

L'Intelligenza Emotiva attraverso la mindfulness e i film per bambini

L'Intelligenza Emotiva è la capacità di utilizzare le emozioni in maniera efficace e produttiva: recenti studi sostengono che il suo sviluppo accresce il benessere in tutte le fasce di età.

Goleman, principale esponente di queste ricerche, attribuisce alcuni comportamenti tipici di questi tempi (tendenza all'isolamento, insuccessi scolastici, fenomeni di aggressività, bullismo, dipendenze) ad un diffuso analfabetismo emozionale, che segnala l'importante bisogno di accrescere la consapevolezza e la gestione del proprio mondo emotivo.

La scuola e i principali contesti di crescita possono diventare luoghi d'insegnamento di competenze sociali, emotive, morali, che insegnino al bambino a scegliere e coltivare direzioni di vita soddisfacenti, centrate su valori importanti, senza dipendere da condizionamenti esterni, o senza dovervi rinunciare per difficoltà come scarsa autostima, ansia, conflitti.

I protocolli sull'intelligenza emotiva affermano che **l'adulto è il "coach" del bambino, e che il bambino non apprende da ciò che l'adulto dice, ma apprende per imitazione da quello che l'adulto fa.** In quest'ottica non è sufficiente spiegare al bambino che è importante essere calmi: affinché il bambino apprenda è necessario che l'adulto si comporti in modo calmo.

L'adulto, per essere un buon "coach", deve essere in grado di vivere le Esperienze emotive in modo pieno, gestendole e preservando la sua capacità di scelta consapevole. Questo è possibile, in un'ottica Funzionale, quando l'adulto ha un pieno sviluppo dei Funzionamenti di Fondo legati all'Esperienza emotiva in atto.

Questo corso di formazione è pertanto finalizzato a sostenere i genitori e gli educatori, anche in situazioni critiche, verso scelte Emotivamente Intelligenti,

attraverso la mindfulness e la visione critica di film per bambini. Il corso guiderà i partecipanti nella comprensione pratica e teorica delle diverse emozioni, anche spiacevoli come rabbia, paura, tristezza o vergogna. Un secondo importante obiettivo del corso sarà offrire ai partecipanti tutte le competenze necessarie per attuare il protocollo di intelligenza emotiva su 8 incontri nelle scuole primarie ("Bambini e supereroi") e quello di 6 incontri dedicati ai genitori ("Genitori e supereroi"). Gli strumenti approfonditi saranno in primis la Mindfulness e la visione dei cartoni amati dai bambini, strumenti trasversali dei protocolli e veicolo per un apprendimento più efficace dei concetti teorici. Il materiale lasciato ai corsisti saranno i protocolli e la bibliografia per l'approfondimento teorico.

Il corso rilascerà un attestato per poter attuare l'intervento "Bambini e Supereroi" e "Genitori e Supereroi".

Obiettivi formativi

Questo corso teorico-esperienziale ha l'obiettivo di:

- Apprendere cos'è l'intelligenza emotiva, le sue origini e gli studi che ne attestano l'efficacia
- Imparare ad usare un protocollo di intelligenza emotiva basato sui film per bambini
- Sperimentare la mindfulness con strumento importante per lo sviluppo dell'intelligenza emotiva
- Imparare cosa sono le regole, quando sono utili nella direzione che è per noi importante e quando, invece, riducono la flessibilità
- Approfondire la rabbia, la tristezza, la paura e la vergogna, la loro funzione e come raccontarle ai bambini attraverso un film
- Conoscere la compassione, cos'è e come può aiutare il bambino a stare con le emozioni meno piacevoli

Adesioni e iscrizioni

Il corso è aperto a un numero massimo di 25 partecipanti. Il costo dell'iscrizione è di 490 euro, comprese 5 euro di quota associativa. Per studenti e specializzandi è di 340 euro. Iscrivendosi entro il 15 gennaio è possibile usufruire della quota agevolata di 340 euro.

Per iscriversi, inviare info@corsiecmbenessere.it la scheda di iscrizione e la ricevuta del bonifico bancario. Il bonifico va

intestato a:

Associazione Centro di Psicologia e
Psicoterapia Funzionale - Istituto SIF
UNICREDIT BANCA
Filiale di Padova Via S.Fermo
C/C 000100438593
IBAN IT2250200812101000100438593

SCHEDA DI ISCRIZIONE

*Nome.....
*Cognome.....
*Data di nascita.....
*Luogo di nascita.....
*Professione.....

*Indirizzo di fatturazione:

Intestatario
via.....n.....
CAP.....Città.....
Provincia.....

*Quota versata: 340 € 490 € €

*P.iva.....
*C.F.....

E-mail (cui sarà spedita la fattura e l'attestato)

Cell (per eventuali comunicazioni urgenti)

Richiedo i crediti ECM: SI NO

Sono interessato a ricevere informazioni sulle attività del Centro: SI NO

Autorizzo al trattamento dei miei dati, Ai sensi del **D.Lgs. n.196/2003 e dell'art. 13 GDPR (Regolamento UE 2016/679) ai fini dell'iscrizione al suddetto corso.**

Luogo, data

Firma.....

Programma

Giovedì 13 febbraio 2020

- 9.30-11.00 Perché l'intelligenza emotiva attraverso la mindfulness
11.00 – 11.15 PAUSA
11.15 – 13.00 Guardare ciò che accade dentro di noi senza giudizio: esercizi introduttivi alla mindfulness per bambini
13.00 – 14.00 PAUSA
14.00 – 15.00 Introduzione al lavoro in classe: le regole delle regole
15.00 – 16.00 Come maneggiamo le nostre regole (o come loro maneggiano noi)
16.00 – 16.15 PAUSA
16.15 – 18.00 Il diario delle emozioni e il lavoro con il tocco e il corpo

Venerdì 14 febbraio 2020

- 9.00 – 10.00 Rabbia: conoscerla e gestirla attraverso Inside OUT
10.00 – 11.00 Il diario della rabbia: imparare a riconoscerla nel corpo
11.00 – 11.15 PAUSA
11.15 – 13.00 Gestire l'impulsività: la mindful eating e la mindfulness dei pensieri
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 diario della paura: imparare a riconoscerla nel corpo
16.00 – 16.15 PAUSA
16.15 – 18.00 Cosa dire e cosa non dire di fronte alla paura

Sabato 14 febbraio 2020

- 9.00 – 10.00 La vergogna: conoscerla e gestirla attraverso Kung Fu Panda
10.00 – 11.00 Il diario della vergogna: imparare a riconoscerla nel corpo
11.00 – 11.15 PAUSA
11.15 – 13.00 Andare oltre alla trappola dell'io sono
13.00 – 14.00 PAUSA
14.00 – 15.00 Tristezza: conoscerla e gestirla attraverso Big Hero 6
15.00 – 16.00 Il diario della tristezza: imparare a riconoscerla nel corpo
16.00 – 16.15 PAUSA
16.15 – 18.00 Esplorare i propri valori e fare l'upgrade

Domenica 15 febbraio 2020

- 9.00 – 10.00 Tenerezza e compassione: conoscerle e imparare a usarle attraverso I Trolls e Coco
10.00 – 11.00 Il diario della tenerezza: imparare a riconoscerla nel corpo
11.00 – 11.15 PAUSA
11.15 – 13.00 Esplorare la tenerezza come alternativa a rabbia e auto-critica
13.00 – 14.00 PAUSA
14.00 – 15.00 La felicità: esplorarla attraverso Cars e la gratitudine
15.00 – 16.00 Il diario della felicità: imparare a riconoscerla nel corpo
16.00 – 16.15 PAUSA
16.15 – 17.30 Applicare i protocolli di intelligenza emotiva: strutturazione e ostacoli

Docenti

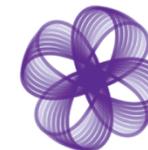
- L. Casetta: Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale
D. Trabucchi: Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale

Associazione
Centro di Psicologia e Psicoterapia
Funzionale-Istituto S.I.F. di Padova
Piazza De Gasperi, 32
35138 Padova

Il corso ha ottenuto **43,2 crediti ECM** per le professioni di: Medici (tutte le discipline), Igienisti Dentali, Odontoiatri, Psicologi (tutte le discipline), Fisioterapisti, Infermieri professionali, Infermieri pediatrici, Ostetriche, Educatori professionali, Assistenti sanitari, Terapisti della neuro e psicomotricità, Logopedista, Tecnico di neurofisiopatologia, Terapista Occupazionale.

L'evento è realizzato in convenzione con il Consiglio dell'Ordine degli Assistenti Sociali del Veneto ed è in fase di accreditamento per la Formazione Continua degli Assistenti Sociali.

In collaborazione con la
S.I.F. "SOCIETÀ ITALIANA DI
PSICOTERAPIA FUNZIONALE"



Associazione

CENTRO DI PSICOLOGIA E
PSICOTERAPIA FUNZIONALE

Istituto S.I.F. di Padova

L'Intelligenza Emotiva attraverso la mindfulness e i film per



Data: 13-16 febbraio 2020, ore 9.30-18.00

Presso: Associazione Centro di Psicologia e Psicoterapia

Funzionale – Istituto SIF, Piazza De Gasperi, 32, Padova

Telefono: 329.2169795

Email: info@corsiecmbenessere.it