



# L' Associazione culturale Settimo Cielo propone la conferenza

## **COME L'EMPATIA TRASFORMA I CONFLITTI: LA COMUNICAZIONE EMPATICA NON VIOLENTA con Giovanna Castoldi**

La Comunicazione Nonviolenta (CNV), chiamata anche comunicazione empatica, si basa sul principio che "entrare in empatia" faccia parte della nostra natura umana e che le strategie violente – siano esse fisiche o verbali – sono comportamenti appresi, che la cultura prevalente insegna e sostiene allontanandoci da noi stessi e dagli altri: questo allontanamento è chiamato anche "disconnessione".

Se c'è connessione autentica a se stessi e un uso onesto del linguaggio, è possibile aumentare la qualità della Connessione tra gli esseri umani. E' quando questa è scarsa, quando cioè sperimentiamo tensioni e incomprensioni nelle relazioni, sotto l'effetto della pressione emotiva che viviamo e spinti dal desiderio di trovare soddisfazione ai nostri bisogni, ricorriamo a forme di violenza verbale o a comportamenti che possono danneggiare noi stessi e gli altri. Le abitudini di pensare e di parlare che portano all'uso della violenza (psicologica e fisica) sono apprese attraverso la cultura.

La CNV ci insegna a togliere questa violenza mostrandoci che ciò che rimane una volta eliminata dal nostro linguaggio, sono parole che favoriscono la crescita dell'empatia, la comprensione reciproca e la compassione gli uni verso gli altri.

### **Docente: Giovanna Castoldi**



*Counselor Supervisor formata in studi di Psicologia Umanistico Esistenziale. Trainer italiana certificata dal Centro internazionale per la Comunicazione Nonviolenta (cnvc.org).*

*Professionista AIADC - Associazione Italiana Professionisti Collaborativi*

*Insegna in Italia e all'estero le abilità di relazione empatica attraverso la Comunicazione Nonviolenta (CNV®) ed è esperta di abilità di facilitazione della comunicazione nei sistemi di persone in contesti di tensione e conflitto.*

*Come formatore sostiene le persone al centro del cambiamento in contesti organizzativi, supportando la crescita in consapevolezza e l'apprendimento di nuove abilità di relazione. Facilita e forma avvocati, mediatori e negoziatori, psicologi e psicoterapeuti, insegnanti, educatori a integrare le abilità di relazione empatica specifiche della CNV®. Anima gruppi di crescita personale e facilita la relazione e la comunicazione nei rapporti in crisi in contesti di coppia e familiari. In qualità di Professionista Collaborativo lavora al fianco degli avvocati impegnati nelle pratiche legali di separazione e divorzio, facilitando il dialogo e la relazione della coppia.*

*E' professionista disciplinata ai sensi della L. 4/2013*

**Per info e prenotazione (obbligatoria): Roberto 3932109321.**

**Mercoledì 12 dicembre 2018 alle 20.30**

**presso sede dell'associazione, via Dalmazia 114 Vittorio Veneto**