

# Inside Out: uno strumento per educare alle emozioni



Ospite: *Diego Ingrassia*

**30 Ottobre 2015**

14:00 - 17:30

**Casa della Psicologia**

Piazza Castello 2, Milano



*“Vi capita mai di guardare qualcuno e chiedervi  
“Cosa gli passa per la testa?”  
Bhe, io lo so! So cosa passa nella testa di Riley...  
ed eccola qui... non è un fagottino di Gioia?!”*

Così inizia **Inside Out**, l'ultimo capolavoro realizzato da Disney Pixar che parla di **Emozioni** e le rappresenta sotto forma di cinque piccoli personaggi che guidano la consolle emotiva di Riley, la protagonista undicenne del cartone animato.

A causa del lavoro del padre, Riley deve trasferirsi dal nevoso Minnesota a San Francisco. Il cambiamento genera un vero e proprio **terremoto emotivo** e il mondo pieno di gioia della ragazzina comincia a vacillare per lasciare sempre più spazio ad altre emozioni.

**Paura, Rabbia, Disgusto, Gioia e Tristezza** ci accompagnano in un viaggio all'interno della **mente umana**, tra Isole della Personalità, sfere dei Ricordi, il regno di Immagilandia, il Pensiero Astratto, il treno dei Pensieri, il Subconscio e la cinerproduzione di Sogni.

Vi aspettiamo per ripercorrere questo viaggio, svelare tutti i retroscena del film e conoscerne meglio i protagonisti, per capire insieme che ogni emozione è fondamentale ed imprescindibile dall'altra.

## **Programma del Workshop**

*Le 5 emozioni base: come si manifestano e la loro funzione*  
*L'influenza delle emozioni sul comportamento e sulla personalità*  
*Il ruolo delle emozioni nella memoria a lungo termine*  
*Modulazione emotiva e strategie di gestione delle emozioni*