



GREC

Butlletí electrònic

23/03/2012

Píndola resolutiva 6: Millorant la comunicació podem evitar conflictes

"Jo no he dit això!", "Què no he dit jo?", "Però què m'has dit?", "Però què m'has dit?" és motiu de disputes i malentesos.

Com millorar, doncs, la nostra comunicació per evitar conflictes?

- Escull les *paraules adequades* per no ferir (un llenguatge [gesertiu](#)). I també tingues
- *Respecta i comprèn les opinions de l'altre* de ["No defentes! és la teua actitud davant d'aquelles persones!"](#).
- *No castiguis o donis les puntes a aquells que no parlen estiguem parlant sobre sentiments*
- *Sigues empàtic/a:* t'ajudarà a establir llaços ["A més a més et pot fer ferigüetes."](#)
- Si estàs enmig d'un conflicte *mantén un diàleg franc*. Això permetrà a les parts evolucionar i resoldre el conflicte.
- *Tingues en compte tant la comunicació verbal com la no verbal:* et fixes en la comunicació no verbal

La comunicació és com anar en bicicleta: pràctica i vindrà tot "rodant"!



Presentem el programa definitiu de les III Jornades de mediació GREC: Gènere i conflicte

27 i 28 d'abril a la Casa del Mar de Barcelona (divendres tarda i dissabte matí).

En aquesta edició volem reflexionar sobre les contribucions que es poden fer des de l'àmbit del conflicte

[Consulta el programa](#)

Ja podeu fer la inscripció grecc@grecxarxa.org indicant nom i cognoms, professió, correu electrònic i telè

GREC busca tècnic de projectes

Si estàs interessat en dur a terme projectes de GREC a l'Àrea de Gènere i Barcelonilla, et podria

Oferim un contracte de 37 hores setmanals. També hi ha la possibilitat d'accedir al lloc de treball sent a

A causa de l'alt nombre de demandes, només contactarem amb aquelles persones que surtin seleccion

GREC Resolució de conflictes entén que en el moment d'omplir els formularis que figuren en el lloc

Si has rebut aquest e-mail per error o desitges donar-te de baixa respon aquest e-mail amb l'assumpte



Consulta
Vols rebre'l

[tots els butlletins
al teu email?](#)



Vols ser de GREC?

[Avantatges](#) de ser GREC



Vols conèixer el

[bloc de GREC](#) ?



Segueix-nos a [facebook](#) !



Segueix-nos a [twitter](#) !

© 2011 Grexarxa | [Ctra. de Barcelona 12-14, 3r 6a. 17001 Girona](#) | Tel.: 972 200 545 | A/e.: grec@