

RELAZIONE AUTENTICA PAVIA

Come possiamo essere più **sinceri** nelle relazioni con gli altri? Come possiamo **comunicare** le cose che abbiamo a cuore? Come possiamo imparare ad essere più **consapevoli** e **vulnerabili** con gli altri? Come possiamo arrivare a una **comprensione reciproca** attraverso relazioni **non violente**?

La Relazione Autentica è un invito **all'esplorazione**. L'autenticità è l'approfondimento della nostra **connessione** con gli altri. In questa pratica andiamo al di là della superficialità e della tendenza a giudicare, sperimentando nuovi modi di **aprirsi all'esperienza** di noi stessi e dell'altro. E ... **ci divertiamo!**



Che cos'è? Una serata di esercizi ('giochi') di comunicazione

Dove? Aula del '400, Università degli Studi di Pavia

Quando?

- 5 Marzo 20:00-22:00
- 13 Marzo 18:30-20:30
- 18 Marzo 18:30-20:30
- 25 Marzo 18:30-20:30
- 8 Aprile 18:30-20:30
- 16 Aprile 18:00-21:00
- 23 Aprile 18:30-20:30


Per chi?

Aperto a tutti. Posti limitati.
E' richiesta l'iscrizione.


Quanto costa?

Ingresso gratuita.
Donazione possibile.

Dettagli e iscrizione: <https://www.florisvanvugt.com/autentica>



Le serate saranno guidate da Floris van Vugt. Floris insegna psicologia all'Università di Pavia, suona l'oboe barocco e pratica la meditazione buddista tibetana. Floris ha sperimentato quanto sia più felice quando i legami con le persone nella sua vita sono profondi. Ha scoperto i benefici della pratica della relazione autentica a Montreal (Canada) e ha approfondito la propria formazione attraverso il training di facilitatore di Authentic Relating.

 Gruppo Facebook
pavia.autentica

