

EMOZIONI IN MOVIMENTO

Riconoscere

**Saper
stare**

**Lasciare
andare**

Che cos'è

Il progetto "Emozioni in movimento" ha come obiettivo principale quello di promuovere la salute mentale e il benessere emotivo fin dalla giovane età, al fine di prevenire l'insorgenza o la strutturazione di un vero e proprio disturbo di tipo ansioso, depressivo e/o comportamentale e migliorare così la qualità della vita dei ragazzi/e.

A chi si rivolge

Ai ragazzi/e tra gli 11 e i 14 anni di età in carico presso il TSMREE di Tivoli con rischio evolutivo per disturbi della sfera emozionale e comportamentale e alle loro famiglie.

Obiettivi

Promuovere il riconoscimento delle emozioni e saperle gestire nei momenti di difficoltà; potenziare la capacità di entrare in contratto con la sfera emotiva e sperimentare nuove strategie di coping, al fine di migliorare le capacità relazionali e affrontare le sfide quotidiane.

Metodologia

Incontri di gruppo rivolti ai minori con frequenza settimanale e incontri di gruppo rivolti alle famiglie a frequenza quindicinale, per la durata di circa tre mesi.

Referenti del progetto:

Dott.ssa Valentina Fabio
Psicologa-Psicoterapeuta TSMREE Tivoli

Dott.ssa Elena Torrente
Psicologa-Psicoterapeuta TSMREE Tivoli

Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche

Direttore dr. Giuseppe Nicolò

U.O.S. TSMREE di Tivoli

Responsabile dott.ssa Mariella D'Apote