

## **FINALITA'**

Il percorso mira a favorire la capacità di auto-ascolto e l'esplorazione di sé e del proprio mondo interiore, per acquisire maggiore consapevolezza di ciò che siamo.

## **OBIETTIVI**

**Facilitare** il riconoscimento e la valorizzazione delle proprie risorse e l'accettazione e integrazione dei propri limiti.

**Favorire** le relazioni all'interno del gruppo, attraverso stili comunicativi improntati all'autenticità e al rispetto di sé e degli altri.

**Educare** all'ascolto dei propri bisogni, alla comprensione dei propri stili comportamentali e imparare a portare avanti modalità relazionali più sicure ed efficaci.

## **STRUTTURA**

Il percorso è costituito da 10 incontri di Training Group della durata di 3 ore, uno ogni tre settimane, da ottobre 2017 a giugno 2018. Ci sarà poi un seminario intensivo di un giorno, a primavera 2018. E' nostra intenzione organizzare due gruppi di 12 / 20 persone in orari diversi: uno il Venerdì sul tardo-pomeriggio/sera e uno il Sabato mattina.

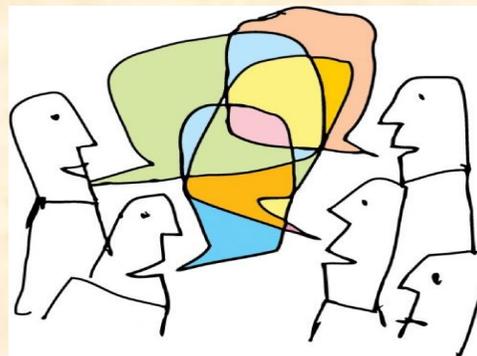
## **A CHI E' RIVOLTO?**

E' rivolto a chi intende fare un percorso di conoscenza del proprio modo di relazionarsi con se stesso e con gli altri.

In particolare è consigliato ad animatori di gruppi, insegnanti, educatori e persone che lavorano a stretto contatto con utenti e clienti. Non è consentito partecipare nello stesso gruppo insieme a persone strettamente legate da vincoli di parentela, di amicizia e lavoro.

## **METODOLOGIA**

La metodologia di apprendimento è teorico-esperienziale. Attraverso esercitazioni tecnico-pratiche si vuol favorire lo sviluppo e l'integrazione di abilità comunicative e di ascolto utili a migliorare la relazione con l'altro sia in ambito professionale che personale.



## **SEDE**

Gli incontri si terranno presso il **SAF (Spazio Ascolto Famiglia)**  
Via San Carlo, 316  
San Carlo Cesena FC

## **INFORMAZIONI COSTI**

- ◇ **Floriana** 3886186867  
florianatappi@tiscali.it
- ◇ **Patrizia** 3331234038  
piciaegio@alice.it

## **ISCRIZIONI**

**entro il 30/09/2017**



**UFFICIO per la PASTORALE  
della FAMIGLIA**  
[www.noifamiglia.it](http://www.noifamiglia.it)



**CARITAS DIOCESANA  
CESENA-SARSINA**  
[www.caritascenesa.it](http://www.caritascenesa.it)

“Tocca a noi prendere sul serio il lavoro sul cuore perché batta al ritmo del suo benessere e spinga sangue di vita e di bellezza in ogni parte del corpo. Il nostro corpo e il corpo del mondo di cui facciamo parte...”

*Padre Alfredo Feretti*



*Diocesi di Cesena-Sarsina*

**Ufficio per la Pastorale  
della Famiglia**

**Caritas Diocesana**

In collaborazione con

**S.i.co.f.**

**Scuola Italiana Consulenti Familiari  
Roma**



“Per crescere  
bisogna creare relazioni,  
comunicare con i gesti, con le  
parole, con gli sguardi,  
ascoltare gli umori, i sapori,  
gli odori, le emozioni, usare le  
mani, il sorriso, il cuore,  
il tempo...”

*Gianfranco Zavalloni*



**Corso  
Prendersi  
cura**

Per migliorare la  
conoscenza di sé e le  
relazioni con gli altri

