

Oltre 400 professionisti all'evento sull'Intelligenza Emotiva di Giulianova (TE). Dal 14 al 15 marzo esperti di fama internazionale hanno dato vita a dibattiti, seminari e laboratori di allenamento delle emozioni

Brain Awareness Week 2022

Intelligenza Emotiva nelle professioni di cura

Emotional Intelligence for caring professions

Giornate di studio e allenamento

Days of renewal and growth

Giulianova (TE), 14 - 15 - 16 marzo 2022





Non solo gli operatori sanitari ma anche educatori, insegnanti e volontari di tante associazioni hanno partecipato alle tre giornate sull'Intelligenza emotiva organizzate dalla Piccola Opera Charitas in occasione della Settimana Mondiale del Cervello.

Oltre 400 i professionisti che hanno lavorato sull'impatto delle emozioni sulla nostra sfera cognitiva e quindi sulle decisioni che prendiamo quotidianamente, nelle tre giornate- contenitore in cui si sono susseguiti seminari informativi con neuroscienziati e teologi e poi laboratori pratici e di training delle emozioni.

“È vero siamo riusciti a coinvolgere un numero altissime di persone, commenta soddisfatto il Presidente della Piccola Opera Charitas **Domenico Rega**, non solo medici, infermieri, terapisti ma anche educatori, insegnanti e volontari delle associazioni che quotidianamente si prendono cura delle persone a più livelli. E grazie agli esperti di Six Seconds abbiamo offerto ai partecipanti un'esperienza di apprendimento trasformativa di alto impatto, basata su principi neuroscientifici quali la neuroplasticità cerebrale. Grazie a questo percorso ognuno dei partecipanti ha potuto sperimentare la propria intelligenza emotiva per progettare ed erogare scelte nella direzione di un cambiamento positivo”.

“E' un grande segno di speranza per tutti sapere che ci sono uomini e donne che non hanno paura di rimettersi in gioco con nuovi percorsi formativi, ha detto soddisfatto **Lorenzo Leuzzi** Vescovo della diocesi di Teramo-Atri, “i due anni di pandemia ci hanno posto di fronte a nuove e più profonde sofferenze per questo abbiamo bisogno di soluzioni nuove e strumenti più adeguati, come nel caso dell'Intelligenza Emotiva”.

Joshua Freedman, CEO di Six Seconds, il network leader al mondo in ambito di Intelligenza Emotiva ha condotto le due giornate di vero e proprio allenamento finalizzato a migliorare le proprie performance, tanto a livello professionale quanto in ambito personale.

“L'Intelligenza Emotiva è stata inserita tra le dieci competenze strategiche per creare valore in ambienti sempre più complessi” ha detto Freedman- “ed essa va allenata come se fosse un muscolo”.

“Gli studi scientifici più recenti hanno evidenziato una **grande novità**: le attività cognitive si possono incrementare, migliorare, stimolare con le adeguate strategie ottenendo eccellenti risultati a qualsiasi età” ha detto **Giuseppe Alfredo Iannocari -Neuropsicologo**, docente di Scienze Umane all'Università Statale di Milano e Presidente dell'associazione Assomensana.. “E d'altro canto, migliorare le proprie abilità consente di avere maggiori soddisfazioni nel proprio **lavoro**, aumentare **l'autostima**, in generale rendere migliore il proprio rapporto con la **vita**”.

E l'intelligenza emotiva diventa strumento essenziale anche nella prevenzione dei disturbi mentali in bambini e adolescenti, come ha detto **Stefano Vicari** *professore Ordinario di Neuropsichiatria Infantile presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore; Responsabile dell'Unità Operativa Complessa di Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza dell'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù Roma*. *“Uno studio su oltre 80mila bambini e adolescenti sull'impatto del covid sulla salute mentale, dice che il 20% dei ragazzi presenta un disturbo d'ansia e il 25% una depressione. Sono dati esattamente raddoppiati rispetto al periodo pre-covid. La pandemia è stato un periodo di forte stress, di chiusura, limitazioni anche delle relazioni, la capacità di avere rapporti con i propri coetanei e tutto questo sta avendo effetti fortemente negativi. Le competenze dell'intelligenza emotiva sono importantissime”* - ha continuato Vicari, *“soprattutto per fare prevenzione, per aumentare le difese dei ragazzi e dei bambini rispetto allo stress. Conoscere le proprie emozioni e saperle gestire aiuta a vivere meglio le situazioni di stress e ad adattarsi meglio alle situazioni svantaggiose”*.

Le emozioni guidano la nostra vita, ci aiutano a decidere. Quindi entrare maggiormente in contatto con noi stessi e con tutte le emozioni che proviamo significa vivere una vita più piena e avere relazioni più soddisfacenti.