

L'ARTE DELLE RELAZIONI

10-11 MARZO 2018

INTRODUZIONE E PRATICA DI
COMUNICAZIONE EMPATICA
(NONVIOLENTA)

A BOLOGNA



CO-FACILITATO DA
ELENA & FRANCESCO



Hai voglia di relazioni più autentiche, rispettose e collaborative?
Vorresti poter stare meglio con te stesse e con gli altri?
Nella coppia? In famiglia? Al lavoro?
Vieni a scoprire il **sorprendente potere dell'empatia!**

COSA TI PORTERAI A CASA

Molti di noi vorrebbero relazioni in cui essere pienamente autentici, in cui sentirsi accettati e amati per chi siamo. Però essere onesti a volte può essere una sfida... Sarò ascoltata? Oppure si creeranno incomprensioni e inizieremo ad accusarci a vicenda? E a quel punto come ricreare vicinanza e fiducia?

In questo weekend imparerai competenze pratiche, che posso cambiare il modo in cui ti relazioni con le persone. Imparerai:

- ad ascoltare ed essere ascoltati
- a capire cosa è veramente importante per te nelle varie situazioni
- a gestire le differenze in modo soddisfacente per tutti
- a raggiungere i risultati che desideri, senza dover ricorrere ad accuse, pretese, sensi di colpa o vergogna.
- ad accrescere apertura e collaborazione
- a riportare empatia, fiducia e vicinanza nelle tue relazioni.

Il focus della domenica pomeriggio sarà sull'**espressione autentica di sé nelle situazioni difficili**.

CHI SIAMO

Elena Bernasconi: formatrice certificata di comunicazione nonviolenta, manager, mamma, partner e appassionata di comunicazione. www.backtoempathy.com

Francesco Pifferi: avvocato e mediatore, formatore di comunicazione nonviolenta, esperto in facilitazione dei gruppi e conciliazione dei conflitti, imprenditore. www.francescopifferi.com

PROGRAMMA

INTRODUZIONE ALLA CNV

sabato 10 marzo: 9.30 - 17.30
domenica 11 marzo: 9.30 - 13.30

APPROFONDIMENTO E PRATICA

domenica 11 marzo 14.30 - 18.30
Mezza giornata di approfondimento e pratica per chi già conosce la CNV.

LUOGO

Via del Cestello 4, 40124 Bologna
1° piano, suonare campanello
"Psicosintesi Applicata"

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

Elena: elena@backtoempathy.com
Francesco: francesco.pifferi0@gmail.com

CONTRIBUTO

120 EUR per l'introduzione

50 EUR per l'approfondimento

150 EUR per chi si iscrive a entrambi

20% sconto per chi porta un/un'amica

30% sconto per chi partecipa con partner

Se il contributo proposto fosse un impedimento, ti preghiamo di farcelo sapere!