



Seminario

ANSIA: UNA NEMICA O UN'ALLEATA? Cogliere i segnali nella propria esperienza professionale

Martedì 24 settembre 2024 ore 8:30-16:00

CORSO ACCREDITATO ECM
- COD: 48160
CREDITI CALCOLATI: 7
DESTINATARI: tutte le
professioni

In corso
accreditamento
AS



presso

SFEP – Via Cellini, 14 - Torino

PRESENTAZIONE

Nelle professioni di aiuto, di relazione e di cura e dove viene richiesta responsabilità, l'ansia è un elemento che spesso accompagna le attività e si prende una buona parte delle energie.

Proviamo a capire meglio quali possono essere i meccanismi che si attivano e come possiamo riconoscerli e magari utilizzarli come risorsa.

Le nostre emozioni e quelle delle persone con le quali veniamo in contatto sviluppano un potenziale che può essere portato a valore.

Prendersi cura anche di chi si prende cura è un'affermazione che descrive bene ciò che questo seminario intende realizzare.

Il concetto di ciclo vitale si può, a buon titolo, riferire a tutte le persone, anche a chi ha un ruolo di responsabilità, di cura e di sostegno.

Il termine "ansia" rischia di rimanere inteso in termini generici e la sua comprensione può essere sottovalutata o sopravvalutata a seconda del contesto e delle situazioni.

Spesso ci viene richiesto di fare delle scelte che coinvolgono le persone di cui abbiamo responsabilità, a vario livello.

Comprendere cosa accade dentro di noi quando veniamo sollecitati dal punto di vista emotivo può essere uno strumento per dare un giusto valore alle situazioni e per metterci nella condizione di operare con consapevolezza.

Possiamo considerare l'ansia come un meccanismo che ci chiede con insistenza di fare qualcosa per reagire ad uno stimolo.

Esistono vari tipi, vari stadi e livelli di ansia e alcuni di questi sono naturali e utili alleati nella nostra professione e nella nostra vita.

Proviamo insieme a fare un po' di chiarezza e di ordine.

PROGRAMMA

- ore 8:30 Accoglienza e registrazione partecipanti
- ore 8:45 **SALUTI DE "LA BOTTEGA DEL POSSIBILE"**
Massimo Vai, Coordinatore
- ore 9:00 **PRESENTAZIONE DEL SEMINARIO**
Valeria Moschese e Ilaria Stocco
- ore 9:15 **LA RELAZIONE DI AIUTO DA UN PUNTO DI VISTA EDUCATIVO**
Valeria Moschese
- ore 9:30 **LA RELAZIONE DI AIUTO DA UN PUNTO DI VISTA PSICOLOGICO**
Ilaria Stocco
- ore 9:45: **L'ANSIA NEL CICLO VITALE, PRESUPPOSTI NELLA RICHIESTA DI AIUTO**
Valeria Moschese
- ore 10:00 **LE EMOZIONI NELLA RELAZIONE DI AIUTO: PRO O CONTRO?
SENSO DI COLPA E RABBIA**
Ilaria Stocco e Valeria Moschese
- ore 10:45 intervallo
- ore 11:00 **L'ASCOLTO COME STRATEGIA EDUCATIVA**
Valeria Moschese
- ore 11:15 **L'ASCOLTO ATTIVO COME STRUMENTO DI COMUNICAZIONE
EFFICACE E ASSERTIVA**
Ilaria Stocco
- ore 11:30 **STRATEGIE D'AIUTO NELLA RELAZIONE DA UN PUNTO DI VISTA EDUCATIVO**
Valeria Moschese
- ore 12:00 **STRATEGIE D'AIUTO NELLA RELAZIONE DA UN PUNTO DI VISTA
PSICOLOGICO**
Ilaria Stocco
- ore 12.30 Dibattito
- ore 13:00 Pausa per buffet

- ore 14:00 Ripresa dei lavori
- QUANDO LA RELAZIONE EDUCATIVA DIVIENE VERA RELAZIONE DI AIUTO?**
Valeria Moschese
- ore 14:15 **BURNOUT E SOVRACCARICO EMOTIVO: SEGNALI DA RICONOSCERE**
Ilaria Stocco
- ore 15:00 **LAVORO IN GRUPPO: DISCUSSIONE CASO CLINICO**
Ilaria Stocco e Valeria Moschese
- ore 15:45 **RESTITUZIONE IN PLENARIA GRUPPI DI LAVORO**
- ore 16:00 Dibattito
- Questionari di valutazione
- Conclusioni a cura della coordinatrice
- ore 16:30 Termine seminario
- Coordina: Massimo Vai**

Docenti:

Valeria Moschese, pedagoga, terapeuta della neuropsicomotricità, psicomotricista ed educatore professionale, docente universitaria incaricata.

Ilaria Stocco, psicologa e psicoterapeuta cognitivo comportamentale.

Costo del seminario: 50 euro (gratuito per i soci di "Bottega")

+

Costo del pranzo (facoltativo): 15 euro

***Professioni ECM: tutte**

I crediti ECM verranno assegnati solo ed esclusivamente se il discente parteciperà ad almeno il 90% delle ore previste (e obbligatoriamente negli ultimi 30 minuti se la prova finale è prevista in quello specifico orario) e se supererà la prova di apprendimento