

SUPSI

Benessere Organizzativo ed Autoconsapevolezza Emozionale attraverso il Movimento

Modulo breve

Presentazione

Promuovere il benessere psicofisico all'interno di un contesto professionale, rappresenta soprattutto oggi uno dei principali punti di riferimento per un'organizzazione capace di riconoscere il Fattore Umano quale componente essenziale per il raggiungimento del Benessere Organizzativo.

Il corso si propone in primo luogo di sviluppare una riflessione teorico-pratica sui cambiamenti che hanno avuto luogo nei processi comunicativi e dunque relazionali in conseguenza al periodo emergenziale che abbiamo attraversato a causa del Coronavirus. Parlare oggi di Competenza Comunicativa significa in primo luogo saper sviluppare un'attiva e concreta riflessione su tutto ciò che ha determinato un profondo cambiamento nel nostro modo di pensare alla relazione e nelle nostre abitudini interattive, riflettendo anche sui cambiamenti che si sono sviluppati nell'uso del linguaggio in questo difficile periodo.

Quanto sia cambiato il nostro modo di pensare e dunque di muoverci nel mondo, dipende dalla stretta relazione che da sempre esiste fra pensiero e movimento, e la parola rappresenta lo strumento attraverso il quale prende forma tutta la nostra esperienza e conoscenza.

Sulla base di questa premessa il corso, partendo da attività pratico-esperienziali ispirate al metodo Feldenkrais in abbinamento ad un articolato percorso autoriflessivo, intende sviluppare nei partecipanti una particolare consapevolezza emotiva e corporea finalizzata a migliorare il dialogo con sé stessi e con i propri vissuti emotivi, allo scopo di gestire efficacemente le situazioni problematiche che il cambiamento delle nostre abitudini ha generato.

Stimolare così un nuovo tipo di dialogo fra pensiero e movimento significa anche creare armonia fra la dimensione personale e la dimensione professionale riuscendo ad aggiornare il rapporto fra queste due componenti, sempre ponendo attenzione alla persona nella sua complessità psico-fisica, allo scopo di creare un ambiente di lavoro che oggi sia ancora più capace di coniugare crescita professionale e crescita personale.

Alla base di questo percorso una specifica attenzione viene infine dedicata al tema dell'Autoconsapevolezza Emozionale quale importante strumento di crescita personale e professionale applicabile sia nella gestione di relazioni problematiche, sia nella gestione efficace di situazioni di stress emotivo e più in generale nel miglioramento della propria autoimmagine.

Descrizione

Il corso si avvale di una didattica interattiva attraverso una serie di attività teoriche e laboratoriali basate su esercizi ispirati al Metodo Feldenkrais sempre in stretto abbinamento con un percorso di analisi autoriflessiva sulle tematiche emergenti da queste attività, allo scopo di consentire ai partecipanti la elaborazione in gruppo dei temi trattati in collegamento con la loro esperienza professionale. E' suggerito un abbigliamento comodo adatto allo svolgimento di attività motorie.

Obiettivi

Partendo dal presupposto che la Comunicazione sia un sistema complesso che riguarda sia l'interazione che la stessa conoscenza del mondo in cui viviamo e che con la parola "movimento" non intendiamo il gesto motorio in sé ma il processo che si forma includendo sensazione, emozione, pensiero ed azione, il corso si propone i seguenti obiettivi:

- Sviluppare una riflessione teorico-pratica sui cambiamenti che l'emergenza Coronavirus ha determinato nei processi comunicativi e relazionali, modificando la stessa portata semantica di molte parole
- Elaborare un approccio alla comunicazione interpersonale che tenga conto della nuova sensibilità che questo periodo di crisi ha determinato, con particolare riguardo al contesto organizzativo
- Stimolare l'attenzione alla persona nella sua complessità psico-fisica allo scopo di creare un ambiente di lavoro capace di coniugare crescita professionale e crescita personale riuscendo ad aggiornare il "dialogo" fra queste due componenti
- Sviluppare nei partecipanti consapevolezza corporea ed emotiva attraverso il movimento
- Introdurre il concetto di neuroplasticità che è alla base dell'attività del nostro cervello, stimolando la capacità innata di trovare nuove soluzioni
- Favorire il riconoscimento dei propri vissuti emotivi attraverso esercizi di movimento consapevole sviluppando l'Autoconsapevolezza Emozionale per una gestione efficace dei processi comunicativi e relazionali

Destinatari

Operatori sociali, educatori, assistenti sociali, animatori, operatori socio-sanitari e socio-assistenziali, infermieri, mediatori, ergoterapisti, responsabili pratici, tutori, formatori, docenti e docenti specializzati

Certificato

Attestato di frequenza

Crediti di studio ECTS

1 ECTS

Programma

Ogni giornata formativa sarà strutturata in laboratori tematici che svilupperanno i seguenti contenuti:

- La Mente di Principiante e il percorso di cambiamento autoriflessivo
- Livelli qualitativi dell' Autostima e Comunicazione Efficace
- Pratica della Self-Reflection e funzione organizzativa
- Il valore della Differenza nel gruppo di lavoro
- Relazione fra cura del Benessere ed ambiente di lavoro sano
- Dinamica interattiva corpo-mente-ambiente sociale e benessere personale

Durata

16 ore-lezione

Relatore/i

Yoga Patti, filosofo con indirizzo psico-pedagogico, counsellor e mediatore familiare, docente universitario. Si dedica da anni all'attività di formatore nell'ambito della comunicazione e dell'arte di ascoltare indirizzata alla gestione creativa dei conflitti.

Butera Maria Gabriella, docente di scuola primaria, referente di molteplici progetti di educazione al benessere, formatrice, ed esperta in gestione trasformativa dei conflitti e del Metodo Feldenkrais.

Date

14 e 15 giugno 2021

Orari

09.00-12.15, 13.30-16.45

Luogo

SUPSI, Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale, Manno (Autopostale, Fermata Suglio)

Costo

CHF 380.-, materiali didattici e tassa di certificazione inclusi

Osservazioni

Attestato di frequenza, o previo superamento esame finale, certificato di frequenza con il riconoscimento di 1 ECTS valido per la Specializzazioni in Servizio sociale e in Pedagogia sociale.

Informazioni

SUPSI, Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale
T+41 (0)58 666 61 26, F +41 (0)58 666 61 21
deass.sociale.fc@supsi.ch, www.supsi.ch/deass

Termine d'iscrizione

Entro il 7 giugno 2021

Link per le iscrizioni

<https://fc-catalogo.app.supsi.ch/Course/Details/30301>

Condizioni generali

Iscrizioni e ammissione

Per partecipare a un corso l'iscrizione è obbligatoria e vincolante per il partecipante. L'ammissione ai corsi di lunga durata è tuttavia subordinata alla verifica dei requisiti richiesti dal percorso formativo. Per garantire un buon livello qualitativo, SUPSI può fissare un numero minimo e massimo di partecipanti.

Quota d'iscrizione

Se il corso è a pagamento, la quota di iscrizione è da versare sul conto bancario della Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana (SUPSI):
- Dalla Svizzera, prima dell'inizio del corso, tramite la polizza che verrà inviata con la conferma di iscrizione
- Dall'estero, dopo la conferma d'iscrizione, con bonifico bancario intestato a SUPSI presso la Banca dello Stato del Cantone Ticino, CH-6501 Bellinzona
IBAN CH05 0076 4190 8678 C000C
Swift Code BIC: BSCTCH 22
Clearing 764
Causale: Titolo del corso

Obbligo di pagamento della quota di iscrizione

Il pagamento della quota di iscrizione è da effettuarsi entro 30 giorni dalla data della fattura. La conferma di

iscrizione e la fattura sono trasmesse al partecipante dopo il termine di iscrizione al corso. In casi particolari è possibile richiedere una rateazione della quota d'iscrizione; la richiesta scritta va inoltrata alla segreteria competente entro il termine di iscrizione. Verso la SUPSI il debitore del pagamento della quota è il partecipante, che attraverso l'iscrizione al corso, riconosce espressamente il proprio debito ai sensi della LEF, nonché l'obbligo di pagamento e si impegna al versamento dell'importo dovuto. Se la formazione è finanziata dal datore di lavoro o da un terzo, il partecipante rimane comunque debitore verso la SUPSI fino ad effettivo pagamento della quota da parte del datore di lavoro o del terzo indicato. Al riguardo il partecipante si impegna e si obbliga verso la SUPSI ad assumere il pagamento della quota di iscrizione, nel caso in cui il datore di lavoro o il terzo indicato, non dovesse corrispondere l'importo dovuto. Le disposizioni relative all'obbligo di pagamento non si applicano se i corsi non prevedono il versamento di una tassa.

Annullamenti e rinunce

Nel caso in cui il numero di partecipanti fosse

insufficiente o per altri motivi, SUPSI si riserva il diritto di annullare il corso. In tal caso, gli iscritti saranno avvisati tempestivamente e, se avranno già versato la quota di iscrizione, saranno integralmente rimborsati. Qualora sia il partecipante a rinunciare, quest'ultimo è tenuto al versamento del 50% della quota di iscrizione se notifica l'annullamento:
- nei 7 giorni che precedono l'inizio del corso, se iscritto alla formazione breve (0-9 ECTS)
- nei 21 giorni che precedono l'inizio del corso, se iscritto alla formazione lunga (10-60 ECTS)
Casi particolari possono essere analizzati e decisi con la direzione di dipartimento. In caso di rinunce notificate successivamente ai termini di cui sopra, il partecipante non avrà diritto al rimborso e l'intera quota di iscrizione diverrà immediatamente esigibile. Sono fatte salve eventuali deroghe previste nei regolamenti di ogni singolo corso, alle quali si fa espressamente richiamo. Chi fosse impossibilitato a partecipare può proporre un'altra persona previa comunicazione a SUPSI e accettazione da parte del responsabile del corso. In caso di rinuncia al corso per malattia o infortunio del partecipante, la fattura

inerente la quota di iscrizione potrà essere annullata, a condizione che sia presentato un certificato medico.

Modifiche

SUPSI si riserva il diritto di modificare il programma, la quota di iscrizione e il luogo dei corsi a seconda delle necessità organizzative.

Copertura assicurativa infortuni

I partecipanti non sono assicurati da SUPSI.

Privacy

Il trattamento dei dati avviene nel rispetto della legislazione svizzera (Legge federale sulla protezione dei dati e relativa Ordinanza).

Foro competente

Per eventuali controversie il foro competente è Lugano, che è pure il foro esecutivo ai sensi della LEF (Legge federale sulla esecuzione e sul fallimento). Il diritto applicabile è quello svizzero.