

# Genitori consapevoli

## Educare senza premi e punizioni



**Come genitori desideriamo offrire la miglior educazione possibile ai nostri figli per guidarli nel viaggio che li porterà dall'infanzia all'età adulta.**

Come gestire i capricci? Come definire chiari limiti? Come insegnare ai nostri figli ad acquisire una solida base di valori e principi morali per diventare adulti consapevoli, che vivono bene con se stessi e con gli altri? E in mezzo a tutto, come mantenere armonia nel rapporto di coppia?

La **Comunicazione Empatica**, che si ispira alla **Comunicazione Nonviolenta** ideata da Marshall Rosenberg, offre una valida alternativa all'accusa o alla punizione:

**4 semplici passi** per rendere un po' più leggera la vita in famiglia e nella coppia.

Durante il **workshop teorico-esperienziale** ci sarà lo spazio per esplorare gli esempi portati dai partecipanti, così da poter iniziare a mettere in pratica da subito quanto appreso.

**CONFERENZA** (gratuita)

Venerdì 21 settembre 2018  
ore 18.30-20.00

**CORSO**

Sabato 29 settembre 2018  
ore 09.00-16.30

Domenica 14 ottobre 2018  
ore 09.00-12.00

**LUOGO**

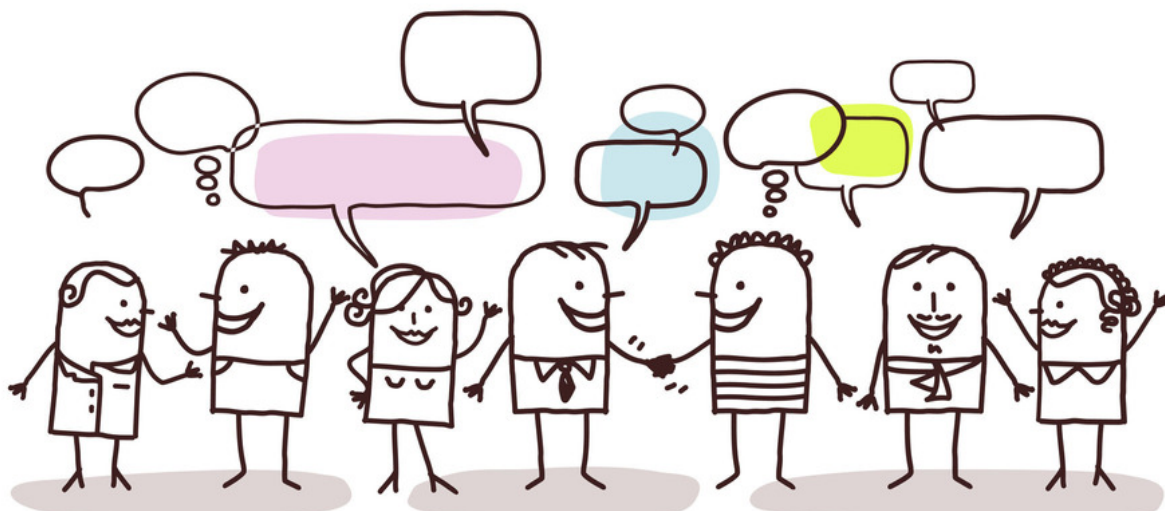
Associazione Maa Karuna  
Via Gottardo 51b, Lugano

**INFORMAZIONI e ISCRIZIONI**

**ENTRO IL 23.9.18**

[elena@backtoempathy.com](mailto:elena@backtoempathy.com)

+41 (0)79 423 60 25



Scoprirai nuovi modi di relazionarti con te stess@ e gli altri,  
che favoriscono maggior chiarezza, empatia e creatività.

Con un effetto secondario non indifferente:  
maggior vitalità, benessere e gioia nella tua vita!

### A chi è rivolto il seminario?

Si rivolge a genitori con figli tra 0-10 anni, alla ricerca di modalità di educazione che non siano la punizione-premio o il lassismo. Alle coppie che desiderano "crescere insieme ai figli" e sviluppare modalità comunicative sempre più autentiche e rispettose, anche quando le cose si fanno difficili. I genitori che parteciperanno al corso, potranno in seguito ritrovarsi con regolarità presso il centro Maa Karuna per proseguire con la pratica insieme ai propri partner e ai propri figli.

### In che ambiti si può applicare la Comunicazione Empatica?

Viene applicata nei più svariati ambiti: nella relazione con se stessi, con il partner, in famiglia, nelle scuole, nel mondo del lavoro, nei corsi di leadership, nel sociale, nelle comunità, negli ospedali, nella giustizia riconciliativa e in qualsiasi ambito in cui ci relazioniamo con qualcuno. Le competenze apprese durante il corso torneranno quindi utili anche per altri ambiti della vita.

### Contributo

Il tuo contributo mi permette di sostenermi e proseguire a divulgare quanto mi appassiona. Grazie!

Mi piacerebbe ricevere **220 CHF a persona**, rispettivamente **350 CHF a coppia**.

Qualora quanto richiesto fosse un impedimento per partecipare, ti prego di farmelo sapere. Insieme cercheremo altre soluzioni.

### Chi sono

Mamma di due figlie, partner, esperta di comunicazione con esperienza manageriale ventennale, **formatrice certificata dal Centro Internazionale di Comunicazione Nonviolenta**, ho fondato Back To Empathy. Dal 2010 offro corsi di formazione, consulenze individuali e di team, progetti educativi per le scuole, dò conferenze e interviste: [www.backtoempathy.com](http://www.backtoempathy.com)