

## Laboratorio di pratiche nonviolente

### INCONTRO DI PRESENTAZIONE

Roma, 21 gennaio 2019, ore 19.30 - 20.30

Scuola Di Donato, Via Bixio 83

Il Laboratorio, che si svolge **da gennaio a giugno 2019**, si sviluppa lungo **due percorsi**: uno attraversa la dimensione interpersonale e sociale delle pratiche nonviolente (**Percorso Outside, gratuito**), l'altro la dimensione intrapersonale (**Percorso Inside, costo agevolato**).

I due percorsi hanno la stessa meta: favorire l'esercizio di pratiche nonviolente in tutti i contesti di vita quotidiana. Si può partecipare ad entrambi o sceglierne uno.

#### Il Percorso Outside



- si concentra sulle pratiche nonviolente nella dimensione interpersonale e sociale delle relazioni umane
- si sviluppa in nove incontri a cadenza quindicinale (vedi calendario, primo incontro 28 gennaio)
- il gruppo è aperto e può variare di volta in volta in quanto formato da chi c'è in quel momento
- i contenuti sono proposti dai presenti (non c'è un programma prestabilito) e vengono trattati nel gruppo con diverse

modalità nonviolente di condivisione, esplorazione e confronto (vedi caratteristiche del laboratorio)

- **è gratuito** e non prevede iscrizioni (è raccomandata la prenotazione)
- è animato da un gruppo di esperte/i certificati nel campo della facilitazione e della comunicazione empatica e nonviolenta

#### Il Percorso Inside

- si concentra sulle pratiche nonviolente verso sé stessi (gestione del processo decisionale, delle tensioni e dei conflitti al proprio interno)
- si articola in nove incontri a cadenza quindicinale (il primo è il 4 febbraio, vedi calendario)
- ha un programma strutturato che tratta conoscenze-strumenti di complessità crescente (vedi programma di massima)
- prevede la formazione di un gruppo stabile
- prevede l'iscrizione all'intero percorso e costa 150 euro (100 euro per genitori che hanno figli iscritti alla Di Donato e per i giovani, 120 euro per chi viene in coppia)



PER INFORMAZIONI, PRENOTAZIONI E ISCRIZIONI

Roberto: 320.8539664 robertotecchio@tiscali.it

## PERCHÈ 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**

Calendario. Il **secondo e il quarto lunedì del mese**, dalle 19.30 alle 21.45,

nelle seguenti date: 28 gennaio; 11 e 25 febbraio; 11 e 25 marzo; 8 aprile; 13 e 27 maggio; 10 giugno

Caratteristiche del laboratorio.

In ogni incontro saranno proposte e sperimentate pratiche nonviolente volte a favorire l'approfondimento e il confronto costruttivi.

Scopo degli incontri è far sperimentare a chi partecipa modalità di interazione che arricchiscono sul piano dei contenuti (esco dall'incontro sapendo più di prima), sul piano metodologico (apprendo altri modi di discutere che potrei portare nei miei contesti), e sul piano relazionale (mi sento più in contatto con l'umanità mia e di chi mi circonda e sento una maggiore fiducia nella possibilità di cambiamento).

I contenuti trattati saranno scelti dai partecipanti tra quelli di maggiore interesse e che abitualmente scatenano reazioni avverse (violente?) non solo tra schieramenti opposti, ma anche all'interno degli stessi gruppi, organizzazioni, famiglie.

Questo laboratorio è gratuito, ed è animato da un gruppo di esperte/i certificati nel campo della facilitazione e della comunicazione empatica e nonviolenta.

#### **Percorso Inside**

Calendario. Il **primo e il terzo lunedì del mese**, dalle 19.30 alle 21.45,

nelle seguenti date: 4 e 18 febbraio; 4 e 18 marzo; 1 e 15 aprile; 6 e 20 maggio; 3 giugno

Programma.

Durante il viaggio incontreremo strumenti per:

- attivare la risorsa interna fondamentale per poter esercitare la nonviolenza (che qui chiameremo Facilitatore/trice interiore), ovvero la capacità di osservazione-ascolto non giudicante e fiducioso che consente di esprimere le qualità dell'empatia, dell'autenticità e dell'accoglienza incondizionata verso il proprio vissuto esperienziale e i molteplici aspetti di sé;
- riconoscere le dinamiche interne che prendono corpo portando a comportamenti ritenuti dal soggetto stesso disfunzionali o svantaggiosi (mappatura del proprio gruppo interno);
- interagire in maniera nonviolenta con i molteplici aspetti di sé per facilitare il processo decisionale e la trasformazione costruttiva dei conflitti al proprio interno (transizione da forme di 'governo' interiore più o meno autoritarie o pseudodemocratiche a forme democratiche o omnicratice, partecipative e consensuali).

Questo laboratorio ha come guida Roberto Tecchio, formatore professionista (per info su Roberto [\*clicca qui\*](#))