

Scheda aggiornamento

Titolo dell'aggiornamento	La Manutenzione Emotiva
Ente erogante	CPP 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	Inizio : 22 settembre 2018 Termine: 17 marzo 2019 7 moduli formativi da 1-2 giorni ciascuno, da settembre 2018 a marzo 2019, per un totale di 80 ore, di cui 20 ore extra aula
Sede di svolgimento	Milano
Costo onnicomprensivo	950 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	22
Responsabile didattico dell'aggiornamento	Anna Boeri
Nominativo/i del/dei formatore/i	Anna Boeri
Metodologia didattica	<input type="radio"/> Teorica <input type="radio"/> Esperienziale <input checked="" 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 checked="" type="radio"/> Dispense <input type="radio"/> Materiale audio/visivo <input type="radio"/> Altro <input type="radio"/> Nessun materiale
Modalità di richiesta informazioni	Dal sito: http://cppp.it/corsi/dettaglio/corsi-annuali/la-manutenzione-

Programma dettagliato del corso

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. 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.

Varie