Sezione Ticino
SBK ASI EDUQUA
SCEF 034

12. UNO SGUARDO SUL FENOMENO CHIAMATO RESILIENZA, OVVERO LA FORZA D'ANIMO CHE CI PUÒ PERMETTERE DI AFFRONTARE LE AVVERSITÀ DELLA VITA

AREA RELAZIONALE

DATA	**venerdì 18 gennaio 2019**
ORARIO	09.00 – 12.00 / 13.00 – 17.00
LUOGO	Chiasso
SCOPO	l'obiettivo principale consiste nell'offrire una panoramica inerente la nostra capacità di affrontare le sfide che la vita ci riserva, servendoci sia delle nostre eventuali risorse (fiducia, ottimismo, autostima, empatia, ecc), sia nella capacità di costruire nuove strategie, al fine di gestire con efficacia le difficoltà che la vita ci pone quotidianamente
CONTENUTI	• analisi del concetto di personalità ed autostima • analogie e differenze individuali nella capacità di affrontare le sfide della vita • lo stress e le conseguenze psicofisiche sull'individuo • caratteristiche dei comportamenti autoaggressivi ed eteroaggressivi • la costruzione della relazione empatica nell'ascolto sia dell'altro, sia di noi stessi • come sviluppare l'assertività nei confronti degli altri individui • caratteristiche principali dell'ascolto attivo
METODOLOGIA	• apporto teorico • condivisione delle esperienze in gruppo
ANIMATORE	Alfredo Bodeo, psicologo, indirizzo clinico e di comunità
PARTECIPANTI	aperto a tutti gli operatori del ramo socio – sanitario minimo 10
QUOTA	membri ASI-SBK Fr. 80.— non membri ASI-SBK Fr. 120.—
TERMINE ISCRIZIONE	**17.12.2018**
ISCRIZIONI	www.asiticino.ch/formazione/iscrizione-ai-corsi-asi/
INFORMAZIONI	Segretariato ASI-SBK Sezione Ticino - via Simen 8 - 6830 Chiasso Tel. 091/682 29 31 – Fax 091/682 29 32 E-mail segretariato@asiticino.ch Sito www.asiticino.ch
ATTESTATO	attestato di partecipazione rilasciato dal Centro di Formazione ASI-SBK Sezione Ticino

L'ISCRIZIONE E' OBBLIGATORIA