


# MEDIARE LA VITA

[www.mediarelavita.it](http://www.mediarelavita.it)

 The Center for  
NONVIOLENT  
COMMUNICATION



## MEDIARE LA VITA CON LA COMUNICAZIONE NONVIOLENTA

### COS'È?

Mediare la Vita è un programma ideato da John Kinyon e Ike Lasater che si basa sul lavoro di Marshall Rosenberg fondatore della comunicazione Nonviolenta (CNV), utilizzando tecniche innovative e strumenti per la mediazione di tutti gli aspetti del conflitto, interno, interpersonale ed esterno.

### Perché MEDIARE LA VITA?

- **Perché trasforma il conflitto in un'opportunità.**

Quando abbiamo competenze, struttura e processi per affrontare il conflitto con efficacia, esso smette di essere una minaccia e diventa un portale verso fiducia, connessione e cambiamento. MEDIARE LA VITA nasce da questa visione.

- **Perché conoscere la Comunicazione Nonviolenta non basta.**

Con la CNV abbiamo una base potente, ma non si traduce automaticamente nella capacità di attraversare i conflitti più intensi. MEDIARE LA VITA sviluppa questa capacità attraverso strumenti di mediazione, tanta pratica, elementi di mindfulness e guarigione emotiva in una comunità di apprendimento e supporto reciproco.

### Cosa offriamo

#### **Mediazione e Conflict Coaching**

Strutture chiare e processi passo dopo passo per orientarsi anche nel caos del conflitto. Offriamo stabilità, direzione e fiducia per chi media o accompagna.

#### **Integrazione somatica e presenza**

Dalla CNV come tecnica mentale a una CNV incarnata e consapevole. MEDIARE LA VITA radica la comunicazione nell'ascolto del corpo e del momento presente, per un'espressione autentica e trasformativa.

#### **processi per la guarigione emotiva**

Nei conflitti emergono ferite antiche. Lavoriamo con le parti interiori, le credenze e gli schemi reattivi, per sviluppare resilienza, empatia e capacità di scelta anche sotto pressione.

### le date

15-18 gennaio '26 presenza a Centeno (VT)  
28 febbraio-1 marzo '26 online  
29 aprile - 3 maggio '26 presenza (Centeno)  
13-14 giugno '26 online  
2-9 agosto '26 presenza (Centeno)

### il prezzo

nel range  
tra 1600 e 2400 €


 +39 328 971 9479 (Cristina)  +39 347 695 4026 (Luana)  
 [info@mediarelavita.it](mailto:info@mediarelavita.it)  [www.mediarelavita.it](http://www.mediarelavita.it)  
(Johannes)

**CONTATTACI  
QUI!**



# MEDIARE LA VITA

[www.mediarelavita.it](http://www.mediarelavita.it)

 The Center for  
NONVIOLENT  
COMMUNICATION



## MEDIARE LA VITA CON LA COMUNICAZIONE NONVIOLENTA

### I TRAINER

#### Cristina Buongiorno

Esperta divulgatrice della Comunicazione Nonviolenta. Dal 2007 è iniziata la sua formazione in Italia e all'estero.

Si occupa di formazione e di mediazione dei conflitti. Diffonde con passione la CNV e le tecniche di Mediazione dei Conflitti perché è convinta che cambiando il nostro modo di comunicare e relazionarci possiamo influenzare un cambiamento nel mondo, in modo che i valori di rispetto e pace possano essere realmente condivisi tra gli esseri umani.

#### Luana De Falco

Mediatrice e formatrice certificata (CNVC). Ha incontrato la CNV nel 2001, ma è stato proprio il MYL con John e Ike a portarla realmente, concretamente e radicalmente nella sua vita, lì è iniziata l'integrazione. Una delle sue missioni è accompagnare alla Genitorialità ed Educazione, verso una "educazione reciproca" che supera pensieri di obbedienza, orientandosi ad un potere condiviso. A cui si affiancano il viaggio nel mondo della SESSUALITÀ EMPATICA. Si occupa di accompagnamento al DIALOGO di COPPIA e di Mediazione Relazionale. Luana è anche assessor in Training per la certificazione CNVC.

#### Johannes Henn

Accompagnare le persone in situazioni di conflitto e creare connessione tra di loro sembra essere la sua vocazione nella vita. Come mediatore e trainer certificato di Comunicazione Nonviolenta lo sta facendo da anni. L'approccio di Mediare La Vita è solida base della sua attività di mediatore ed elemento fondamentale delle sue formazioni di Comunicazione Nonviolenta. Johannes è anche assessor per la certificazione CNVC.

### come lavoriamo?

#### pratica

Creiamo le basi della mediazione CNV attraverso la teoria e dimostrazioni delle tecniche e delle "mappe". L'apprendimento si sviluppa con le attività pratiche.

#### giochi di ruolo

L'apprendimento esperienziale tramite i giochi di ruolo è il modo migliore che abbiamo trovato per acquisire rapidamente le abilità per mediare i conflitti.

#### un passo alla volta

Per rendere le competenze più facile e veloci da imparare e da integrare, le introduciamo attraverso esercizi propedeutici con difficoltà crescenti.

#### tra un incontro e l'altro

Pratica quotidiana dell'Auto-Connessione e delle abilità acquisite. Settimanalmente pratica via telefono/web a coppie e triadi con gli altri partecipanti del corso. Durante tutto il percorso supporto da parte degli assistenti formatori.

**Come prerequisito chiediamo almeno due giorni di formazione CNV o equivalente.**

 +39 328 971 9479 (Cristina)  +39 347 695 4026 (Luana)  
 [info@mediarelavita.it](mailto:info@mediarelavita.it)  [www.mediarelavita.it](http://www.mediarelavita.it) (Johannes)

