

## Scheda aggiornamento

|                                            |                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Titolo dell'aggiornamento                  | La manutenzione emotiva                                                                                                                                   |
| Ente erogante                              | Centro Psicopedagogico per l'Educazione e la gestione dei conflitti                                                                                       |
| Durata espressa in ore                     | 80                                                                                                                                                        |
| Tipologia di corso                         | <input checked="" type="radio"/> In presenza <input type="radio"/> FAD <input type="radio"/> Mista                                                        |
| Date e orari di svolgimento                | 18/01/2020 - 05/07/2020<br>vedere programma dettagliato del corso                                                                                         |
| Sede di svolgimento                        | Piacenza                                                                                                                                                  |
| Costo onnicomprensivo                      | 850 euro <input type="radio"/> + IVA <input type="radio"/> IVA inclusa <input checked="" type="radio"/> IVA esente                                        |
| A chi si rivolge                           | <input type="radio"/> Solo a counselor <input checked="" type="radio"/> A counselor e altre tipologie di professionisti                                   |
| Numero massimo di partecipanti             | 10                                                                                                                                                        |
| Responsabile didattico dell'aggiornamento  | Anna Boeri                                                                                                                                                |
| Nominativo/i del/dei formatore/i           | Anna Boeri;                                                                                                                                               |
| Metodologia didattica                      | <input type="radio"/> Teorica <input checked="" type="radio"/> Esperienziale <input type="radio"/> Mista                                                  |
| Documento rilasciato al discente           | Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling                                        |
| Materiale didattico consegnato al discente | <input type="radio"/> Dispense <input type="radio"/> Materiale audio/visivo <input type="radio"/> Altro <input checked="" type="radio"/> Nessun materiale |
| Modalità di richiesta informazioni         | info@copp.it                                                                                                                                              |

Programma dettagliato del corso

## CORSO ANNUALE DI PSICODRAMMA

### TUTTO PARTE DA QUI...

Le emozioni costituiscono il fondamento di ogni processo umano. Condizionano la qualità della relazione con noi stessi e con gli altri, riempiono e rinnovano la nostra vita mentale mettendoci continuamente in contatto con stati d'animo differenti che a volte possono risultare in contrasto tra loro. Intenzioni, volontà e desideri spesso e volentieri entrano in dinamiche opposte rispetto alle nostre emozioni: ci vuole poco perché si creino forti conflitti intrapersonali. Imparare a riconoscere le proprie emozioni significa assumersi il compito e la responsabilità della propria crescita.

È necessario trovare spazio e tempo per un dialogo produttivo con i diversi aspetti del sé.

Integrare la mente con il cuore, senza essere trascinati e soverchiati dalle emozioni, ma neppure esserne tagliati fuori e rifiutarle. Sviluppare l'intelligenza emotiva, rafforzare le proprie competenze intrapersonali (la capacità di leggersi dentro riconoscendo i propri limiti e qualità) e interpersonali (per capire gli altri e interagire con loro).

Questi sono i punti chiave per procedere in un percorso di consapevolezza in cui il conflitto è visto positivamente come un passaggio sostenibile ed evolutivo.

Un gruppo condotto secondo la modalità dello psicodramma costituisce un'importante opportunità per integrare dentro di sé emozioni, sentimenti e ragione. Il corso è condotto da Anna Boeri, formatrice e psicodrammatista.

L'obiettivo è quello di coltivare l'intelligenza emotiva come dimensione essenziale della propria integrità, felicità e completezza.

L'incontro con l'altro da sé all'interno del gruppo permette di entrare in contatto con gli aspetti più veri e profondi della nostra umanità, in modo creativo e spontaneo.

L'esplorazione di alcuni aspetti della propria storia di vita sarà sostenuta dal particolare clima relazionale che si verrà a creare: ognuno potrà fare esperienza, attraverso le attività specifiche proposte dal conduttore, di una globalità di linguaggi espressivi (emotivi, cognitivi, corporei) che, ripetuti nel corso degli incontri, accompagneranno al consolidamento della propria sicurezza e autostima. Il dialogo con le proprie e altrui emozioni e la gestione del conflitto interno diventeranno la base per accrescere le competenze emotive e per realizzare le personali potenzialità e i propri talenti.

Primo Modulo a Piacenza 18 gennaio 2020 Orari: 9:00-13:00 e 14:00-18:00

Secondo Modulo a Piacenza 22 febbraio 2020 Orari: 9:00-13:00 e 14:00-18:00

Terzo Modulo a Piacenza 28 marzo 2020 Orari: 9:00-13:00 e 14:00-18:00

Quarto Modulo a Piacenza 18 aprile 2020 Orari: 9:00-13:00 e 14:00-18:00

Quinto Modulo a Piacenza 16 maggio 2020 Orari: 9:00-13:00 e 14:00-18:00

Sesto Modulo a Piacenza 13 giugno 2020 Orari: 9:00-13:00 e 14:00-18:00

Settimo Modulo a Piacenza 4 e 5 luglio 2020  
Orario di lavoro: sabato 9:00-13:00 e 14:00-18:00  
domenica 9:00-13:00

Varie