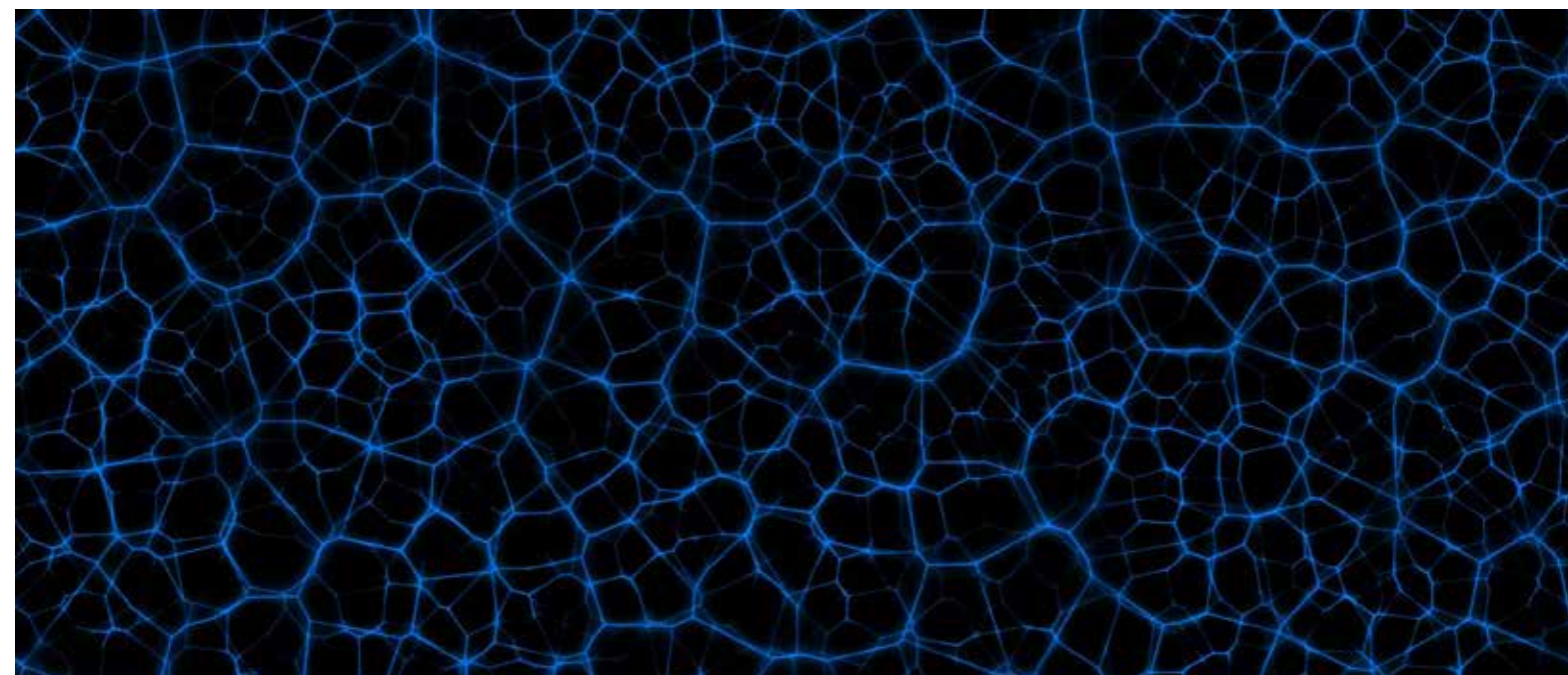


EMBODY

L'ambiente relazionale sicuro

Seconda Edizione | Anno 2019

Percorso Formativo a cura di
Alessandra DI MINNO
Francesca IMBIMBO
Cristina PIOLINI



La nostra natura relazionale si traduce nella ricerca frequente di contatto e scambio con gli altri. Oggi sappiamo che questa nostra propensione è una funzione vitale: ci permette di regolare il nostro funzionamento corporeo, emotivo e psicologico. Lo osserviamo nei neonati, che richiedono per poter sopravvivere, la presenza adulta per far fronte alle forti sollecitazioni interne ed esterne. Ma possiamo osservarlo in ciascuno di noi: il nostro funzionamento si fonda su un sistema interno di percezione della sicurezza, mentre **tutto ciò che mina il senso di sicurezza comporta risposte fisiologiche, emotive e comportamentali di difesa, alterando pertanto il contatto.**

Come professionisti dell'aiuto dobbiamo sapere creare ambienti relazionali sicuri perché le persone di cui ci occupiamo possano attingere alle proprie risorse pienamente. Diversamente non facciamo che contribuire a circuiti automatici e disfunzionali di stress e di risposta al pericolo, che mettono in scacco la possibilità di imparare ed evolvere.

La teoria polivagale di Steven Porges, neuroscienziato americano, integrata con l'eredità della teoria dell'Attaccamento (Bowlby, Ainsworth, Main) ci accompagnano in un percorso di apprendimento delle condizioni che contribuiscono a creare un ambiente relazionale sicuro, riconoscendo e trasmettendo i segnali di reciproca regolazione.

Utilizziamo un approccio che considera indispensabile partire da sé per arrivare all'altro e proponiamo riflessioni e attività in due ambiti, utilizzando una metodologia che permetterà di tenere sempre coinvolti gli operatori nei livelli diversi e complementari di pensiero, emozione e corpo:

- **lavorare nella consapevolezza di sé per imparare ad autoregolarsi in condizioni di stress**, a integrare meglio le parti di sé, a creare un ambiente sicuro per sé e per l'altro nella relazione
- **lavorare nella relazione per creare un ambiente sicuro per le persone di cui ci occupiamo**, per aiutare a sviluppare le capacità di autoregolazione e creare condizioni che favoriscano un maggior benessere personale e relazionale.

Il percorso si struttura in tre incontri realizzati presso la Casa delle Associazioni
Piazza A. Oldrini 120 –|Sesto San Giovanni (MI) | Fermata MM 1 Sesto Rondò.

Venerdì 3 Maggio 2019 e Venerdì 17 Maggio 2019 | dalle 17.00 alle 19.00
Sabato 1 Giugno 2019 dalle 9.00 alle 18.00

ISCRIZIONI ENTRO IL 30 APRILE 2019



Cristina PIOLINI
educatrice e coordinatrice
presso Diapason,
anza Movimento Terapeuta,
socia APID.



Francesca IMBIMBO
pedagogista, con
esperienza di anni come
responsabile di comunità
e coordinatrice di servizi di
domiciliarità.



Alessandra DI MINNO
psicologa a indirizzo
biogestaltico, responsabile
del Team Formazione
Supervisione Diapason.