



GREC

Butlletí electrònic

30/05/2012

Píndola resolutiva 10: Coneix-te a tu mateix

Alguns dels puntals per a la pràctica i prevenció dels conflictes són els següents:

- [Assertivitat](#)
- [Empatia](#)
- Pensaments alternatius
- Autoconeixement i autocontrol

Ja ho deia Shakespeare: **De tots els coneixements possibles, el més savi i útil és conèixer-se a si mateix.**

Això implica ser conscients de les nostres fortaleeses i debilitats, aprendre a identificar els nostres estat

Alhora, podrem comprendre bé el comportament dels que ens envolten, identificar els seus sentiments

Escolta't a tu mateix/a . Ja veuràs com serà més fàcil relacionar-te, tant a la feina, com a casa, o amb



Community Manager: La Vessant Social del 2.0

La Fundació Universitat de Girona i GREC Grup de Recerca i Estudi dels Conflictes organitzen un Curs

[Més informació](#)

Reflexions sobre mediació civil i mercantil

"La mediació ha de ser assumida per l'advocacia com un instrument al seu servei, al qual puguin acudir

Descarrega't i llegeix l' [article sobre mediació civil i mercantil](#) sencer.

Galeries d'imatges

GREC participa a la [Marató de la pobresa](#) de TV3 i [solidaritat.](#)

[a la 2a jornada de la](#)

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