



LICEO SCIENZE UMANE e LINGUISTICO "T. GULLÌ"

Scienze Umane – S.U. Opzione Economico Sociale – Linguistico-Musicale

www.magistralegulli.it - rcpm04000t@istruzione.it - rcpm04000t@pec.istruzione.it

Corso Vittorio Emanuele, 69 - 89125 Reggio Calabria Tel. 0965499424 Fax 0965499423

Codice Fiscale 80009130800 – Codice Univoco UF9IYV

Prot. n. 18887/IV del 20.11.2022

Ai Docenti
Agli Alunni delle classi 3[^]BU, 3[^]DU, 3[^]EU
Ai Genitori
Sito Web

OGGETTO: Seminario di formazione a cura dell'associazione Ecopoiesis. La DBT - Terapia Dialettico Comportamentale

La letteratura scientifica che si occupa di educazione è ormai chiara ed univoca sulla necessità che competenze trasversali, come quelle emotive e sociali, debbano diventare parte del curriculum di studi per gli allievi delle scuole dell'obbligo. L'educazione socio-emotiva, come le ricerche dimostrano sempre più puntualmente, migliora i risultati scolastici e permette la diminuzione delle situazioni di conflitto. Inserire tali abilità tra gli obiettivi educativi della scuola è un fattore protettivo di comportamenti a rischio (bullismo, abbandono scolastico, abuso di sostanze, ecc...).

Mercoledì 30 novembre alle ore 10:00, nei locali dell'Aula Magna della sede centrale, gli studenti delle classi in indirizzo, accompagnati dai docenti in orario, incontreranno i dott.ri Gaetano Mangiola e Rossella Maria Milano dell'associazione Ecopoiesis (Centro di Psicoterapia Cognitiva), per prendere parte a una formazione della durata di tre ore sulle seguenti abilità DBT:

- Abilità di *mindfulness*;
- Abilità TIP (Riduci la Temperatura del volto; Placa il ritmo della respirazione);
- Efficacia interpersonale (abilità "Dear man" per riuscire a dire no).

Il seminario di formazione si pone l'obiettivo di incrementare le capacità interpersonali di autoregolazione e di tolleranza della sofferenza nei ragazzi, insegnando loro abilità specifiche di regolazione emotiva e consapevolezza di sé.

**Il Dirigente Scolastico
dott. Francesco Praticò**

Firma autografa omissa ai sensi
dell'art. 3 del D. Lgs. n. 39/199