

# VareseNews

## La comunicazione empatica e nonviolenta in un workshop a Varese

**Pubblicato:** Sabato 31 Maggio 2025



 09:00 – 17:00

 Spazio Kabum – Scuola di circo

 Spazio Kabum, Via Francesco Guicciardini

 Varese

**Un'intera giornata ispirata agli insegnamenti di Marshall Rosenberg, per esplorare come la Comunicazione empatica e NonViolenta (CNV) possa arricchire le relazioni personali, professionali e quotidiane.**

**Questo l'obiettivo del workshop di Comunicazione empatica e nonviolenta in programma sabato 7 giugno, dalle ore 9 alle 17 allo Spazio Kabum di Varese.**

Attraverso riflessioni ed esercizi pratici, i partecipanti potranno provare ad esprimere con consapevolezza bisogni e sentimenti in modo chiaro e rispettoso, **imparando a dire anche le “cose difficili” senza ferire né trattenere, ascoltando davvero l'altro, senza farsi travolgere dalle proprie**

**reazioni emotive.** Tutte competenze fondamentali per costruire relazioni autentiche, sane e basate sull'ascolto reciproco.

Il workshop, condotto da [Damiano Petitti](#) – facilitatore, coach, pedagoga e formatore – vuole essere un'occasione preziosa per riflettere sui propri schemi comunicativi e coltivare attorno ambienti più empatici, pacifici e attenti ai bisogni di tutt?.

Per partecipare è necessaria la prenotazione entro domenica 2 giugno, contattando Damiano al 338 8851782.

L'evento si terrà al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti.

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)