

Datos personales

Helen Margaret ADAMSON

Formadora certificada con el [Center for Nonviolent Communication](#) desde 2014
Sant Cugat del Vallès (Barcelona)

helen@compartirlacnv.com

www.compartirlacnv.com

Idiomas

- Castellano
- Català
- English

En qué ámbitos principales comparto la CNV actualmente

- Sesiones y talleres a través de internet:
 - Ofrezco [sesiones de acompañamiento](#) por teleconferencia.
 - Ofrezco un curso, [Hacer juegos de rol sanadores](#), para personas que ya tienen una base sólida en la CNV, habiéndola practicado durante unos cuantos años, con el objetivo de darles la oportunidad de conocer y practicar Juegos de rol sanadores con supervisión y feedback.
- Información y recursos de CNV a través de [mi web](#), mi [canal de YouTube](#), y otros sitios en internet. Destacan:
 - [Transformar la culpa sin desentenderme de los efectos de mis acciones](#)
 - [CNV para madres, padres y docentes](#)
 - [NVC in parenting and education](#)

Otra experiencia profesional como formadora de CNV

- Desde el 2007 he ofrecido talleres, charlas, cursos, grupos de práctica y sesiones individuales de CNV en Catalunya; en uno de los festivales de

verano y en varios de los encuentros anuales organizados por la *Asociación para la Comunicación NoViolenta*.

- En 2013 Amalásiri Murcia y yo fundamos el [Programa Anual](#), un programa residencial de formación en CNV, por el cual han pasado decenas de personas. Participé en el proyecto como co-organizadora y co-formadora hasta el 2020.
- Formé parte del equipo formador en el *International Intensive Training (IIT)* en CNV (9 días) en Tenerife en diciembre 2019 / enero 2020.

Formación recibida en CNV

- **Formación con Marshall Rosenberg:**
 - 2003: *Creating Intimacy in Your Life* (1 día) en California (mi primer taller de CNV).
 - 2006: *International Intensive Training (IIT)* en CNV (9 días) en Suiza con Marshall Rosenberg, Angela Dietz, y Suna Yamaner.
- **Formaciones residenciales para formadores/as:**
 - 2008: *The Art of Facilitating Groups and NVC Dance Floors* (3 días) en Inglaterra con Bridget Belgrave y Gina Lawrie.
 - 2011: *International Advanced NVC Training for Trainers* (6 días) en Inglaterra con Miki Kashtan, Gitte Brandenburg Carlsen y Sabine Geiger.
- **Otras formaciones residenciales:**
 - 2004: *NVC Family Camp* (6 días) en California, con talleres de crianza llevados por Inbal Kashtan.
 - 2007: *Mountain Women's Retreat* (3 días) en California con Miki Kashtan.
 - 2009: *Women Saying Yes to What Is: A Retreat for Inner Peace & Transformation* (5 días) en California con Anne Bourrit y Miki Kashtan.
 - 2010: *NVC in Education Europe: Tilting Towards Compassion in Learning Environments* (2 1/2 días) en Francia con Marianne Göthlin, Towe Widstrom y Louise Romain.

- 2018: *Living NVC* (5 días) en Inglaterra con Vicky Peirce.
- 2019: *Mobilizing for Nonviolent Global Liberation* (basado en la *CNV*) (6 días) en California con Miki Kashtan, Uma Lo, Leonie Smith, Mars Gafforio.
- **Formaciones no residenciales:**
 - Desde el 2003 he asistido presencialmente y online a docenas de talleres, presentaciones, y grupos de práctica de *CNV*, llevados por diferentes formadores/as, entre ellos/as: Fabiola Fuentes, Miki Kashtan, Arnina Kashtan, Robert Gonzales, John Kinyon, Thomas d'Ansembourg, Anne Bourrit, y algunos/as de mis colegas de Catalunya y España.

Membresías

- Soy socia de la *Asociación para la Comunicación Noviolenta (ACNV)* desde su fundación en el año 2009. Serví como presidenta de la junta directiva en 2011.
- Soy miembro del [Grup de Formadors de CNV de Catalunya](#) desde su nacimiento en mayo de 2016.

Algunas de mis actividades en la comunidad CNV

He organizado talleres en Catalunya para formadores/as Fabiola Fuentes, Miki Kashtan, Arnina Kashtan y Duke Duchscherer; he traducido y revisado traducciones de libros y otros textos de *CNV* del inglés al castellano y al catalán; he asistido a encuentros de formadores/as de Catalunya, de España, y a nivel internacional.

Estudios y formación en otros ámbitos

- *Bachelor of Arts in Linguistics* (4 años)
magna cum laude
University of California, Berkeley, 1979.
- *Master of Arts in Teaching English as a Second/Foreign Language* (2 años)
San Francisco State University, 1983.

- *Teatro y Consciencia, El guerrero interior: Método Sabaté*
octubre 2018-julio 2019.

Experiencia profesional en otros ámbitos

- 1982-1987: Profesora de inglés en California y en Sant Cugat del Vallès.
- 1987-1991: Co-fundadora/Co-propietaria/Co-directora y profesora de inglés en la academia *English Connection* en Sant Cugat del Vallès.
- 2001-2007: Profesora particular de inglés en Sant Cugat del Vallès.