



## ELENA DIÉGUEZ BASALO

### DIRECCIÓN

Calle Bulevar de Cuarte número 3 piso 4º A  
Cuarte de Huerva - Zaragoza  
CP 50.410

### FECHA Y LUGAR DE NACIMIENTO

19 de Mayo de 1.980  
Vitoria-Álava

### ESTADO CIVIL

Felizmente casada y  
madre de una niña preciosa de 11 años

## UN POCO MÁS SOBRE MÍ

Diplomada en Ciencias Empresariales, Terapeuta Humanista y Formadora, especializada en Comunicación NoViolenta, Convivencia y Gestión de Conflictos.

Soy una persona profundamente inquieta, en constante búsqueda y evolución personal. Llevo 15 años indagando y profundizando en mi propio proceso personal y al mismo tiempo formándome para poder acompañar a todas aquellas personas que deseen emprender un camino de búsqueda, transformación y evolución a través de la Comunicación NoViolenta y la gestión de conflictos.

### ¿A quién me dirijo?

Me apasiona el mundo de la educación y la familia, como bases y referentes principales del desarrollo y crecimiento humano. Acompaño a niños, adolescentes, equipos docentes y familias.

### ¿Para qué, cuál es el objetivo?

Poder dar respuesta a estas preguntas:

- ¿Quién es el ser humano?
- ¿Por qué y para qué nos comportamos como lo hacemos?
- ¿Cómo podemos aprender a gestionar nuestros desacuerdos y diferencias desde el diálogo y la NoViolencia?

### E-MAIL

[elena@elenadiequez.com](mailto:elena@elenadiequez.com)

### TELEFONO

622.66.84.77

### PÁGINA WEB

[www.elenadiequez.com](http://www.elenadiequez.com)



## DICEN DE MÍ ...

**REVULSIVA:** Que produce un cambio importante, generalmente favorable.

**INTROSPECTIVA:** Que observa o analiza los propios pensamientos o sentimientos

**TRADUCTORA DE EXPERIENCIAS:** Capacidad para poner en palabras la experiencia vital de los demás a nivel de pensamientos, sentimientos y necesidades.

**BUSCADORA INCANSABLE:** de mi misma y del sentido de la vida.

Somos seres sociales por naturaleza. No “existimos”, “co-existimos” y lo hacemos buscando equilibrio y bienestar constante, tanto individual como colectivo.

Tenemos una serie de necesidades universales, legítimas y comunes a todo ser humano (físicas, emocionales, de conexión y contacto, de evolución y aprendizaje, de sentido y trascendencia, de identidad, de celebración y duelo...) y todo lo que hacemos, lo hacemos en un intento de cuidarlas y satisfacerlas.

La clave está en: ¿Cómo aprendo a conocerme y cuidar de mis necesidades, teniendo en cuenta también las tuyas, apoyándonos y colaborando en la búsqueda de la satisfacción mutua?

Yo encontré las respuestas que buscaba en la Comunicación NoViolenta, desarrollada por el Doctor en Psicología Marshall B. Rosenberg en la década de los 60, basada principalmente en el desarrollo de 3 habilidades:

1. La expresión honesta
2. La escucha activa y empática
3. La búsqueda de conexión y apoyo mutuo.

Y es lo que quiero compartir también contigo: el conflicto como oportunidad.

## 2.017-ACTUALIDAD:

### Directora de la Escuela On Line Conecta y Comunica

- Programas de formación y talleres de comunicación y gestión de relaciones.
- Comunidad privada on line.

### Universidad Internacional de Valencia (VIU)

Profesora en Postgrado de Neuroeducación: Asignatura impartida Bases de la Neurociencia aplicadas a la Comunicación No Violenta.

### Formación en Comunicación No Violenta y Gestión de Conflictos

- Niños de primaria (desde 8-9 años) y adolescentes.
- Equipos docentes, orientadores y equipos directivos.
- Escuela de padres y madres.

Asesoramiento en la gestión y mediación de conflictos para centros escolares.

## E-MAIL

[elena@elenadiequez.com](mailto:elena@elenadiequez.com)

## TELEFONO

622.66.84.77

## PÁGINA WEB

[www.elenadiequez.com](http://www.elenadiequez.com)



**Proyecto propio de formación:** “Aprendiendo a Bien-Estar-Juntos” basado en la Comunicación NoViolenta para la convivencia y la gestión de conflictos.

Más de 340 horas de formación impartidas presenciales y on line.

Presencia en 15 centros de la escuela pública de Zaragoza tanto de primaria como de secundaria.

**2.017-Actualidad:** Miembro integrante del proyecto educativo RIES en Zaragoza

**RIES** somos un grupo de personas (profesores de infantil, primaria, secundaria, FP, educadores sociales y yo como Terapeuta y Formadora) con profundas inquietudes pedagógicas que queremos trabajar para dar lo mejor de nosotros mismos con el propósito de mejorar la educación pública y con ello la sociedad.

Soy formadora oficial del programa anual de formación RIES para el profesorado desde el año 2017.

[Visitar Web](#)

**2.016-Actualidad:** Terapeuta Humanista

## EMPREENDEDORA AUTÓNOMA

Acompaño procesos de desarrollo personal y gestión de conflictos presencial y on line:

- A nivel individual
- Mediación y terapia de pareja.
- Mediación y acompañamiento familiar.

**2.016-2.018:** Acompañamiento terapéutico a madres en Crianza y Educación Consciente.

**Tribu de Madres Conscientes, Plataforma On-line**

Plataforma virtual dedicada al apoyo en la Crianza, Educación y Crecimiento Personal con más de 100 miembros de diferentes países de habla hispana.

**2.008-2.016: GESTORA FINANCIERA**

LA CAIXA, Zaragoza

## E-MAIL

[elena@elenadiequez.com](mailto:elena@elenadiequez.com)

## TELEFONO

622.66.84.77

## PÁGINA WEB

[www.elenadiequez.com](http://www.elenadiequez.com)



**2.007-2.008:** Responsable Departamento Administración  
GPI, Zaragoza

**2.005-2.006:** Técnico Contable  
Metrum SA, Madrid

**2.003-2.005:** Secretaria Comercial  
Inmobiliaria Don Piso , Vitoria

**2.002-2.003:** Administrativo contable-financiero  
Pavial Norte, Vitoria

## FORMACIÓN

- Diplomatura en Ciencias Empresariales
- Certificación en Psicoterapia Gestalt
- Crianza y Educación emocional
- Herida primaria y traumas de infancia
- Ciclicidad femenina y productividad cíclica
- Comunicación No Violenta (actualmente en proceso de certificación internacional con “The Center for NoViolent Communication”)
  - Iniciación a la CNV.
  - Profundización CNV.
  - CNV para profesores y padres.
  - Mediación CNV.
  - CNV para la relación de pareja.
  - CNV con casos prácticos de la convivencia diaria.
  - Empatía en situaciones difíciles.
  - Tratamiento del trauma con la CNV
  - El duelo desde la CNV
- Formación en Neurociencia Cognitiva.

Miembro de la ACNV

(Asociación española de Comunicación No Violenta)