



# International Association of Infant Massage

## **COMUNICAZIONE CONSAPEVOLE: gestione delle emozioni e dei disaccordi (8 ore)**

### INTRODUZIONE

Il corso si propone di prendere consapevolezza delle emozioni per imparare a gestirle e a saper efficacemente condurre eventuali disaccordi durante i corsi di massaggio infantile.

### OBIETTIVI

- Praticare una comunicazione empatica rispettosa dei sentimenti e bisogni della relazione genitore/bambino
- Riconoscere le emozioni forti e saperle accogliere
- Gestire eventuali disaccordi all'interno del gruppo di massaggio infantile

**CONDUTTORE:** Giuditta Giuseppina Mastrototaro

Pedagogista, Esperta nelle relazioni educative familiari, Insegnante di Massaggio Infantile, da vent'anni si occupa di favorire relazioni empatiche con se stessi, in famiglia e in ambito professionale. Attualmente svolge consulenze personali, incontri di gruppo su temi inerenti il rapporto educativo genitori/figli, percorsi formativi per professionisti che desiderano implementare le proprie competenze comunicative empatiche.

### PROGRAMMA E CONTENUTI DEL CORSO

Nella prima parte del corso la Pedagogista accompagnerà i partecipanti ad accrescere le propria consapevolezza di come i giudizi o le etichette influenzino le relazioni. Il potere quello vero non è sugli altri, ma su di sé. Essere empatici, accoglienti vuol dire in primis essere empatici con tutte le parti di noi stessi, quelle che ci fanno sentire forti e sicuri e quelle che ci fanno sentire indifese e vulnerabili. Relazionarsi con consapevolezza non vuol dire ingoiare o nascondere gli aspetti più sensibili, come se non ci fossero, ma accettare e accogliere la vulnerabilità prendendocene cura, ascoltandola, scoprendo che ha un senso, che ci sta dicendo qualcosa, che sta esprimendo un bisogno. Questo lavoro ci aprirà la porta ad un ascolto e ad una comunicazione con i genitori e tra insegnanti più profonda perché quanto più impariamo ad essere comprensivi, accettanti con noi stessi tanto più facile sarà esserlo con gli altri.

La seconda parte del corso prenderemo le misure con le emozioni intense che possiamo vivere in situazioni di disaccordo. Esploreremo come i pensieri, le convinzioni, le aspettative influenzino le nostre emozioni e come questo accade anche nella relazione genitore/bambino. Proveremo a cambiare prospettiva dall'essere sul palcoscenico a vivere il problema a spostarci in platea per guardarlo da una certa distanza. Tutto ciò ci aiuterà a giocare un ruolo non direttivo, ma aperto a soluzioni condivise. Attraverso riflessioni teoriche, condivisioni, giochi di ruolo, simulazioni ed esercizi di gruppo faremo esperienza di nuove prospettive con cui guardare e gestire le emozioni, i disaccordi e le divergenze. Queste nuove consapevolezze possono rivelarsi preziose all'interno dei nostri corsi di massaggio infantile AIMI perché ci sostengono nell'accettazione delle diversità e dell'umanità di ogni genitore in modo più consapevole ed empatico.



# International Association of Infant Massage

## ELENCO DEI SINGOLI ARGOMENTI TRATTATI

- Conoscere gli effetti delle etichette o giudizi nelle relazioni
- Praticare l'abilità di ascolto e di comunicazione empatica con i genitori
- Praticare l'abilità di ascolto e comunicazione empatica tra Insegnanti
- Riconoscere i segnali delle emozioni nella relazione genitore e bambino
- Riconoscere come le convinzioni e aspettative dei genitori sui bambini possono influenzare la loro relazione
- Promuovere un clima di rispetto dei sentimenti e delle differenti opinioni durante le classi di massaggio.

## METODOLOGIE UTILIZZATE

Metodi attivi, role-playing, simulazioni, discussioni di gruppo