

# Ora basta!!!

## **Laboratorio sulla gestione costruttiva dei conflitti e delle relazioni**

*La proposta si rivolge a chi, per ragioni personali o professionali, desidera migliorare il modo di affrontare le tensioni e i conflitti che s'incontrano nella vita di tutti i giorni, in qualsiasi ambito e relazione.*

*Senza dubbio ogni conflitto è occasione di crescita, per l'individuo come per la collettività, ma a condizione che si abbiano gli strumenti per renderlo tale, altrimenti a crescere sono il disagio, la violenza, la malattia.*

*Il laboratorio è un luogo dove poter:*

- *sviluppare una consapevolezza a base corporea, quindi non solo intellettuale, del modo abituale di vivere e gestire i conflitti – è su tale conoscenza che si fondano cambiamenti efficaci e durevoli;*
- *sperimentare strumenti che favoriscono la gestione positiva del potere e la trasformazione creativa e nonviolenta del conflitto – con particolare riferimento ad autori come J. Galtung, E. Gendlin, T. Gordon, M. Rosenberg, M. Sclavi, Thich Nhat Hanh.*

### PROGRAMMA

Su richiesta viene inviata una scheda che presenta i punti caratterizzanti il programma del laboratorio con i principali autori/autrici di riferimento.

### STRUTTURA

Otto incontri serali di due ore e un quarto, più una giornata intensiva.

### METODOLOGIA

Esperienziale, con esercitazioni extra-laboratorio e supporti teorici scritti.

### CALENDARIO E ORARI

Si inizia **lunedì 25 ottobre** e si prosegue tutti i lunedì fino al 13 dicembre, dalle **ore 19.30 alle 21.45**.

La giornata si svolgerà **domenica 21 novembre**, dalle **ore 10.00 alle 17.00**.

### SEDE

Gli incontri si svolgono a Roma, presso i locali dell'Ass. Genitori della scuola Di Donato, in **Via Bixio 83** (fermate della Metro' A "Manzoni", oppure "Piazza Vittorio")

### COSTO

La quota di partecipazione è di 140 euro (agevolazioni per chi avesse difficoltà economiche).

Il numero dei posti è limitato.

### PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

tel. 320.8539664 (Roberto) - mail: robertotecchio@tiscali.it

*Roberto Tecchio, focusing trainer certificato e formatore Gordon, da oltre venti anni si occupa di gestione nonviolenta dei conflitti e facilitazione dei processi decisionali partecipativi, offrendo formazione e relazione d'aiuto di gruppo e individuale.*

Il laboratorio è promosso e sostenuto dall'associazione *Tamburi di Pace*