

## REGOLAZIONE EMOTIVA

Modelli e strumenti di autoregolazione  
e regolazione interpersonale

WORKSHOP + VIDEOCORSO DEPRESSIONE CON 21 CREDITI ECM = 100 EURO

**Dr. ssa Maria  
Giuseppina Mantione  
Dr. ssa Eleonora  
Pietropaoli**



Negli ultimi anni la regolazione emotiva è stata riscoperta come processo fondamentale alla base di un senso di sicurezza e stabilità. Essa coinvolge il mondo interno ed esterno dell'individuo favorendo la modulazione delle emozioni, la costruzione di relazioni soddisfacenti e la messa in atto di comportamenti efficaci al raggiungimento di obiettivi personali. Nel suo insieme, la regolazione emotiva consente di costruire un senso di fiducia e padronanza che si costituisce come fattore di resilienza agli eventi avversi e allo sviluppo di psicopatologia psichiatrica. Le esperienze traumatiche precoci influenzano i processi di autoregolazione e regolazione interpersonale,

ostacolando così la stabilità emotiva e l'ingaggio sociale che sono connessi al senso di autoefficacia e sicurezza. La dis-regolazione che ne consegue può manifestarsi nell'assenza di consapevolezza dei propri stati interni, nella difficoltà ad individuare la connessione tra emozioni pensieri e comportamenti, nonché nel la messa in atto di strategie disadattive come gli agiti e gli evitamenti. Il Workshop è mirato a fornire ai terapeuti strumenti conoscitivi teorici e pratici per aiutare i propri pazienti ad apprendere, sviluppare e potenziare le capacità di regolazione emotiva e incoraggiare l'ingaggio sociale. A tal fine verranno esposte metodiche Top-down e Bottom-up che il clinico può utilizzare

all'interno del proprio setting terapeutico per costruire un contesto relazionale dove i pazienti dis-regolati possano sviluppare capacità adattive di regolazione.

L'appuntamento è al  
Centro Clinico  
De Sanctis  
Via F. De Sanctis 9 - Roma  
[www.apertamenteweb.it](http://www.apertamenteweb.it)  
[www.ccds.it](http://www.ccds.it)

Per info e iscrizioni scrivere a  
[mail@apertamenteweb.it](mailto:mail@apertamenteweb.it)  
Tel. 333 8638988  
3475205745

