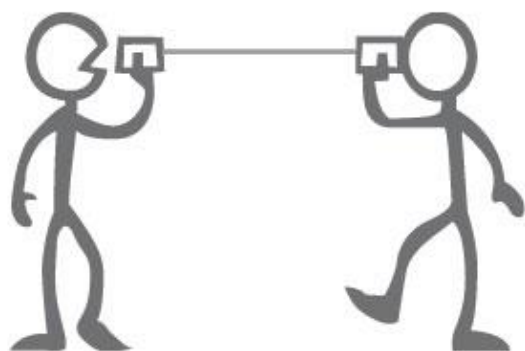


EMOZIONI e SENSAZIONI



Mara Palla s. i. Club "Nuova" Vita Livorno

Ho partecipato al corso monotematico: clima caloroso ed empatico dato dalla numerosa presenza dei partecipanti: famiglie dei Club, servitori insegnanti, componenti di varie istituzioni e relatori, provenienti da molte regioni italiane.



Interessanti sono stati i molteplici interventi dei medici di base, medici del settore psichiatrico e membri di Club, mettendo in evidenza l'importanza della collaborazione e della comunicazione tra i vari attori.

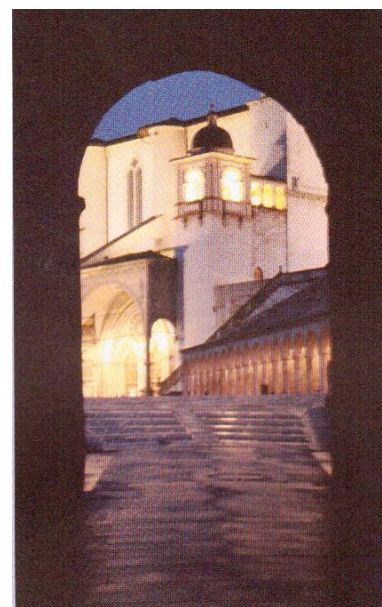
La comunicazione è stato il tema principale dei lavori di gruppo, dove emozioni e sensazioni l'hanno fatta da padrone, nello specifico con le simulate.

Generalmente diamo per scontato che la persona con cui dialoghiamo possa comprendere il nostro stato d'animo ma in realtà non è così scontato.

Dobbiamo incominciare ad esprimere i nostri sentimenti ed emozioni nel modo più naturale e sincero, per far sì che la persona con cui stiamo dialogando possa condividere ciò che proviamo in quel determinato momento: guardarsi direttamente negli occhi è l'espressione più diretta.

Inizialmente nel lavoro di gruppo mi sentivo un po' imbarazzata, mi risultava quasi faticoso esprimermi ma con il passare alle fasi successive percepivo sempre più una sensazione liberatoria e di piacere esprimendo le mie emozioni.

Sono riuscita a capire l'importanza della comunicazione nel nostro vivere quotidiano, è stata un'esperienza di crescita nelle relazioni della comunicazione, è doveroso condividere le nozioni apprese con le famiglie dei Club e riportarle nella vita di tutti i giorni.



Comunichiamo!!!

Camminando Insieme giugno 2014