



Autentici senza ferire

quattro divertenti serate sull'arte di comunicare

dal 23 ottobre a Iragna

La comunicazione empatica permette di spostare l'attenzione in un luogo in cui scaturiscono soluzioni senza perdenti, creative e sorprendenti che considerano preferenze e bisogni di tutti. Questo modello ha mostrato esiti sorprendenti con carcerati, nelle scuole e in complicati processi di mediazione, ma è anche **uno strumento formidabile per vivere relazioni piene, autentiche, di qualità con amici, partner, figli e sul lavoro**; e per migliorare la comunicazione interiore, rispettando e conoscendo prima di tutto te stesso.

Quattro serate condotte dalla trainer in comunicazione non violenta - o empatica - Elena Bernasconi Tabellini introdurranno, in modo pratico e divertente, i quattro fondamentali di questo modello strutturato dallo psicologo americano Marshall B. Rosenberg; che potranno arricchire da subito la tua quotidianità.

venerdì 23.10. 2015: Quale realtà scelgo di vedere?

venerdì 6.11. 2015: Penso... e quindi "sento".

venerdì 27.11. 2015: Come criticare e giudicare senza offendere e senza perdere energie.

venerdì 18.12. 2015: Esprimere o ricevere un no.

dalle 19.30 alle 22.30 al Centro Arcobaleno di Iragna.

Iscrizioni ad Associazione scuola aurea, info@scuola-aurea.ch, 091 825 04 56.

Investimento Fr. 190.-.

Eventuali ricavi saranno utilizzati dall'associazione per promuovere l'insegnamento scolastico basato su empatia, cooperazione e sviluppo della propria personalità.

Maggiori informazioni: www.backtoempathy.com - info@scuola-aurea.ch

”Il fallimento di una relazione è quasi sempre un fallimento di comunicazione“.

Zygmunt Bauman