

# Laboratorio Sposi

## Ascolto e Comunicazione

ALLA LUCE DEGLI SPUNTI DI RIFLESSIONE OFFERTI SULLA DIMENSIONE ANTROPOLOGICA E TEOLOGICA DELL'ASCOLTO E DELLA COMUNICAZIONE, COSA CONCRETAMENTE RITENETE CHE OCCORRA

1. ELIMINARE,
2. MIGLIORARE,
3. CREARE

NELL'ASCOLTO E NELLA COMUNICAZIONE NELLA COPPIA?

# Laboratorio Sposi

## Ascolto e Comunicazione

### **Eliminare**

1. Le polemiche sterili
2. La falsità
3. Gli scontri
4. L'aggressività
5. I pregiudizi difensivi
6. Le distrazioni esterne
7. Scontri che sminuiscono l'altro

# Laboratorio Sposi

## Ascolto e Comunicazione

### **Migliorare**

1. La valorizzazione dell'altro
2. Il dialogo e la tenerezza
3. Il processo della comunicazione
4. Condivisione
5. L'empatia
6. Il linguaggio non verbale
7. I momenti di intimità tra i coniugi

# Laboratorio Sposi

## Ascolto e Comunicazione

### **Creare**

1. Cura della quotidianità
2. Rispetto e accettazione dell'altro
3. Dinamiche per superare il non detto
4. Spazi e tempi per formarsi ed arricchirsi vicendevolmente
5. Momenti necessari per la preghiera
6. Momenti di incontro per crescere nella stima reciproca