

# SPACE UP

## GIOVANI E SPAZI CONDIVISI **AZIONE I** LABORATORIO COMUNICAZIONE NON VIOLENTA E INCLUSIVA HAI TRA I 20 E I 30 ANNI? PARTECIPA GRATUITAMENTE!

### Obiettivo/target del laboratorio

Migliora le competenze comunicative e le pratiche di ascolto attivo, empatia e dialogo costruttivo, al fine di ridurre i conflitti interpersonali e promuovere una cultura di rispetto e comprensione reciproca.

### Sede degli incontri

**Informagiovani**

**presso**

**MO.CA**

**Centro per le  
nuove culture**

**Brescia**

**Via Moretto 78**

### Formatrice del Laboratorio

**Debora Barletta**

Coordinatrice Nazionale No Hate Speech Movement Italia. Youth worker, formatrice e facilitatrice internazionale, è appassionata di apprendimento e di sostegno all'empowerment, soprattutto per persone giovani. Con APICE, l'organizzazione di cui è VicePresidente ha lavorato al progetto "WeCAN 4 Human Rights Speech" coordinato dall'Unità Inclusione e Antidiscriminazione del Consiglio d'Europa.

### **Sessione 1 Mercoledì 4 dicembre 2024 18.00 - 20.00**

#### **Gettare le Basi. Conoscere il Contesto e le risorse**

Attività di costruzione del gruppo + Condivisione di sentimenti, bisogni, aspettative.  
Definizione del Problema: perché c'è bisogno di modalità di comunicazione nuove  
Utilizzare la Piramide dell'Odio per comprendere gli spazi di Azione  
Tracciare gli strumenti di cui si ha bisogno  
Esercizi Pratici di riconoscimento dell'odio e della violenza

### **Sessione 2 Lunedì 16 dicembre 2024 18.00 - 20.00**

#### **Esplorare Teorie e Strumenti - Parte 1**

Partire dalle cause per trovare risposte:  
come Ascolto Attivo e Comunicazione nonviolenta (CNV) possono costituire risposte efficaci  
Esplorazione dei principi della CNV sviluppati da Marshall Rosenberg.  
Esercizi e Pratica di CNV  
Principi dell'Ascolto Attivo  
Esercizi e pratica di Ascolto Attivo  
Costruzione dell'empatia

### **Sessione 3 Giovedì 9 gennaio 2024 18.00 - 20.00**

#### **Esplorare Teorie e Strumenti - Parte 2**

Linguaggio ampio VS linguaggio inclusivo.  
Cambiare parole e linguaggi per cambiare il presente  
Come si creano spazi "più sicuri": principi di base  
La Piramide dell'Odio. Usare Pregiudizi e Bias per esplorare linguaggi diversi  
Esercizi Pratici di Linguaggio  
Scoprire l'approccio basato sui diritti umani come risorsa per contro narrazioni e narrazioni alternative

**PARTECIPA GRATUITAMENTE!**



**Iscriviti qui!**



**CONTATTI E INFO**

comunicazione@adl-zavidovici.eu

andrea.ferrari@adl-zavidovici.eu

Ente capofila

Partner



**La Rete**  
COOPERATIVA SOCIALE



Con il contributo di

