



Il Mutamento

Ascoltare
Il proprio
“Sì!”



26/10/18

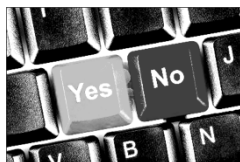
associazione IL MUTAMENTO

1



Saggezza

Le due parole più
brevi e più antiche,
sì e no, sono quelle
che richiedono
maggior riflessione.



*Pitagora,
VI-V sec. a.c.*

26/10/18

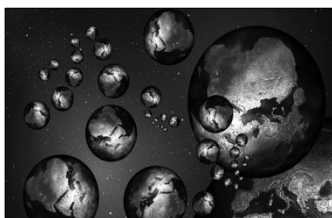
associazione IL MUTAMENTO

2



Siamo “molti”!

In quanti
“mondi”
risuonano i
nostri
“Sì!” e
“No!”?



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

3



Dov'è il confine?

Il "Sì" e il
"No" sono
davvero
opposti?



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

4



Si o no?

Essere
consapevoli dei
propri confini e
delle proprie
responsabilità



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

5



Cos'è un sì?

Dal latino
"sic est"
"è così"



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

6



A chi dire sì?



Agli altri? A noi stessi?
A Dio? Alla vita?

26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

7



Qual'è il primo sì?

Un sì che
significhi:
*"sono uno
di voi!"*



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

8



Dire sì agli altri

"Sembra così ovvio
che a volte bisogna
dire di no, eppure
l'opinione più
comune è che, se
appena sia possibile,
si debba dire di sì."
Asha Phillips,
*"I no che aiutano a
crescere"*



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

9



Dire sì agli altri

Io dico no
quando tutti, in
coro, dicono sì.
Questo è il mio
impegno.

*Jorge Amado,
Tocaia Grande*



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

10



Perché sì?

Cosa ci
spinge a dire
sì?

E cosa ci
frena a farlo?



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

11



Gli atteggiamenti

PASSIVO

- ✓ Rinuncia
all'espressione di
pensieri ed
emozioni
- ✓ Sottomissione al
volere dell'altro



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

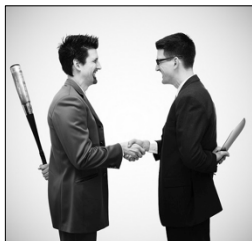
12



Gli atteggiamenti

AGGRESSIVO

- ✓ Espressione dei propri pensieri ed emozioni tenendo in considerazione solo il proprio punto di vista
- ✓ Lotta di potere: attacco diretto o indiretto nei confronti dell'interlocutore



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

13



Gli atteggiamenti

ASSERTIVO

- ✓ Espressione dei propri pensieri ed emozioni nel rispetto dell'interlocutore
- ✓ Rispetto per l'individualità dell'altro: disponibilità a vedere il suo punto di vista e a raggiungere un accordo



26/10/18

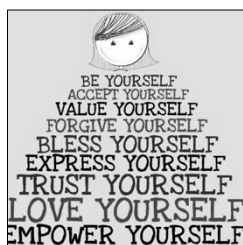
associazione IL MUTAMENTO

14



Essere assertivi

Lo stile assertivo si basa sul diritto di essere trattati con rispetto, di essere sé stessi e di essere liberi di credere nei propri valori.



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

15



Dire sì a se stessi

Sappiamo
ascoltare la
"nostra voce"?



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

16



Dire sì a se stessi

Cosa ti
piaceva fare
da piccolo?



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

17



Dire sì a se stessi

Sapresti dire
cosa non ti
piace fare da
grande?



26/10/18

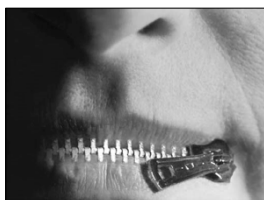
associazione IL MUTAMENTO

18



Dire si a se stessi

Quali sono i vantaggi secondari dei tuoi...ni?



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

19



Dire si a se stessi

Il si a se stessi, se è vero, è sempre un si all'imperfezione, all'errore, alla colpa!



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

20



Dire si a se stessi

Il primo passo?

"resto fermo..."

Il tempo necessario!"



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

21



Dire sì a “Dio”

A chi sto
dicendo sì...
per farmi dire
di sì?



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

22



Dire sì a “Dio”

Sempre in
cerca di un
padre e di
una madre
perfetti!



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

23



Dire sì a Dio

Dio sarà sempre
un'immagine,
una relazione,
se non è prima
l'esperienza di un
"sì al peccato!"



26/10/18

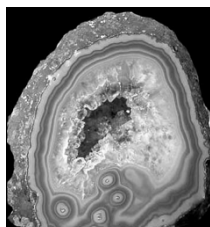
associazione IL MUTAMENTO

24



Dire sì ad “un solo Dio”

Dire "sì" ad un Dio
immanente,
"materia mater",
che appartiene a
noi così come noi
apparteniamo a lui



26/10/18

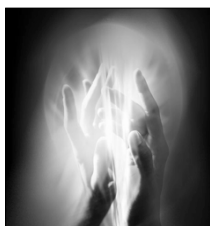
associazione IL MUTAMENTO

25



Dire sì alla Vita

E' l'unico vero sì!
Che raccoglie tutti
i "sì" più veri che
abbiamo saputo o
non saputo
pronunciare!



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

26



Dire sì alla Vita

Chi guida il carro
della vita?



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

27



Dire si alla Vita

"La vita è nelle
mie mani!"

Un'illusione o
una realtà?



26/10/18

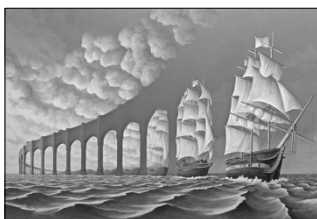
associazione IL MUTAMENTO

28



Dire si alla Vita

E' una
realtà...se
impariamo
a lasciar
andare ogni
aspettativa!



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

29



La voce della Coscienza

Non si tratta
di essere
buoni, ma di
essere UNO



26/10/18

associazione IL MUTAMENTO

30
