

## Laboratori di Pratiche Nonviolente

### INCONTRO DI PRESENTAZIONE

**mercoledì 15 gennaio 2019, ore 19.30 - 20.30**

**Scuola Di Donato, Via Bixio 83, Roma**

*Per pratiche nonviolente intendiamo quelle forme di comunicazione che favoriscono l'evoluzione di relazioni sane ed ecologiche, che tendono a differenziare e al contempo includere, che distinguono senza separare e affermano senza negare, che sono orientate alla condivisione del potere, alla cooperazione nel conflitto e all'accordo nel disaccordo...*

Il Laboratorio si svolge **tutti i mercoledì da gennaio a giugno 2019** e si sviluppa lungo **due sentieri**, ovviamente intrecciati eppure distinti: il **Percorso Outside** esplora le pratiche nonviolente nella dimensione interpersonale e sociale, il **Percorso Inside** si concentra sulle pratiche nonviolente nella dimensione intrapersonale.

I due percorsi hanno la stessa meta: favorire l'esercizio di pratiche nonviolente in ogni ambito relazionale. **Si può partecipare ad uno o ad entrambi i percorsi.**



### Percorso Outside (gratuito)

- si concentra sulle **pratiche nonviolente nella dimensione interpersonale e sociale** delle relazioni umane
- si articola in **undici incontri a settimane alterne** (*vedi calendario*)
- **è gratuito ma è necessaria la prenotazione**
- il gruppo è aperto e può di volta in volta variare poiché **ci si iscrive ad ogni singolo incontro**
- i contenuti degli incontri sono proposti da chi conduce e/o dai partecipanti e vengono trattati con diverse modalità esperienziali di scambio e confronto (*vedi caratteristiche del percorso*)
- è animato da un gruppo di esperte/i nel campo della facilitazione e della comunicazione empatica e nonviolenta

### Percorso Inside (quota agevolata)

- si concentra sulle **pratiche nonviolente verso sé stesse/i** (gestione del processo decisionale, delle tensioni e dei conflitti al proprio interno)
- si articola in **nove incontri a settimane alterne** (*vedi calendario e caratteristiche del percorso*)
- prevede la **formazione di un gruppo stabile a numero chiuso**, quindi **l'iscrizione all'intero percorso**: quota 150 euro (100 euro per genitori i cui figli vanno alla scuola Di Donato, 120 euro per chi partecipa in coppia o in gruppo)



**PER INFORMAZIONI, PRENOTAZIONI E ISCRIZIONI**

**Roberto: 320.8539664 [robertotecchio@tiscali.it](mailto:robertotecchio@tiscali.it)**

# Perché questa proposta?

*“Promuovere e sviluppare la cultura della pace, della nonviolenza, del rispetto per l'altro e della convivialità delle differenze.”* (Dalla mission dell'associazione Tamburi di Pace).

## CALENDARIO E PROGRAMMA DEI PERCORSI

### PERCORSO OUTSIDE

#### Orario e Calendario

A mercoledì alterni, dalle 19.30 alle 21.45, nelle seguenti date: 22 gennaio; 5 e 19 febbraio; 4 e 18 marzo; 1 e 29 aprile; 13 e 27 maggio; 3 e 10 giugno

#### Finalità e Caratteristiche del percorso

Il laboratorio è animato da un gruppo di esperte/i nel campo della facilitazione e della comunicazione empatica e nonviolenta. Ogni incontro tratterà argomenti diversi proposti dalle facilitatrici e/o dai partecipanti. Torneranno, anche in forme nuove rispetto alla precedente edizione, sia i circoli dell'empatia, sia le modalità esplorative mediate dal gioco e dall'interazione esperienziale.

Scopo degli incontri è sperimentare pratiche nonviolente tese a favorire lo scambio e il confronto costruttivi attraverso forme di comunicazione che arricchiscano sul piano dei contenuti (esco dall'incontro sapendone più di prima), sul piano metodologico (apprendo altri modi di relazionarmi che potrei portare nei miei contesti), e sul piano relazionale (mi sento più in contatto con l'umanità mia e di chi mi circonda con una maggiore fiducia nelle possibilità di cambiamento).

Per partecipare bisogna comunicare di volta in volta la propria intenzione all'indirizzo email sotto riportato, ricordando che prenotarsi significa prendersi l'impegno ad esserci o quantomeno comunicare per tempo l'eventuale assenza.

### PERCORSO INSIDE

#### Orario e Calendario

A mercoledì alterni, dalle 19.30 alle 21.45, nelle seguenti date: 29 gennaio; 12 e 26 febbraio; 11 e 25 marzo; 8 e 22 aprile; 6 e 20 maggio;

#### Finalità e Caratteristiche del percorso

Durante il viaggio si sperimenteranno diverse pratiche di provata efficacia (attingendo soprattutto al bagaglio di conoscenze del Focusing), che consentono di:

- accrescere la capacità di rapportarsi in modo empatico e fiducioso al proprio vissuto e ai molteplici aspetti di sé spesso in contrasto tra loro;
- facilitare il processo decisionale creativo e la trasformazione costruttiva dei conflitti al proprio interno (transizione da forme di 'governo' interiore più o meno autoritarie o pseudodemocratiche verso forme democratiche o omnicratiche, partecipative e consensuali);
- riconoscere 'esperienzialmente' le dinamiche interne che prendono corpo e che portano a comportamenti esterni ritenuti dal soggetto stesso disfunzionali o svantaggiosi, creando le basi per il cambiamento.

Questo laboratorio ha come facilitatore Roberto Tecchio, formatore professionista (per info su Roberto [www.FocusingInsideOut.it](http://www.FocusingInsideOut.it) )