

Non solo equitazione

Psicologia

19 – 20 settembre 2015

Seminario teorico pratico

EQUITARE SECONDO IL METODO EC

Leggere le emozioni ed i comportamenti per migliorare la relazione tra noi e i cavalli con atteggiamento consapevole e gentile

VALIDO COME CORSO DI AGGIORNAMENTO PER TECNICI ASI.SE.

DOCENTI

Dott. Roberto dal Pozzo
Psicologo psico/terapeuta

Tiziano Bedostri
Maitre Randonneur FISE
Conduttori di Gruppo Secondo il metodo EC

DOVE SIAMO

Maneggio Via San Martino 12
41025 Polinago (MO)

ORARI

Dalle ore 09,00 alle 18,00

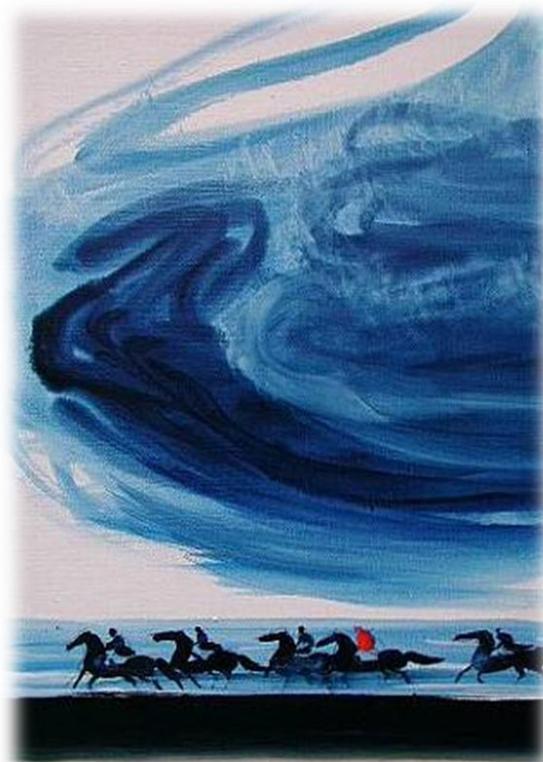
COSTI

€ 60,00 a giornata a persona

Viene rilasciato un attestato di partecipazione

OBIETTIVI

- **Maggiore consapevolezza** del processo di auto/eterosservazione dei comportamenti agiti con gli altri (potenziamento della capacità di ascolto individuale)
- **Apprendere nuove conoscenze** riguardante il saper leggere la comunicazione non verbale, gli stati emozionali tra umani ed equini
- **Sperimentare consapevolmente** alcune situazioni interattive e dinamiche con il gruppo ed il branco dei cavalli



CONTENUTI

- La comunicazione come processo osservabile
- L'ascolto attivo
- Area del capire ed area del sentire
- La relazione
- Gli atteggiamenti
- Gli aspetti biologici
- La comunicazione non verbale
- Il linguaggio del corpo e la lettura delle emozioni
- Ciclo di una comunicazione efficace uomo-cavallo

INFORMAZIONI

Tiziano 348 23 123 90

Piera 348 81 26 59 5

www.gruppoattacchivda.it

gruppoattacchivda@libero.it

PROGRAMMA

19 settembre 2015 (prima parte)

Obiettivi

Il seminario teorico-esperienziale prevede all'interno del suo programma l'acquisizione da parte dei partecipanti di:

1. **una maggiore consapevolezza** ed esperienza del processo di auto/eterosservazione dei comportamenti agiti con gli altri (potenziamento della capacità di ascolto individuale);
2. **apprendere nuove conoscenze** riguardante il saper leggere la comunicazione non verbale, gli stati emozionali espressi attraverso il corpo e gli atteggiamenti interpersonali più frequenti e presenti all'interno di una relazione/legame con l'altro;
3. **sperimentare consapevolmente alcune situazioni interattive e dinamiche con il gruppo** portando il partecipante verso una maggiore attenzione ai propri limiti e alle proprie potenzialità, con lo scopo di rendere maggiormente efficace lo stile comunicativo personale.

Contenuti

- La comunicazione come processo osservabile
- L'ascolto attivo, i disturbi più frequenti (esterni ed interni)
- Area del capire ed area del sentire
- Disturbi interni (accumulo emotivo/accumulo mentale) e disturbi esterni
- La relazione: contenuto e relazione/i segnali esterni/l'iniziativa (parte prima)
- Gli atteggiamenti interpersonali: dominante – sottomesso / amichevole – ostile / interessato - disinteressato (parte prima)
- Gli aspetti biologici: ambivalenze percettive, cervello destro e cervello sinistro, sistema nervoso simpatico e parasimpatico
- La comunicazione non verbale: corpo, colore, suono, ritmo e movimento
- Il linguaggio del corpo e la lettura delle emozioni
- La struttura superficie: l'altezza, il volume e le forme delle parti, calore, sapore, l'odore, il colore
- Lo spazio (prossemica): vicino e lontano, il contatto corporeo, l'orientamento e la disposizione spaziale, le posture del corpo
- Il movimento: lo sguardo, la mimica facciale, i gesti – braccia/gambe/tronco
- Il ritmo ed il suono
- Tecniche di respirazione, di auto percezione corporea
- Elementi di consapevolezza attiva: mindfulness

Metodo

Il percorso formativo-interattivo prevede una metodologia attiva articolata in: spunti teorici con sussidi audiovisivi, esercitazioni di comunicazione verbale e non verbale (C.N.V.) di piccolo gruppo con riprese al video ed osservazioni delle esperienze svolte con rielaborazione verbale. Sono previste, nella seconda parte, esperienze di comunicazione con cavallo. Al fine di rendere ottimale il rapporto docente/partecipanti è ammesso un numero **minimo di 10 massimo di 14 unità**. Inoltre per conseguire gli scopi esposti è necessario che i partecipanti siano **motivati al coinvolgimento attivo**, alla partecipazione ad esercitazioni, simulazioni, giochi di ruolo, nell'ambito di un clima positivo e sereno.

Abbigliamento si consiglia di indossare un abbigliamento informale

Attestato: verrà rilasciato un attestato di partecipazione frequentante ad entrambi le giornate

PROGRAMMA

20 settembre 2015 (seconda parte)

Obiettivi

Il seminario teorico-esperienziale prevede all'interno del suo programma l'acquisizione da parte dei partecipanti di :

4. **una maggiore consapevolezza** ed esperienza del processo di auto/eterosservazione dei comportamenti agiti con il cavallo (potenziamento della capacità di ascolto individuale) ;
5. **apprendere nuove conoscenze** riguardante il saper leggere la comunicazione non verbale, gli stati emozionali espressi attraverso il corpo e gli atteggiamenti interpersonali più frequenti e presenti all'interno di una relazione/legame uomo-cavallo;

Contenuti

- La comunicazione uomo / cavallo come processo osservabile
- L'ascolto attivo, i disturbi più frequenti (esterni ed interni) tra uomo / cavallo
- Area del capire ed area del sentire uomo / cavallo
- La relazione: contenuto e relazione/ i segnali esterni/l'iniziativa (parte seconda)
- Gli atteggiamenti interpersonali: dominante - sottomesso / amichevole - ostile / interessato - disinteressato uomo / cavallo (parte seconda)
- La lettura delle emozioni all'interno di una relazione uomo-cavallo: paura, aggressività, tenerezza, complicità
- La comunicazione non verbale: contatto corporeo, osservazione, ascolto del ritmo e del movimento
- Lo spazio (prossemica): la definizione dei confini, la territorialità, la rottura dei confini e lo stato di minaccia, lotta e fuga (dinamiche del branco)
- Esperienze di avvicinamento, contatto/empatia, avviamento di una relazione con il cavallo, primi elementi di conoscenza.
- Ciclo di una comunicazione efficace uomo-cavallo: inizio, svolgimento e conclusione
- Le fasi emozionali: coinvolgimento e distacco
- Tecniche di respirazione, di auto percezione corporea

Metodo

Il percorso formativo-interattivo prevede una metodologia attiva articolata in: spunti teorici con sussidi audiovisivi, esercitazioni di comunicazione verbale e non verbale (C.N.V.) di piccolo gruppo con riprese al video ed osservazioni delle esperienze svolte con rielaborazione verbale. Sono previste, nella seconda parte, esperienze di comunicazione con cavallo. Al fine di rendere ottimale il rapporto docente/partecipanti è ammesso un numero **minimo di 10 massimo di 14 unità**. Inoltre per conseguire gli scopi esposti è necessario che i partecipanti siano **motivati al coinvolgimento attivo**, alla partecipazione ad esercitazioni, simulazioni, giochi di ruolo, nell'ambito di un clima positivo e sereno.

Abbigliamento si consiglia di indossare un abbigliamento comodo

Attestato: verrà rilasciato un attestato di partecipazione frequentando ad entrambi le giornate



Il/la sottoscritto/a

Cognome _____

Nome _____

Residente in Via /P.za / C.so/ Fz _____ n° _____

CAP _____ Città _____ Prov. _____

Nato/a _____ il _____

Cell _____

E-mail _____

Data _____ In fede _____

**CHIEDE L'ISCRIZIONE ALLE GIORNATE INFORMATIVE DI
*EQUITARE SECONDO IL METODO EC***

che si terrà presso il maneggio in Via San Martino 12 - 41020 Polinago (MO) il giorno
19 – 20 SETTEMBRE 2015

Data _____ F.TO _____

Si invitano i partecipanti ad effettuare il versamento della quota di partecipazione di € 120,00 al corso, entro martedì 14 SETTEMBRE 2015

Estremi per il bonifico

C/C bancario n.° 35170/06 intestato a Gruppo Attacchi VDA

Banca Monte dei Paschi di Siena– Ag di Pavullo n/F (MO) - 00883

IBAN IT 28 I 01030 66920 000003517006

