



Associazione

**CENTRO DI PSICOLOGIA E
PSICOTERAPIA FUNZIONALE**

Istituto S.I.F. di Padova

Programma

24 marzo 2023

- 09:30 10:30 Perché l'Intelligenza emotiva attraverso la mindfulness
10:30 11:00 La Gamification e il protocollo "Bambini e supereroi"
11:15 12:00 Guardare ciò che accade dentro di noi senza giudizio in Soul
12:00 13:00 Esercizi introduttivi alla mindfulness per bambini attraverso la musica
13:00 14:00 PAUSA
14:00 14:45 Introduzione al lavoro in classe: Le regole delle regole
14:45 16:00 Comprendere come usare le regole per costruire e non per limitarsi attraverso Frozen
16.15 18:00 Tenerezza e compassione: sentire il calore della vicinanza attraverso Coco

25 marzo 2023

- 9:30 10:00 Rabbia: conoscerla e gestirla attraverso Ribelle
10:00 11:00 Imparare a gestire gli impulsi e le aspettative legati alla rabbia
11:15 13:00 La rabbia in classe: dal conflitto alla cooperazione attraverso Oceania
13:00 14:00 PAUSA
14:00 15:00 La paura: comprenderne la funzione e come gestirla attraverso Il viaggio di Arlo
15:00 16:00 Il coraggio della compassione
16.15 17:00 Tristezza: conoscerla e gestirla attraverso Inside Out
17:00 18:00 Giocare a mimare le emozioni, discriminarle e consolare Tristezza

26 marzo 2023

- 09:30 10:00 La vergogna: conoscerla e gestirla attraverso Kung Fu Panda
10:00 11:00 Imparare a riconoscere la vergogna nelle etichette verbali
11:15 13:00 Andare oltre alla trappola dell'io sono per sentirsi interconnessi
13:00 14:00 PAUSA
14:00 16:00 La felicità: esplorarla attraverso Cars e la gratitudine
16:15 17:30 Il teatro delle emozioni



Venerdì 24, Sabato 25 e Domenica 26
Marzo 2023

Master breye

L'INTELLIGENZA EMOTIVA ATTRAVERSO LA MINDFULNESS E I FILM PER BAMBINI

32 crediti ECM - 290 euro

Presso: Ass. Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale
- Istituto SIF Piazza De Gasperi, 32 Scala A secondo piano

Docenti

Laura Casetta, Debora Trabucchi



L'INTELLIGENZA EMOTIVA ATTRAVERSO LA MINDFULNESS E I FILM PER BAMBINI

DOCENTI

Argomento

Poiché i film, come confermato in numerose ricerche, sono uno dei media più potenti per elicitare emozioni, nel presente corso, abbiamo pensato di presentarvi le diverse emozioni attraverso dei videoclip tratti dai film più visti e conosciuti della Pixar e della Dreamwork Animation, come Inside Out e Kung fu Panda. I video clip vi mostreranno i punti salienti per comprendere ogni emozione, la sua funzione, come ci può intrappolare e come gestirla in modo funzionale ed efficace.

Un altro obiettivo di questo corso è dare una panoramica generale su come si è sviluppato il concetto di intelligenza emotiva, integrando le prime ricerche con quelle più recenti, basate sulla mindfulness e la compassion come strumenti per favorire la capacità di tollerare e regolare le emozioni e potersi muovere in modo riflessivo anziché impulsivo. A partire dagli approcci basati sulla mindfulness, come l'ACT (Acceptance and Commitment Therapy) e la CFT (Compassion Focused Therapy), vi faremo sperimentare per ogni emozione delle tecniche giocose e riformulate sui bambini per sviluppare le skills proprie dell'intelligenza emotiva, come l'accettazione, la defusione, l'empatia, la comprensione e la consapevolezza di sé.

Alla fine del corso saprai:

- come progettare un corso di intelligenza emotiva, motivando attraverso il gioco
- conoscerai la storia e le ricerche più recenti sull'intelligenza emotiva e sulle diverse emozioni
- conoscerai e avrai sperimentato varie tecniche basate sulla mindfulness e sulla compassion per aiutare i bambini a sviluppare le skills proprie dell'intelligenza emotiva.



LAURA CASETTA

Psicologa, Psicoterapeuta, collabora con ACT Italia ed è trainer CFT. Tiene numerosi corsi sulla mindfulness e la compassion. Ha approfondito le emozioni e svolge attività di ricerca sui metodi per indurre le emozioni, come la musica.



DEBORA TRABUCCHI

Psicologa, Psicoterapeuta, lavora nell'ambito della genitorialità e della coppia, avendo approfondito il ruolo della comunicazione non violenta e assertiva nel gestire i conflitti e la comunicazione delle emozioni più difficili.



24-25-26 marzo 2023



9.30 - 18.00



Piazza De Gasperi,
32 Padova

32 CREDITI ECM

Prezzo 290 EURO

Registrazione:

www.corsiecmbenessere.it

INFO@CORSTECMBENESSERE.IT