**



Te sientes frustrado y con miedo de expresar lo que tienes en tu corazón?

Quieres aprender a decir lo que sientes con confianza y sin miedo?

Quieres que cuando hables te escuchen?

Quieres mantener una conexión amorosa con tus hijos?

Te gustaría saber manejar situaciones cuando hay emociones fuertes?

## Las habilidades que aprenderás te ayudarán a:

- Tener diálogos constructivos.
- Mantener y crear confianza.
- Expresar y entender lo que es importante para cada uno en cada situación.
- Buscar estrategias que funcionen para todos.
- Mantenerte calmado en situaciones difíciles.

El taller será experimental, práctico y se utilizarán herramientas que ayudarán a manejar situaciones de la vida diaria.

Dirigido a jóvenes y padres que deseen mejorar y mantener relaciones armoniosas con la familia y amigos.



**Fabiola Fuentes**, es formadora certificada por el Centro para la Comunicación No Violenta (CNVC). Ofrece talleres de comunicación y sesiones particulares para individuos, familias, organizaciones y comunidades. Este trabajo está basado en la Comunicación No Violenta (CNV) creada por Marshall Rosenberg. Para mayor información visite [www.cnvc.org](http://www.cnvc.org)

Para reservar una plaza o recibir más información: Denys - Email [denys@gresolart.com](mailto:denys@gresolart.com)

Teléfono: 972491063