



Progetto Cornaro

Rossana De Beni, Cinzia Marigo,
Susanna Sommaggio, Ramona Chiarini
ed Erika Borella

Lab-1

Empowerment Emotivo-Motivazionale

Ben-essere dal Costrutto teorico alle Applicazioni

 **GIUNTIO.S.**
Organizzazioni Speciali

MANUALE
CON MATERIALE
PER IL CONDUTTORE
E SCHEDE OPERATIVE

Il *Lab-I: Empowerment Emotivo-Motivazionale* si colloca come naturale continuazione del **Progetto Cornaro**, che, seguendo una visione multidimensionale e multifattoriale dello sviluppo, fornisce strumenti di ri-attivazione e di potenziamento degli aspetti emotivo-motivazionali e di benessere nell'adulto e nell'anziano.

Lo strumento cerca di migliorare la percezione di sé, incrementando le strategie di coping, e le competenze emotive, intervenendo in modo specifico su aspetti emotivo-motivazionali e metacognitivi, e favorendo, indirettamente, una soddisfacente qualità della vita stessa.

La prima parte è dedicata all'approfondimento teorico dei principali costrutti correlati al benessere psicologico multidimensionale; seguirà poi la descrizione di due interventi esemplificativi, il primo condotto con anziani (*Over 60*) e il secondo con giovani (*Junior*).

Nella seconda parte, la "Parte operativa", vengono invece descritte le attività da svolgere, gli strumenti utilizzati e gli esercizi proposti lungo l'intero percorso.

L'intervento è strutturato in sei incontri a cadenza settimanale di circa due ore ciascuno, preceduti da un incontro preliminare di screening. Il numero dei partecipanti per ciascun gruppo è di sette, al massimo dieci.

Rossana De Beni

Professore ordinario di Psicologia generale e di Psicologia della personalità, insegna Psicologia dell'invecchiamento al Corso di laurea specialistica di Psicologia clinica e neuroscienze cognitive della Facoltà di Psicologia dell'Università degli Studi di Padova, dove è Direttore del Master di II livello in Psicologia gerontologica e responsabile per il settore Adulto e Anziano della Scuola di Specializzazione in Ciclo di vita. È inoltre presidente della SIPI (Società Italiana di Psicologia dell'Invecchiamento). Si occupa di memoria, apprendimento, aspetti emotivo-motivazionali e di training di potenziamento in giovani, adulti e anziani con invecchiamento sano e patologico.

Cinzia Marigo

Psicologa, collabora con il Master di II livello in Psicologia gerontologica, il Sap-DSA e il Lab-I presso la Facoltà di Psicologia dell'Università degli Studi di Padova. Si occupa di invecchiamento normale, con particolare interesse agli aspetti di cambiamento nella memoria e nella sfera emotivo-motivazionale.

Susanna Sommaggio

Psicologa, collabora con il Sap-DSA e il Lab-I presso la Facoltà di Psicologia dell'Università degli Studi di Padova. Si occupa di invecchiamento normale, con particolare interesse agli aspetti di cambiamento nella memoria e nella sfera emotivo-motivazionale.

Ramona Chiarini

Psicologa, collabora con il Sap-DSA e il Lab-I presso la Facoltà di Psicologia dell'Università degli Studi di Padova. Si occupa di invecchiamento normale, con particolare interesse agli aspetti di cambiamento nella memoria e nella sfera emotivo-motivazionale.

Erika Borella

Dottore di ricerca in Scienze cognitive presso l'Università di Ginevra, insegna Psicologia dell'Anziano presso la Facoltà di Rovigo, e Psicologia cognitiva alla Scuola di Specializzazione in Ciclo di vita della Facoltà di Psicologia dell'Università degli Studi di Padova, dove svolge seminari per il corso di Psicologia dell'invecchiamento e per il Master di II livello in Psicologia gerontologica. Si occupa di invecchiamento normale, in particolare dei cambiamenti con l'età nella memoria e nell'attenzione.