

COMPETENZA E ABILITÀ RELAZIONALE

SO-STARE NEL CONFLITTO E NELLA RABBIA



Spesso il nostro presupposto e convinzione è che avere una buona relazione significa andare sempre d'accordo. C'è invece un valore grande nell'imparare a litigare e nel saper gestire un conflitto.

Nel mondo di oggi in cui la violenza la fa da padrona, saper accogliere dentro di noi la rabbia, abitarla e trasformarla in nuova possibilità di relazione è diventato un imperativo etico: so-stare nel conflitto e nella rabbia.

È importante che ognuno possa educarsi al conflitto, osservando i bisogni, le sensazioni, i sentimenti che nascono in noi e assumendosi la responsabilità del nostro comportamento. Trasformare una istanza che blocca in un'occasione che libera opportunità creative nella relazione.

So - stare anche come radura e sosta dal frenetico agire quotidiano, come radura in cui riposare, per consentirci un nuovo sguardo e un tempo buono da dedicarci.

Nel gruppo condivideremo la ricchezza del nostro sentire in relazione a quello degli altri.

- **L'importanza delle parole: il conflitto e la violenza**
- **Elementi del conflitto e della violenza**
- **Da cosa ci facciamo tiranneggiare?**
- **Gli stili conflittuali**
- **I punti di vista e le prospettive**
- **La diversità come valore**
- **Le parole creatrici di realtà**
- **Lo spazio del conflitto nella nostra vita e le opportunità che si aprono**

Faremo esperienza diretta di comunicazione e di relazioni attraverso esercizi, giochi, metafore e restituzioni in cui il gruppo sarà l'elemento arricchente per ogni partecipante.

Il corso prevede un minimo di 8 ed un massimo di 20 iscritti

Docente	PATRIZIA GUAZZONI	
Programma delle lezioni	Settimanale (7 incontri)	
Giorno e orario	Martedì - 17,00/18,30	
Date mensili		
Novembre	05 - 12 - 19 - 26	Dicembre 03 - 10 - 17