



التواصل اللاعنفي (CNV)

مع السيدة ريتا أیوب

محاضرة في معهد الدراسات الإسلامية والمسيحية

إذاء تعبير سلبي قد يواجهه أحدهم، قد نشعر بالثورة ضده فندينه، أو بالدونية وبالذنب فندين أنفسنا. هذا النوع من التواصل قد يقطع الصلة بالحياة المتحركة في الذات وفي الآخر فندخل في صراع إما مع الذات وإما مع الآخرين وإن لم تكن لدينا النية في ذلك.

التواصل اللاعنفي (أو التواصل الإيجابي) هو تقنية تواصل تسمح لنا بالصلة مع مشاعرنا، وبالتالي الاستماع والإعتناء بحاجاتنا فنعبر عن أنفسنا بشكل واضح ومتماستك، آخذين في عين الاعتبار في آن، مشاعر وحاجات الآخر، فنستمع إليه بمزيد من الانفتاح والوعي والتفهم.

هو لغة تخاطب توقظ قدرتنا على إظهار ذاتنا على حقيقتها والتعاطف في آن مع الآخر في ما يمكن أن يُسمى «لغة القلب»، مسندين إدراكتنا إلى أربعة عناصر أساسية :

الملاحظة والتوصيف وفصلهما عن الأحكام

المشاعر وتمييزها عن التفسيرات والأحكام

اكتشاف الحاجات والتعبير عنها

صياغة الطلب بطريقة إيجابية وعملية قابلة للتحقيق.

أيام السبت : ٢٢ شباط، ٢٢ آذار،
٢٠١٤ و ٢٤ أيار ٣

من الساعة ٩:٠٠ صباحاً
حتى الساعة ٢:٠٠ من بعد الظهر

اللغة : العربية

عدد الأرصفة : ٣

كلفة التنشئة للمستمع الحر : ١٥٠,٠٠٠ ل.ل.

آخر مهلة للتسجيل : ١٤ شباط ٢٠١٤

التسجيل : أمانة سر كلية العلوم الدينية
حرم العلوم الإنسانية في جامعة القديس يوسف،
بيروت، طريق الشام - الهاتف : ١٤٢١٥٧٢
البريد الإلكتروني : fsr@usj.edu.lb

