



IPSO Educazione Somatorelazionale presenta: **IL CORPO NELLA RELAZIONE**



ALFABETIZZAZIONE EMOTIVA

Corso d'inclusione scolastica e sociale

con la finalità di comprendere come *il corpo parla di noi* nella relazione con sé e con l'altro, di gestire lo stress attraverso il ritorno al corpo e al respiro, lavorando sull'**intelligenza emotiva**.

Attraverso esercitazioni, laboratori e lezioni frontali di gruppo, forniremo tecniche psicocorporee di **gestione dello stress**, incrementeremo la **capacità d'ascolto** e offriremo uno sguardo nuovo sulle **dinamiche relazionali**.

Corso dedicato ai docenti della scuola secondaria di I e II grado, accreditato dal **MIUR** e pagabile con **la carta del docente**.

PROGRAMMA

25 ore totali divise in 18 ore di lezioni frontali e 7 ore di esercitazioni individuali.

- 8 h DI TRAINING BIOENERGETICO ANTISTRESS
- 8 h DI LEZIONI TEORICHE
- 7 h DI ESERCITAZIONE SU QUANTO APPRESO DURANTE IL CORSO TRAMITE IL SUPPORTO DI MATERIALE SPECIFICO (a casa)
- 2 h di discussione e feedback

RELATORI

Marinella Boscolo (direttore del corso), Maria Giulia Marchino e Fabrizia Finotto

Al termine del corso, verrà consegnata la **SELFULNESS AGENDA**, il diario quotidiano sulla propria consapevolezza psico-emotiva e relazionale.

Luogo e date da definire

email: educazionesomatorelazionale@gmail.com

cell. 348 808 6086 - www.educazionesomatorelazionale.it