



# **Ascolto empatico e comunicazione consapevole**

## **Seminario teorico - esperienziale**

### **Sabato 18 e Domenica 19 Settembre 2010**

#### **Seminario tenuto da Walter Alamanni**

Walter Alamanni è cofondatore, direttore didattico e docente presso la **S.E.R.S.** (Scuola per l'Educazione alle Relazioni e ai Sentimenti), Scuola di Counselling riconosciuta dalla SICO (Società Italiana Counseling). Tra le sue esperienze formative: è Counselor trainer didatta Faip e Somatorelazionale IPSO (Istituto di Psicologia Somatica di Milano), è diplomato e specializzato in Corenergetica, allievo di J. Pierrakos, è diplomato Red Lodge DTMMS, assistente ed insegnante ai corsi e ha il Master in PNL umanistica integrata. Esercita la libera professione come counselor agevolando, con sessioni individuali e di gruppo, la crescita e l'evoluzione personale. Svolge inoltre corsi di formazione presso scuole, enti pubblici e privati.

#### **Descrizione del seminario**

La qualità della vita in buona parte dipende dalla qualità delle nostre relazioni con gli altri. Avere buone relazioni, contrariamente a quanto spesso si crede, non dipende dalla fortuna di incontrare le persone giuste, quanto piuttosto dalla nostra capacità di comunicare con consapevolezza, ovvero ascoltare in modo attivo ed empatico e rispondere in modo consapevole.

Il seminario è organizzato in sessioni teoriche ed esperienziali.

Tra gli argomenti trattati nel seminario: - Comprendere se stessi e gli altri: gli ostacoli alla comunicazione efficace - Sviluppare capacità di ascolto attivo empatico - Gestione dei conflitti e comunicazione di emozioni spiacevoli - Percepire con maggiore chiarezza quali sono i bisogni e le ragioni delle parti per proporre soluzioni più efficaci - Stabilire un clima di fattiva collaborazione - Supportare talenti e qualità individuali - Esercitazioni pratiche all'ascolto ed alla comunicazione.

#### **Luogo ed orario**

Il seminario si svolgerà in una bellissima area collinare (detta "La Pila") che si affaccia su Assisi.

Indirizzo: **via Cinque Cerri 91 – Bettona (Perugia)**

Il seminario si svolgerà Sabato 18 Settembre 2010 dalle ore 9,30 alle 13 e dalle 14,30 alle 19 e Domenica 19 Settembre 2010 dalle ore 9 alle 13 e dalle 14,30 alle 17,30





## Come arrivare:

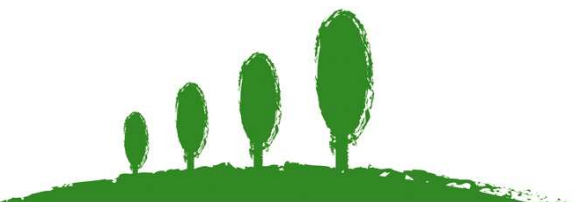
### In auto

Da Firenze: percorrere l'Autostrada A1, uscita Valdichiana, prendere la Statale 75 bis del Trasimeno in direzione Perugia. Arrivati a Perugia, proseguire poi in direzione Terni-Roma (E45), prendere poi l'uscita Torgiano – San Martino in Campo e proseguire per Torgiano. Arrivati a Torgiano, seguire poi le indicazioni per Bettona.

Da Roma: percorrere l'Autostrada A1 fino all'uscita di Orte, prendere la superstrada E45 in direzione Perugia, uscire a Torgiano – San Martino in Campo e proseguire per Torgiano. Arrivati a Torgiano seguire poi le indicazioni per Bettona.

Dall'uscita autostradale Cesena Nord sulla A14: percorrere la Superstrada E45 in direzione Perugia - Roma, non prendere le uscite per Perugia, ma proseguire sulla stessa E45 in direzione Roma; uscire poi a Torgiano – San Martino in Campo e proseguire per Torgiano. Arrivati a Torgiano seguire poi le indicazioni per Bettona.

Una volta arrivati nel borgo di Bettona, seguire i cartelli che indicano il Ristorante “Cinque Cerri”. Una volta raggiunto il ristorante (lo vedrete sulla vostra sinistra), proseguire e dopo circa 100 metri, imboccare la strada bianca sterrata a sinistra e percorrerla per circa 1 km seguendo le indicazioni “La Pila”. Bene arrivati!



Via Cinque Cerri 91, 06084, Bettona (PG) – Italy - Tel. +39.335.5438624 - Fax +39.051.267171

info@officinealsole.it - www.officinealsole.it



### **Costo del seminario**

Il costo per la partecipazione al seminario di due giorni è di 150 €.  
I posti disponibili per il seminario sono limitati.

### **Vitto e alloggio**

Chi è interessato potrà pranzare e/o cenare nella struttura dove è organizzato il seminario, previa prenotazione.

Nella struttura dove si svolgerà il seminario sono disponibili, previa prenotazione, anche alcuni posti letto o spazi per piantare la propria tenda.



### **Per iscrizioni ed ulteriori informazioni:**

*Mail:* [info@officinealsole.it](mailto:info@officinealsole.it)

*Telefono:* +39 335 5438624

*Sito web:* [www.officinealsole.it](http://www.officinealsole.it)

