

Workshop | 8 h | Bologna | 16 ottobre | 2020

Gestione paure e negatività

Strumenti concreti per una rianimazione emotiva efficace
dopo il covid-19

Conduce dr. Pino De Sario, consulente in facilitazione, fondatore della Scuola Facilitatori

PREMESSA

Possiamo considerare il comportamento negativo – paure, conflitti, malessere - un intreccio di fattori con più provenienze: innata (come specie), personale, sociale (dei contesti). Di fatto, un cocktail che scatena una miriade di impulsi, che solitamente facciamo tutti fatica a fronteggiare e appianare.

Il workshop è un'ottima opportunità di supporto emotivo e pratico dopo l'enorme problema dell'epidemia da covid-19. Impareremo a sviluppare metodo e tecniche, anziché affidarci al solito lamento, leva ottimale di adulti preparati.

OBIETTIVI SPECIFICI

- Apprendimento di pratiche operative.
- Allenamento fattivo delle tecniche.
- Conoscenza della dinamica cervello-mente che agisce in noi e in ogni gruppo.

PROGRAMMA

I. La mappa chiave

Come agisce la paura e la negatività

Tre cervelli, tre comportamenti automatici

L'amigdala, un'agitazione di specie

Tre fonti della negatività: bio, psico, sociale

II. I metodi Anti-negatività

La Capacità negativa: accogli, contieni, trasforma

Quando l'altro è negativo, cosa fare, strumenti

In posizione terza, con due persone negative tra loro

In un gruppo di lavoro, cosa fare, strumenti

Curo il mio negativo, gestione personale di paure e malessere

Due tipi di fronteggiamento: negatività bassa e alta

Emozioni: regolazione, riparazione, ingaggio sociale

Esercizi, tecniche, casi concreti

III. Le applicazioni protettive e costruttive

Nel ruolo di soggetto, le azioni efficaci in casa e negli affetti

Come capo, professionista, consulente, nella sfera del lavoro

Allenamento di parola, attivazione corporea, relazione

A CHI È RIVOLTO

Il workshop è rivolto a tutti. In particolare ai ruoli delle aziende



(coordinatori, dirigenti, HR, coach) e alle professioni del sociale (educatori, insegnanti, psicologi, formatori). Questi metodi sono importanti anche per gli adulti interessati alla crescita personale, per i cittadini membri di associazioni, per i genitori nelle relazioni in famiglia.

METODOLOGIA DIDATTICA

Nei corsi della Scuola utilizziamo l'ampio bagaglio di quella che chiamiamo "tecnologia umana" per iniziare da subito a imparare i nuovi metodi, a facilitare e facilitarci. L'approccio non è solo teorico, facciamo esercizi pratici, mirati dapprima a renderci consapevoli delle nostre risorse, e poi ad usarle intenzionalmente per interagire con rinnovata efficacia. Utilizziamo i gesti, la prossemica, l'espressività del corpo, il ritmo, la musica per risvegliare il nostro potenziale e imparare a servircene in modo consapevole ed efficace. VIENI A PROVARE!

DIREZIONE SCIENTIFICA E DOCENZA

Pino De Sario, consulente in facilitazione, psicologo dei gruppi, già docente all'Università di Pisa

Ha insegnato per dieci anni al corso di laurea in Scienze per la pace "Strumenti di facilitazione nel conflitto". Membro associato della Società Italiana di Biosistemica. Da venticinque anni lavora nelle organizzazioni sia come formatore che consulente sui temi delle abilità manageriali e delle competenze sociali. Approfondisce i fenomeni del comportamento interpersonale prosociale e i processi di facilitazione nei gruppi associati in particolare ai fenomeni di discomunicazione, barriera e negatività. Fondatore della Scuola Facilitatori.

Autore di più di venti libri, tra cui: La spinta che attiva (2019); Manuale anti-negatività (2019); L'intelligenza di unire (2017); Biosistemica: la scienza che unisce (2015); Metodi e tecniche della Facilitazione esperta (2013); Il potere della negatività (2012); Far funzionare i gruppi (2010); La riunione che serve (2008); Il facilitatore dei gruppi (2006), Professione facilitatore (2005).



La ricerca sulla Facilitazione esperta vede la collaborazione con:



Scuola Italiana di Biosistemica



Corso in Scienze per la Pace
Università degli Studi di Pisa

FORMATO

Il Workshop è composto da 8 ore, venerdì **16 ottobre 2020**.

Orari: ore 9.30-17.30. Numero di partecipanti minimo 10, max 24. Consegna di una dispensa.

LUOGO

Il Workshop è a Bologna, presso Open Group, Mura di Porta Galliera n. 1/2A, nei pressi della stazione Fs.

QUOTA E ISCRIZIONI

Iscrizioni aperte da subito. La quota di iscrizione è di **€ 150** + Iva. Il termine ultimo per iscriversi è il giorno **6 ottobre**. Per chi si iscrive entro il **31 maggio 2020** la quota è scontata a € 120 + Iva. Compilare la [scheda di iscrizione](#) (nel sito), e inviarla via mail unitamente alla ricevuta di versamento del bonifico a: Scuola Facilitatori, Intesa San Paolo, Iban: IT66 M030 6913 8341 0000 0004 636.



Scuola FACILITATORI

ph/fax +39 0573.417038 - mobile +39 335.5616199
segreteria@scuolafacilitatori.it
www.scuolafacilitatori.it



La **Scuola Facilitatori** nasce nel 2007 con l'obiettivo di promuovere la "facilitazione esperta" e la figura del "facilitatore" nei contesti sociali, nei gruppi di lavoro, nelle aziende, nelle scuole, per adulti e cittadini. È un ente culturale-formativo fondato per la diffusione di una cultura collettiva e dei metodi pratici ed efficaci per sviluppare situazioni ad alta complessità.