

La scoperta dell'altro.



Il segreto per vivere in pace con tutti consiste nell'arte di comprendere ciascuno secondo la sua individualità. Friedrich Ludwig Jahn, pedagoga

Il mondo moderno sembra offrire a tutti la possibilità di essere in costante connessione con gli altri grazie alle nuove tecnologie, come i telefoni cellulari e le piattaforme informatiche. Tuttavia, le persone si sentono sempre più separate, isolate rispetto agli altri e incapaci di costruire relazioni vere e autentiche. Questo accade perché gli altri sono percepiti come mondi distanti e apparentemente incomprensibili, con i quali è sempre più difficile entrare in contatto.

L'empatia può quindi diventare una risorsa preziosa per migliorare e rendere più profondo il livello della comunicazione con gli altri. La capacità di comprendere il punto di vista dell'altro e il suo stato d'animo, così come il saper riconoscere ciò che l'altro sente o pensa, sono strumenti che consentono alle persone di costruire relazioni con gli altri che siano improntate alla conoscenza e comprensione reciproca, in modo da diffondere i valori della pace e della non violenza.

Durante l'incontro, saranno forniti esempi e spiegazioni di come l'empatia possa contribuire a migliorare la qualità delle relazioni interpersonali nella società moderna, oltre che a gestire le "differenze fra uguali" in modo pacifico, imparando a capire meglio i valori degli altri e a esprimere i propri bisogni in maniera chiara e costruttiva.

Ne parlerà:

Gianluca Ciuffardi (Psicologo e Psicoterapeuta)