

A person in silhouette stands on a grassy hillside, looking out over a vast, misty mountain range. The sky is a soft, hazy orange and yellow, suggesting dawn or dusk. The person is wearing a dark jacket and has their back to the camera. The overall mood is contemplative and serene.

ASCOLTARE: UNO STILE DI VITA

Dott. Antonio Forenza

ADSUMUS, SANCTE SPIRITUS

Siamo qui dinanzi a te, Spirito Santo: siamo tutti riuniti nel tuo nome.

Vieni a noi, assistici, scendi nei nostri cuori.

Insegnaci tu ciò che dobbiamo fare,
mostraci tu il cammino da seguire tutti insieme.

Non permettere che da noi peccatori sia lesa la giustizia,
non ci faccia sviare l'ignoranza,
non ci renda parziali l'umana simpatia,

perché siamo una sola cosa in te e in nulla ci discostiamo dalla verità.

Lo chiediamo a te, che agisci in tutti i tempi e in tutti i luoghi,
in comunione con il Padre e con il Figlio, per tutti i secoli dei secoli. Amen

L'ASCOLTO

COSA SIGNIFICA ASCOLTARE?

QUAL È IL PRIMO COMANDAMENTO
CHE DIO DÀ ALL'UOMO?

L'ASCOLTO

	Ascoltare	Parlare	Leggere	Scrivere
Appresa	1	2	3	4
Usata	45%	30%	16%	9%
Insegnata	Per niente	Poco	Abbastanza	Molto

L'ASCOLTO

Ascoltare non è

FARE

Ascoltare significa

COMPRENDERE

CAPIRE

L'ASCOLTO

Prendere l'altro e metterlo al centro della propria attenzione

L'ASCOLTO

Ascoltare significa partire dall'altro, dalla sua condizione, dal suo contesto, dal suo stato d'animo e di vita.

L'ASCOLTO

Ascoltare significa sospendere il giudizio.

Ma cosa significa sospendere il giudizio?

IL GIUDIZIO

Se ci poniamo in maniera giudicante non possiamo essere:

❖ ACCOGLIENTI

❖ EMPATICI

❖ COMPAGNI DI VIAGGIO

L'ACCOGLIENZA

Significa far sentire l'altro amato per quello che è.

- ❖ GIOVANE RICCO
- ❖ PADRE MISERICORDIOSO
- ❖ LO SGUARDO A PIETRO
- ❖ LA SAMARITANA
- ❖ FORMULA DEL MATRIMONIO

L'EMPATIA

È l'elemento fondamentale per un ascolto completo

Essere empatico significa mettersi nei panni dell'altro, comprendere lo stato d'animo, il vissuto di chi ci sta di fronte.

L'ASCOLTO EMPATICO

Ascoltare significa comprendere, capire
anche quello che l'altro non dice. (C. ROGERS)

Prima di giudicare l'altro metti ai piedi i suoi
mocassini e cammina per due lune. (Antico proverbio Pellerossa)

ASCOLTARE

❖ PARAFRASI

❖ VERBALIZZAZIONE

❖ MESSAGGIO IO

ACCOMPAGNARE

Ascoltare significa farsi compagni di viaggio.

Accompagnare non significa guidare, indirizzare, manipolare.

Significa stare affianco, camminare insieme all'altro e aiutarlo a vedere dove sta andando.

Ciò è possibile solo se ci si pone in uno stile di ascolto.

L'esempio più chiaro:

❖ IL CAMMINO DI EMMAUS

ACCOMPAGNARE

È il senso del Sinodo:

Syn - odos: Camminare insieme.

Ciò è possibile solo se ci si pone in uno stile di ascolto.

«Proprio il cammino di Sinodalità è il cammino che Dio si aspetta dalla Chiesa del Terzo Millennio» (Papa Francesco)

ASCOLTARE

❖ Ascolto dello Spirito

❖ Ascolto del fratello

ASCOLTARE

Il piacere di ascoltare / La fatica di ascoltare.

«Puntare su uno stile di comunicazione ... inclusivo perché nessuno deve essere escluso». (Indicazioni metodologiche ...)

STILE DI VITA

Perché ascoltare è uno stile di vita?

Le parole spesso non servono, dobbiamo imparare a essere.