

IN SCENA...LE EMOZIONI!

Ekman (1992) ha definito l'emozione come la percezione di sensazioni che motivano e allo stesso tempo organizzano e guidano tutto ciò che concerne azioni e pensieri. Le emozioni ci apportano informazioni sulla relazione che abbiamo con l'ambiente circostante, sono risorse adattative proprie degli esseri umani che danno la precedenza alle informazioni più rilevanti per ciascuno, attivando così diversi processi che ci permettono di fornire una risposta.

Il laboratorio ha l'obiettivo di guidare i partecipanti verso una maggiore consapevolezza di sé e delle proprie emozioni. Si propone come un *viaggio* che permette di mettere in scena le proprie paure e i propri desideri, per esprimersi in modo creativo e scoprire nuovi aspetti di sé.

I destinatari dell'attività saranno studenti in formazione, docenti, e soggetti che a vario titolo sono interessati a conoscere meglio il mondo delle emozioni nei vari contesti di vita (formativi, lavorativi, famigliari, ecc.).

Le tematiche proposte approfondiranno il ruolo ed il significato delle emozioni in tutti gli ambiti di vita, ponendo l'attenzione ai contesti relazionali dei giovani adulti quali: giovani e famiglia, giovani e relazioni nel gruppo dei pari e giovani verso il futuro.

Il laboratorio si focalizzerà sul fornire strumenti ai partecipanti per sviluppare la propria competenza emotiva: la capacità di conoscere e riconoscere le proprie emozioni e quelle altrui, ma anche la capacità di gestire le emozioni in modo appropriato, di prendere decisioni responsabili, di stabilire rapporti sociali corretti.

Sarà posta dunque l'attenzione alla relazione, elemento essenziale della vita dell'essere umano, in tutti i contesti di vita come la scuola, l'università e il lavoro.

La metodologia utilizzata sarà il *learning by doing*.

INFORMAZIONI UTILI:

Sede delle attività: Aula Inferiore Cliniche Mediche - Dipartimento di Biomedicina Traslazionale e Neuroscienze (DiBrain) - Scuola di Medicina

Numero di CFU: 5 CFU, da acquisire con verifica finale degli apprendimenti per coloro i quali avranno frequentato almeno il 70% delle attività previste

Durata: 40 ore

Beneficiari: studenti dei corsi di studio UniBa e soggetti esterni in possesso di diploma di scuola superiore

DATE:

28 Marzo 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30;
04 Aprile 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30;
11 Aprile 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30;
18 Aprile 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30;
02 Maggio 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30;
09 Maggio 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30;
16 Maggio 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30;
23 Maggio 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30;
30 Maggio 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30;
06 Giugno 2024 dalle ore 14.30 alle ore 18.30.

DOCENTI:

Responsabile:

Prof. Paolo Taurisano - Professore Associato

Docenti del percorso laboratoriale:

Dr.ssa Maria Teresa Laura Abbruzzese -
Servizio di Counseling Psicologico UniBa

Dr. Victor Laforgia - Servizio di Counseling
Psicologico UniBa

Dr.ssa Leonarda Valentina Vergatti - Servizio
di Counseling Psicologico UniBa

Dr.ssa Fabiana Battista - Ricercatrice
For.Psi.Com. UniBa

PER INFORMAZIONI

Contatti: marina.vallino@uniba.it

Ricevimento su appuntamento

Le iscrizioni vanno fatte su ESSE3 e le istruzioni sono a questo link:

<https://www.uniba.it/it/didattica/competenze-trasversali/studenti-soggetti-esterni-e-tirocinanti/informazioni-utili-studenti-tirocinanti-e-soggetti-esterni>