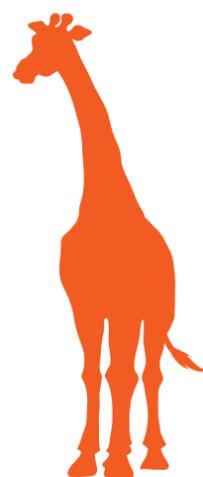


Non dirmi tutto. Dimmi di te



“Ti vedo” e altri consigli per una comunicazione che connette



“Ti vedo”

Guarda chi hai davanti. Comunicare bene **parte dalle persone**. È prima di tutto capire chi hai di fronte, che bisogni ha, che cosa lo fa sentire accolto.

Ascolta

L'**ascolto** è il primo gesto di **fiducia**. Ascolta senza interrompere, fai domande per capire, e presta attenzione anche a ciò che non viene detto



Crea Connessione

Essere chiari è utile. **Essere coinvolgenti è trasformativo.**

- Spiega il perché, non solo il cosa
- Parla includendo, non escludendo
- Fai sentire l'altro parte del processo

Integra i punti di vista

Integra, **costruisci** una conversazione **insieme all'altro**.

- Aggiungi punti di vista, non escluderli.
- Usa l' "e anche"
- Riconosci ciò che funziona anche se è diverso
- Espandi la tua prospettiva

