

TABER

**Tackling Alexithymia to
Build Emotional Resilience**

Project no. 2022-1-IT03-KA220-YOU-000085580



Co-funded by
the European Union



Fatti sull'Alessitimia - cause

Gli esperti non conoscono la causa esatta dell'alessitimia. Alcuni studi suggeriscono che potrebbe derivare da uno o più dei seguenti fattori:

- **Genetica:** le persone possono essere più a rischio se hanno un parente stretto affetto da questa condizione. Esiste anche una componente genetica nell'alessitimia
- **Fattori ambientali:** fattori come una storia di traumi infantili, la presenza di una condizione di salute fisica o mentale o fattori socioeconomici possono svolgere un ruolo nell'alessitimia
- **Lesioni cerebrali:** le persone con lesioni a una parte del cervello nota come insula anteriore sperimentano livelli aumentati di alessitimia
- Basso livello di istruzione e status socioeconomico
- Bassa intelligenza emotiva.



LA NOSTRA WEBSITE & SOCIAL MEDIA

www.taber-project.eu

Il sito web del progetto dove puoi trovare informazioni sul progetto, i suoi partner, risorse preziose o contattarci.

[www.facebook.com/
TABERproject](https://www.facebook.com/TABERproject)

Ti invitiamo inoltre a visitare il profilo Facebook del progetto dove compaiono tutti gli aggiornamenti e le informazioni interessanti relative all'argomento del progetto.

INCONTRO PROGETTO



Steering Committee

Il quinto incontro faccia a faccia nell'ambito del progetto Erasmus+ TABER, ospitato e organizzato dal nostro partner turco EYHDA, si è svolto a Fethiye, in Turchia, dal 30 gennaio al 1 febbraio 2024. Il primo giorno è stato dedicato alle questioni gestionali.

Attività di apprendimento, insegnamento e formazione

I giorni successivi sono stati ricchi di sessioni di vari workshop e attività. I partecipanti hanno esplorato le loro emozioni legate al terremoto, le hanno trasferite su tela e poi le hanno confrontate con i dipinti dei bambini. Hanno imparato gli usi insoliti dei palloncini per integrare il gruppo e farli divertire. Abbiamo anche svelato e rivelato le emozioni sulle carte Dixit, imparato la temperatura corporea specifica delle varie emozioni, provato a descrivere l'immagine dalla prospettiva di una persona presente in questa immagine e concentrandoci sulla consapevolezza e sull'essere qui e ora.



Visite studio

In questi giorni abbiamo visitato anche le istituzioni educative vicine, tra cui alcune scuole speciali (Fethiye Ozel Egitim Uygulama Okulu - Fethiye Special Education Practice School e Fethiye Akinci Ozel Egitim Uygulama Okulu - Fethiye Secondary Special Education Practice School) la cui missione è quella di creare un ambiente educativo adeguato, ambiente favorevole all'autosufficienza e all'integrazione nella società dei bambini con bisogni speciali.

PARTNER

Vorremmo presentare un'altra organizzazione che forma il consorzio del progetto:

EYHDA

Europe Youth Health And Development Association – La missione principale di EYHDA è migliorare se stessi nelle capacità di pensiero, comprensione, ricerca e risoluzione dei problemi, essere aperti, artisticamente sensibili, sicuri di sé, rispettosi di sé, avere un'elevata consapevolezza dei diritti, della giustizia e responsabilità, di fare dell'apprendimento uno stile di vita, di essere consapevoli della cultura nazionale, della democrazia e della comunicazione.

Website: www.avgesad.com

Mail: agskdernegi@gmail.com

Localization: Ankara, Turkey



EYHDA

FEEDBACK

Vorremmo anche condividere alcuni feedback dei partecipanti ai workshop:

- "Mi sono piaciute le nuove attività a supporto dei processi narrativi ed espressivi",
- "Il progetto ci dà la possibilità di sperimentare nuove strade, aprire la mente, ampliare le possibilità di intervento ed essere quindi più efficienti in situazioni più diversificate",
- "È stato interessante sapere come le emozioni si riflettono nel nostro corpo e l'importanza di supportare il processo di consapevolezza soprattutto mentre si lavora con persone con vulnerabilità",
- "Ciò che mi ha toccato di più è stata la meravigliosa atmosfera, la cooperazione e l'apertura del gruppo".



PROJECT CONSORTIUM:



TABER

TACKLING ALEXITHYMIA TO BUILD EMOTIONAL RESILIENCE



DUEMILAUNO
AGENZIA SOCIALE

iB Institutul
Bucovina



EYHDA



šentprima

ŽISPB