UNIVERSIDAD DE GRANADA

Vicerrectorado de
Igualdad, Inclusión y
Compromiso Social

Taller 7: Comunicación no violenta (parte I)

Martes, 16 de abril de 2024

De 17:00 a 19:30 horas. Seminario 3 Facultad de Ciencias Políticas y Sociología.

Continuamos con el séptimo taller del ciclo sobre autocuidado y salud mental, un total de nueve talleres que se ofrecerán mensualmente durante el curso académico 2023/2024.

SéptimoTaller: Comunicación no violenta (parte I)

La comunicación tiene una relación directa con la salud mental y el autocuidado, ya que es una vía para identificar y expresar nuestros sentimientos y necesidades. Además, la forma en la que nos comunicamos puede transformar la forma de relacionarnos, caminando hacia una sociedad más igualitaria. Este taller invita a entender la comunicación como una herramienta para establecer relaciones basadas en la sinceridad y la empatía, que permitan satisfacer las necesidades de las personas implicadas en la comunicación.

- Cerrado plazo de inscripción
- Toda la información
- Organizan: Vicerrectorado de Igualdad, Inclusión y Compromiso Social. Delegación del Rector para la Salud y Relaciones con Sistema Sanitario
- Contacto: @email

El objetivo de estos talleres es crear **espacios en la universidad para poder dialogar sobre temas relacionados con el autocuidado** y proporcionar **herramientas prácticas para poderse cuidar mejor,** abordando temas verdaderamente relevantes para el **bienestar humano dentro y fuera de la universidad**.

Cada taller combina la reflexión personal, para que lo aprendido se puede incorporar e implementar en la vida de cada persona; espacios para compartir en grupos, para adquirir nuevas perspectivas a través de la comunicación respetuosa y el apoyo mutuo; la indagación en los aspectos sociales del tema, siempre con perspectiva de

Copyright© 2025 Universidad de Granada

género e interseccional; y la exposición así como el desarrollo colectivo de estrategias y herramientas prácticas para lograr un cambio real.

Copyright© 2025 Universidad de Granada