

Associazione Società dell'Ascolto

Segreteria: via Campolmi, 5 - 59100 Prato

tel./fax 0574 580943

e-mail: info@ascolto.it

sito web: <http://www.ascolto.it>

**“L’ascolto dona a chi è
ascoltato la possibilità di
ascoltarsi”**

(M. Bellet)

**“Otteniamo più aiuto da ciò
che diciamo a noi stessi che
non da qualsiasi cosa che
possano dirci gli altri.”**

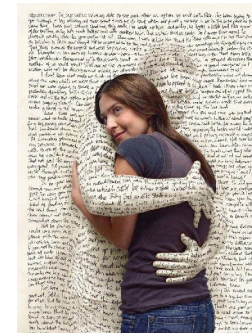
(J. Liss)



Comune di Firenze Consiglio di Quartiere 3

Il primo corso di
Educazione all'Ascolto®
a Firenze

Ti ascolto, Mi ascolto, Sono ascoltato
**Idee su come comunicare
durante il Natale**



21 Novembre 2008-16 Gennaio 2009

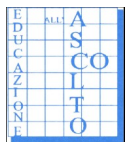
6 incontri gratuiti

il venerdì dalle 21 alle 23

Saletta Polivalente
Viale Tanini 3b Galluzzo FIRENZE
(presso gli impianti sportivi)

Il Presidente
Commissione Cultura
Cristina Giani Noferi

Il Presidente
Consiglio di Quartiere 3
Andrea Ceccarelli



L'Associazione Società dell'Ascolto

La Società dell'Ascolto è una Associazione nata con l'obiettivo di:

- Promuovere una riflessione collettiva sull'ascolto, considerata parte privilegiata della comunicazione.
- Promuovere l'auto aiuto tra le persone
- Preparare e formare i soci e tutti i cittadini

Finalità degli incontri

Diffondere una maggiore comprensione dell'importanza dell'ascolto nella comunicazione.

Sostenere problemi di solitudine e disagio.

Condividere esperienze ed emozioni nel gruppo in cui ciascuno ha diritto ad essere ascoltato.

Cosa sono i Corsi di Educazione all'Ascolto?

Sono un momento in cui i partecipanti possono sperimentare le tre esperienze dell'ascolto:

ascoltarsi

essere ascoltati

ascoltare un'altra persona.

All'interno del gruppo i partecipanti potranno ricevere e dare sostegno emotivo e chi viene è sicuro di poter parlare di sé, se vuole, e ricevere sostegno senza essere giudicato per quello che dice.

Vogliamo che ognuno nel gruppo sia il padrone di quello che vuole dire e abbia il diritto di ricevere l'ascolto che preferisce.

E' per questo che nel gruppo di ascolto vengono adottate le quattro regole fondamentali dei Corsi di Educazione all'Ascolto.

Brevemente le regole riguardano il non interrompere, non giudicare o interpretare ciò che un'altra persona sta dicendo, la libertà di partecipare o non partecipare alle attività proposte e il diritto alla riservatezza.



Dillo a me, solo a me....

Programma

- **21 novembre** — cosa vuol dire ascoltare? Tre tappe: ascoltare se stessi, essere ascoltati, ascoltare un'altra persona.
- **28 novembre** — lo scambio dell'ascolto: i ruoli di accompagnatore e protagonista.
- **5 dicembre** — Ascoltare se stessi: esercizi di sensibilizzazione, esplorazione di sensazioni e stati d'animo.
- **12 dicembre** — .un po' di drammatizzazione: si avvicina il Natale e... cosa può accadere e l'ascolto possibile.
- **9 gennaio** — il Natale è passato. Esperienze di comunicazione difficile.
- **16 gennaio** — i saluti finali. Cosa porto via e cosa lascio.

*Conduce e accompagna il gruppo:
Pierangelo Soldati, Counselor Biosistemico.*

Cell. 348 8524979

Il numero massimo di partecipanti è 18 persone.

Per la partecipazione è necessaria l'iscrizione da effettuarsi presso:

Ufficio Cultura Quartiere 3

Tel.: 055 6585.135-139

E-mail cultura.q3@comune.fi.it