



*Ascoltami  
con cuore  
libero*

Corso di Formazione per  
Vicarie aperto a tutti



# *Calendario Incontri*

- Vicaria Arcevia –  
Ostra

6 e 20 Maggio 2019  
ore 21.00

Parrocchia del Pianello

- Vicaria  
Senigallia Nord

15 e 29 Maggio 2019  
ore 21.00

Parrocchia della Pace  
(Unità Pastorale Duomo e  
Unità Pastorale Cesano-Pace)

- Vicaria  
Chiaravalle

16 e 30 Maggio 2019  
ore 21.00

Parrocchia Chiaravalle

- Vicaria Senigallia  
Sud

9 e 23 Settembre 2019  
ore 21.00

Parrocchia Ciarnin  
(Unità Pastorale Portone,  
Vallone-Filetto-Sant'Angelo,  
Marzocca-Montignano)

- Vicaria Corinaldo -  
Mondolfo

2 e 16 Ottobre 2019  
ore 21.00

Da definire

**GIORNATA  
CONCLUSIVA**

**9 Novembre 2019**



# ***Relatori***

➤ **Lorenzo Brocchini**

*Psicologo clinico e consulente familiare*

➤ **Rachele Barchiesi**

*Psicologa e psicoterapeuta*

## ***Info e Contatti***

Per qualsiasi informazione

contattare

071/60274

oppure

3484004623

# Lavorare con consapevolezza emotiva; Empatia

*La tematica centrale dell'incontro è la risonanza empatica che viene introdotta con un contenuto informatico (funziona dei neuroni specchio e aspetti di comunicazione implicita e non verbale; tecniche di autoascolto e di ascolto dell'altro; identificazione e differenziazione del vissuto ascoltato: farsi carico o prendersi cura dell'altro), a cui fa seguito un lavoro di rielaborazione in gruppo dell'informazione.*



## Risonanza empatica; Ascolto

*La tematica centrale dell'incontro è lo sviluppo della consapevolezza emotiva, attraverso un'attività informativa su alcuni contenuti teorici (intelligenza emotiva; cervello tripartito; la regolazione delle emozioni nell'essere umano; distribuzione tra sensazioni, emozioni, sentimenti, comportamenti e atteggiamenti; definizione di empatia e aspetti della comunicazione empatica), a cui fa seguito un lavoro di rielaborazione in gruppo dell'informazione, con spunti di riflessione personale e condivisione di esperienze e vissuti.*





*Sono questi i vuoti d'aria  
Questi vuoti di felicità  
Queste assurde convinzioni  
Tutte queste distrazioni  
A farci perdere  
Sono come buchi neri  
Questi buchi nei pensieri  
Si fa finta di niente  
Lo facciamo da sempre  
Ci si dimentica  
Che ognuno ha la sua parte in questa  
grande scena  
Ognuno ha i suoi diritti  
Ognuno ha la sua schiena  
Per sopportare il peso di ogni scelta  
Il peso di ogni passo  
Il peso del coraggio  
E ho capito che non sempre il tempo cura  
le ferite  
Che sono sempre meno le persone amiche  
Che non esiste resa senza pentimento  
Che quello che mi aspetto è solo quello  
che pretendo  
E ho imparato ad accettare che gli affetti  
tradiscono  
Che gli amori anche i più grandi poi  
finiscono  
Che non c'è niente di sbagliato in un  
perdono  
Che se non sbaglio non capisco io chi  
sono  
Sono queste devozioni  
Queste manie di superiorità  
C'è chi fa ancora la guerra  
Chi non conosce vergogna  
Chi si dimentica  
Che ognuno ha la sua parte in questa  
grande scena  
Che ognuno ha i suoi diritti e ognuno ha  
la sua schiena  
Per sopportare il peso di ogni scelta  
Il peso di ogni passo  
Il peso del coraggio*

*E ho capito che non serve il tempo alle  
ferite  
Che sono sempre meno le persone unite  
Che non esiste azione senza conseguenza  
Chi ha torto e chi ha ragione quando un  
bambino muore  
E allora stiamo ancora zitti perché così ci  
preferiscono  
Tutti zitti come cani che obbediscono  
Ci vorrebbe più rispetto  
Ci vorrebbe più attenzione  
Se si parla della vita  
Se parliamo di persone  
Siamo il silenzio che resta dopo le parole  
Siamo la voce che può arrivare dove  
vuole  
Siamo il confine della nostra libertà  
Siamo noi l'umanità  
Siamo il diritto di cambiare tutto e di  
ricominciare  
Ricominciare  
Ognuno gioca la sua parte in questa  
grande scena  
Ognuno ha i suoi diritti  
Ognuno ha la sua schiena  
Per sopportare il peso di ogni scelta  
Il peso di ogni passo  
Il peso del coraggio  
Il peso del coraggio*

