

1095 Allegato "B"

20 OTT. 2015

Progetto Formativo

"Intelligenza emotiva: strumento terapeutico di primaria importanza"

Programma progetto

Il presente allegato è composto di n...3...fogli,
di n. ...3.. pagine.

IL RESPONSABILE AREA FORMAZIONE

Dott. Ireneo Picciau



"INTELLIGENZA EMOTIVA: STRUMENTO TERAPEUTICO DI PRIMARIA IMPORTANZA"

CAGLIARI 24 ottobre e 7 novembre 2015

*Docente Dott..Claudio Foti***PROGRAMMA****PRIMA GIORNATA**

8,30 Registrazione dei partecipanti

h 9,00 - 9.30 Elaborazione dei vissuti emotivi e delle aspettative connesse al tema della cura del Sé

h. 9.30 – 10.00 La cura del Sé: questa sconosciuta

h 10.00 – 10,30 Discussione interattiva (esperti-discenti)
Vissuti emotivi e domande dei partecipanti.

h. 10.30 – 11.00 L'intelligenza emotiva e la cura del Sé

h 11.00 - 12.00 Attivazione con il metodo del gioco psicologico basato sull'intelligenza emotiva

h 12.00 - 13.00 Elaborazione dei vissuti emotivi e delle riflessioni della mattinata

h 14.00 – 15, 00 .Mindfulness e cura di sé

h 15,00 – 16,00 Discussione interattiva (esperti-discenti)
*Vissuti emotivi e domande dei partecipanti..*h 16.00 – 17.00 *La pratica della mindfulness*
- Esperienza pratica

SECONDA GIORNATA

- h 9.00 - 9.30 Elaborazione dei vissuti della giornata precedente con il metodo del gioco psicologico basato sull'intelligenza emotiva
- h. 9.30 – 10.00 Autobiografia e intelligenza emotiva
- h 10,00 – 10.30 Discussione interattiva (esperti-discenti)
Vissuti emotivi e domande dei partecipanti.
- h. 10, 30 – 11.30 L'autobiografia e cura di sé
– *Esperienza pratica* –
- h 11.30 - 12. 30 Attivazione con il metodo del gioco psicologico basato sull'intelligenza emotiva
- h 12.30 – 13.30 Elaborazione dei vissuti e degli interrogativi della mattinata
- h 14.30 – 15, 00 *La pratica della mindfulness*
- *Esperienza pratica*-
- h 15, 00 – 15,30 Discussione interattiva (esperti-discenti)
- h 15.30 – 16.30 *Attivazione e psicodramma con il metodo dell'intelligenza emotiva*
- h 16.30 – 17,30 *Elaborazione di ciò che si è appreso e di ciò che non si è appreso*
e Procedure ECM (Questionario)

