

*Persone Altamente Sensibili - HSP Italia* <sup>TM</sup>



In collaborazione con Associazione Spazio Aperto presenta:

**Seminario teorico-pratico**  
**Sabato 23 aprile 2016, dalle ore 15 alle ore 18**  
**Presso Interno Yoga, Via Vizzani 74**

## **COMUNICAZIONE EMPATICA NON VIOLENTA: L'EMPATIA CHE ARRICCHISCE LA VITA**

***Attraverso il riconoscimento dei nostri sentimenti, che a volte confondiamo con pensieri e giudizi, possiamo entrare in contatto con il nostro mondo interiore e scoprire che ogni gesto, ogni azione è causata dai nostri bisogni.***

***Nel processo dell'Autoempatia possiamo imparare a riconoscere i nostri bisogni rivolgendo lo sguardo dentro di noi. E' soltanto dopo aver accolto i nostri bisogni con amorevolezza che possiamo rivolgerci anche verso l'altro con un'energia nuova che favorirà la connessione e il dialogo.***

**Il seminario sarà condotto da Anna Bassi,**  
Vicepresidente dell'Associazione di Promozione sociale "Spazio Aperto", Counselor Professional con la Comunicazione Nonviolenta e l'Approccio Corporeo con attestazione di competenza professionale SIAF; Operatore professionale shiatsu presso l'Accademia Italiana Shiatsu-Do di Bologna; Autoformazione decennale in Psicosintesi.

***“La Comunicazione empatica non violenta è molto più di uno strumento di comunicazione: è piuttosto un'arte di vivere che ci porta a ricevere e donare dal cuore.”***

Per informazioni e iscrizioni: 335 8136247 – [bassianna@libero.it](mailto:bassianna@libero.it)