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 lo sviluppo di quei Funzionamenti di Fondo che permettono di Sentire l'emozione, Starci, agire con Forza Calma.
Il corso guiderà i partecipanti nella comprensione pratica e teorica delle diverse emozioni, anche spiacevoli come rabbia, paura, tristezza o vergogna, attraverso la Mindfulness e la visione dei cartoni amati dai bambini, nell'ottica di impiegare successivamente questi stessi strumenti come canale di comunicazione e di intervento col bambino.

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 150 euro, comprese 5 euro di quota associativa. Per studenti e specializzandi è di 110 euro.
Per iscriversi, inviare a l.casetta@psicoterapiafunzionale.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 IT22S0200812101000100438593

Docenti

C. Pesce: Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale
L. Casetta: Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale
D. Trabucchi: Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale

SCHEDA DI ISCRIZIONE

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

*Indirizzo di fatturazione:
Intestatario ……
via…….……n.....
CAP……Città……
Provincia……..

*Quota versata: □110 € □150 € □ …….. €

*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**

Luogo, data ……,……
Firma……

Programma

Sabato 24 maggio 2019

9.30 a 10.30 "Cos'è l'intelligenza emotiva attraverso Inside Out"
10.30 a 11.30 "L'intelligenza emotiva inizia con la consapevolezza di chi la insegna: la mindfulness"
11.30 - 11.45 Pausa
***11.45 a 12.30 "Cos'è la rabbia, la sua funzione e come raccontarla con* Ribelle"**
12.30 a 13.00 "Esercizio sulla rabbia: lasciarla andare e riprendere la propria forza calma"
13.00 alle 14.00 Pausa pranzo
***14.00 a 15.00 "A cosa servono le regole, quando funzionano e quando diventano una trappola: raccontarle con* Frozen"**
15.00 a 16.00 "Esercizio sulle regole delle regole"
16.00 - 16.15 Pausa
***16.15 a 17.00 "Cos'è la paura, la sua funzione e come raccontarla con* Il viaggio di Arlo"**
17.00 a 18.00 "Dietro la paura: cosa fare e cosa non fare"

Domenica 25 maggio 2019

***9.30 a 10.30 "Cos'è la vergogna, la sua funzione e come raccontarla attraverso* Kung Fu Panda"**
10.30 a 11.30 "La trappola dell'io sono: non farsi bloccare dalla vergogna"
11.30 -11.45 Pausa
***11.45 a 13.00 "Cos'è la tristezza, la sua funzione e come raccontarla con* Big Hero 6"**
13.00 alle 14.00 Pausa
14.00 a 15.00 "Esercizio sulla gestione della tristezza: lo sviluppo dell'autocompassione "
15.00 alle 16.15 "*Affrontare il tema della morte con "Il re Leone*"
16.15 a 16.30 Pausa
16.30 - 17.00 "Costruire un protocollo di intelligenza emotiva: l'esperienza a scuola e con i genitori"
17.00 a 18.00 "Imparare a dirigere la propria vita verso ciò che per noi è importante"

Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale-Istituto S.I.F. di Padova
Via Vicenza, 12/a
35138 Padova

Per informazioni
contattare lo Sportello informativo:
dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00
Tel: 049.7389287
Fax: 049.723961
info@psicoterapiafunzionale.it
www.psicoterapiafunzionale.it

Come raggiungere il Centro

Il Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale si trova in prossimità dell'Hotel Milano raggiungibile **dalla Stazione Ferroviaria** con l'autobus n.10 scendendo alla prima fermata di via Vicenza.
Se si arriva in auto da Padova ovest o dalla tangenziale, subito dopo il cavalcavia di Chiesanuova, ci si trova già in Via Vicenza. Proseguire fino alla rotonda e fare inversione di marcia.
La sede è in prossimità del distributore Agip.

Il corso ha ottenuto **26,6 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.

In collaborazione con la
S.I.F. "SOCIETÀ ITALIANA DI PSICOTERAPIA FUNZIONALE"
e con la
S.E.F. "SCUOLA EUROPEA DI PSICOTERAPIA FUNZIONALE"

(www.psicologiafunzionale.it)

Sedi: Padova, Napoli, Firenze, Roma, Catania

Associazione
CENTRO DI PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA FUNZIONALE
Istituto S.I.F. di Padova

L'intelligenza emotiva attraverso la mindfulness e i film per bambini

Data: 24-25 maggio 2019, ore 9.30-18.00

Presso: Associazione Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale – Istituto SIF, via Vicenza 12/A, Padova

Telefono: 329.2169795

Email: l.casetta@psicoterapiafunzionale.it