



Datos personales:

Teléfono: 676881976

Mail: ksarmiento@edu.xunta.es

Facebook: <https://www.facebook.com/carmen.sarmientomarques>

Formadora certificada en CNV en 2018. Residente en Lugo, Galicia

Licenciada en «Solfeo y Teoría de la Música» y «Pedagogía Musical»; apasionada de la enseñanza, he impartido clases de Música a alumnado de todas las edades. Al empezar a dar clases en educación secundaria me interesé por comprender al ser humano formándome en Psicología desde el enfoque del Análisis Transaccional, más tarde en Morfoanálisis para integrar la conciencia del cuerpo, Focusing, Mediación escolar y Feldenkrais. Experta en Inteligencia Emocional por la Universidad de Santiago de Compostela.

En 2006 entré a formar parte del proyecto educativo de mediación escolar «Vivir xuntos, convivir», impartiendo más tarde los talleres de comunicación eficaz y compasiva en la formación anual para el profesorado y el alumnado.

Ese mismo año inicié mi formación en «Comunicación NoViolenta» y formé parte del equipo que puso en marcha la Asociación Española de CNV y los primeros encuentros de CNV en España. Desde 2008 comparto este enfoque facilitando grupos de prácticas y talleres para centros de formación y recursos del profesorado, grupos de trabajo y proyectos de formación en centros escolares y organizaciones interesadas en temas de inteligencia emocional.

Esta herramienta me permite tener relaciones auténticas y transitar los conflictos desde la tranquilidad. Para mí, la CNV potencia cualquier otra herramienta de crecimiento personal, puede prevenir violencias y facilitar la colaboración entre las personas.

Deseo apoyar a las personas interesadas en conocer, practicar e integrar y aplicar la CNV en su manera de relacionarse consigo mismas y con las demás personas, por eso realizo acompañamientos individuales para abordar conflictos, conversaciones difíciles y toma de decisiones complejas.

En cuanto vi “casualmente” el título del libro *Comunicación NoViolenta: Un lenguaje de vida* supe que me interesaba. No solo me interesó, sino que me apasionó y desde ese momento mi vida empezó a cambiar poco a poco. Me siento muy agradecida por haberme “tropezado” con este enfoque ya que me permite vivir estando presente conmigo y con los demás y atender los conflictos propios y ajenos mientras construimos relaciones más auténticas.

Me apasiona el mar, el viento, la fuerza de la naturaleza, la música, bailar y estar presente para mí y para otros.