

Xalapa, Ver. A 30 de Mayo de 2024.

Concluye personal CEDHV jornada de capacitación



Personas servidoras públicas de la Comisión Estatal de Derechos Humanos (CEDHV) participaron del curso “Herramientas para tener una Comunicación Asertiva” impartido por Hilda Gabriela Galindo Solano, psicóloga de la Coordinación de la Línea Violeta Xalapa del Instituto Municipal de las Mujeres.

Con esta plática el personal del organismo estatal concluyó una jornada de capacitación de cuatro cursos que forman parte de un ciclo de conferencias implementadas para el cuidado de la salud mental de las y los trabajadores de la Comisión Estatal.

En el auditorio Ernesto Luna Duarte de oficinas centrales, la ponente precisó que la asertividad “es una forma de comunicación que consiste en defender tus derechos, expresar tus opiniones y realizar sugerencias de forma honesta, sin caer en la agresividad o la pasividad, respetando a los demás, pero sobre todo respetando tus propias necesidades”.

Por lo que destacó la importancia de saber comunicarse de manera asertiva en el entorno laboral con los propios compañeros de trabajo, así como con las personas usuarias del organismo. “Comunicación asertiva es hablar de ti, de tu mundo interior, hablar de lo que se te dificulta lo que no, lo que entiendes, lo que no entiendes, lo que falta lo que te sobra y es conocerte a ti”, expresó.

Del mismo modo detalló la relevancia de las palabras claves positivas y su significado en el manejo de la comunicación asertiva tanto para el ámbito laboral como personal y las cuales son: Confianza, Respeto, Escucha activa, Tolerancia, Empatía, Consideración, Comprensión, Oportunidad y Paciencia.

Al termino de la ponencia con la representación de la Doctora Namiko Matsumoto Benítez presidenta de la CEDHV; Fernanda Tlazalo Cabal, Encargada de Despacho del área de Contención y Valoración de Impacto de la Comisión Estatal hizo entrega de reconocimientos a las especialistas del Instituto Municipal de las Mujeres que impartieron los cursos correspondientes a dicha jornada de capacitación.

*Esta información es pública y ajena a cualquier partido político. Queda prohibido su uso para fines distintos a los establecidos.