

Le Parole Sono Finestre Oppure Muri Introduzione Alla Comunicazione Nonviolenta

Una comunicazione di qualità con se stessi e con gli altri è oggi una delle competenze più preziose. Attraverso un processo di quattro punti Marshall Rosenberg ci mette a disposizione uno strumento molto semplice nei suoi principi, ma estremamente potente per migliorare radicalmente e rendere veramente autentica la nostra relazione con gli altri.

Il libro si rivolge chi lavora da casa. Ciò cambia lo sguardo delle persone su spazi e attività, in un inedito intreccio tra vita privata e vita lavorativa che richiede di rivedere abitudini sedimentate e, probabilmente, anche cornici interpretative indiscusse. Il libro si apre con un'introduzione sul quadro normativo di riferimento. Seguono due parti: nella prima si presentano cinque strategie utili a gestire con il maggior agio possibile le relazioni interne ed esterne attraverso la negoziazione, l'organizzazione, anche temporale, del proprio lavoro e il riconoscimento e il contenimento dei segnali di distress. Nella seconda parte vengono esplorate varie dimensioni del tema dello smartworking, dalla fruibilità degli spazi domestici, all'alimentazione, a misure per presidiare salute e sicurezza lavorando da casa. Attraverso competenze professionali e registri differenti, gli autori passano in rassegna il tema da molteplici angolature evidenziandone la complessità e la natura trasversale. Si alternano riflessioni di carattere generale, approfondimenti e suggerimenti operativi perché ciascuno possa mettere a punto la propria strategia per vivere al meglio la condizione di smartworker.

1060.165

Do ethics pay? In an attempt to answer this question, the authors analyze the economic theories that might rehabilitate ethics in the world of sales and turn them into an effective tool for conducting negotiations. This book proposes a "bottom-up" approach that starts from an analysis of sales activities to build a business style that, if adopted by an entire organization, can make the difference thus enhancing the company's success. Italian culture provides a backdrop to the book; the authors reinterpret the particular nature of the country's economic and social fabric and integrate this into an approach to business that can create authentic relationships, shared prosperity and quality of life across other cultures. Sale Ethics stimulates the development of a self-entrepreneurial mind-set that is useful in any field, and provides a simple and effective method of capitalizing on your own talents while respecting others and at the same time garnering the rewards of ethical behavior.

La obra que el lector tiene en sus manos propone una receta práctica que intenta reflotar la dimensión cognitiva de nuestras emociones. Libertad y racionalidad se reconstruyen a través de un diálogo en el que se renuncia a cualquier pretensión de seguridad o certeza definitiva, ya que nuestra vida, en el fondo, no es más que un continuo experimento social. Cada día reflexionamos sobre lo que acontece, definimos su significado y nos comportamos en consecuencia. El objetivo es vivir mejor, con nosotros mismos y con los demás. A través de cincuenta y dos casos de antropología de lo cotidiano, Ludovica Scarpa nos conduce al descubrimiento de una mirada atenta, imparcial y etnográfica que nos permitirá guiar nuestras elecciones y resolver conflictos y bloqueos, suministrando una renovada confianza en nuestras capacidades y en la posibilidad de instaurar un diálogo constructivo con los demás.

Cosa desidera un genitore per i propri figli e le proprie figlie? Forse tutte le innumerevoli risposte a questa domanda ruotano intorno a tre fondamentali desideri che abitano la prospettiva del genitore: che i figli e le figlie siano felici, liberi o libere e autonomi o autonome. Ma al di là di tutte le incognite che ci riserva il futuro, è chiaro che per una donna, ancora oggi, conquistare la propria felicità, la propria libertà e la propria autonomia sia più difficile che per un uomo. E lo è perché la parità di genere non è ancora un'ovvietà, perché continuiamo a vivere all'interno di una cultura prevalentemente maschilista e legata alle logiche del patriarcato. Da ciò nasce l'esigenza di molti padri di diventare uno strumento di cambiamento non solo per le proprie figlie, ma anche per quel nuovo maschile che sta emergendo, a favore di una società più collaborativa e paritaria. Il padre di oggi non può ignorare le dinamiche tradizionali della propria cultura e sa che per cambiarle è necessario che lavori su se stesso in modo nuovo, che si prenda cura della responsabilità specifica che hanno certi condizionamenti nel modellare i propri figli, siano femmine o maschi. Un libro di coaching "umanistico" per allenare le capacità dei padri di rendere questa società un luogo che accolga le nostre figlie (e i nostri figli) e permetta loro di sviluppare il proprio potenziale, affinché ognuna realizzi se stessa e possa essere felice, libera e autonoma. Che tu abbia figlie femmine o figli maschi, questo libro, oggi, parla a te.

Alessandra Di Pietro, con il rigore della giornalista e il cuore di un genitore, indaga sul consumo alcolico tra i minori attraverso le storie dei ragazzi che raccontano in prima persona la loro esperienza con l'alcol e gli interventi dei maggiori esperti: psicologi, sociologi, epidemiologi, forze dell'ordine. L'unica raccomandazione possibile per i minori è: ZERO ALCOL, ma non viviamo in un mondo perfetto. Non basta dire ai ragazzi che l'alcol fa male perché smettano di bere, e nessun genitore vuole vedere il proprio figlio perdersi dentro un bicchiere. C'è un modo efficace per far capire ai ragazzi che è meglio non farlo? Ci sono canali precisi sui quali sintonizzarsi per imparare ad ascoltarli e aprire un dialogo fruttuoso? Stiamo crescendo una generazione di futuri alcolisti? Con la lettura dei dati più aggiornati e la complessità dei migliori studi, il libro va oltre gli allarmi e gli stereotipi, ridisegna le reali proporzioni del fenomeno, individua i punti di pericolo e vulnerabilità dei nostri figli, offre spunti, idee e riflessioni per prevenire e intervenire se l'alcol diventa una relazione pericolosa. Il gioco della bottiglia è una guida utile per genitori, insegnanti, operatori sociali che allarga lo sguardo verso la complessità dei nostri ragazzi in crescita che così tante volte sono migliori di come ce li immaginiamo.

L'Università delle Mamme e dei Papà a.p.s. nasce a Firenze nel 2000. Vuole rispondere all'esigenza pressante di educare le nuove generazioni in modo positivo. Fornisce ai genitori, gli strumenti adatti affinché l'educazione sia non solo una preoccupazione ma anche una sana occupazione.

Avvalendosi di testimonianze e realtà letterarie, filosofi, psicologi e teologi si sono confrontati in un gruppo di ricerca triennale per studiare le condizioni di possibilità del perdono, la sua natura e processo.

La generatività familiare. Nuove prospettive di studio in educazione Generatività e comunità socio-politica. Uno sguardo pedagogico La generatività delle famiglie sistemiche. Costruire connessioni a livello intrapersonale e interpersonale La celebrazione della maternità nella pedagogia di propaganda fascista fra ideologia e realtà La sete generativa come ermeneutica delle relazioni familiari Rigenerare genitorialità dalle ferite dei maltrattamenti Contesti lavorativi che generano benessere Narrare i propri figli per generare comunità educante La generatività come azione di emancipazione rappresentativa La formazione generativa degli insegnanti per educare gli alunni alla sicurezza

1060.262

Internet nos aproxima a los demás a gran velocidad. Aumentan los contactos, y aumenta la colisión con quienes no piensan como nosotros: el mundo de la cultura y el mundo social y religioso se citan a diario en los mismos foros, sin intermediarios ni árbitros. Quien quiera hacerse entender debe saber cómo relacionarse a diario con aquellos que sostienen pareceres opuestos. Debe conocer las reglas del juego, y respetarlas. Este libro es una guía para aprender a sostener el propio punto de vista, sin pelearse y sin caer en lo políticamente correcto, logrando debates gratos y enriquecedores. Nunca aprenderemos a disputar con quien es distinto a nosotros sin realizar el esfuerzo que exige ese aprendizaje. Es algo que no aprendimos en el colegio. Y sin embargo todos, desde que tenemos un smartphone en la mano, nos vemos lanzados a un debate público, complejo y plural, en medio de interlocutores muy diversos. Su lectura nos ayudará a encontrar sosiego y satisfacción en esta dinámica. Es una ruta para aprender a sostener el propio punto de vista ante quien no está de acuerdo, sin peleas.

La sfida - come dice Jon Kabat Zinn - per ciascuno di noi, sta nello scoprire chi siamo e vivere seguendo quel richiamo. Una sfida che, spesso, sollecitati da eccessive pressioni e richieste, ci sembra di perdere. In questo libro l'autrice racconta come l'incontro con la mindfulness le ha permesso di riprendere il filo della propria vita e condivide strumenti perché anche il lettore possa scoprire chi è e seguire quel richiamo, non solo per le otto settimane di un protocollo mindfulness ma ogni giorno, giorno dopo giorno. Come possiamo farlo? Partendo dall'accettazione, dal lasciar andare e dalle qualità di base che coltiviamo nella mindfulness. In un percorso della durata ideale di 8 settimane, troverai esercizi, file audio di pratica, video, letture e commenti che ti accompagneranno ad uscire da una modalità perfezionistica, dall'anoressia emotiva del pilota automatico sempre acceso per riprendere il sapore della vita, assaporarla e gustarla com'è. E, infine, per imparare a cambiarla attraverso l'accettazione, la compassione e il lasciar andare. Il tutto organizzato in modo che i tanti stimoli che il libro offre siano risorse utili e semplici da utilizzare

Le parole sono finestre (oppure muri). Introduzione alla comunicazione nonviolenta

A distanza di oltre dieci anni dall'istituzione del corso di Laurea magistrale a ciclo unico in Scienze della Formazione primaria presso il Dipartimento di Scienze della Formazione (Disfor) dell'Università di Genova, il volume ospita contributi di professori universitari, dirigenti dell'Ufficio Scolastico della Liguria, dirigenti scolastici e insegnanti che a diverso titolo collaborano nel Corso di studio. Scopo del volume è duplice. Da un lato presentare il modello di tirocinio in uso, sul versante sia didattico sia organizzativo, esplicitando il progetto educativo sotteso e mettendo in evidenza peculiarità e vantaggi di tale progetto nella formazione iniziale degli insegnanti di scuola primaria e dell'infanzia; dall'altro, riflettere sull'adeguatezza di tale modello ai bisogni di una realtà sociale, educativa e culturale che nel tempo è profondamente mutata. Uno strumento di studio e di lavoro utile in primo luogo per studenti e insegnanti impegnati nelle attività di tirocinio diretto e indiretto, di cui anche i docenti del Corso di studio potranno avvalersi nello sforzo di armonizzare l'agire didattico alle peculiarità del percorso di studio.

Che cos'è l'inclusione e come si pratica nella scuola? Il volume intende rispondere a queste domande, introducendo il lettore all'interno del lessico, dei concetti di base e delle strategie che caratterizzano il discorso e la prassi dell'inclusione scolastica. Partendo dagli aspetti teoretici e da una definizione di inclusione come ricerca dell'eguaglianza formativa, attraversando il profilo dell'insegnante e del curriculum inclusivi, analizzando gli aspetti normativi che regolano l'inclusione, si arriva alla descrizione critica di alcuni strumenti operativi necessari a praticarla. Questo libro è frutto di esperienze personali e professionali, di un architetto e un counselor che, lavorando in sinergia, hanno potuto sperimentare e trasformare la consapevolezza di sé e il percorso di guarigione che la casa può offrire e hanno scelto di condividerlo, perché fosse di aiuto e supporto ad altri. È un percorso in 7 passi, durante i quali vi accompagneranno alla riscoperta di voi e della relazione di armonia con la vostra casa, integrando - in un'unica visione - esperienze, racconti, esempi, consigli, spunti, foto e pratici esercizi, che vi faranno comprendere cosa significa curarsi attraverso la propria casa. Un percorso di consapevolezza e di autoguarigione attraverso la propria casa. In ogni capitolo ci sono pratiche da sperimentare, alla portata di tutti. Un libro che nasce dall'esperienza personale di un architetto e di un counselor. È un libro in cui ci si riconosce. Propone due visioni integrate e complementari del valore simbolico della casa: quello interiore e quello esteriore.

Sono sempre più numerosi giovani e meno giovani che decidono di andare a vivere in un cohousing o in un ecovillaggio, una scelta dettata non solo da motivi economici (vivere insieme costa decisamente meno), ma anche dal crescente bisogno di uno stile di vita sobrio e a basso impatto ambientale, basato su relazioni autentiche e di solidarietà. Il panorama delle esperienze comunitarie, in Italia e all'estero, è assai ricco e variegato. Sempre più spesso si riconosce il valore sociale oltre che ambientale del vivere insieme, tanto che anche in Italia sono in crescita le amministrazioni locali che promuovono bandi per l'assegnazione di terreni o edifici destinati al cosiddetto housing sociale; è successo in Lombardia, Toscana, Emilia-Romagna e altrove.

L'autrice racconta la storia e soprattutto il presente di ecovillaggi e cohousing già attivi in Italia, dei numerosi progetti in via di realizzazione e aperti a nuove adesioni, e delle esperienze internazionali più significative. Quella che emerge è una mappa completa e variegata, utile per chi vuole approfondire una tematica ancora poco conosciuta oppure per chi ha già avviato una riflessione e un percorso, e che nel libro può trovare suggestioni, stimoli e contatti per proseguire il proprio cammino.

Accanto alla madre è un inno alla vita e all'amore e ha uno scopo ambizioso: smuovere le coscienze. Oggi la madre spesso si ritrova senza un tessuto sociale che la protegga, senza un concreto riconoscimento del valore del suo ruolo, sommersa fino al collo, dentro e fuori di lei, da condizionamenti culturali e emozionali che la allontanano dal proprio sentire; crescere un figlio è quasi una sfida. La coppia, abbandonata a se stessa, rischia di perdersi di fronte alle emozioni che riaffiorano a contatto con il bambino e alla crisi del maschile e del femminile. In gioco sono il benessere e la salute dei nostri figli. Accanto alla madre racconta, soprattutto attraverso le testimonianze di madri e di doule - la nuova figura di accompagnamento alla nascita che si mette al servizio della neomamma e della coppia - come lo stare accanto a una donna durante la gravidanza, al momento del parto, nel puerperio e anche in seguito, è innanzitutto un atto d'amore, che richiede qualità umane e conoscenze che non sono per niente scontate. Le informazioni e le riflessioni contenute in questo manuale, unico nel suo genere, sono rivolte a tutti: uomini e donne, genitori e non, ed è raccomandato anche agli operatori sanitari e alle doule, il cui prezioso lavoro colma un vuoto che non è più accettabile.

Quello dei "ruoli" è da sempre un tema particolarmente avvincente e intrigante. Questo libro ci aiuta a indagare sulle motivazioni che spingono persone qualsiasi, nella vita di tutti i giorni, a impersonare ruoli che non appartengono loro, falsando così il naturale svolgersi della vita di relazione. Attraverso l'esame di cinque casi concreti trattati nella sua esperienza di Formatore

Emotivo-Relazionale, l'autrice introduce il lettore nel mondo delle emozioni, facendolo partecipare alle sedute formative come uno spettatore invisibile, al quale svela le sue personali riflessioni e suggerisce spunti di riflessione. "Il cannibalismo dei ruoli", a metà tra il saggio e il manuale, fornisce strumenti pratici per impostare percorsi formativi, orientati allo sviluppo dell'Intelligenza Emotiva.

Il presente lavoro si divide in due parti: una teorica e l'altra esperienziale. Nella prima si esamina il concetto multidimensionale d'Empatia, attraverso l'analisi di alcuni articoli scientifici di psicobiologia. La seconda parte è una raccolta di esperienze per scoprire e sperimentare l'Empatia nell'ambito scolastico. I due lavori possono essere letti indipendentemente, il filo rosso dell'Empatia nelle relazioni interpersonali li percorre entrambi.

You can feel it when it hits you. Your face flushes and your vision narrows. Your heartbeat increases as judgmental thoughts flood your mind. Your anger has been triggered, and you're about to say or do something that will likely make it worse. You have an alternative. By practicing the Nonviolent Communication (NVC) process you can use that anger to serve a specific, life-enriching purpose. It tells you that you're disconnected from what you value and that your needs are not being met. Rather than managing your anger by suppressing your feelings or blasting someone with your judgments, Marshall Rosenberg shows you how to use anger to discover what you need, and then how to meet your needs in constructive ways. This booklet will help you apply these four key truths: - People or events may spark your anger but your own judgments are its cause - Judging others as "wrong" prevents you from connecting with your unmet needs - Getting clear about your needs helps you identify solutions satisfying to everyone - Creating strategies focused on meeting your needs transforms anger into positive actions

1796.294

La guida gentile non è essere sempre perfetti e nemmeno essere sempre accondiscendenti: è porsi ai nostri bambini con onestà e rispetto della loro integrità, è scegliere di saper essere piuttosto che di saper fare, di avventurarsi nel mare tempestoso delle emozioni e attraversarlo, insieme a loro, con empatia, e usare queste emozioni come guida per comprendere e conciliare i bisogni di tutti. Confermare il bambino nei suoi sentimenti e nelle sue sensazioni, accogliere la sua percezione anche quando non collima con la nostra, aiutandolo ad ampliare la sua visione delle cose e includere quella più vasta della società, è la strada per crescere individui integri, capaci di valutare in modo critico ciò che la vita propone loro, e quindi in grado di esprimere al massimo il loro potenziale. Al di là della falsa scelta fra autoritarismo e lassismo, nell'educazione dei bambini c'è una terza via: quella della gentilezza. Attraverso la presenza affettuosa, l'ascolto dei loro sentimenti e bisogni, il dialogo onesto e rispettoso, gli adulti possono, senza rinunciare al loro ruolo di guida, accompagnare i bambini a diventare individui integri e capaci di empatia, con una base affettiva sicura e la capacità di connettersi con gli altri e con l'ambiente intorno a loro, cambiando in meglio il mondo.

Tramite racconti, esempi e semplici dialoghi l'autore ci presenta la comunicazione di qualità che rende autentica la nostra relazione con gli altri. L'empatia, gli schemi di pensiero e la comprensione, insieme ai nostri desideri, formano i quattro punti fondamentali da mettere in discussione per migliorare la qualità della competenza comunicativa quotidiana. In un racconto intimo che è anche manuale perché l'esperienza avviene attraverso le mani, vengono condivisi nove mudra nati da una spontanea e profonda connessione a Gesù Cristo e Maria Maddalena. I Gesti Sacri® aiutano a guarire le ferite legate a condizionamenti ereditati, attraverso il perdono e senza giudizio, riportando alla propria matrice divina. Allineano chakra e corpi energetici mobilitando la kundalini e riconnettono al gioioso bambino interiore armonizzando l'energia maschile e femminile dentro di sé. Collegati alla geometria sacra, agli "abitanti delle stelle" e alla guida amorevole degli Arcangeli, essi aumentano la frequenza vibrazionale e favoriscono il passaggio dal fare all'essere, fondamentale nel percorso di ascensione verso un genere umano evoluto: collegandosi al Cielo e abbracciando ogni esperienza sulla Terra, si lascia andare il passato riportandolo all'amore incondizionato del qui e ora, consapevoli del proprio potenziale co-creativo.

A simple yet powerful method of communication for mediating conflicts and peacefully resolving differences at the political, professional, and personal levels.

239.254

Dalla classe capovolta alla scuola capovolta. In questo volume, dopo una premessa sull'educazione a distanza nel periodo della pandemia, si suggeriscono alcune coordinate per integrare il rinnovamento tecnologico della scuola con la riforma dei modelli educativi che si ritiene necessario attuare. Le istituzioni e i metodi formativi devono cambiare radicalmente alla luce delle trasformazioni intervenute nelle cosiddette società avanzate dall'ultimo scorcio del Novecento a oggi. La rivoluzione informatica, la precarietà e la mobilità del lavoro, la globalizzazione e l'evoluzione degli studi in ambito cognitivo hanno definitivamente messo in crisi i modelli educativi che dominano la pubblica (e anche privata) istruzione, dalla scuola materna e primaria fino e oltre l'università. Questo volume vuole offrire, in una modalità comunicativa non accademica e divulgativa, una sintesi articolata in 70 brevi paragrafi-tesi sui principali temi del pensiero e delle pratiche educative "divergenti" e innovative, generate da un secolo di esperienze e sperimentazioni metodologiche sul campo, o per meglio dire in trincea.

Oltre il Design Thinking offre strategie, modelli e tecniche per risolvere problemi complessi e creare nuove idee per differenziarsi dalla concorrenza, unendo pensiero analitico e creativo. Nella prima parte il libro illustra, con un linguaggio accessibile a tutti, le più recenti teorie dell'innovazione e i metodi del Design Thinking. Nella seconda parte l'autrice approfondisce il tema descrivendo il processo di utilizzo e di integrazione dei dati all'interno di strategie creative elaborate da team ad alto rendimento, dove il gioco è l'elemento propulsore. La carica innovatrice del manuale è racchiusa nell'unione di elementi distanti tra loro come l'analisi dei dati, le emozioni, la creatività e il gioco per riportare il pensiero verso l'intuizione. Completano il libro numerosi casi studio e i canvas a colori disegnati a mano dall'autrice per aiutare la comprensione e la simulazione. Il testo risulta così particolarmente adatto per chi desidera approcciare il Design Thinking, per gli analisti e i marketer alla ricerca di tecniche di consulenza basate sulla cooperazione e per i creativi chiamati a strutturare strategie di prodotto, business, comunicazione e marketing innovative.

"Fedele al suo ruolo d'insegnante, le 'istruzioni per l'uso' che la Scarpa ci fornisce con questo libro aiutano ad arricchire di senso la relazione che intratteniamo con l'altro; ad organizzare (co-costruire) con

ricchezza di semantica lo sfondo e il movimento (scena e coreografia) che danno vita, concretezza al quotidiano, inteso come teatro d'improvvisazione. Il riverbero interiore delle parole della Scarpa diventa gradualmente eco di un tempo in cui il 'rito' rappresentava l'occasione per affermare il valore simbolico degli atti compiuti da un singolo e dalla sua collettività. Rispettando tempi e passaggi che conferiscono tensione narrativa ad una storia che è patrimonio comune, che è essa stessa – oseremmo affermare - appartenenza. La 'comunicazione' per la Scarpa, quindi, non può che essere fortemente orientata verso il manifestarsi - mai definitivo, perché per sua natura è 'precario' - di uno spazio comune e accogliente, in cui a ognuno possa essere possibile sentirsi a proprio agio, sereno e accettato." dalla Presentazione di Gianluca Piscitelli

Guida per le ragazze e i ragazzi che vogliono scegliere il proprio futuro Una guida per i ragazzi e le ragazze che stanno trasformandosi in persone adulte e che si trovano inevitabilmente a dover scegliere cosa fare del proprio futuro. Scelte complicate in un mondo che è totalmente cambiato, dove non ci sono più garanzie. E allora? Allora La parola chiave dell'intero libro è "consapevolezza".

Dall'autrice di Imparare e innamorarsi, un attacco all'amore romantico, il peggior nemico dell'innamoramento e della coppia. Proprio per salvare la coppia e l'Amore.

Nel qui e ora la ricerca dell'equilibrio tra il sé e l'altro da sé. Quasi tessere di un puzzle da leggere nell'ordine che il lettore sceglierà, le riflessioni suggeriscono di soffermarci su ciò che non vediamo, perché ... troppo evidente. In forma di brevi articoli, a volte tratteggiati con ironia, affiora un fil rouge appassionante...

316.5

[Copyright: 7ecfa04782bd6909c242bb66ab89d599](https://www.digipdf.it/7ecfa04782bd6909c242bb66ab89d599)