

SCHEDA DI ISCRIZIONE AL CORSO

IL/LA Sottoscritto/a.....
nato/a il Residente in
Prov.....Via.....
Tel. Mob. Tel. Fisso.....
e mail

CHIEDE DI ESSERE ISCRITTO AL CORSO:

Stage Formativo sul tema:
AUTOPROTEZIONE EMOTIVA
Costruire la Resilienza.
Roma
31 GENNAIO 2015

DICHIARA:

di essere volontario di P.C. dell'Ass.ne/ Gruppo Comunale
.....

La quota di partecipazione sarà da me versata all'arrivo.

Ai sensi dell'art. 13 del D.Lgs. n. 196/2003 (Codice in materia di protezione dei dati personali) La informiamo che i dati da Lei forniti saranno utilizzati esclusivamente per le nostre procedure amministrative interne e saranno trattati adottando le misure idonee a garantirne la sicurezza e la riservatezza, nel rispetto della normativa vigente. La mancata raccolta dei Suoi dati impedirà di fornirLe la certificazione della partecipazione ai nostri corsi. Sono comunque fatti salvi i Suoi diritti come "interessato" cui si riferiscono i dati personali trattati, ai sensi dell'art.7 del D.Lgs. n. 196/2003.

Data

Firma

.....

.....



L'Associazione CAMELOT HIM PROCIV ARCI
COORDINAMENTO PROCIV ARCI REGIONE LAZIO

In collaborazione con
ASPIC

SCUOLA SUPERIORE DI COUNSELING PROFESSIONALE

AUTOPROTEZIONE EMOTIVA
Costruire la Resilienza.
Roma
31 GENNAIO 2015

Stage Formativo
Informazioni, nozioni, atteggiamenti.



A cura di CAMELOT HIM ONLUS PROCIV ARCI ROMA
Roma - Spinaceto Largo Niccolò Cannella 8

AUTOPROTEZIONE EMOTIVA

La perdita di una persona cara o del lavoro, una malattia o un incidente gravi sono esempi di esperienze di vita che possono turbare gli equilibri psicologici di una persona; in coincidenza di questi eventi sono in molti a provare emozioni forti ed un senso di profonda incertezza. Generalmente, col tempo, le persone trovano il modo di adattarsi bene a queste situazioni.

Ma cos'è che consente l'adattamento alle avversità? La "resilienza"

Resilienza è un termine derivato dalla scienza dei materiali e indica la proprietà che alcuni materiali hanno di conservare la propria struttura o di riacquistare la forma originaria dopo essere stati sottoposti a schiacciamento o deformazione. In psicologia connota proprio la capacità delle persone di far fronte agli eventi stressanti o traumatici e di riorganizzare in maniera positiva la propria vita dinanzi alle difficoltà.

Le persone con un alto livello di resilienza riescono a fronteggiare efficacemente le contrarietà, a dare nuovo slancio alla propria esistenza e perfino a raggiungere mete importanti. L'esposizione alle avversità sembra rafforzarle piuttosto che indebolirle. Esse tendenzialmente sono ottimiste, flessibili e creative; sanno lavorare in gruppo e fanno facilmente tesoro delle proprie e delle altrui esperienze.

Bisogna concepire la resilienza come una funzione psichica che si modifica nel tempo in rapporto all'esperienza, ai vissuti e, soprattutto, al modificarsi dei meccanismi mentali che la sottendono. Le persone che meglio riescono a fronteggiare le contrarietà della vita, quelle più resilienti appunto, mostrano contemporaneamente tre tratti di personalità:

- l'impegno;
- il controllo;
- il gusto per le sfide.

La resilienza non è una caratteristica che è presente o assente in un individuo; essa presuppone invece comportamenti, pensieri ed azioni che possono essere appresi da chiunque. Avere un alto livello di resilienza non significa non sperimentare affatto le difficoltà o gli stress della vita. Avere un alto livello di resilienza non significa essere infallibili ma disposti al cambiamento quando necessario; disposti a pensare di poter sbagliare, ma anche di poter correggere la rotta.

La giornata di oggi è il prologo ad un corso di formazione che dovrà guidarci ad assimilare quelle tecniche utili e necessarie ad affrontare efficacemente le contrarietà dello stress lavoro-correlato, attraverso il potenziamento della resilienza dei soccorritori, l'azione formativa sarà rivolta ai Volontari delle Associazioni di Protezione Civile, nello specifico capi squadra coordinatori e responsabili di associazione, ed è organizzata in giornate formative che prevedono momenti teorico-informativi e momenti pratico-addestrativi. Il contenuto riguarderà i seguenti temi:

- Stress e traumatizzazione vicaria
 - Gestione della risposta di stress agli eventi traumatici
 - Resilienza: fattori di rischio e fattori di protezione
 - Comportamenti da attuare in seguito ad evento traumatico
- L'addestramento sarà svolto attraverso simulate e lavoro di gruppo.



AUTOPROTEZIONE EMOTIVA

Costruire la Resilienza.

Programma

h 9,30	arrivo, ritrovo e censimento dei partecipanti
h 10,00	inizio sessione formativa
h 13,00	pausa pranzo
h 14,00	ripresa della sessione formativa
h 16,00	chiusura dei lavori.

Informazioni e comunicazioni

- Le associazioni dovranno comunicare entro il 26 gennaio, ai recapiti sottostanti, la loro adesione, specificando numero volontari partecipanti;
- Il numero massimo dei partecipanti è 30 farà fede la data di arrivo delle adesioni. Nel caso in cui si superi il numero massimo delle adesioni sarà cura dell'organizzazione predisporre una seconda sessione
- La quota è di € 8,00 comprensiva del pranzo .
- Sarà rilasciato un attestato di partecipazione firmato dai Docenti ASPIC.
- Lo stage sarà tenuto da Psicologi e Counselor ASPIC

Recapiti Organizzazione

Camelot + 39 347 1418483

ugo.gentile@camelot-him.org

info@camelot-him.org

