Mind Castle

Codice Riferimento e Codice MEPA: LTERI18

Galleria Immagini

Mind Castle è il primo gioco da tavolo che trasforma i **principi dell'ACT – Acceptance and Committment Therapy** in un'esperienza concreta e gratificante, accompagnando adolescenti e giovani adulti in un viaggio tra **emozioni, scelte e valori.**

Il gioco è ambientato in un castello medievale, luogo in cui ciascun giocatore si troverà ad affrontare scelte e situazioni difficili:

- **Azioni Verso** à che lo porterà più vicino ai propri valori aiutandolo a costruire una vita di significato;
- **Azioni Via Da** à che gli daranno un sollievo immediato dal disagio, ma nel lungo termine lo allontaneranno da ciò che davvero conta per lui.

L'obiettivo del gioco è quello di aiutare ragazzi e ragazze ad **affrontare pensieri ed emozioni difficili senza evitarli,** ma compiendo azioni che li avvicinano a ciò che è davvero importante per loro. Attraverso il gioco, il lavoro psicologico è più accessibile, profondo e sicuramente divertente.