



In collaborazione con

Associazione Sentieri dello Spirito

Presenta

Workshop

L'amore ai tempi del conflitto

Come salvaguardare una relazione di coppia quando c'è conflitto imparando a litigare bene

Premessa

Perché ci si innamora? Come nasce una coppia? Da dove origina la decisione di crearla? Perché tu hai scelto proprio me ed io ho scelto proprio te? Nel momento della scelta quali componenti hanno determinato la decisione? E questa decisione è frutto di una scelta consapevole o animata da elementi invisibili? Cosa succede alla relazione di coppia quando c'è conflitto? È possibile salvaguardarla, superando le reciproche accuse create da un io pieno di paure (invisibili), aspettative (disilluse) e bisogni (non soddisfatti), trasformando il conflitto in un'occasione di apprendimento e di crescita imparando a litigare bene?

Obiettivi

- Comprendere il significato della nostra relazione di coppia, le dinamiche che stiamo vivendo, abbiamo vissuto e che vorremmo modificare.
- Riconoscere l'origine e i veri motivi dei conflitti che si generano all'interno della coppia.
- Trasformare i conflitti in occasioni di apprendimento e di crescita e imparare a litigare bene.
- Utilizzare l'innovativo strumento della mappa dei principi per prevenire e gestire costruttivamente i conflitti nella coppia.

Contenuti

- Scopo e mistero dell'innamoramento.
- Gli elementi invisibili nelle scelte della creazione della coppia.
- Psicodinamica della coppia.
- La crisi della coppia.
- Le ferite emozionali che generano i conflitti.
- Paure, bisogni, aspettative, proiezioni.
- Copioni e modelli comportamentali: la vittima, il carnefice, il critico interiore, l'attivista, il contemplativo, l'egoista, l'altruista.
- La mappa dei principi nella relazione di coppia: come redigerla.

Docente



Tiziana Fragomeni, avvocato negoziatore, esperta in ADR - metodologie alternative alla causa e al processo - che utilizza nel proprio lavoro per aiutare i suoi clienti a raggiungere accordi soddisfacenti senza giungere in tribunale. Si dedica da anni all'insegnamento della gestione costruttiva dei conflitti stravolgendo il paradigma di partenza, fondato sulla contrapposizione, per trasformare il conflitto in una sfida e in uno strumento di apprendimento. È responsabile scientifico dell'Associazione enne.zero, dove progetta e conduce ogni mese laboratori sul tema del conflitto, dinamiche relazionali e strumenti di auto-conoscenza, e autrice di testi in materia di mediazione e conflitto. Tra i vari libri pubblicati si menzionano *Conflitti istruzioni per l'uso*, Anima edizioni, Milano 2014, *I professionisti e la gestione dei conflitti* (che contiene il Metodo O.A.S.I) Franco Angeli, Milano 2015, *Surfando sul Conflitto*, Franco Angeli, Milano 2016. <https://tizianafragomeni.it> info@tizianafragomeni.it

Destinatari

Coppie desiderose di apprendere l'arte della gestione costruttiva dei conflitti (è possibile partecipare anche se non si è in coppia).

Giorni e sede del corso

Domenica 30 giugno e domenica 14 luglio 2019, ore 14.30/18.30, Sentieri dello spirito, Via Niccolò Macchiavelli 2, Milano.

Costo

È richiesto un contributo di euro 40,00 per ciascuna mezza giornata.

Per informazioni, contattare Regina Zanella reginazanella@icloud.com

N.B. il corso verrà attivato con il raggiungimento di un numero minimo di 10 partecipanti.