

Persone Altamente Sensibili - HSP Italia TM



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 Professionale 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