



Más allá de la concepción romántica, os deseamos que hoy (y en tu día a día) puedas sumergirte en la maravillosa emoción que nos lleva a conectar genuinamente con nosotros mismos, con quienes nos rodean y con nuestro entorno.

El día de hoy, tuvimos una Charla Viva enfocada en potenciar la armonía en las relaciones a través de herramientas para la prevención y resolución de conflictos.

Nos gustaría compartir con vosotros la grabación de la charla, así como algunos recursos adicionales para profundizar en estos conceptos



### **Lenguajes del amor**

Conoce sobre los 5 lenguajes del amor, las diferentes maneras que tenemos para dar y recibir amor en nuestras relaciones.



### **Comunicación**

Aprende sobre el modelo de comunicación no violenta que nos da un paso a paso para nutrir la escucha y comunicación asertiva.



### **Empatía**

¿Qué pasaría si existiera un ingrediente mágico para resolver conflictos y malos entendidos? Por fortuna si existe, solo que a veces se nos olvida usarlo. La empatía es esencial para la comunicación asertiva.

[Consulta aquí](#) la grabación de nuestra Charla Viva, en la cual exploramos diferentes técnicas para la prevención y resolución de conflictos.