

9 NOVEMBRE 2019

LA RICHIESTA CONSAPEVOLE

WORKSHOP CONDOTTO DAL DOTT. FABIO RICARDI



INFORMAZIONI

9 NOVEMBRE 2019
ORARIO: 9.30-13.30

PRESSO: CENTRO BERNE
piazza Vesuvio 19, Milano

COSTO: € 40.00

SCADENZA ISCRIZIONI:
2 novembre 2019

DESCRIZIONE DEL WORKSHOP

Uno dei problemi che rendono più difficile la relazione tra le persone – anche le relazioni affettivamente importanti – è la difficoltà che spesso proviamo a esprimere i nostri bisogni, e a chiedere di conseguenza ciò di cui abbiamo bisogno.

C'è tutta una serie di presupposti che motiva questo “non chiedere”: che l'altro dovrebbe capirlo da solo; che se lo chiedo vuol dire che lo pretendo; che potrei subire un rifiuto, etc.

E c'è in genere una serie di conseguenze importanti sul piano emotivo: rinuncia a chiedere, ma col risentimento di chi si sente vittima di un'ingiustizia; impoverimento della relazione con l'altro, e così via.

In questo seminario esploreremo quest'area delle nostre relazioni con gli altri, studieremo i pre-giudizi con i quali restringiamo lo spazio della nostra comunicazione, esploreremo la possibilità di darci il permesso di chiedere.



BERNE@BERNE.IT



02.4987357