



Teresa, Arsuaga

Teresa Arsuaga es abogada, mediadora y doctora en Derecho por la Universidad Complutense de Madrid. Es especialista en derecho de Familia por la EPJUCM y máster en Mediación, negociación y resolución de conflictos por la Universidad Carlos III de Madrid. Fue mediadora principal en el Programa de Mediación Intrajudicial de esta universidad. En 2017 fundó AEC Mediación (www.sinconflicto.es), un gabinete para la resolución extrajudicial de conflictos, donde además imparte talleres formativos. Ha publicado el ensayo *El abogado humanista* (2018), por el que obtuvo el premio Déga Roda i Ventura del Ilustre colegio de Abogados de Barcelona, y el conjunto de relatos *No dramáticos* (2021). Es autora de publicaciones, tanto en revistas académicas como en artículos de prensa, sobre la mediación y el conflicto, así como sobre la relación entre el Derecho y la Literatura.

riverside
agency

Te veo, te escucho, te reconozco

Autor: Teresa, Arsuaga

Arpa

ISBN: 978-84-10-31345-3 / Rústica / 176pp | 140 x 213 cm

Precio: \$ 40.900,00

En un mundo donde los conflictos interpersonales parecen inevitables, *Te veo, te escucho, te reconozco* nos ofrece una nueva perspectiva para aprender a gestionarlos con inteligencia, empatía y eficacia. Partiendo de su amplia experiencia como mediadora, Teresa Arsuaga nos guía a través de un análisis profundo y accesible sobre los modos en que afrontamos los desacuerdos y las estrategias que podemos adoptar para convertirlos en oportunidades de progreso personal y social. Dividido en tres partes, este libro nos invita primero a reflexionar sobre las actitudes y reacciones más habituales con las que nos enfrentamos a los conflictos, muchas veces marcadas por la delegación de decisiones, la competitividad y la búsqueda de culpables. En la segunda parte, Arsuaga comparte herramientas clave para desarrollar una gestión más eficaz basada en un mayor control sobre la comunicación, las emociones y las percepciones. Finalmente, nos plantea un cambio cultural y de paradigma que nos permita ver el conflicto desde una óptica más colaborativa y menos reactiva. Una propuesta innovadora y práctica, con ejemplos de la vida real, referencias literarias y ensayísticas que enriquecen la exposición. Esta obra no solo es una guía para quienes buscan mejorar sus relaciones personales y profesionales, sino también una llamada a la reflexión sobre nuestra forma de interactuar con el mundo.

Partiendo de su amplia experiencia como mediadora, Teresa Arsuaga nos guía a través de un análisis profundo y accesible sobre los modos en que afrontamos los desacuerdos y las estrategias que podemos adoptar para convertirlos en oportunidades de progreso personal y social.