UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

SYLLABUS DEL CORSO

Fondamenti Psicologici delle Tecniche Espressive nel Ciclo di Vita

2425-1-F5702R006

Titolo

Fondamenti Psicologici delle Tecniche Espressive nel Ciclo di Vita

Argomenti e articolazione del corso

Il corso integra le teorie psicologiche con le pratiche espressive, al fine di esplorare il ruolo cruciale che queste tecniche giocano nello sviluppo umano lungo tutto l'arco della vita. Attraverso un approccio che coniuga la teoria alla pratica, il corso si propone di fornire una comprensione approfondita di come le tecniche espressive possano essere utilizzate per promuovere il benessere psicologico, la crescita personale e l'adattamento sociale.
Gli studenti verranno introdotti ai principi dell'embodied cognition, una teoria che sottolinea come i processi cognitivi siano radicati nelle esperienze corporee. Questo concetto sarà esaminato nei contesti emotivo, percettivo e linguistico, per capire come il corpo e la mente interagiscano in modo dinamico per influenzare la nostra comprensione e interazione con il mondo.
La creatività sarà un altro pilastro fondamentale del corso, analizzata come una capacità intrinseca che evolve e si manifesta diversamente nelle varie fasi della vita. Gli studenti esploreranno le diverse forme di creatività, comprendendo come essa possa essere stimolata e sostenuta per favorire lo sviluppo cognitivo e emotivo dall'infanzia all'età adulta e oltre.
L'espressività artistica sarà trattata nelle recipreoche interazioni con lo sviluppo psicologico. Saranno esaminati vari approcci artistici – dalle arti visive alla musica, dal teatro alla danza – per capire come queste forme espressive possano facilitare l'auto-espressione, l'elaborazione emotiva e la crescita personale. Attraverso case studies ed esercitazioni, gli studenti conosceranno le basi bsicologiche per poter utilizzare queste tecniche in contesti educativi e formativi.

Gli argomenti principali trattati saranno:
Embodied Cognition
Definizione e Teorie Fondamentali: Introduzione al concetto di embodied cognition e alle sue principali teorie.

Studio delle interazioni tra corpo e mente.
Sistemi Emotivi: Analisi di come le esperienze corporee influenzano le emozioni e la regolazione emotiva.
Sistemi Percettivi: Esplorazione del ruolo del corpo nella percezione sensoriale e nell'integrazione delle informazioni sensoriali.
Sistemi Linguistici: Studio dell'interazione tra linguaggio e corporeità.

Creatività nel Ciclo di Vita

Evoluzione della Creatività: Studio della creatività nelle diverse fasi della vita, dall'infanzia all'età adulta e senile.
Creatività e Sviluppo Cognitivo: Analisi del ruolo della creatività nello sviluppo cognitivo e nelle abilità di problem solving.
Strategie per Stimolare la Creatività: Tecniche e approcci per incoraggiare la creatività in contesti educativi e formativi.

Espressività Artistica e Sviluppo Psicologico

Arti Visive e Sviluppo Psicologico: Utilizzo delle arti visive per l'auto-espressione e l'elaborazione emotiva.
Musica e Emozioni: Studio dell'impatto della musica sulle emozioni e sulla regolazione emotiva.
Teatro e Sviluppo Sociale: Utilizzo del teatro come strumento per migliorare le competenze sociali e l'empatia.
Danza e Corpo: Esplorazione della danza come mezzo per migliorare la consapevolezza corporea e l'integrazione mente-corpo.
Case Studies ed esercitazioni: Analisi di casi reali e sviluppo di competenze per comprendere i fondamenti psicologici delle tecniche espressive utilizzabili in contesti educativi e formativi.

Obiettivi

Gli obiettivi generali del corso sono di fornire agli studenti una comprensione approfondita e applicata delle basi psicologiche delle tecniche espressive, esplorando come queste possano promuovere lo sviluppo cognitivo, emotivo e sociale lungo tutto il ciclo di vita.
Con questo insegnamento, con una costante e partecipata frequenza alle lezioni del corso, si intendono PROMUOVERE i seguenti apprendimenti, in termini di:

Conoscenza e capacità di comprensione

- Comprendere e padroneggiare linguaggi a base artistico espressiva, performativa e partecipata nell'ambito delle professionalità formative
- Acquisizione di conoscenze riguardo i modelli di coordinamento di servizi, eventi, percorsi formativi
- Acquisizione di conoscenze riguardo i modelli di valorizzazione del patrimonio culturale e ambientale

Capacità di applicare conoscenze e comprensione

- Applicare conoscenze e abilità per la risoluzione di problemi sia in contesti concreti sia in situazioni impreviste, dimostrando di aver compreso i rapporti tra teoria e pratica
- Individuare e leggere i bisogni educativi e formativi in contesti diversi
- Progettare e coordinare risposte ai bisogni, utilizzando e valorizzando le potenzialità delle arti

Autonomia di giudizio

- Elaborare riflessioni e progettualità originali in risposta ai bisogni dei contesti lavorativi
- Promuovere ricerche innovative fondate sulla sinergia tra competenze formative e artistiche
- Sviluppare la capacità di analizzare i diversi contesti professionali e di individuarne i bisogni

Abilità comunicative

- Sviluppare le capacità di relazionarsi e di comunicare con efficacia le loro conoscenze sia a partner professionali dell'ambito formativo, organizzativo e artistico-culturale (colleghi, dirigenti, committenti, amministratori ecc.), sia a partner non professionali (utenti, famiglie, società diffusa).

- Saper utilizzare i linguaggi artistico-espressivi non soltanto come strumenti di formazione, ma anche come fondamentali mezzi di comunicazione

Capacità di apprendimento

- Capacità di utilizzare metodi personali di promozione autonoma e strumenti a supporto della propria crescita professionale.
- Capacità riflessive e metacognitive per monitorare l'adeguatezza delle proprie conoscenze e competenze e individuare eventuali aree che necessitano approfondimenti

Metodologie utilizzate

Il corso prevede attività di didattica erogativa come momenti di lezione frontale (25%) e di didattica interattiva (75%) come momenti di lezioni partecipate, esercitazioni con il supporto di materiale artistico (video, immagini, musica, ecc..).
Durante il lavoro in aula si farà ricorso ad attività di role playing, dialogo, discussione e a esercitazioni individuali, a coppia e in piccolo gruppo per promuovere la capacità di lettura delle potenzialità delle tecniche espressive nello sviluppo psicologico e nella promozione del benessere e della creatività nei contesti educativi e formativi.
Ogni lezione prevede momenti erogativi e interattivi: una parte della lezione sarà di didattica frontale, per introdurre dei contenuti sui quali condurre poi discussioni e/o esercitazioni. Alcune lezioni inizali sulla embodied cognition avranno una percentuale maggiore di didattica frontale, sempre mantenendo, in ogni lezione, una parte di riflessione partecipata sui temi affrontati, anche con l'ausilio di supporti didattici diversi (video, audio etc.). Le lezioni su creatività e tecniche espressive prevedono un maggior coinvolgimento interattivo degli studenti in forma di esercitazioni, discussioni e/o attività a piccolo gruppo supervisionate dal docente.
Le attività didattiche si svolgeranno in presenza e alcune lezioni o parti di lezioni (soprattutto la parte erogativa) saranno registrate e caricate in piattaforma.
Il materiale didattico sarà caricato in piattaforma.

Materiali didattici (online, offline)

Materiali, risorse e strumenti sono forniti sulla piattaforma elearning del corso. Si consiglia a frequentanti e non frequentanti di iscriversi, per reperire materiale di approfondimento.

Programma e bibliografia

Testi comuni
Caruana, F., Borghi, A. (2016). *Il cervello in azione*. Il Mulino
Albanese, O., Peserico, M. (a cura di) (2009). *Educare alle emozioni con le artiterapie o le tecniche espressive*. Edizioni Junior. Soltanto i capitoli 1-4-5 della PARTE PRIMA, i capitoli 4-9-10 della PARTE SECONDA più due laboratori espressivi a scelta della PARTE QUINTA.
Fosha, D., Siegel, D. J., Solomon, M. F. (2012). *Attraversare le emozioni. Vol. 1. Neuroscienze e psicologia dello sviluppo*. Mimesis.

Materiale di approfondimento
Testi o articoli di ricerca (soprattutto in lingua inglese) che saranno pubblicati sulla pagina e-learning associata al corso entro l'inizio delle lezioni.

Gli studenti/le studentesse possono contattare la docente per concordare la possibilità di studiare su una bibliografia in lingua inglese e/o la possibilità di sostenere l'esame in inglese

Modalità d'esame

L’esame può essere svolto in lingua italiana o inglese e consiste in una prova scritta volta a testimoniare la competenza di rielaborazione e attraversamento critico degli argomenti incontrati in tutti i testi presenti in bibliografia.
Le domande vertono su:
argomenti trattati a lezione (solo per i frequentanti);
rielaborazione delle esercitazioni svolte durante il corso (solo per i frequentanti);
volumi portati all’esame.

Durante la prova verranno valutati:
il livello di conoscenza della teoria e dei modelli (Conoscenza);
la capacità di esemplificazione dei concetti (Capacità di comprensione);
la capacità di utilizzo e applicazione (Conoscenza e capacità di comprensione applicate);
l'adeguatezza del linguaggio.

Orario di ricevimento

Su appuntamento, scrivendo a: eleonora.farina1@unimib.it

Durata dei programmi

I programmi valgono due anni accademici.

Cultori della materia e Tutor

Sustainable Development Goals

SALUTE E BENESSERE | ISTRUZIONE DI QUALITÁ