

SAPER ESSERE ... PER RELAZIONARSI

Intelligenza Emotiva: un linguaggio condiviso



CONOSCERSI

Siamo diversi e lo sappiamo ... ma cosa abbiamo in comune? Che siamo animali sociali, condividiamo i sistemi affettivi di base, proviamo emozioni. Questo è il punto di partenza di un viaggio alla scoperta di un linguaggio comune.

Quando siamo al parco e incontriamo altri animali, quando rientriamo a casa dopo 8 ore di lavoro, quando ci emozioniamo guardando un film sul divano, quando arriva in casa un figlio, quando ci separiamo ... tutte queste situazioni generano in noi delle emozioni e trasmettono delle informazioni ai nostri compagni di vita. Gli animali hanno sviluppato la capacità di sentire, riconoscere e comprendere, a volte prima di quanto noi stessi facciamo, le nostre emozioni, le nostre reazioni, i nostri segnali comunicativi ... e loro guardano al mondo anche con la lente emotiva che gli stiamo offrendo.

Il nostro mondo emotivo, le nostre motivazioni, le nostre intelligenze, i nostri comportamenti entrano in un terreno di dialogo con gli animali. E qui sta la complessità e la meraviglia della relazione: un ballo dialogico tra esseri diversi.

Ma come fare per comprenderci? Sicuramente è fondamentale la conoscenza dell'altro (chi è, cosa desidera, cosa lo motiva, con quali sensi interagisce con il mondo, qual è la sua storia evolutiva...)

ma è soprattutto fondamentale CONOSCERSI. Chi sono? Cosa provo? Quali sono le mie reazioni tipiche? Come affronto le situazioni? Cosa desidero? Quali sono i miei obiettivi? Che impatto hanno sull'altro? Cosa mi diverte? Quali sono i valori per me importanti? ...

L'intelligenza Emotiva (una delle molteplici intelligenze che possediamo) è proprio l'abilità di comprendere se stessi, gestirsi e individuare le proprie leve di senso (desideri e valori). E' anche quell'Intelligenza che ci consente di sentire, osservare e comprendere l'altro.



A CHI E' RIVOLTO?

Ai curiosi, a chi desidera mettersi in gioco e non si stanca mai di scoprire. A tutte le persone che desiderano comprendere se stesse per migliorare la relazione con il proprio/i animali. E' quindi aperto a professionisti del mondo animale, veterinari, istruttori, educatori, figure professionali coinvolte negli Interventi Assistiti con gli Animali e chiunque abbia l'onore e il privilegio di condividere la propria vita con un amico a 2 e 4 zampe.

PERCORSO

Il percorso prevede un approccio esperienziale e si basa su un approccio didattico fondato sulle ultime ricerche in termini di apprendimento e neuroscienze e focalizzato sul pieno coinvolgimento dei partecipanti. Il percorso sarà basato sull'alternarsi di momenti teorici, sperimentazioni e de-briefing, così da ancorare i contenuti alla realtà quotidiana e all'esperienza individuale e relazionale di ciascun partecipante.

Sono previste:

- 3 giornate in presenza così da vivere e condividere esperienze;
- momenti individuali (materiale in distance e progetto di allenamento individuale) così da riportare quanto sperimentato e condiviso alla propria dimensione unica e personale.

MODELLO INTEGRATO INTELLIGENZA EMOTIVA (IE), SISTEMI AFFETTIVI (PANKSEPP) e MOTIVAZIONI UMANE

L'intelligenza Emotiva è la capacità di integrare Pensieri ed Emozioni per scelte sostenibili.

Il modello sviluppato da Six Seconds ha definito 8 competenze, allenabili, che compongono l'IE e che sono suddivise in tre aree e che in questo percorso verranno ampliate ed esplorate integrandole con studi di comportamento animale e zooantropologia.

Self Awareness integrata con i Sistemi Affettivi.

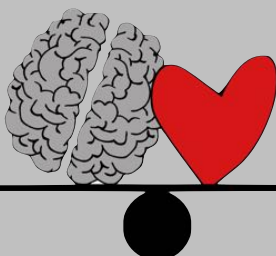
Scopriremo insieme come siamo fatti, i nostri sistemi affettivi ed emozioni, la connessione mente-corpo-cuore, cosa ci fa reagire e da dove nascono i nostri schemi emozionali.

Self Management. Ci guiderà una domanda: come possiamo gestire e navigare tutto ciò? Scopriremo le nostre spinte energetiche, il nostro essere desideranti, come trovare alternative e comprendere gli impatti del nostro comportamento. Come esplorare e trasformare le nostre emozioni perchè ci supportino nelle situazioni di vita quotidiana.

Self Direction. Che tipo di relazione vogliamo co-costruire con i nostri compagni di vita? Quali valori la sostengono, come fare per comprendere l'altro, come scegliere non perdendo di vista bisogni, motivazioni, emozioni di entrambi?



Perché allenare la propria INTELLIGENZA EMOTIVA



Le ricerche condotte in tutto il mondo dimostrano che più del 50% della nostra performance ed efficacia personale, relazionale e lavorativa è determinata dall'Intelligenza Emotiva. Il nostro cervello è organizzato per attingere sia dalla parte razionale che da quella emotiva. Non è più sostenibile, quindi, allenare solo il pensiero razionale: apprendere le logiche di funzionamento delle emozioni significa acquisire l'abilità di mappare e comprendere le proprie reazioni. Allenare la propria Intelligenza Emotiva significa diventare più strategici nei propri comportamenti e nelle relazioni con gli altri, ottenere più informazioni e prendere decisioni più consapevoli per raggiungere risultati sostenibili nel tempo.

LE TAPPE DEL PERCORSO

1

Il percorso inizia con la possibilità di scattarsi un Selfie, così da avere un'istantanea del proprio profilo di Intelligenza Emotiva. Come funziona? Ogni partecipante potrà compilare uno strumento con una solida base scientifica e psicomètria, il SEI e ricevere un Report che consente di avere una prima immagine di come ciascuno ha allenato, sviluppato la propria Intelligenza Emotiva e una indicazione delle aree di talento e di miglioramento.

2

3 giornate esperienziali con momenti teorici, sperimentazioni, momenti individuali e debriefing. Il gioco e il divertimento saranno ingredienti essenziali, così come l'ascolto. Ci alleneremo con il supporto e sostegno degli animali del luogo, così da metterci in gioco con la diversità e poterci concentrare su noi stessi (si sà l'allenamento deve essere più sfidante!!!). Proprio perché non è prevista la presenza dei propri animali il percorso è diviso in tre giornate, così da consentire a tutti di organizzarsi al meglio.

3

Materiali di approfondimento e per chi lo desidera piccoli allenamenti tra una giornata e l'altra per mettersi in gioco, scoprire, allenarsi, crescere assieme.



QUANDO

Domenica 13 Ottobre 2019 1° giornata

Domenica 17 Novembre 2019: 2° giornata

Domenica 15 Dicembre 2019: 3° giornata

DOVE

Gli spazi non sono contenitori vuoti, ma parlano del mondo, della natura e rispecchiano il nostro sentire. Così per questo percorso ho scelto un luogo ricco di significati, sia per le persone e gli animali che lo vivono e lo amano, sia per le energie che si stanno creando grazie proprio ai progetti e desideri che lì stanno nascendo e maturando.

Ci ospiteranno i Prati di Amar, luoghi nei quali sperimenteremo il vero contatto con la natura e il fatto che "Non esiste il brutto tempo, solo i vestiti sbagliati".



I PRATI DI AMAR
Via Pradalbino, 14,
Crespellano - BO

team@ipratidiamar.com

www.ipratidiamar.com



CHI SONO

“Sono la BAMBINA che si sveglia con il sorriso, la DONNA in connessione con se stessa, gli altri, il mondo, L'ESSERE VIVENTE che ama profondamente e intimamente il mondo e gli animali. Adoro la sintesi perché permette di dire con poche parole tanto di me e oltre, lasciando spazio a quello che sono stata, sono e sarò nel percorso continuo di cambiamento, che è la vita, perseguendo il SENSO, L'EQUILIBRIO e la FELICITA', valori che ho scelto come obiettivi personali. La mia storia inizia da qui, dall'idea che tutto scorre e cambia e che ogni attimo è un grandissimo dono. Sono nata con il sorriso, questo hanno sempre detto di me e continuano a dire, un sorriso che nasce dalla consapevolezza di quello che ho e dalla convinzione che qualsiasi cosa accada avrò sempre uno spazio di libertà, potrò sempre riflettere sulle alternative con cui affrontarlo, sarà sempre un'occasione in cui apprendere. E così, cullata e cresciuta in una famiglia in cui l'amore, il prendersi cura dell'altro e la stima per il valore personale sono stati i mattoni su cui sviluppare la mia personalità ho scelto di indirizzare la mia formazione, dopo il liceo, verso la psicologia, in particolare la psicologia sociale. Il mio interesse, ho capito successivamente, è nato in un momento preciso: in quinta elementare ho studiato l'olocausto e la mia empatia è scattata nei confronti di un bambino di cui sapevo solo che portava un “un paio di scarpette rosse numero ventiquattro quasi nuove (...) in cima a un mucchio di scarpette infantili a Buckenwald, erano di un bambino di tre anni e mezzo...” (Joyce Lussu, C'è un paio di scarpette rosse). E la mia domanda è stata: come funzionano le persone? Se possono succedere cose come queste un motivo c'è. Lo voglio scoprire. Una volta laureata ho iniziato il mio percorso in una start up bancaria, un'azienda incredibile, per valori, umanità, relazioni personali, che ho amato e che non solo mi ha supportato nella definizione della mia professionalità ma mi ha condotto, a suo modo, nel qui ed ora ed è stata il luogo in cui costruire alcune delle mie amicizie più profonde e vere. Successivamente ho lavorato per 3 anni all'interno del principale network che si occupa di intelligenza emotiva, Six Seconds, dove ho avuto occasione di approfondire contenuti, esperienza, formazione e in questo network ho trovato preziosi tesori: Daniela, Veruscka e mi sono creata l'opportunità di iniziare a collaborare con Barbara e Mirco e vedere nascere e crescere una splendida associazione, LIFE SKILLS® Italia. Nel 2014 mi sono presa un anno tutto per me, per capire cosa mi muove profondamente, per chiudere delle pagine importanti della mia vita e per fare scelte significative ... e così grazie ad una cena a Casalecchio di Reno, un corso e un Caffè... e un secondo caffè parlando di una lavagna, dopo una giornata camminando con cani e umani tra la Romagna e l'Emilia ... sono qua, per contribuire con la mia esperienza - fatta dell'amore e del sostegno di tutte le persone che ogni giorno mi stanno accanto e costruiscono con me attimi di vita - alla mia nuova avventura professionale che mi consente di coniugare la passione per gli esseri viventi (persone e animali) e la natura con i miei valori personali.

LA PROFESSIONE E GLI INTERESSI CHE HO SCELTO

Psicologa ed allenatrice emotiva, ho ricoperto ruoli manageriali e consulenziali in ambito HR con particolare focus su formazione, intelligenza emotiva, organizzazione, assessment e piani di sviluppo, analisi di clima e potenziale. Mi occupo in ambito education di: lifeskills, intelligenza emotiva, apprendimento esperienziale, allenamento emotivo, coaching e sviluppo personale, formazione e tutoring. Appassionata di apprendimento e di tecniche outdoor, credo fortemente nel potenziale relazionale delle persone. Coordino, progetto e conduco progetti educativi assistiti con gli animali (ex pet-therapy)

IL MONDO CHE VORREI ...

Credo che sia importante impiegare la propria vita vivendo e realizzando quello che per ciascuno di noi ha valore. Credo che i sogni e i desideri di ciascuno siano le stelle polari da seguire e che i cambiamenti passino dai contributi che ciascuno di noi desidera profondamente dare.

Nel 2014, nel mio anno tutto per me, ho sentito il bisogno profondo di riscoprirmi e sento il bisogno di riscoprire l'essere umano. Credo profondamente nel potenziale relazionale di ciascuno di noi e che la conoscenza e la consapevolezza siano strumenti fondamentali per tutelare noi stessi, gli altri (di qualsiasi specie) e il mondo.

Così nasce questo progetto che ha il desiderio di creare assieme a chi vorrà viverlo e sperimentarlo nuove possibilità relazionali basate su RISPETTO, INTEGRAZIONE, AMORE e LIBERTÀ'.

Il contributo di partecipazione di **150,00€** (comprende 3 giornate di formazione, il questionario SEI e l'IE UNLOCKED REPORT, materiali di approfondimento) ha l'obiettivo di coprire le spese vive (spazi, materiali, strumenti che utilizzeremo) la progettazione e la realizzazione delle giornate che condivideremo.

Per info e iscrizioni: pasellimanuela@gmail.com



SCHEDA ISCRIZIONE - SAPER ESSERE ... PER RELAZIONARSI

DATI PARTECIPANTE		
Nome e Cognome		
E-mail		
Telefono/Cellulare		
Indicare Date del Percorso:		
La quota di 150,00 € comprende: 3 giornate di formazione, il questionario SEI e l'IE UNLOCKED REPORT, materiali di approfondimento		
DATI FATTURAZIONE		
Ragione Sociale Nome Azienda, Organizzazione, Ente o ...		
Via		
Cap	Città	Provincia
Partita Iva e Codice Fiscale		

Io sottoscritto _____ ai sensi del GDPR RE 679/19 autorizzo la Dott.ssa Manuela Paselli al trattamento dei dati che mi riguardano.

DATA e FIRMA _____

CANCELLAZIONE:

Se cancelli la tua iscrizione entro 10 giorni di calendario dalla data di partenza del percorso ti sarà restituito quanto versato meno 30 euro (costo di presa in carico e gestione del processo). In caso di cancellazione dell'evento da parte della Dott.ssa Manuela Paselli avrai diritto all'intera restituzione della quota versata. In tal caso ti verrà comunicata, via email, la cancellazione del percorso 10 giorni prima della data di inizio del percorso.