

Anna Bassi – Formatrice Certificata, Mediatrice di conflitti e Counselor con la Comunicazione Nonviolenta

Progetto di Formazione Certificata on line

Introduzione alla Comunicazione Nonviolenta (CNV)

per Insegnanti

*“Ogni azione violenta è l'espressione tragica di un bisogno insoddisfatto.
Scoprite il bisogno, occupatevene e la violenza scomparirà”
(M.B. Rosenberg)*

Sintesi del progetto e obiettivo generale

Si propone una formazione introduttiva rivolta agli insegnanti volta all'apprendimento di una modalità di comunicazione ispirata alla *Comunicazione Nonviolenta - CNV*® ideata dallo psicologo M.B. Rosenberg allievo di Carl Rogers.

L'intenzione su cui è impostata la proposta della Comunicazione Nonviolenta è quella di instaurare una connessione con noi stessi e con gli altri attraverso il dialogo basato sull'ascolto empatico e l'espressione onesta di noi stessi per realizzare delle relazioni che possano arricchire la vita di tutte le persone coinvolte.

La formazione ha la finalità di trasferire competenze comunicative e abilità per una gestione consapevole e costruttiva delle relazioni all'interno della comunità, attraverso la comprensione del proprio mondo emotivo e di quello del proprio interlocutore integrando e accogliendo le rispettive differenze.

L'obiettivo generale è quello di realizzare una qualità di dialogo capace di generare un ambiente relazionale sereno volto a stimolare ed incoraggiare le reciproche responsabilità e offrire strumenti pratici per favorire un clima di collaborazione reciproca.

L'intenzione della CNV è quella di creare una certa qualità di contatto e connessione nella relazione, con se stessi e con gli altri, in quanto integra il pensiero, il linguaggio, la comunicazione a livello del cuore, ponendo attenzione anche al corpo, e ci avvicina alla nostra natura umana che è basata sul piacere naturale che tutti gli esseri umani provano nel contribuire al benessere reciproco.

1



TRAINER CERTIFICATION

Anna Bassi
CNVC CERTIFIED TRAINER

Anna Bassi – Formatrice Certificata, Mediatrice di conflitti e Counselor con la Comunicazione Nonviolenta

Obiettivi specifici

- ✓ Conoscenza dei principi su cui si fonda la Comunicazione Nonviolenta
- ✓ Valutazione dell'impatto dei diversi sistemi di motivazione sulla relazione, l'educazione e l'apprendimento
- ✓ Riconoscere le differenze:
 - tra osservazioni e interpretazioni
 - tra sentimenti e valutazioni (falsi sentimenti)
 - tra strategie e valori/bisogni universali
 - tra richieste e pretese
- ✓ Fare esperienza dei tre processi della CNV: Autoempatia, Espressione onesta, Empatia
- ✓ Differenza tra empatia e altre forme di risposta
- ✓ Ascolto empatico
- ✓ Dire e ricevere il no
- ✓ Motivare senza l'uso di premi e punizioni
- ✓ La base del dialogo empatico
- ✓ Integrare e condividere l'approccio della CNV a scuola

Destinatari

Insegnanti di scuole di ogni ordine e grado. Numero massimo 22 partecipanti.

Via Spada, 35 - Bologna - Partita IVA: 03708971209 - Codice fiscale: BSSNNA62L68A944N

Cell.: 335 8136247 - e-mail: info@annabassi.com

Professionista disciplinato ai sensi della Legge 4/2013

Iscritta al Registro SIAF - Società Italiana Armonizzatori Familiari nr. ER347P-CG

Anna Bassi – Formatrice Certificata, Mediatrice di conflitti e Counselor con la Comunicazione Nonviolenta

Durata del progetto

Il progetto prevede 20 ore di formazione, suddivise in 8 sessioni da 2,5 ore ciascuna dalle ore 17 alle ore 19,30.

È importante considerare che questa proposta di apprendimento ha natura introduttiva alla Comunicazione Nonviolenta e prevede possibilità successive di sviluppo orientate sui bisogni e sui feedback dei partecipanti per approfondire l'approccio con didattiche di accompagnamento, supervisione e monitoraggio.

Metodologia

Verranno proposte attività basate sul prendere consapevolezza dei propri automatismi comunicativi in modo da essere davvero liberi di scegliere come vogliamo esprimerci. La proposta sarà di trasformare i modi abituali di esprimersi con un linguaggio più vicino alla nostra natura di esseri umani, ovvero collegato ai sentimenti e bisogni ispirandosi alla visione della Comunicazione Nonviolenta - CNV .

Nel percorso di apprendimento verrà posta particolare attenzione al processo dell'autoempatia per imparare a riconoscere innanzi tutto i nostri valori/bisogni, che accomunano tutti in senso universale, rivolgendo lo sguardo dentro di noi. Successivamente l'approccio empatico ci permetterà di accedere alle risorse proposte per favorire la connessione e il dialogo.

Gli argomenti previsti saranno affrontati sia sul piano teorico sia con esercitazioni pratiche in coppia, in piccoli gruppi o in gruppo grande. Sarà possibile lavorare sia su esperienze reali portate dai partecipanti sia su situazioni simulate. A seconda del monte ore scelto sarà possibile approfondire di più o di meno alcuni argomenti.

In particolare le attività saranno strutturate in:

1. Presentazioni teoriche;
2. Lavoro in gruppo con riflessioni condivise;
3. Esercizi interattivi anche su situazioni quotidiane (individualmente, a coppie/ piccoli gruppi o plenaria);
4. Giochi di ruolo.

La formatrice, che potrà anche avvalersi di un assistente, favorirà l'ascolto e l'inclusione attiva di tutti i partecipanti nel rispetto della volontarietà personale, con l'intenzione di creare la connessione nel gruppo.

3