



LICEO STATALE "CARLO TENCA" ? MILANO

P. I. 80126370156 Cod. Mecc. MIPM11000D

Bastioni di Porta Volta,16–20121 Milano

Tel. 02.6551606 – Fax 02.6554306

C. F. 80126370156 - Cod. Mecc. MIPM11000D

Email: mipm11000d@istruzione.it – PEC segreteria.liceotenca@pec.it

2021-2022

La teoria Polivagale: un nuovo sguardo per una relazione educativa-formativa più efficace e armoniosa

- 1 - Formazione e aggiornamento

Durata Progetto: annuale

Responsabile: Belluzzo Marta

Sintesi del progetto

Nell'obiettivo generale di rendere sempre più efficace il lavoro con i ragazzi, che portano a noi docenti situazioni di fragilità e di difficoltà relazionale tra pari e con gli adulti sempre più diffuse, possono essere tratti interessanti spunti di riflessione e di azioni pratiche dalla Teoria Polivagale. Alcuni argomenti di sicuro interesse:

- La percezione di Sé: riconoscere il proprio equilibrio fisico-emozionale; la consapevolezza delle situazioni che portano alla de-regolazione dell'equilibrio fisiologico relazionale innato fornito dalla specie
- Come sostenere la propria centratura, in modo da non attivare la propria parte conflittuale nella relazione
- Essere consapevoli della co-regolazione: la capacità degli esseri umani di regolare il Sistema Nervoso Autonomo (corpo/emozioni) attraverso vicinanza/contatto
- L'importanza per gli allievi / docenti di trovare persone e contesti in cui possano essere aiutati a regolare a modulare le reazioni difensive
- La comunicazione efficace, in relazione alla "neurocezione" (raccolta ed elaborazione inconscia dei segnali di sicurezza).

Il corso si svolgerà in quattro incontri, ipotizzati al martedì dalle 16.30 alle 19.30 circa, da febbraio a maggio con un incontro al mese. Date e orario definitivo e corso in presenza o on-line verranno comunicati successivamente in base all'attivazione del corso stesso e al

numero di partecipanti.

La teoria polivagale

La teoria polivagale, proposta dal neuroscienziato Stephen Porges e cardine di questo corso di formazione, ci offre una finestra per capire l'interazione dell'essere umano con il mondo. Come mammiferi evoluti, infatti, abbiamo a disposizione una piattaforma neurale inconscia che ci consente di cooperare e regolare la nostra fisiologia sostenendo la nostra salute psicofisica e dando spazio alle relazioni sane. Un sistema di valutazione innato per sentirci al sicuro nella relazione con gli altri. La Teoria Polivagale è una neuroscienza mente-corpo che sottolinea la natura incarnata della mente e il fatto che il corpo gioca un ruolo centrale nella co-regolazione tra le persone; collega l'evoluzione del Sistema Nervoso Autonomo, il nostro stato fisiologico, all'esperienza affettiva, emozionale, alla qualità della comunicazione e al comportamento sociale; ci offre spiegazioni di come il nostro stato autonomo influenzi e sia influenzato dalle sfide della vita. La Teoria Polivagale viene utilizzata in tutto il mondo in diverse discipline e condizioni - educazione, sviluppo del bambino, ambienti di lavoro, istituzioni sociali - per dare strumenti di consapevolezza che consentono di uscire dalle risposte relazionali di difesa automatica, che sono spesso causa di disagio e relazioni non armoniche

Obiettivi:

- 1) riconoscere con consapevolezza il proprio equilibrio fisico-emozionale
- 2) imparare a sostenere la propria centratura nella relazione con l'altro
- 3) diventare consapevoli della co-regolazione nella relazione con l'altro
- 4) diventare consapevoli, raccogliere ed elaborare gli stimoli inconsci dei segnali di sicurezza

Destinatari:

Docenti

Risultati attesi

Altro: Iniziale conoscenza del Sistema Nervoso Autonomo strumenti di consapevolezza per uscire dalle risposte relazionali di difesa automatica

Soggetto proponente

Soggetto proponente: Docenti

Modalità di partecipazione: A richiesta dei singoli studenti

Orario e periodo di svolgimento

Tempo	Periodo	Orario
Extracurriculare	Pentamestre	16.30-19.30

Milano: 19/10/2021

Responsabile del Progetto: Belluzzo Marta

Inviato da belluzzo.marta il Mar, 19/10/2021 - 19:33