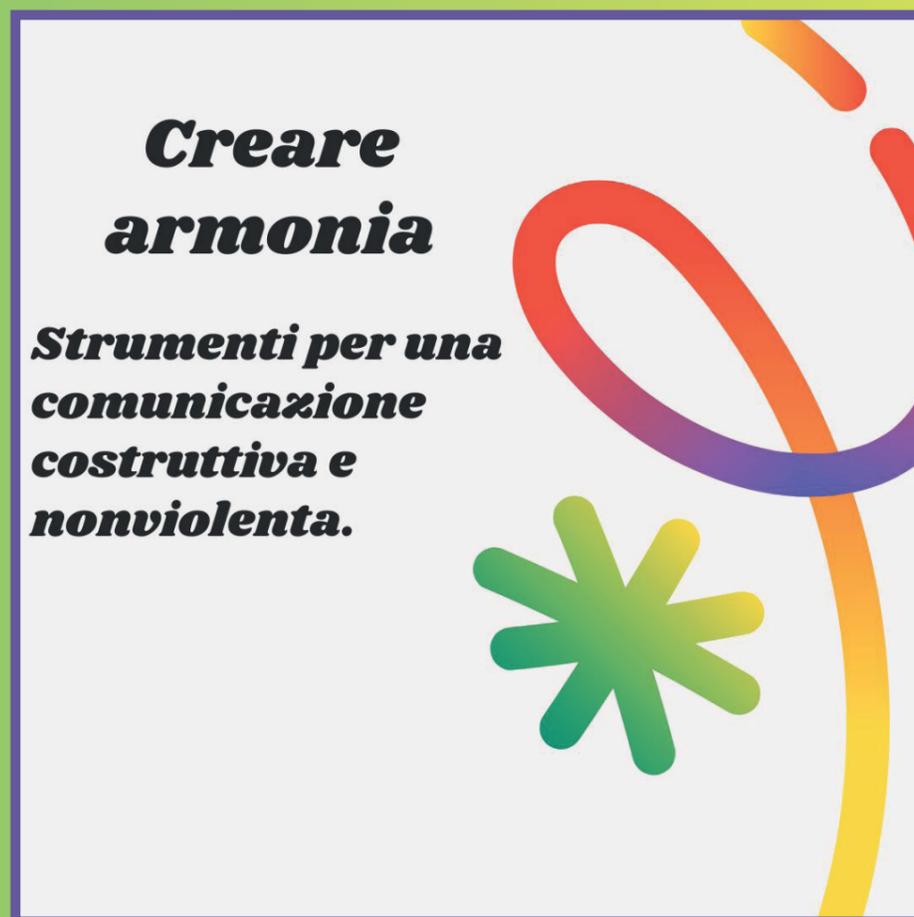


# Martedì 19 novembre 2024 alle 17.30

Sala conferenze della Biblioteca Comunale di Monfalcone

Ingresso libero



Conferenza

## **CREARE ARMONIA. STRUMENTI PER UNA COMUNICAZIONE COSTRUTTIVA E NONVIOLENTA con Simonetta Marenzi**

Stiamo vivendo un'epoca contrassegnata dal massimo sviluppo delle possibilità comunicative, al tempo stesso si nota come le relazioni interpersonali sono spesso contrassegnate da difficoltà che rischiano di sfociare in veri e propri conflitti. Cosa causa l'insorgere dei conflitti? Quali strumenti abbiamo a disposizione per migliorare le relazioni e creare maggiore armonia nel nostro quotidiano? Comunicare non significa parlare ma è un'azione che richiede molta più responsabilità di quanto comunemente si creda.

Comunicare implica la consapevolezza di come si comunica oltre che di cosa si comunica, presuppone la capacità di autogestione delle proprie emozioni nelle diverse circostanze e la volontà di conciliare i propri bisogni con quelli degli altri.

Durante l'incontro ci focalizzeremo sugli elementi indispensabili per favorire una comunicazione costruttiva e nonviolenta in ogni sfera e situazione di vita personale e professionale.

Simonetta Marenzi è counselor, life e business coach, operatrice yoga, formatrice in comunicazione costruttiva, gestione dei conflitti, leadership e selfleadership, negoziazione, gestione gruppi di lavoro, sviluppo delle potenzialità, ricerca attiva del lavoro e autoimprenditorialità. Autrice di: "L'anima dell'economia e l'economia dell'anima" e di "La nuova era. Conciliare benessere individuale e sociale" edizioni Il Ciliegio.