

“I SENTIMENTI E I BISOGNI DENTRO LE PAROLE CHE DICIAMO” Comunicazione Empatica Nonviolenta

Marzia Zunarelli - Psicologa

**Giovedì 24 Maggio 2018, ore 20,30
presso la Sala Alessandri**

Centro Civico Michelinì – Corticella Via Gorki,10



Siamo soddisfatti del modo in cui comunichiamo? Riusciamo a farci intendere così come vorremmo? Riusciamo ad intendere l'altro nelle sue intenzioni? Il linguaggio che abbiamo imparato è ricco di giudizi ed etichette, racchiude la vita dentro definizioni statiche.

La vita si esprime in un processo in continuo movimento e le nostre parole possono essere testimoni di questo movimento.

La qualità del contatto con se stessi e con l'altro, l'abilità nel riconoscere le proprie emozioni e il linguaggio per esprimere sentimenti, bisogni e richieste (non pretese!), sono il frutto di un apprendimento prezioso: un aiuto per familiarizzare con il modello della Comunicazione Empatica Nonviolenta O.S.B.R. (osservazioni,

sentimenti, bisogni, richieste). Secondo il modello Marshall Rosenberg.

Molto più di uno strumento di comunicazione, è un modo di essere, la ricerca di una qualità di connessione profonda con il cuore e le emozioni che onora la vita.

Evento Gratuito. Per informazioni Marzia Zunarelli tel. 3494932670