Laboratorio di Humor Terapia

SVILUPPARE L'INTELLIGENZA UMORISTICA PER POTENZIARE L'INTELLIGENZA EMOTIVA

Scoprire e gestire positivamente le emozioni derivanti dalle piccole e grandi tragedie in ambito assistenziale

Evento ECM n° 1305 - 91611

CREDITI ECM N° 20,8 - PER INFERMIERI E INFERMIERI PEDIATRICI

RAZIONALE

L'imprevedibilità e la rapidità dei mutamenti che caratterizzano l'ambiente che ci circonda fa emergere di continuo nuove esigenze tanto che non è più sufficiente riuscire a fare meglio le stesse cose ma occorre acquisire abilità nell'esplorare nuove alternative, nuovi approcci, nuovi concetti. L'abilità di saper osservare ogni cosa cambiando punto di vista si può apprendere efficacemente tramite alcune tecniche umoristiche che hanno anche lo scopo di rendere più sereno e divertente l'ambiente di lavoro favorendo anche condizioni migliori dal punto di vista relazionale. Queste tecniche psicoumoristiche oltre a favorire un approccio positivo nei confronti della propria realtà professionale sostengono la capacità di sperimentare differenti percezioni emotive, di confrontarle e condividerle con il giusto distacco al fine di affrontare le problematiche intercorrenti con più forza, energia e creatività.

OBIETTIVO : al termine del laboratorio i partecipanti dovrebbero essere in grado di

- applicare il pensiero umoristico nella gestione emotiva delle esperienze professionali in ambito assistenziale
  - *Esorcizzare i grandi e piccoli drammi professionali con il pensiero umoristico*
  - *Disattivare gli aspetti negativi in contesti sanitari e terapeutici attraverso la simulazione comica*
  - *Modificare la propria percezione della realtà armonizzandola con le proprie e altrui esigenze*
  - *Imparare a gestire positivamente l'emotività in funzione dei propri e altrui bisogni*
  - *Rielaborare comicamente i cattivi pensieri e le brutte esperienze per instillare gioia e serenità*
  - *Ampliare la propria capacità di interpretazione del mondo assumendo punti di vista inediti*

METODO

Il metodo adottato è il metodo "psicoumoristico" e si articola in quattro fasi: comprensione, apprendimento, padronanza e applicazione. Durante queste fasi i partecipanti avranno modo di comprendere gli aspetti concettuali di base, apprendere le possibili soluzioni e padroneggiare con esse attraverso simulazioni umoristiche individuali e di gruppo volte a sviluppare ascolto e consapevolezza con tutti gli elementi in gioco. Gli incontri si concludono con l'analisi dei bisogni e l'individuazione di tutte le possibili applicazioni delle tecniche psicoumoristiche.

PROGRAMMA

Il laboratorio è suddiviso in n. 2 giornate di 8 h. ciascuna, e si sviluppa in 4 "parti":

PARTE I
Tragedia e commedia: due facce di una stessa medaglia
Dal problema reale alla rappresentazione del problema
Teatralità e simulazione in ambiente di lavoro
Simulazione indotta e simulazione consapevole
Dalla percezione tragica alla rappresentazione comica
Il ridicolo, il comico e l'umoristico nei contesti sanitari
La giusta distanza dai problemi
I confini del tragico e del comico: storie pensieri ricordi
La presunzione di negatività
Presentazione della tecnica di sdrammatizzazione EIC
Applicazioni individuali della tecnica EIC

PARTE II
Il linguaggio delle emozioni
I modelli motivazionali emotivi
Teorie delle emozioni e cervello
Emozioni primarie, secondarie e multiemozianalità
Il comportamento emozionale
Dialogo fisico emotivo
La maschera emotiva
Fattore emotivo regressivo: la paura di se stessi
Gestire l'aggressività senza reprimerla
Competenza umoristica e sequestro emozionale
Intelligenza razionale, emotiva e umoristica

PARTE III
La comunicazione non verbale: riconoscere i segnali
Ristrutturare i segnali: il contagio comico espressivo
Smorfia consapevole e imitazione caricaturale
Presentazione del LCM (Laughing Crying Method)
Esercitazioni pratiche di riso e pianto
Tecniche empatiche di contagio emotivo
Applicazioni di gruppo del metodo LCM
Rappresentazione e simulazione degli stadi emotivi
Rimozione emotiva indotta
Intelligenza umoristica: ironia che innesta l'autoironia

PARTE IV
Ristrutturare storie pensieri ricordi con lo psicoumorismo
L'importanza delle emozioni e l'inibizione della risata
Decodificazione umoristica delle attitudini emotive
Attitudine offensiva autoreferenziale
Attitudine deresponsabilizzante
Attitudine ossessiva-compulsiva
Attitudine paranoico-depressiva
Tecniche di depistamento tragico-umoristiche
Strategie gestionali della emotività
Consigli e prospettive nell'uso dell'intelligenza umoristica

VALUTAZIONE
La valutazione dell'apprendimento sarà condotta attraverso esercitazioni pratiche

DESTINATARI
Infermieri che abbiano preferibilmente frequentato almeno un corso precedentemente organizzato in tale area

DOCENTI
MATTEO ANDREONE
Attore, regista, professional trainer, esperto di humor business, direttore dell'Accademia Nazionale del Comico e membro dell'ISHS - International Society for Humor Studies - autore dei libri "Una risata vi promuoverà" edizione Rizzoli Etas, Lezioni di comicità, guida pratica per allenare creatività, umorismo e linguaggio comico personale, edizione Dino Audino

DANIELA BALLARDINI
Infermiere, laureato Magistrale Scienze infermieristiche ed ostetriche e in Scienze della Formazione
Responsabile Servizio Professioni Sanitarie - Ospedale Maria Vittoria – ASL TO2

RINO CERRITELLI
Attore, scrittore, docente, esperto di humorterapia, humor speaking e scrittura umoristica, presidente dell'Humor Association e membro dell'ISHS - International Society for Humor Studies) - autore dei libro "Una risata vi promuoverà" edizione Rizzoli Etas, "La terapia dell'umorismo, metodi e pratiche per il benessere personale e relazionale", ed. Carocci Faber

SEDE SVOLGIMENTO: Via Stellone 5

DATA SVOLGIMENTO LABORATORI - mercoledì 12 e giovedì 13 novembre 2014 Dalle 8.30 alle 17.00 Il primo giorno dalle 8.30 alle 9.00 avverrà la registrazione dei partecipanti per le procedure amministrative e ECM

MODALITA' DI ISCRIZIONE:

- inviare scheda di ISCRIZIONE compilata via fax al numero **011-19.38.05.57** (la scheda è scaricabile on line dal nostro sito)

- ISCRIZIONE ONLINE direttamente dal nostro sito web: **www.cespi-centrostudi.it**

L'iscrizione è ritenuta valida SOLO se accompagnata dalla copia dell'avvenuto pagamento.

Non si accettano impegni di spesa.

La quota di partecipazione : **€. Euro 183,00 IVA compres**a
In caso di fatturazione a carico di ASL/ASO: €. 150,00

e include l'iscrizione al corso e i materiali didattici

MODALITA' DI PAGAMENTO:

- c.c.p. **n. 55281869** intestato a CESPI - Via V. Andreis n. 3 - 10152 Torino
- bonifico bancario Codice IBAN: **IT 30 R 02008 01046 000003254412**
- **Pay Pal**

PROGRAMMA ECM:

Richiesto accreditamento per le figure: INFERMIERI, INFERMIERI PEDIATRICI
Crediti ECM 20,8

Per iscrizioni ed informazioni rivolgersi alla
Segreteria Organizzativa
Via Vittorio Andreis n. 3
10152 -Torino
Tel. 011 - 19.38.05.56
Fax 011 - 19.38.05.57
segreteria@cespi-centrostudi.it
www.cespi-centrostudi.it