

OBIETTIVO DEL CORSO

Tolto il lavoro, qual è la competenza chiave di questi tempi complicati? E' senza dubbio la cura delle relazioni e delle proprie emozioni, la capacità di fare accordi, tollerare divergenze e gestire le negatività. Stare in famiglia e stare con colleghi al lavoro sono capacità che non ci ha insegnato nessuno e che è divenuto il tempo di imparare. La "facilitazione esperta" è un nuovo strumento che può aiutarci, nella vita professionale e nella crescita personale, un incontro di metodi umanistici e scientifici.

METODOLOGIA DIDATTICA

Il Corso presenta un taglio pratico, tipo laboratorio formativo, impariamo facendo.

DOCENTI

Pino De Sario, psicologo sociale, specialista in facilitazione, docente all'Università di Pisa, dove insegna "Strumenti di facilitazione nel conflitto". Presidente Scuola Facilitatori.

ISCRIZIONI E FORMATO

Il corso è composto da quattro incontri di 12 ore ognuno, inizio il 9 novembre 2013; orari: sabato, h. 9.30-13 e 14-18.30, domenica, h. 9.30-13.30. Date: 9-10 nov; 30nov-1dic; 21-22 dic; 18-19 gen.

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Il Corso è a numero chiuso e le iscrizioni vengono accolte secondo l'ordine di arrivo. Chiedere informazioni su contenuti e costi alla Scuola Facilitatori.

LUOGO

Il Seminario si tiene a Pistoia.

IL CORSO SI RIVOLGE

Ad adulti orientati alla propria crescita personale, a genitori e coppie; a insegnanti ed educatori; a professionisti e figure interne a enti e organizzazioni produttive.

PROGRAMMA

- F1-Coordinare:
 - Stare insieme in famiglia e al lavoro
 - Coordinare compiti e relazioni
 - Saper stare con gli altri, nei gruppi
- F2-Coinvolgere:
 - Gestione costruttiva dei conflitti
 - Un codice che vince, il corpo esperto
 - Metodi di comunicazione e negoziazione
- F3-Aiutare:
 - Sviluppo della competenza emotiva
 - Capacità negativa, come aiutare nel malessere
 - Funzionamenti base di cervello-corpo-mente
- F4-Attivare:
 - Potenziamento personale
 - Conduzione di riunioni efficaci
 - Metodi di attivazione e automotivazione



Scuola FACILITATORI, associazione culturale
via Modenese 343 – 51100 Pistoia
ph/fax +39 0573.417038
mobile +39 335.5616199
mail: segreteria@scuolafacilitatori.it
www.scuolafacilitatori.it - facebook
C.F. 90053560471 – P.I. 01799190473



Biblioteca San Giorgio
via Pertini - Pistoia
Tel. 0573.371600 - Fax 0573.371601
www.sangiorgio.comune.pistoia.it
sangiorgio@comune.pistoia.it



CIRCOLO FACILITATORE
ascolto, educazione,
buone di pratiche

**L'ALFABETO
DELLE
RELAZIONI**



A cura
del dott. **Pino De Sario**
psicologo sociale, Università di Pisa,
specialista in facilitazione

E come **Epistemologia**

Metodo. L'esperienza di ognuno è complessa, spesso inspiegabile. Questa complessità interna si contrappone alla facilità giudicante di noi tutti. L'Epistemologia del rispetto attiva invece una forma mentale per cui ogni analisi è parziale, ogni interpretazione è approssimata. Una cosa è quello che mostriamo all'esterno (comportamento) e un'altra è quello che viviamo dentro (esperienza).

Prova. Riduciamo i giudizi facili (o almeno proviamo a contenerli), abbassando al minimo facili interpretazioni, pettegolezzi, pareri assoluti. Sappiamo che queste sono attività mentali che hanno radici profonde nel cervello emotivo e che scattano senza che ce ne accorgiamo. Vanno tollerate sì, ma anche fatte evolvere con una migliore educazione della mente.

F come **Fare gruppo**

Metodo. Ogni gruppo che frequentiamo, in famiglia o al lavoro, è definito un campo di forze di tipo attrattivo e repulsivo. Esso è dotato di una propria identità e volontà autonome, definendosi come realtà psicologica distinta da ogni suo membro. Nella dinamica di un gruppo c'è interdipendenza tra ruoli e temperamenti, bisogni individuali e necessità collettive.

Prova. Stare in famiglia o al lavoro, in un qualsiasi gruppo, è un'arte da apprendere: a) quante volte chi ha ragione non è uno solo ma anche più di uno; b) nel bene e nel male c'è un forte contagio tra i membri; c) si registra una fitta alternanza di momenti buoni e momenti critici; d) la via principale di uscita è saper unire, ben sapendo dei mille fattori che dividono; e) per unire le parti possiamo fare appello alle nostre componenti razionali ma anche a quelle emotive e di sentimento. Insieme.

G come **Gestione conflitto e negatività**

Metodo. Per negatività intendiamo quei fenomeni quotidiani riguardanti problemi, conflitti, malessere, errori. Alla negatività solitamente rispondiamo con giudizi, opposizione, superficialità. In questi anni abbiamo messo a punto un "metodo antinegatività", che suggerisce tre passi essenziali per passare dal negativo al positivo: esplorazione, sosta, azione. È indubbio che in tale direzione serva una nuova cultura, una nuova educazione e un qualche strumento pratico.

Prova. Cerca di non fronteggiare la negatività con giudizi e consigli, oppure con facili e comode ricette risolutive, delle quali all'altro nel pieno della sua negatività, non gli importa davvero nulla. A lui interessa invece una persona ricettiva (e una mente) che possa prendere sul serio le sue affermazioni, seppur strane che siano. Prova quindi ad accogliere, ascoltare, esplorare, contenere, prima di dare eventuali ricette risolutive e idealizzate.



come **Io-assertivo**

Metodo. È il metodo con cui il soggetto espone le proprie convinzioni, pur nel rispetto del parere dell'altro, quando cioè afferma con autorevolezza il proprio punto di vista, in alternanza col punto di vista dell'altro. L'io-assertivo è frutto di contatto con sé, che tiene conto della diversità dell'altro e non va confuso con positività comunque e a ogni costo, è buona pratica assertiva infatti anche dire "non so" e "non ce la faccio". Per assertività si intende "rispetto di sé e rispetto dell'altro", secondo una fisionomia di scambio in cui entrambi i soggetti sono degni di considerazione.

Prova. In una giornata possiamo calcolare quante volte affermiamo "io". Se superiamo le dieci volte, possiamo fermarci lì, se invece siamo sotto possiamo impegnarci a formulare più frasi che iniziano con "io....".

**Appuntamenti del
Circolo Facilitatore**

ASCOLTO, EDUCAZIONE, BUONE PRATICHE
3ª edizione 2013

Pistoia - Biblioteca San Giorgio
Auditorium Terzani
ore 17.00 - 19.00

Giovedì 24 ottobre

Rispettarsi

Giovedì 7 novembre

Stare in gruppo è difficile

Giovedì 28 novembre

Il metodo antinegatività

Giovedì 19 dicembre

Assertività e voglia di bene

La partecipazione agli incontri del Circolo Facilitatore è gratuita, ma è necessaria la prenotazione. Per iscriversi, inviare una e-mail all'indirizzo corsi. sangiorgio@comune.pistoia.it indicando il proprio nome, cognome e numero di telefono.