



## "Allenarsi all'empatia e alla competenza sociale"

29 aprile 2019 - ore 14.30 – 17.30 - Aula Magna Liceo "G. Marinelli" Udine

Seminario di formazione per docenti e formatori nell'ambito del progetto  
"Dai e Vai: Sport, Inclusione, Integrazione, Socialità"

*Relatrice Dott.ssa Ludovica Scarpa*

L'Intelligenza Sociale, anche sulla scorta delle scoperte di una nuova disciplina – le neuroscienze sociali - oggi più che mai sta dimostrando di svolgere un ruolo fondamentale in ogni settore della vita. E' quindi naturale che anche a scuola ci si interroghi su come educarla per apprendere e fare apprendere le competenze necessarie per usarla consapevolmente e proficuamente.

Ludovica Scarpa: docente di teorie e tecniche di comunicazione interpersonale presso l'Università IUAV di Venezia e "Doktor der Philosophie" alla Freie Universitat di Berlino; autrice di numerose pubblicazioni, promuove la pratica della comunicazione consapevole e della competenza sociale.

A conclusione dell'incontro, la dott.ssa Ludovica Scarpa presenterà il suo ultimo libro "Capirsi, istruzioni per l'uso. Benessere e comunicazione" - Mondadori 2019.

La struttura tematica delle tre ore è la seguente:

- 1) **Introduzione:** benessere e comunicazione interpersonale; come costruiamo il significato di quel che percepiamo nella relazione con gli altri; come è possibile che a volte, senza volerlo, contribuiamo a creare situazioni disfunzionali. La teoria del "sistema 1" e del "sistema 2" della mente e come possiamo allenarci ad "osservarli" entrambi. Come contribuire ad una relazione che produca benessere - e non disagio? L'esortazione "make it safe!" e il rispetto dei bisogni degli esseri umani.
- 2) **Descrizione di due modelli** per esprimerci rispettando i nostri bisogni di esseri umani di accettazione e appartenenza: il primo, grafico, per allenarci a "non prenderla sul personale": il potere di chi ascolta; il secondo: la Comunicazione Non Violenta.
- 3) **Ci esercitiamo insieme** ad usare i due modelli utilizzando situazioni stressanti vissute dai partecipanti che le vogliono mettere a disposizione per allenarci in situazioni simili in futuro.