

# GIOVANNA CASTOLDI - MEDIARE LE RELAZIONI

## 10<sup>a</sup> edizione speciale Italia 2026

Crea la Vita che Vuoi con la Comunicazione Nonviolenta

### IL CONFLITTO COME VIAGGIO DI TRASFORMAZIONE

con John Kinyon

Dall'11 al 15 febbraio 2026

*Migliora le tue abilità comunicative*

*Trasforma il conflitto in dialogo, in famiglia e nel tuo lavoro*

*Mantieni tranquillità ed equilibrio dentro di te, momento per momento e indipendentemente dal tipo di sfida.*

*Costruisci relazioni basate su sicurezza, fiducia e rispetto*

*Come ampliare il tuo curriculum professionale con ricercate competenze di relazione*

### SPECIALE EVENTO FORMATIVO

(dal mercoledì tardo pomeriggio alla domenica mattina)

#### Un Viaggio di Trasformazione nel Conflitto

Questa edizione speciale celebra i **dieci anni del percorso formativo “Mediare le Relazioni”**, un viaggio immersivo nella Comunicazione Nonviolenta che, negli anni, ha coinvolto centinaia di persone desiderose di imparare come attraversare il conflitto in modo sicuro e creativo. In questa occasione, avremo l'onore di approfondire, praticare e imparare la Comunicazione Nonviolenta applicata ai contesti di conflitto insieme a **John Kinyon, uno dei fondatori del programma e allievo diretto di Marshall Rosenberg**.

Nei 5 giorni immersivi ruoteremo attorno al tema centrale: *“Il viaggio di trasformazione nel conflitto”*.

Al cuore dell'approccio che approfondiremo troviamo il Modello delle 3 Sedie, e ciò che vogliamo offrire è entrare nella profondità di questo modello, in varie forme:

- comprendere come il conflitto possa essere un catalizzatore di **creazione, sviluppo e trasformazione**;
- applicare **modelli di dialogo** per affrontare le sfide della vita quotidiana;
- osservare come il **disaccordo** possa trasformarsi in nuove possibilità;
- esplorare l'**integrazione tra spiritualità, scienza e cambiamento sociale**, attraverso pratiche di dualità e non-dualità.

Le abilità della Comunicazione Nonviolenta possono essere applicate per **affrontare qualunque situazione di tensione e conflitto**, sia nella sfera privata che professionale.

Nei giorni saranno esplorate le possibili scelte per far fronte:

- alla rabbia nostra e alla rabbia degli altri
- al Conflitto (“Sì, qualunque cosa ti venga in mente con questa parola, esploreremo quello!”)
- alle conversazioni difficili
- alle comunicazioni di notizie spiacevoli, nella cura e considerazione degli altri
- supportare le dinamiche di gruppo e la diversità

Per facilitare l'apprendimento, la parte teorica viene alternata a quella pratica.

### **COSA PRATICHEREMO INSIEME**

- Abilità di definire e comunicare ciò che senti e ciò che vuoi
- Esprimere la rabbia in modo costruttivo
- Rafforzare il senso di sicurezza di fronte alla rabbia degli altri
- Rafforzare il senso di sicurezza nell'affrontare i conflitti
- Abilità di far fronte a conversazioni difficili
- Consapevolezza dei fattori che facilitano la comunicazione
- Consapevolezza dei fattori che frustrano la comunicazione
- Aumentare le tue abilità nel creare cooperazione con gli altri e tra gli altri

Ulteriori informazioni e dettagli alla pagina <https://www.giovannacastoldi.it/cnv/corsi-di-cnv/corso-avanzato-di-cnv>