

## **Presentazione della struttura**

### ***Denominazione dell'ente che eroga il corso***

ACADEMY Associazione, Via Vittorio Emanuele 18, 35010 Gazzo (PD).

Partita Iva / codice fiscale 90016300288. Telefono 3939634232;

Fax 0444/493077; Email [formazione@lifecounselor.it](mailto:formazione@lifecounselor.it);

Sito web [www.lifecounselor.it](http://www.lifecounselor.it)

Sedi: Vicenza; Monza (MB); Savona; Reggio Calabria; Treviso.

### ***Rappresentante legale***

Massimo Cicolin

### ***Responsabile didattico***

Massimo Cicolin

### ***Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)***

Francesca Maso

### ***Corpo docente***

#### **Massimo Cicolin**

Supervisor Counselor Trainer Counselor, Presidente di ACADEMY Associazione, ha fondato varie scuole di Counselor in Italia. Nato il 13/07/65 è Insegnante di Teatroterapia, di Psicodramma Olistico e di Counseling. Ha una formazione di consulente in management e psicologia umanistica. È professionista nella Relazione d'aiuto, esperto facilitatore nel superamento di difficoltà relazionali ed emotive. Amministratore delegato di AD Communication che si occupa di formazione, Amministratore delegato di Puntoexpo che si occupa di branding, immagine e comunicazione. Ha conseguito il diploma in "Dinamiche della mente a indirizzo Somatopsichico" presso l'Accademia Europea C.R.S. IDEA. Ha conseguito il diploma di Maturità in "Dirigente di Comunità" presso ITAS Corner di Venezia. Ha conseguito il diploma di Counselor in "Discipline psicologiche" presso l'Università LUMH-Bologna, Certificato F.A.I.P. N. 997, F.A.I.P. Federazione delle Associazioni italiane di Psicoterapia. Conseguito il Master di 2° livello in "Discipline psicologiche ed empiriche" presso l'Université Européenne Jean Monet a Bruxelles. Ha conseguito il Master Biennale in "Disegno onirico e psicodramma olistico.

Iscritto al registro di AssoCounseling Numero di iscrizione: REG-A1027-2013

Livello di iscrizione: Trainer Supervisor Counselor.

## **Francesca Maso**

Francesca Maso, laureata in Lingue e Letterature Straniere presso l'Università degli Studi di Udine, è ideatrice del metodo P.E.M. programmazione emozionale della mente, metodo che diffonde il saper essere e il saper fare.

I suoi studi sulla Somatopsichica e sulle dinamiche della mente la hanno portata a formarsi con master post universitari in Europa e a conseguire il "Doctorat en Somatopsyque" presso l'Université Européenne Jean Monnet di Bruxelles.

É docente di Scuola Secondaria di Secondo Grado, Life Counselor e da anni si dedica alla programmazione emozionale della mente quale valido strumento di autodeterminazione ed effettivo cambiamento.

In Academy cura le proposte formative e le occasioni didattiche: le piace operare in un'ottica di formazione innovativa, favorendo esperienze immersive in cui si impara concretamente a vivere sotto il segno di un'evoluzione personale costante. Ama stimolare le persone a mettersi sempre in discussione e in gioco, per scoprire, giorno dopo giorno, chi siamo e soprattutto chi possiamo veramente essere.

Iscritto al registro di AssoCounseling Numero di iscrizione: REG-A2550-2019

Livello di iscrizione: Professional Counselor

## **Luca Antonio Cerin**

Luca Antonio Cerin dott. Commercialista iscritto All'Ordine dei Dottori Commercialisti della Provincia di Padova al n. 01190A. É Revisore Legale dei Conti iscritto al n. 136976, in Gazzetta Ufficiale del 29 luglio 2005 IV serie speciale, laureato in Economia e Commercio, indirizzo legislazione per l'impresa, presso l'Università Cà Foscari di Venezia. Si occupa di consulenza fiscale, societaria, contrattualistica e controllo di gestione. Tiene corsi di formazione in materie contabili e controllo di gestione. In Academy forma i futuri Life Counselor professionisti a muoversi con sicurezza e agilità ne groviglio di aspetti economici, fiscali e contabili, al fine di accompagnarli e sostenerli nella professione.

## **Davide Carretta**

Davide Carretta, avvocato, laureato in Giurisprudenza presso l'Università di Modena e Reggio Emilia e iscritto all'Albo degli Avvocati presso l'Ordine degli Avvocati di Padova. Titolare di uno studio legale nel quale esercita a tempo pieno la professione forense. Si occupa essenzialmente di diritto civile. In Academy forma i futuri professionisti per quanto riguarda il panorama legale e legislativo in cui si troveranno ad operare una volta conseguito il titolo di Life Counselor.

## **Francesco Siccardi**

Francesco Siccardi, Medico Omeopatico Unicista, allievo del prof. Antonio Negro, Membro della Commissione Medicine Complementari e Iscritto all'Ordine dei Medici di Savona. Il suo obiettivo in Academy® è di consentire agli allievi di accedere alla saggezza dell'osservazione di sé, della prevenzione della malattia, della osservazione dell'origine del sintomo e della cura attraverso

l'omeopatia. Tiene conferenze a livello nazionale e internazionale principalmente sui principi della medicina omeopatica.

### **Veronica Cimarolli**

Veronica Cimarolli, Psicologa iscritta all'Albo degli Psicologi del Veneto sezione A, n.7897. Professional Counselor Iscrizione AssoCounseling n. REG- A2096-2017. Ha svolto percorsi professionalizzanti in terapia psichiatrica e psicoterapeutica per patologie relative a disturbi d'ansia, d'umore e di personalità e ho seguito soggetti in età infantile e adolescenziale con disabilità uditive e visive; ho inoltre attuato e coordinato diversi servizi e progetti educativi rivolti all'età evolutiva. Psicoterapeuta in formazione. É Life Counselor e il suo obiettivo come docente di Academy è stimolare negli allievi interesse, curiosità, amore e fascino per il Counseling, valido strumento nella relazione di aiuto.

### **Anna Cosaro**

Anna Cosaro ho conseguito la laurea magistrale in Ingegneria Gestionale e poi, per interesse personale, è diventata Professional Counselor, iscritta in AssoCounseling cod. REG-A2088-2017. Le piace osservare le dinamiche sia singole che di gruppo, sia in ambito lavorativo che personale. Crede molto nel potere dell'esperienza come formazione; uno dei suoi motti preferiti è: "se ascolto dimentico, se vedo ricordo, se faccio capisco, se rifletto apprendo". É appassionata anche delle discipline corporee, in quanto fermamente convinta che corpo e mente siano un tutt'uno. Buona parte del suo percorso formativo relativamente al Counseling si è svolta in Academy, ma contemporaneamente ha spaziato e sperimentato in vari campi e con varie tecniche sia in Italia che all'estero. Come Counselor e come persona, le piace essere a fianco delle persone in questo viaggio, e poterle vedere sbocciare ed esprimere le proprie potenzialità.

### **Presentazione**

ACADEMY Associazione ha carattere apolitico e non ha fini di lucro. ACADEMY Associazione ha come finalità promuovere la formazione, la crescita e il benessere dell'individuo, del gruppo e della comunità, opera per migliorare la capacità delle persone di comprendere se stesse e gli altri al fine di incrementare la propria consapevolezza ed efficacia sia sul piano professionale che personale. ACADEMY Associazione nasce nel 2011 dal profondo desiderio del suo Presidente Massimo Cicolin di creare una scuola capace di favorire la crescita personale di ogni individuo attraverso l'esperienza diretta, vissuta in un contesto carico di energia e positività. Attualmente Academy è presente sul territorio nazionale con quattro sedi: Vicenza, Monza (MB), Savona; Reggio Calabria; Treviso e propone un corso triennale di Life Counselor già riconosciuto da Assocounseling codice riconoscimento: CERT-0106-2014; un corso di aggiornamento (formazione continua) *Il colloquio individuale con le costellazioni familiari* codice riconoscimento: CERT-0106-2014 e serate di supervisione per counselor professionisti.

## ***Orientamento teorico***

Il Life Counselor® considera l'essere umano come un essere bio-psico-sociale e la sua visione dell'individuo è di tipo integrato, ovvero basata sulla pari dignità e valore delle componenti biologiche, psicologiche, emozionali e sociali. Egli facilita il naturale processo verso l'autorealizzazione del proprio cliente, attraverso un approccio basato sul profondo rispetto e valorizzazione delle risorse e potenzialità sempre presenti della persona, consapevole che in ciascun essere umano vi è una forza ancestrale chiamata tendenza attualizzante che lo spinge ad evolvere e a migliorarsi e ad autorealizzarsi.

Come sostiene U. Telfener (2011) il sistema è un "metodo di osservazione più che un oggetto di osservazione".

Costruire cambiamento, secondo l'approccio sistemico-relazionale, equivale a cercare quegli strumenti, quelle azioni che possono agevolare la possibilità di sperimentare prospettive sul mondo differenti da quelle che hanno portato alla situazione di stallo. Da queste prospettive deriveranno ri-posizionamenti relazionali, nuovi comportamenti e nuove realtà.

L'aspetto sistemico dell'approccio proposto, in sintesi, si focalizza sulla conoscenza dei sistemi, sulla gestione della complessità e sulla prassi con cui questi sistemi si costruiscono, si mantengono e si ridefiniscono. Gli approcci che Academy® propone sono frutto di molti anni di studio e di sperimentazione delle dinamiche che connotano il comportamento umano e delle metodologie che ne facilitano il cambiamento evolutivo:

### **Umanistico**

Si basa su un'immagine consapevole attiva e responsabile della persona sempre considerata portatrice di potenzialità interiori e concede molto spazio all'esperienza e alla capacità dell'uomo di autodeterminarsi, di usare con responsabilità la propria libertà, riacquisendo fiducia in se stesso.

L'aspetto umanistico dell'approccio proposto è quello integrato in cui è centrale la visione dell'uomo con le proprie infinite possibilità; l'individuo è sostenuto a fare esperienza della propria vita attribuendogli un proprio significato. Il concetto di autorealizzazione e la spinta a muoversi verso la scoperta di un nuovo se stesso rappresentano le basi del Counseling che proponiamo in Academy.

La base del nostro modello è un'accettazione di come si è, in quanto individui unici e irripetibili capaci di migliorare se stessi

Accompagniamo dunque i nostri allievi a conoscere meglio se stessi, li stimoliamo ad acquisire strumenti utili all'accettazione di sé e al miglioramento di quelle parti che si ritiene necessario cambiare per la propria evoluzione. Diamo una formazione esperienziale e relazionale per poter poi condurre colloqui di Counseling volti a promuovere il benessere personale e di conseguenza della società.

Pratichiamo e propugniamo, inoltre, il concetto di sospensione del giudizio che aiuta, nel Counseling, a imparare a raccontare anziché ad interpretare ciò che accade; occorre quindi diventare consapevoli e prestare attenzione ai propri processi interni dando così significato agli stimoli che possono provenire dall'interno così come dall'esterno. Risulta utile comprendere che la verità che ne deriva è sempre una verità soggettiva.

Nella scuola si vive anche il concetto di responsabilità personale, che significa avere la possibilità di scegliere come vogliamo esprimerci, quale strada vogliamo percorrere, quali valori vogliamo avere nella nostra vita, decidendo liberamente così di lasciar andare quei valori e quei condizionamenti che ci sono stati imposti e che forse per noi, oggi, non sono più attuali e significativi.

Viene utilizzato un approccio fenomenologico, che si propone di osservare la realtà così come è, per quello che ci appare, momento per momento, senza interpretarla e senza incasellare il cliente in paradigmi o in rigide caselle, lasciando libero spazio al fluire dell'esperienza.

Attraverso la fenomenologia diamo il permesso a qualcosa di nascosto di mostrarsi, di essere percepito diventando così reale. Alla base di questo tipo di approccio nasce la pura osservazione, scevra di proiezioni, capace di dare spazio all'attesa di quanto accade e si manifesta.

A questo scopo lavoriamo sui meccanismi di proiezione, e sulla presenza del Counselor nel qui ed ora.

## **Relazionale**

Offre esperienze e riflessioni per incrementare consapevolezza sulle dinamiche interpersonali e intrapersonali che influenzano la vita, considerando la persona non come elemento isolato, bensì inserita in una rete di relazioni e di rapporti significativi che vanno osservati e compresi.

L'aspetto relazionale dell'approccio proposto ha origine dall'innata necessità dell'uomo di confrontarsi e condividere pensieri, idee e sentimenti. Ha le sue radici in vari orientamenti: dalle scienze umanistiche alla filosofia, dalla fenomenologia all'esistenzialismo, alle Neuroscienze, alle numerose discipline olistiche.

Si occupa di migliorare le relazioni dell'individuo con se stesso e con il proprio ambiente.

La vita umana è scandita da momenti di passaggio quali l'adolescenza, l'età adulta, la terza età ecc. e da eventi come lutti, separazioni, conflitti, perdita lavoro ecc. che possono generare perdita di equilibrio e serenità. Non sempre è possibile affrontare da soli queste situazioni.

L'intervento di Counseling ha come obiettivo quello di aiutare la persona in momentanea difficoltà ad avere una diversa prospettiva della situazione vissuta e gli strumenti per attingere alle proprie risorse per affrontare e superare in modo autonomo il momento di difficoltà.

Durante la formazione triennale il corsista sviluppa, attraverso un percorso individuale e di gruppo, abilità di ascolto, di riflessione, capacità relazionali che gli permetteranno di prendersi cura per prima cosa di sé e poi degli altri. Impara a ri-conoscere i suoi bisogni, a sentire attraverso il proprio corpo, a stare in contatto con le proprie emozioni.

Il percorso formativo in Counseling si evolve attraverso un processo di sviluppo personale che permette di acquisire capacità e sensibilità, conoscenze e competenze, esperienze che consentono la costruzione di uno stile personale nel proporsi come Counselor in una condizione di benessere personale e relazionale.

Carl R. Rogers ha dato un contributo fondamentale allo sviluppo della psicologia umanistica in un'epoca in cui le relazioni d'aiuto erano fortemente condizionate da un modello d'intervento medico. Fu capace di apportare profondi cambiamenti nel campo della psicoterapia, ma più in generale delle relazioni umane.

Egli aveva la convinzione che in ogni terapia era fondamentale l'atteggiamento del terapeuta e fu il primo ad avere una visione della natura umana basata sulla fiducia della capacità innata di ogni individuo a tendere alla salute e all'autoregolazione.

La Terapia Centrata sul Cliente è di fondamentale importanza affinché il Counselor possa condurre il cliente ad un lavoro di auto aiuto riconoscendo la forza vitale di ogni persona a compiere un'azione costruttiva.

Il compito di un bravo Counselor è quello di creare le condizioni per cui durante la sessione il cliente possa entrare in contatto con la propria natura profonda e valutare da solo quale scelta sia per lui in quel momento la più efficace.

Rogers ha dimostrato che la comunicazione è terapeutica, cioè capace di produrre cambiamento, quando il Counselor è in grado d'avere una relazione centrata sulla persona, quando il cliente viene compreso nel qui e ora come persona unica capace di sviluppare in modo autonomo le proprie risorse e di autodeterminarsi.

Ogni comunicazione evolutiva, ogni incontro con un cliente dovrebbe pertanto essere caratterizzato dall'accettazione incondizionata dell'altro intesa come assenza di giudizio, empatia, ascolto attivo, congruenza.

## **Integrato**

Il concetto di integrazione rimanda sia alla possibilità di esplorare, conoscere e far dialogare fra loro le nostre "parti interiori" nell'ambito di un processo di integrazione profonda, sia alla necessità di saper utilizzare modalità e tecniche di intervento che appartengono a differenti approcci teorici, attingendo da ognuno gli aspetti più significativi e utili in una prospettiva di arricchimento e flessibilità, considerando le esigenze della persona-cliente o del gruppo in cui si opera. Academy propone il Counseling centrato sulla persona secondo la visione proposta da C.Rogers integrato con i contributi di alcune tecniche CorpoMente-Energia quali bioenergetica di Lowen, somatic experiencing secondo Levine, tecniche di consapevolezza corporea mutuata dalle tradizioni yogiche orientali, art counseling (musica, danza, teatro, arti visive e fotografia). Visione archetipica secondo Jung, Visione sistemico-fenomenologica-trasgenerazionale secondo Hellinger. psicodramma olistico (Jacob Levi Moreno), l'approccio fenomenologico nella terapia della Gestalt: Presenza nel qui e ora, attenzione e osservazione, la focalizzazione sul presente, la visione soggettiva, l'osservazione neutrale e la responsabilità personale (Perls), la sincronicità degli eventi (Jung), la consapevolizzazione delle dinamiche conflittuali (Jung), la Teoria IBP: l'importanza di una considerazione "olistica" nell'approccio con il cliente (Rosemberg).

## **Sistemico**

L'approccio sistemico che proponiamo in Academy si ispira alle teorie di Gregory Bateson, del Gruppo di Palo Alto e del Mental Research Institute.

L'orientamento sistemico-relazionale spiega il comportamento dell'individuo focalizzando l'attenzione sull'ambiente in cui esso è vissuto, sul sistema che attualmente vive e sulla rete di relazioni significative di cui forma parte.

L'approccio sistemico propone un modello che richiede di non frammentare gli oggetti che vengono studiati ma di considerare la relazione che li connette. L'obiettivo è quello di non suddividere le cose, di non considerarle in modo separato ma di considerarle nel loro complesso.

Come sostiene U. Telfener (2011) il sistema è un "metodo di osservazione più che un oggetto di osservazione".

Costruire cambiamento, secondo l'approccio sistemico-relazionale e socio-costruzionista, equivale a cercare quegli strumenti, quelle azioni che possono agevolare la possibilità di sperimentare prospettive sul mondo differenti da quelle che hanno portato alla situazione di stallo. Da queste prospettive deriveranno ri-posizionamenti relazionali, nuovi comportamenti e nuove realtà.

Secondo l'ottica sistemica, che può essere descritta come la scienza dell'organizzazione e della totalità, è il più complesso che spiega il più semplice. Per realizzare nel counseling questi principi, si fa riferimento alle 4 linee guida (ipotizzazione, circolarità, neutralità e curiosità) alla base della strutturazione delle domande e della relazione con il cliente, arricchite delle novità portate da K. Tomm quali l'interventive interviewing e lo strategizing.

Importante è anche il contributo del costruzionismo sociale che recupera pienamente la prospettiva sociale di analisi dei processi di costruzione già presenti nel pensiero sistemico. In questa visione, acquistano importanza le tecniche della narrazione, della ri-descrizione e l'osservazione dei processi di costruzione della realtà.

Questo approccio, in sintesi, si focalizza sulla conoscenza dei sistemi, sulla gestione della complessità e sulla prassi con cui questi sistemi si costruiscono, si mantengono e si ridefiniscono. L'obiettivo del counseling sistemico è quello di impostare percorsi caratterizzati dalla brevità, dalla focalizzazione sulle risorse presenti, attivando una strategia che intervenendo sulle relazioni punta ad un positivo cambiamento per la persona.

## **Costellazioni del Sé**

Si tratta di un approccio fenomenologico, grazie al quale il modo in cui il soggetto percepisce la propria realtà personale viene reso manifesto in maniera "tridimensionale". Si mettono così in luce le interdipendenze tra gli individui che fanno parte dello stesso sistema, evidenziando le dinamiche che causano sofferenza in molti aspetti della vita, nelle relazioni affettive, nelle relazioni lavorative o amicali.

## **Transgenerazionale**

La Storia insegna che c'è uno strettissimo legame tra il passato e il presente, per cui il contributo delle generazioni precedenti è strutturante nell'edificazione del presente. La trasmissione evolutiva si attua non solo tra, ma anche attraverso le generazioni. I complessi rapporti che legano un soggetto alle generazioni precedenti influenzano le sue relazioni familiari, attraverso meccanismi sia consci che

inconsci, di tipo sia costruttivo che distruttivo. Freud aveva ribadito che l'eredità psichica è il garante della continuità tra le generazioni, ed il compito delle generazioni successive è solitamente quello di superare quanto è "rimasto in sospeso" nelle precedenti. Comprendere le proprie e le altrui transizioni, avvenute e che continuano ad avvenire attraverso le generazioni, contribuisce a facilitare l'uscita dai soliti schemi e a vivere responsabilmente la propria libertà.

## **Sviluppi professionali**

Negli ultimi anni i contesti sociali ed organizzativi sono stati investiti da numerose trasformazioni che hanno coinvolto approcci metodologici diversificati, che si sono imposti per una costante revisione ed integrazione di molteplici modelli concettuali ed operativi. In questa prospettiva si sono rese necessarie due fondamentali direzioni di intervento: il miglioramento dei processi della comunicazione efficace, come competenza trasversale a tutte le attività di carattere formativo ed organizzativo; la capacità di padroneggiare strategie del Life Counselor per favorire processi di cooperazione sociale, gestione dei conflitti e ri-decisioni in relazione a difficoltà di carattere esistenziale. Pertanto, la richiesta di personale esperto in comunicazione efficace e Counseling risulta sempre più evidente, sia in ambito istituzionale in relazione alla normativa vigente, sia presso Enti, Aziende e Istituzioni che, a diverso titolo, promuovono iniziative di formazione e consulenza in ambito professionale. Il percorso si rivolge quindi ai laureati che svolgono o desiderano svolgere attività in ambito educativo, formativo, psicologico, dirigenziale, manageriale, familiare, della gestione delle risorse umane e più ampiamente a tutti coloro che sono interessati, anche a titolo personale, a migliorare le proprie capacità comunicative. Le tecniche di Counseling, privilegiate da Academy® sono volte a conseguire e a promuovere un consistente arricchimento personale e professionale per chi già lavora e a fornire la base di una qualificazione professionale di alto profilo, per chi vuole costruirsi una nuova professione.

Nello specifico le principali scuole teoriche di riferimento sono:

### 1. dimensione comunicativo-teorica

approccio Umanistico - centrato sulla persona (Rogers) • fenomenologia (Husserl) • educazione socioaffettiva (Gordon) • approccio pragmatico relazionale e la Pragmatica della Comunicazione (Watzlawick) • approccio psico - relazionale (Bateson) • analisi transazionale (Berne) • teorie e tecniche di gruppo (Bion, Spaltro...) • il simbolismo archetipico (Jung – psicologia analitica - dinamica) • PNL: Struttura del linguaggio; Conoscenza della mappa mentale; Superamento delle credenze limitanti; Valorizzazione di modelli efficaci; Il feedback (Bandler) • Le Teorie di crescita personale (Goleman) • Le Teorie di Comunicazione non Violenta (Rosenberg) • Tecniche a Mediazione Corporea

### 2. dimensione psicocorporea

• bioenergetica (Lowen) • costellazioni familiari e sistemiche (Hellinger) • disegno • psicodramma olistico (Jacob Levi Moreno) • L'approccio fenomenologico nella terapia della Gestalt: Presenza nel qui e ora, attenzione e osservazione, la focalizzazione sul presente, la visione soggettiva, l'osservazione neutrale e la responsabilità personale (Perls) • La sincronicità degli eventi (Jung) • La consapevolizzazione delle dinamiche conflittuali (Jung) • .

## **La Teoria IBP: l'importanza di una considerazione "olistica" nell'approccio con il cliente (Rosemberg)**

Non vengono tuttavia acquisite tecniche o forniti strumenti di specifica competenza di psicologi e psicoterapeuti.

1° anno accademico: Il Sé

Il percorso di studi sarà incentrato sulle tematiche personali, emozionali e relazionali dell'individuo con particolare attenzione alle rappresentazioni attraverso le Costellazioni. Lo scopo formativo del primo anno è di comprendere, attraverso il sentire, le proprie dinamiche personali che condizionano positivamente e non, i comportamenti della propria vita. Costituisce il primo passo verso l'evoluzione personale, poiché fornisce strumenti di lettura, per scoprire attraverso quali "occhiali" viviamo e interpretiamo la realtà: la vita. Un ruolo rilevante verrà dato alle rappresentazioni attraverso le costellazioni. Nei cinque moduli didattici previsti della durata di 27 ore ciascuno e nello stage estivo dedicato della durata di 50 ore, attraverso una metodologia attiva e l'attento confronto con i trainer saranno affrontati temi quali il bambino interiore, ovvero quella parte della nostra personalità che resta sempre bambina e che quindi mantiene in sé le caratteristiche legate al mondo dell'infanzia: giocosità, stupore, bisogni, attese, vulnerabilità... il giudice interiore, quella parte di noi che determina e connota le regole, le barriere morali, il codice etico e definisce quindi "ciò che è giusto e ciò che è sbagliato", creando il nostro palcoscenico interiore, esploreremo la gestione creativa del conflitto in un'ottica junghiana...L'intento è quello di riconoscere i copioni personali che, recitati ogni giorno, determinano la nostra Identità di genere, sia essa maschile o femminile. Il futuro Life Counselor® avrà modo di sperimentare in prima persona i risvolti personali delle tematiche proposte attraverso la partecipazione alle rappresentazioni con le costellazioni, sessioni di colloqui individuali con i trainer, esperienze di ascolto profondo, esperienze di empatia, giochi di ruolo, simulazioni, esperienze artistico-teatrali, corporee, musicali, grafico-pittoriche con l'intento di affinare il piano sensoriale, arricchendo le nozioni teorico-esperienziali finora apprese.

2° anno accademico: Autorealizzazione

Lo scopo formativo del secondo anno è la naturale conseguenza del primo; dopo aver compreso le proprie dinamiche personali, si può essere consapevolmente l'artefice della propria Autorealizzazione. Durante il secondo anno di percorso viene affrontato e approfondito ciò che ciascuno, con il proprio Sé, porta nelle dinamiche interpersonali, influenzando più o meno consapevolmente processi ed esiti delle relazioni che vive. Un ruolo rilevante verrà dato alle rappresentazioni attraverso le costellazioni. Un anno in cui poter contattare la propria autenticità emotiva ed espressiva nei cinque moduli didattici previsti della durata di 27 ore ciascuno e nello stage estivo dedicato della durata di 50 ore, attraverso una metodologia attiva e l'attento confronto con i trainer: agire, non per dimostrare qualcosa agli altri, non per apparire, bensì per Essere. Scoprire se stessi dando spazio e fiducia alle proprie risorse interiori, svelando i giochi delle dipendenze affettive, per risalire alla conoscenza arcaica che si ricollega alla forza del maschile e al valore del femminile. È la premessa fondamentale per comprendere la propria responsabilità personale.

Il futuro Life Counselor® avrà modo di sperimentare in prima persona i risvolti personali delle tematiche proposte attraverso la partecipazione alle rappresentazioni con le costellazioni, sessioni di colloqui individuali con i trainer, colloqui con i colleghi e con persone esterne alla scuola( diadi e triadi) sessioni di colloqui esperienze di ascolto profondo, esperienze di empatia, giochi di ruolo, simulazioni, partecipazione a serate di supervisione, esperienze artistico-teatrali, corporee, musicali, grafico-pittoriche con l'intento di affinare il piano sensoriale, arricchendo le nozioni teorico-esperienziali finora apprese.

3° anno accademico: Teorie e Tecniche del Life Counselor®

Il percorso di studi sarà incentrato sulle teorie e tecniche di Counseling. Il terzo anno è dedicato alla figura professionale del Life Counselor®, sui metodi e sulle tecniche che è necessario padroneggiare. Accanto a un approccio olistico centrato sulla persona, basato su una peculiare attenzione per mente, corpo ed emozioni, l'intervento nella relazione con il cliente prevede che il Life Counselor® conosca e sappia usare specifici metodi di Counseling, che gli permettano di instaurare un rapporto umano e creativo con le persone che segue professionalmente quali ad esempio: empatia, ascolto profondo, messaggio io, metodo senza perdenti, assiomi della comunicazione, ecc. In questo anno si potenzierà la capacità di sostenere, di entrare in empatia, di ascolto e di autoascolto, di essere sensoriali, di essere ricettivi, di saper riconoscere la soggettività dell'altro (percepando l'energia vitale del cliente), di motivare al cambiamento, di essere flessibili, di osservare a livello fenomenologico ciò che accade nel "qui e ora", avvertendo ciò che accade nello spazio inter-soggettivo, per modulare il proprio intervento. In particolare verranno trattati temi quali: Etica e deontologia professionale, Io – tu: empatia e confine, teorie e tecniche del Life Counselor per l'individuo e nel gruppo. Il processo di Counseling viene così man mano programmato curando le sessioni di lavoro in ogni particolare. Il futuro Life Counselor® avrà pertanto modo di sperimentare in prima persona tecniche e metodi in un setting che varia secondo la tematica: sessioni dimostrative, giochi di ruolo, simulazioni, colloqui con i colleghi e con persone esterne alla scuola diadi, triadi, partecipazione a serate di supervisione, esperienze teatrali, corporee, musicali, grafico-pittoriche con l'intento di affinare il piano sensoriale, arricchendo le nozioni teorico-esperienziali finora apprese.

## **Metodologia**

L'attività didattica privilegia una metodologia attiva e interattiva, nell'ambito di un approccio olistico - integrato, consentendo al partecipante di essere autentico e primo protagonista del proprio processo di apprendimento; ciò gli permetterà di affinare il proprio "sentire" attraverso la sperimentazione continua e la supervisione da parte di docenti accreditati. L'attività didattica si propone di portare i partecipanti a integrare nella propria vita personale e professionale le tecniche apprese, quale valido contributo nelle diverse situazioni. La metodologia utilizzata consentirà di esplorare le interconnessioni individuali nei differenti sistemi, in modo che ogni partecipante possa liberamente riconnettersi al "qui-e-ora".

## **Metodi didattici**

Formazione esperienziale

Una metodologia formativa non convenzionale che si basa sull'esperienza diretta. L'accesso al cosiddetto campo morfogenetico (campo attraverso cui i rappresentanti possono accedere alla coscienza delle persone che rappresentano, percependone sentimenti e relazioni ed entrando in contatto, ad un livello molto profondo, con un sistema di relazioni che non è il loro) attiverà l'emergere spontaneo e visibile di dinamiche disfunzionali nascoste che sono di ostacolo alla naturale autorealizzazione.

#### Formazione corporea integrata

Ogni appuntamento formativo prevede momenti di rappresentazione corporeo-emotiva connessi alla tematica proposta, che consentono al futuro Life Counselor® di connettersi con le proprie sensazioni-emozioni, imparando a relazionarsi con una più affinata consapevolezza corporea e integrando il lavoro emotivo attraverso diverse tecniche di auto-ascolto, di osservazione di sé, di respiro e di rilascio emotivo.

#### Formazione teatrale

Attraverso la formazione teatrale si rivela il potenziale personale rimasto inespresso; un approccio attraverso cui poter mettere in scena i copioni personali, riconoscendo dinamiche di comportamento e di comunicazione ripetuti e attuati nella quotidianità, al fine di poter acquisirne consapevolezza.

#### Dress up

Attraverso il vestire letteralmente i panni di qualcun altro, viene agevolata la sperimentazione di energie sopite, latenti, o comunque non energizzate in modo prevalente dalla persona. In questo modo, in un contesto apparentemente leggero, divertente, e giocoso, ma in realtà capace di dar vita ad una fucina creativa di esperienza empirica, ciascuno è libero di dare voce e nuova vita a parti di sé o a energie archetipiche trascurate, assopite al fine di conoscerle, sperimentarle, integrarle attingendo così ad un bacino di ricchezza umana che nutre, infonde nuova linfa vitale e sostiene l'evoluzione.

#### Costellazioni

Si tratta di un approccio fenomenologico, grazie al quale il modo in cui il soggetto percepisce la propria realtà personale viene reso manifesto in maniera "tridimensionale". Si mettono così in luce le interdipendenze tra gli individui che fanno parte dello stesso sistema, evidenziando le dinamiche inconsce che causano sofferenza in molti aspetti della vita, nelle relazioni affettive, nel corpo fisico o in quella mentale.

### **Formazione di gruppo**

Piccoli gruppi in cui poter seguire discussione di casi, role-play, giochi e situazioni professionali concrete. Ciò consente al partecipante di avvicinarsi, con un punto di vista diverso, al mondo dell'esercitazione pratica, esperienziale e corporea.

### **Formazione in counseling**

La formazione in counseling attraversa trasversalmente l'intero triennio di formazione. Nel corso del primo e del secondo anno ampi spazi formativi vengono dedicati ad esperienze didattiche che mirano

allo sviluppo e alla pratica dell'empatia; dell'ascolto profondo; alla promozione dell'accettazione e del rispetto per l'altro e per il vissuto altrui al di là dei limiti dettati dal giudizio e dai condizionamenti personali; all'educazione linguistica e alla cura della parola del futuro Life Counselor, ovvero allo sperimentare forme di comunicazione rispettose, propositive, morbide e costruttive ad esempio attraverso l'uso di immagini, metafore ed analogie. Già nel primo biennio di formazione gli studenti sperimentano la conduzione del colloquio. Il terzo anno di formazione presenta invece una didattica interamente incentrata e rivolta alla gestione del colloquio di counseling, all'accompagnamento del cliente verso il proprio nucleo al fine di aiutarlo a ricontattare quell'inesauribile spinta al rinnovamento e all'evoluzione presente in ciascuno che Rogers definì Tendenza Attualizzante in una prospettiva di incontro costruttivo e creativo da cui entrambi, cliente e counselor ne escono arricchiti e migliorati.

### **Definizione sintetica**

Integrato

# Presentazione del corso

## ***Titolo del corso***

Life Counselor

## ***Obiettivi***

Primo anno

Il primo anno di corso costituisce il primo passo verso l'evoluzione personale in quanto fornisce strumenti di lettura per scoprire attraverso quali "occhiali" si vive e si interpreta la realtà e la vita. Saranno affrontati temi quali ad esempio il bambino interiore, ovvero quella parte della personalità che resta sempre bambina e che quindi mantiene in sé le caratteristiche e le potenzialità legate al mondo dell'infanzia. E l'aspetto che porta nella nostra vita la giocosità e lo stupore, ma anche il bisogno e la vulnerabilità e in cui spesso si radicano i nostri conflitti emotivi.

Verrà esplorata la parte della nostra struttura personale che determina e connota le regole, le barriere morali, il codice etico e definisce quindi "ciò che si ritiene giusto e/o sbagliato", creando il nostro palcoscenico interiore. L'intento è quello di riconoscere i copioni personali che sono recitati ogni giorno, determinando peraltro l'identità di genere sia essa maschile o femminile.

Secondo anno

Durante il secondo anno di percorso viene affrontato e approfondito ciò che ciascuno, con il proprio sé, porta nelle dinamiche interpersonali, ovvero come influenza più o meno consapevolmente processi ed esiti delle relazioni che vive. Il bambino, il genitore, l'adulto sono ruoli che si possono interpretare nella relazione e che determinano più o meno consapevolmente dei "contro ruoli" negli interlocutori. Un anno in cui contattare la propria autenticità emotiva ed espressiva: fare quindi agire, non per dimostrare qualcosa agli altri, ma per essere, per sapersi esporre per ciò che si è. Scoprire se stessi dando spazio e fiducia alle proprie risorse interiori, svelando i giochi delle dipendenze affettive per risalire alla conoscenza arcaica che ricollega alla forza del maschile e al valore del femminile. Infine un approfondimento dei possibili disagi e conflitti emotivi, con l'intento di trasformare la rabbia in forza vitale e dinamica, di conoscere le paure che limitano l'autenticità della vita.

Terzo anno

Il terzo anno è centrato maggiormente sulla figura professionale del Counselor, sui metodi e sulle tecniche che è necessario padroneggiare. Accanto a un approccio olistico centrato sulla persona, basato su una peculiare attenzione per mente, corpo ed emozioni, l'intervento nella relazione col cliente prevede che il Counselor conosca e sappia usare specifici metodi di Counseling che gli permettano di instaurare un rapporto proficuo e creativo con le persone che segue professionalmente. Ciò gli consentirà di interagire in un modo connotato da sostegno, empatia, sensorialità, ricettività, riconoscimento della soggettività dell'altro, con flessibilità, autoconsapevolezza di ciò che prova e pensa, mentre agevola il cliente ad entrare in contatto con le proprie ombre. Il processo di Counseling viene così man mano

programmato curando le sessioni di lavoro in ogni particolare. Il futuro Counselor avrà pertanto modo di sperimentare in prima persona tecniche e metodi in un setting che varia secondo la tematica: sessioni dimostrative, giochi di ruolo, simulazioni, acquario, esperienze teatrali, corporee, grafico-pittoriche con l'intento di affinare il piano sensoriale, arricchendo le nozioni teorico-esperienziali apprese.

## ***Metodologia d'insegnamento***

L'attività didattica privilegia una metodologia attiva e interattiva che si basa su un approccio empirico in cui vengono utilizzati metodi attivi che consentono al corsista di essere vero e primo protagonista del suo processo di apprendimento, di affinare il proprio "sguardo" e il proprio "sentire" attraverso la sperimentazione continua e supervisionata da parte dei docenti. I metodi sono articolati in: Didattica d'aula: prevede lo svolgimento di lezioni frontali sulle tematiche e sugli strumenti di intervento ed esercitazioni in piccoli gruppi con discussioni di casi, roleplay e situazioni professionali concrete.

Lavori di gruppo: i partecipanti suddivisi in piccoli gruppi hanno il compito di "fotografare" alcune situazioni attraverso interviste, incontri, ricerche e materiale bibliografico.

Lavoro emotivo - corporeo: ogni appuntamento formativo prevede momenti di integrazione corporeo - emotivo in funzione delle tematiche proposte. Lo studente impara a relazionarsi con una consapevolezza corporea diversa, integrando il lavoro emotivo attraverso diverse tecniche di auto ascolto, di osservazione di sé, di respiro e rilascio emotivo.

Esperienze teatrali: attraverso le quali rivelare il potenziale personale rimasto inespresso

Autoformazione: fra un modulo e l'altro sarà richiesto di autosservarsi, monitorando, anche per iscritto (diario di bordo), le proprie dinamiche relazionali, che potranno diventare oggetto di confronto e discussione in apposite sedi.

Tutoraggio: un tutoraggio individuale, in forma di assistenza day by day e momenti di condivisione e linee guida pratico-teoriche a cura dell'equipe di trainer.

## **Percorso personale**

La Scuola di Life Counselor che Academy propone prevede un percorso triennale di formazione esperienziale in cui vengono affrontati i principali argomenti che possono presentare dei nodi per l'essere umano. I moduli formativi si svolgono durante il fine settimana. Vi sarà un modulo formativo residenziale che si svilupperà in 5 giorni nel periodo estivo. Il percorso formativo sviluppa un'ampia varietà di temi indispensabili alla formazione relazionale con adulti, gruppi, classi, aziende, istituzioni, scuole, famiglie e coppie, malati, disabili, anziani, adolescenti, bambini e all'acquisizione di strumenti di Counseling riguardanti: modelli comunicativi, corporeità, lavoro personale ed interiore, sviluppo della consapevolezza e liberazione dalle credenze e dalla loro connessione con complessi archetipici. Ogni singolo modulo didattico può essere considerato autonomo poiché affronta uno specifico tema della condizione umana e offre strumenti di miglioramento e di possibile risoluzione e si conclude esaurendo la tematica affrontata.

Pertanto non c'è propedeuticità nella formazione, bensì un processo di apprendimento che, modulo dopo modulo, riorganizza la mappa conoscitiva del corsista. Il processo formativo è descrivibile come circolare.

Lo sviluppo personale viene perseguito e sostenuto dal metodo delle Costellazioni del Sé, condotte da Massimo Cicolin Supervisor Trainer Counselor, nelle quali per rendere visibile il Sistema e il Campo Morfico si utilizza l'indagine fenomenologica (dal greco *faínomai* "appaio, mi manifesto"). Attraverso l'approccio fenomenologico vengono rese manifeste parti del proprio Sistema in modo tridimensionale. Le Costellazioni del Sé lavorano al servizio della riconciliazione in quanto tendono a far recuperare alla persona la propria dignità e a sostenerla nella propria evoluzione personale. Si tratta di un lavoro nel pieno rispetto della dignità di ogni membro della famiglia o del Sistema a cui appartiene e in sintonia con ciò che è.

Le funzioni delle Costellazioni Familiari del Sé sono le seguenti:

"Riconoscere ciò che è"; "Accettare tutto così com'è"; "Lasciare andare ciò che non ci appartiene"; "Divenire ciò che si è".

Verranno affrontati temi quali: "L'ordine di rango o gerarchico"; "L'amore cieco"; "Il dare e ricevere con amore"; "Coscienza ed equilibrio".

#### Costellazioni del Sé

Si tratta di una metodologia che permette di evidenziare conflitti, tensioni, opportunità e connessioni presenti all'interno di un sistema relazionale (famiglia, coppia, azienda, gruppi di varia tipologia), per poi avviarne una soluzione positiva verso gli obiettivi del cliente.

Si tratta di una tecnica di derivazione sistemica (Bateson, Von Bertalanffy) e messa a punto prima da Jacob Levy Moreno e successivamente ripresa da Bert Hellinger e da Anne Schützenberger, considerati i caposcuola di questo metodo.

Le Costellazioni sono uno strumento utile in percorsi di counseling, poiché sono uno strumento caratterizzato da efficacia, duttilità di applicazione (si possono realizzare in gruppo, in coppia o singolarmente) e brevità nel rilevare e sciogliere tematiche complesse.

Ogni costellazione permette di rappresentare e agire all'interno di un sistema rappresentativo interno al mondo del cliente, il quale rende manifesta (attraverso rappresentanti dei vari elementi significativi del sistema) la propria costruzione/mappa della situazione, al fine di agire e muovere punti di vista, emozioni e comportamenti.

Di derivazione dal modello sistemico, poiché ne condividono le principali regole e principi, le costellazioni agiscono operativamente sugli elementi significativi posti in causa e facenti parte del contesto descritto dal cliente. Prevedono numerosissime declinazioni.

La connotazione più comune e diffusa è la costellazione familiare, caratterizzata da alcune regole e alcuni passaggi suggeriti per giungere alla risoluzione di problematiche di carattere familiare. Si occupa di mettere in evidenza, far emergere e risolvere situazioni familiari ed ereditarie caratterizzate da nodi al fine di non esserne più condizionati e soprattutto per evitare di trasmettere alle generazioni future eventi

ed eredità legate a fatti accaduti in precedenza. L'elaborazione concettuale e metodologica delle costellazioni familiari si deve principalmente a Bert Hellinger, che con la sua teoria sugli "ordini dell'amore", pone alcuni riferimenti utili per portare ad una risoluzione positiva delle situazioni problematiche e ad Anne Schutzenberger, psicologa francese, allieva di Moreno, attraverso i suoi studi ha portato riflessioni e strumenti per capire la rilevanza della trasmissione inconscia e involontaria nei legami transgenerazionali, come ben illustrato nel suo libro: "La sindrome degli antenati".

Negli ultimi anni si sono diffuse numerose varianti e declinazioni delle costellazioni, come ad esempio le Costellazioni del Sé.

Come si svolge una sessione di Costellazioni del Sé

L'osservazione della persona/cliente, dell'ambiente che porta e della realtà che vive, avviene attraverso una modalità sistemica ed esperienziale.

Un aspetto innovativo delle costellazioni del Sé è che il lavoro esperienziale non è tanto rivolto a trovare soluzioni quanto a sviluppare un "sentire profondo", a realizzare nuove connessioni e a sviluppare una diversa percezione/narrazione della situazione da parte del partecipante. L'approccio è immediato, diretto e privilegia l'esperienza della persona e i suoi vissuti senza interpretarli e giudicarli, attraverso una visione fenomenologica della rappresentazione.

Molto spesso quello che viene rappresentato nelle costellazioni è uno scenario totalmente sconosciuto e inedito. Gli elementi fondamentali per effettuare una Costellazione sono tre: un facilitatore, un cliente e dei rappresentanti.

- Il **FACILITATORE** è colui che imposta il set fenomenologico in cui si sviluppa la costellazione, che osserva assieme al cliente la tematica che si vuole esplorare (attraverso un breve colloquio) e che, sulla scorta della sua esperienza e competenza, accompagna e guida il cliente nell'esperienza.
- Il **CLIENTE** è l'elemento fondamentale di una costellazione, poiché è colui che porta la domanda relativa al sistema su cui lavorare.
- I **RAPPRESENTANTI** sono generalmente delle persone (ma possono essere anche degli oggetti in caso di costellazioni individuali) su cui vengono proiettati dal campo morfogenetico taluni aspetti dei membri del sistema, e in genere possono esprimersi liberamente e spontaneamente nel loro sentire, dando uno sviluppo dinamico alla costellazione.

Attraverso un misurato e graduale cambiamento delle posizioni dei rappresentanti nello spazio, spontaneamente e attraverso l'intervento del facilitatore, si cerca di mettere in luce una nuova prospettiva sulla stessa, in una rinnovata armonia dentro la quale il soggetto interessato riprende il suo posto e si rimette in relazione con i membri del suo sistema attraverso nuove modalità.

## ***Struttura del corso***

Durata espressa in anni: 3

Durata espressa in ore: 772

## **Organizzazione didattica**

### **Criteri di ammissione**

- a) Diploma di laurea triennale
- b) Diploma di scuola media superiore quinquennale (o di titolo equipollente o di titolo equivalente) e dimostrazione di avere svolto attività lavorativa per almeno 60 (sessanta) mesi effettivi, anche non continuativi, nei seguenti ambiti: educativo, giuridico, organizzativo, sanitario, scolastico, sociale.
- c) Aver compiuto i 23 anni di età

### **Modalità di ammissione**

- a) Massimo allievi iscrivibili: 20
- b) Per essere ammessi al corso è necessario: sostenere un colloquio conoscitivo con il Presidente o con i Direttori delle Sedi Academy.

### **Esami**

Valutazione in itinere:

- a) Al termine del primo anno di corso è prevista la stesura da parte degli allievi di uno scritto argomentativo di natura personale attraverso il quale portare a coscienza in forma scritta le consapevolezze acquisite nel corso dell'anno accademico, ovvero che cosa gli allievi hanno scoperto su di sé; sul proprio modo di agire; sull'origine dei propri comportamenti-reazioni; su quali siano le strategie comportamentali messe in atto e sui cambiamenti interiori ed esteriori che via via nel corso dell'anno sono emersi. Non si tratta solamente di descrivere eventi, bensì di riconoscere le dinamiche personali sottese agli eventi stessi, spostando la visione da lì ed allora al qui ed ora. Lo scritto verrà letto dall'equipe di docenti ed è previsto un confronto tra quest'ultima e l'allievo in uno spazio dedicato.
- b) Nel corso del secondo anno accademico agli allievi è richiesta la stesura di un diario di bordo in seguito ad ogni modulo didattico frequentato in cui appuntare pensieri, consapevolezze, riflessioni in merito al processo trasformativo che stanno vivendo. Lo scritto verrà letto dall'equipe di docenti ed è previsto un confronto tra quest'ultima e l'allievo in uno spazio dedicato.
- c) All'inizio del terzo anno è previsto il superamento di una prova scritta consistente in un questionario di natura teorica sugli argomenti oggetto di studio nel corso del primo biennio di formazione.
- d) Nel corso del terzo anno di formazione si richiede il superamento di n. 03 verifiche pratiche.

Valutazione finale:

Al termine del terzo anno di formazione si richiede:

- e) La redazione di una tesi di diploma in Life Counselor che si delinea in un'ottica professionalizzante concreta come un progetto di Counseling

- f) Il superamento di una prova scritta consistente in un questionario di natura teorica sugli argomenti oggetto di studio nel corso dell'ultimo anno.
- g) Il superamento di un colloquio tra il candidato e i membri della commissione d'esame circa il progetto di Counseling sviluppato nella tesi di diploma.

### **Assenze**

É ammesso il 20% di assenze all'anno, i corsisti potranno recuperare i moduli perduti concordando la modalità con il responsabile didattico.

Non sono ammesse decurtazioni sul monte ore totale del tirocinio.

### **Materiale didattico**

- a) Per ogni insegnamento verrà individuato un testo bibliografico obbligatorio e due testi di consultazione opzionali.
- b) Al termine di ciascun modulo didattico verrà distribuita una dispensa che approfondisce la tematica affrontata.

### ***Documenti da rilasciare al discente***

Alla fine del percorso formativo, espletato tutto quanto richiesto, la struttura rilascia all'allievo:

- a) diploma di counseling secondo la denominazione data dalla struttura in cui sia evidenziato il riconoscimento di AssoCounseling con apposizione dello specifico logo relativo al riconoscimento;
- b) diploma supplement: certificato contenente nel dettaglio le ore teoriche effettuate e il relativo monte ore nonché le attività esperienziali svolte ed il relativo monte ore con apposizione dello specifico logo relativo al riconoscimento;
- c) certificato di tirocinio contenente nel dettaglio le ore, le attività svolte e i soggetti attori (allievo-tirocinante, ente ospitante, tutor e supervisore);
- d) relazione a firma del Direttore Didattico per coloro che sono stati iscritti al corso privi di diploma di laurea triennale.

## Programma del corso

### *Formazione teorico-pratica*

#### **Insegnamenti obbligatori**

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling	8	ANNA COSARO
Fondamenti del counseling	60	MASSIMO CICOLIN
Comunicazione, scelte e cambiamento	40	MASSIMO CICOLIN
Psicologie	30	MASSIMO CICOLIN
Altre scienze umane	30	VERONICA CIMAROLLI
Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia	20	VERONICA CIMAROLLI
Etica e deontologia	16	FRANCESCA MASO, VERONICA CIMAROLLI
Promozione della professione	16	LUCA CERIN, DAVIDE CARRETTA
Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	220	\

#### **Insegnamenti complementari (specifici della scuola)**

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Counseling Umanistico - Sistemico-Relazionale - Integrato	90	MASSIMO CICOLIN
P.E.M. Programmazione Emozionale della Mente	35	FRANCESCA MASO
Tecniche di ascolto a mediazione corporea	30	MASSIMO CICOLIN, FRANCESCA MASO
Il Counseling nella relazione di coppia	30	MASSIMO CICOLIN
Teoria e Tecniche dell'approccio Sistemico	30	MASSIMO CICOLIN
Risorse, talenti e potenzialità	15	FRANCESCO SICCARDI
Subtotale insegnamenti complementari	230	\

#### **Totale formazione teorica nei tre anni**

Monte ore totale della formazione teorico-pratica	450	\
---	-----	---

## **Formazione esperienziale**

### **Percorso personale**

TIPOLOGIA	ORE	TRAINER
Formazione personale mista	100	MASSIMO CICOLIN
Subtotale percorso personale	100	\

### **Supervisione didattica**

TIPOLOGIA	ORE	SUPERVISORE
Supervisione didattica	72	MASSIMO CICOLIN
Subtotale supervisione didattica	72	\

### **Tirocinio (sede di Vicenza)**

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/ CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Osservazione di gruppi per progettazione di attività di counseling	35	CROCE VERDE VICENZA Via Muggia, 3 36100 Vicenza	MASSIMO CICOLIN
Gestione Sportello di ascolto con supervisione in loco	25	PARROCCHIA S. LUCA EVANGELISTA Via Monte Lungo, 49 Torri di Arcugnano (VI)	MASSIMO CICOLIN
Gestione Sportello di ascolto con supervisione in loco	20	POLISPORTIVA DI BRENDOLA Via del Donatore, 10 Brendola (VI)	MASSIMO CICOLIN
Osservazione di gruppi per progettazione di attività di counseling	40	CENTRO DELLE FAMIGLIE ARCELLA Via Pierobon, 19/A Padova	MASSIMO CICOLIN
Eventuale attività di progettazione e/o ricerca	30	\	FRANCESCA MASO

Subtotale tirocinio	150	\	\
---------------------	-----	---	---

### Tirocinio (sede di Monza)

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Osservazione di gruppi per progettazione di attività di counseling	35	CITY ANGELS LOMBARDIA ONLUS Via Marradì, 1 Milano	MASSIMO CICOLIN
Gestione Sportello di ascolto con supervisione in loco	25	CIAS Formazione Professionale Viale Cesare Battisti, 10 22100 Como	MASSIMO CICOLIN
Gestione Sportello di ascolto con supervisione in loco	20	POLISPORTIVA INTERCOMUNALE Via Brella, 15 22043 Solbiate con Cagno (CO)	MASSIMO CICOLIN
Osservazione di gruppi per progettazione di attività di counseling	40	IISS GREPPI Via dei Mille, 27 23876 Monticello Brianza (LC)	MASSIMO CICOLIN
Eventuale attività di progettazione e/o ricerca	30	\	FRANCESCA MASO
Subtotale tirocinio	150	\	\

### Tirocinio (sede Savona)

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Osservazione di gruppi per progettazione di attività di counseling	35	ASSOCIAZIONE CULTURA E SOLIDARIETÁ Viale Rimembranza, 39 17012 ALBISSOLA	MASSIMO CICOLIN

		MARINA (SV)	
Gestione Sportello di ascolto con supervisione in loco	25	FARMACIA DOTT.SSA MACARIO LUCILLA Piazza Garibaldi, 1 17053 LAIGUEGLIA (SV)	MASSIMO CICOLIN
Gestione Sportello di ascolto con supervisione in loco	20	NATURE SHOP Punto Salute Via Aurelia, 195 17025 LOANO (SV)	MASSIMO CICOLIN
Osservazione di gruppi per progettazione di attività di counseling	40	CONSULTA VOLONTARIATO COMUNE DI FINALE LIGURE (SV) Via Pertica, 24 17024 FINALE LIGURE (SV)	MASSIMO CICOLIN
Eventuale attività di progettazione e/o ricerca	30		FRANCESCA MASO
Subtotale tirocinio	150	\	\

### Tirocinio (sede Treviso)

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Osservazione di gruppi per progettazione di attività di counseling	35	CROCE VERDE VICENZA Via Muggia, 3 36100 Vicenza	MASSIMO CICOLIN
Gestione Sportello di ascolto con supervisione in loco	25	CASA MATER DEI Via Cristoforo Colombo, 2 31029 Vittorio Veneto (TV)	MASSIMO CICOLIN
Gestione Sportello di ascolto con supervisione in loco	20	STUDIO AMA Via Vital, 171 31015 Conegliano (TV)	MASSIMO CICOLIN

Osservazione di gruppi per progettazione di attività di counseling	40	CENTRO DELLE FAMIGLIE ARCELLA Via Pierobon, 19/A Padova	MASSIMO CICOLIN
Eventuale attività di progettazione e/o ricerca	30	\	FRANCESCA MASO
Subtotale tirocinio	150	\	\

**Totale formazione esperienziale nei tre anni**

Subtotale percorso personale + supervisione + tirocinio	322	\
---	-----	---

***Totale formazione nei tre anni***

Somma di tutte le attività	772	\
----------------------------	-----	---

## **Bibliografia del corso**

### ***Storia del Counseling***

a) Rogers, C.R. (2004), *La terapia centrata sul cliente*, Firenze, Giunti.

- 1) May R. (1991), *L'Arte del Counseling*, Roma, Astrolabio Ubaldini
- 2) Mengheri M. a cura di (2010), *Formare alla relazione d'aiuto. Il counseling ad approccio integrato*, Milano, Franco Angeli.
- 3) Carkhuff, R. (2005), *L'arte di aiutare*, Trento, Centro Studi Erickson,

### ***Fondamenti del Counseling***

a) May R.R. (2009), *L'arte del counselling*, Roma, Astrolabio Ubaldini.

- 1) di Fabio A. (2007), *Counseling*, Firenze, Giunti Editore.
- 2) Proietti G. (2008), *L'empatia*, Milano, Xenia Edizioni.

### ***Comunicazione, scelte e cambiamento***

a) Berne E. (2000), *A che gioco giochiamo?*, Milano, Tascabili Bompiani, RCS.

- 1) Watzlavick P., Beavin J.H., Jackson D.D. (1975), *La pragmatica della comunicazione*, Roma, Astrolabio Ubaldini.
- 2) Dilts R. (2008), *Il potere delle parole e della PNL*, Alessio Roberti Editore.

### ***Psicologie***

a) Mecacci L. a cura di (2001), *Manuale di Psicologia generale*, Firenze, Giunti Editore.

- 1) Goleman D. (2006), *Intelligenza sociale*, Milano, Rizzoli.
- 2) Zonta R. (1998), *Psicologia Generale dello Sviluppo e Applicata*, Cremona, Ed. Edipsicologie.

### ***Altre scienze umane***

a) Steiner R. (2009), *L'Educazione come Arte*, Milano, Editrice Antroposofica

- 1) Spring J. (2015), *L'educazione libertaria*, Milano, Eléuthera.
- 2) Klingborg A., Carlgren F. (2012), *Educare alla libertà*, Milano, Filadelfia Editore.

### ***Le professioni della relazione di aiuto, confini ed elementi di psicopatologie***

a) AA.VV. (1999), *Integrazione nelle Psicoterapie e nel Counseling*, Roma, E.S.A. Counseling Umanistico.

- 1) Rogers C.R. (2013), *La terapia centrata sul cliente*, Firenze, Giunti Editore.
- 2) Goleman D. (2011), *Intelligenza emotiva*, Milano, Rizzoli.

## ***Etica e deontologia***

- a) Codice deontologico Assocounseling
- 1) Statuto di Assocounseling

## ***Promozione della professione***

- a) Dispensa elaborata dalla scuola

## ***Counseling Umanistico – Sistemico – Relazionale – Integrato***

- a) Nanetti F. (2009), *Counseling ad orientamento umanistico esistenziale*, Bologna, Pendragon.
- 1) Fisch R., Weakland J., Segal L. (1983), *Change. Le tattiche del cambiamento*, Roma, Astrolabio-Ubaldini.
- 2) Milner J., O'Byrne P. (2004), *Il Counseling Narrativo*, Trento, Centro Studi Erickson.

## ***P.E.M. Programmazione emozionale della mente***

- a) Dispensa elaborata dalla scuola
- 1) Bonazzola M. (1987), *No-Book*, Bergamo, S.G.P.
- 2) Riva N., Giovannini L. (2016), *PNL e neuro-semantica. Come far funzionare al meglio mente, corpo ed emozioni*, Rimini, MyLife S.r.l.

## ***Tecniche di ascolto a mediazione corporea***

- a) Rogers C. (1978), *I gruppi d'incontro*, Roma, Astrolabio Ubaldini.
- 1) Lowen A. (1991), *Il linguaggio del corpo*, Milano, Ed. Feltrinelli.
- 2) Maule V. (2018), *Bioenergetica la via dell'equilibrio*, Torino, Psiche 2.

## ***Counseling nella relazione di coppia***

- a) Bowlby J. (1989), *Una base sicura*, Milano, Paffaello Cortina.
- 1) Schellenbaum P. (2002), *La ferita dei non amati*, Como, Red, Como.
- 2) Zadra, E. e M. (1997), *Tantra. La via dell'estasi sessuale*, Milano, Mondadori.

## ***Teorie e tecniche dell'approccio sistemico***

- a) Dispensa elaborata dalla scuola
- 1) Hellinger B. (2002), *I due volti dell'amore. Come far funzionare l'amore nei rapporti affettivi*, Spigno saturnia (LT), Crisalide.
- 2) Hellinger B. (2007), *Gli Ordini dell' Aiuto*, Milano, Tecniche Nuove.

## ***Risorse, talenti, potenzialità***

- a) Siccardi F., Grillo A. (2017), *Ho fatto un figlio con un omeopata*, Savona, Insedicesimo.
- 1) Braden G.(2007), *La Scienza Perduta della Preghiera*, Cesena, Macro Edizioni
- 2) Heather A. (2003), *I quattro elementi del cambiamento*, Vicenza, Punto d'Incontro.

## **Programmi sintetici**

### ***Storia del counseling.***

Le prime applicazioni di counseling risalgono alla fine dell'Ottocento, epoca in cui, nel mondo anglosassone, si realizzarono i primi programmi di orientamento professionale. Il primo trattato di counseling risale all'inizio degli anni '30, quando le lezioni tenute durante la Grande depressione dallo psicologo statunitense Rollo May (1904-1994) vennero pubblicate in volume col titolo *L'arte del counseling*. Egli era allora impegnato come docente universitario e consulente psicologo per gli studenti. La consuetudine collega questa disciplina a Carl Rogers (1902-1987), che agli inizi degli anni '40 pubblicò un saggio sulla teoria e metodologia del counseling, perché la Scuola dell'"Approccio centrato sulla persona" ha avuto ed ha tuttora grande rilevanza. Gli altri autori comunemente citati sono Adrian van Kaam (n.1930), sacerdote di origine olandese trasferitosi negli USA ove è docente universitario; Robert Carkhuff, allievo di Rogers; Roger Mucchielli (1919-1981), di origine corsa, neuropsichiatra e psicosociologo. Tra gli italiani vi sono Luciano Cian (1939-1993) per la sua attività di avanguardia iniziata nel 1971, Marcella Danon per aver presentato dettagliatamente lo stato attuale della professione, Edoardo Giusti (n.1944), che con le attività di ricerca e professionali è considerato un precursore del Gestalt Counseling in Italia. In particolare, il Counseling Umanistico si sviluppa, insieme alla Psicologia Umanistica, negli U.S.A., a partire dagli anni '60 (ma già nel 1942 uno dei capostipiti, Carl Rogers, pubblica "Counseling and Psychotherapy"). Possiamo considerare come fondatori principali di questo filone di pensiero Carl Rogers, Abraham Maslow, Robert Carkhuff, Victor Frankl, Fritz Perls e Rollo May. Il Counselor opera nel campo della prevenzione della malattia e in quello della promozione della salute, così come intesa e definita dalla Carta di Ottawa nel 1986. Il Counselor possiede competenze specifiche per la promozione del benessere dell'individuo e non esercita attività sanitarie.

Il Modello teorico di riferimento nasce dalla psicologia umanistica di Rogers, e si apre a più recenti modelli teorici derivanti dall'approccio interdisciplinare vigente alle Nazioni Unite (UN University e International Training Centre dell'ILO). In particolare la Neurofenomenologia di Umberto Varela costituisce un riferimento centrale, insieme all'approccio neurofisiologico di Daniel Siegel. Inoltre, il modello teorico risente delle ultime scoperte della neuroscienza, con particolare riferimento ai consolidati studi di Paul Ekman e Richard Davidson. Infine, la scuola psicologica di Oxford, guidata da Mark Williams costituisce il riferimento metodologico della relazione tra mente e corpo integrato dall'approccio interdisciplinare di Alan Wallace. A partire dall'inquadramento propedeutico dell'Emotional Sustainability Counselor, in ogni attività di Counselling si stabiliscono i legami teorici con gli studi sulla sostenibilità umana condotti dalle Nazioni Unite al fine di agganciare teoria della personalità e teoria della sostenibilità umana, due aree diverse ma con molti elementi comuni.

### ***Fondamenti del counseling***

Principi basilari del counseling: comunicazione non direttiva, accoglienza, colloquio, setting, ascolto attivo, empatia, atteggiamento non giudicante, responsabilità, autenticità e congruenza. I principi

fondamentali che indirizzano la pratica del Counseling sono l'assenza di giudizio, l'accettazione incondizionata, l'empatia e l'assoluta riservatezza. Il lavoro del counselor consiste nell'agevolare la persona in un'auto-esplorazione che permette la messa a fuoco e la definizione delle problematiche attuali, l'approfondimento dei vissuti emotivi, l'attenzione al corpo e alle varie componenti della personalità, la consapevolezza dei meccanismi che bloccano la soluzione dei problemi, l'individuazione ed il potenziamento delle risorse interne ed esterne per farvi fronte nel modo più soddisfacente. Il counselor non dà soluzioni né consigli, ma aiuta la persona ad aiutarsi. Le tecniche utilizzate in un approccio integrato, sono molteplici: ascolto attivo di matrice rogersiana, tecniche gestaltiche, analitico transazionali, onirico-simboliche, tecniche di visualizzazione e rilassamento, meditazione e costellazioni familiari, dialogo con sintomo nella lettura psicosomatica. Le caratteristiche della "relazione d'aiuto". L'approccio è Centrato sulla Persona nella sua interezza, con particolare attenzione ad un lavoro di integrazione fra le dimensioni corporea, emotiva, cognitiva, comportamentale, nel pieno rispetto dell'unicità dell'individuo e della sua esperienza e nella convinzione che ciascuno racchiude in sé tutte le risorse per una realizzazione piena e soddisfacente del proprio disegno di vita. Parte pratica: esercitazioni su ascolto attivo, osservazione, riformulazione, e altri principi teorici illustrati per facilitare il contatto autentico. Alcuni ambiti: fornire aiuto per smettere di fumare, adottare stili di vita meno patogeni, adattarsi a mutilazioni, accettare tecniche di riabilitazione, fronteggiare la chemioterapia, offrire sostegno a persone con ruoli chiave nei gruppi, insegnare la assertività, migliorare la formazione o le capacità di comunicazione (es. affrontare colloquio di lavoro, o apprendere tecniche di corteggiamento).

## ***Comunicazione, Scelta e Cambiamento***

Teorie e tecniche della comunicazione Pragmatica della comunicazione e assiomi della comunicazione; struttura della comunicazione; le funzioni della comunicazione; linguaggio e comunicazione non verbale; dare e ricevere feedback; l'uso della metafora e del linguaggio analogico; l'ascolto empatico; intelligenza emotiva; leggere il linguaggio non verbale; la comunicazione e la relazione d'aiuto; consapevolezza e relazione con l'altro; stili comunicativi; le barriere della comunicazione; principi per una comunicazione ecologica; la comunicazione assertiva. Parte pratica: simulazioni e role plays relativi agli argomenti trattati. l'obiettivo è quello di sviluppare la consapevolezza negli operatori della importanza di una comunicazione efficace nella relazione con l'utenza. La comunicazione interpersonale è lo strumento elettivamente usato da ogni operatore nella relazione di aiuto. Svilupparne la consapevolezza significa fornire gli strumenti di comprensione necessari alla corretta gestione delle relazioni professionali. La capacità di decodificare la domanda, di proporre informazioni chiare e di orientare l'altro sono tutte responsabilità degli operatori sanitari a qualsiasi livello coinvolti nella relazione di aiuto. L'assunzione attiva e consapevole di tale responsabilità va definita chiaramente sia nel rapporto con l'utente che nel rapporto con il gruppo di lavoro e, le strategie comunicative sono elementi chiave nell'esigenza di rapportarsi con efficacia "all'altro". Il concetto di comunicazione comporta la presenza di un'interazione tra soggetti diversi: si tratta in altri termini di una attività che presuppone un certo grado di cooperazione. Ogni processo comunicativo avviene in entrambe le direzioni e, secondo alcuni, non si può parlare di comunicazione là dove il flusso di segni e di informazioni sia unidirezionale. Se un soggetto può parlare

a molti senza la necessità di ascoltare, siamo in presenza di una semplice trasmissione di segni o informazioni. Nel processo comunicativo che vede coinvolti gli esseri umani ci troviamo così di fronte a due polarità: da un lato la comunicazione come atto di pura cooperazione, in cui due o più individui "costruiscono insieme" una realtà e una verità condivisa; dall'altro la pura e semplice trasmissione, unidirezionale, senza possibilità di replica, come per esempio nelle varianti dell'imbonimento televisivo o dei rapporti di caserma. Nel mezzo, naturalmente, vi sono le mille diverse occasioni comunicative che tutti viviamo ogni giorno, in famiglia, a scuola, in ufficio, in città.

## ***Psicologie***

### **Elementi di Psicologia Generale**

Origini e sviluppi della psicologia scientifica; metodi della ricerca in psicologia; sensazione e percezione; attenzione, coscienza, azione; rappresentazione, conoscenza, simulazione mentale; apprendimento ed esperienza; memoria e oblio; decisione, ragionamento, creatività; comunicazione e linguaggio; valori, desideri, motivazioni; emozioni e affetti.

### **Elementi di Psicologia Sociale**

Origini storico-culturali della disciplina; i metodi di ricerca: dallo sperimentale, in laboratorio e sul campo, alla ricerca-azione finalizzata al cambiamento; i principali argomenti di studio: il gruppo e i rapporti tra gruppi; la cognizione sociale; la teoria dell'attribuzione; gli atteggiamenti: misurazione e strategie per il cambiamento; le relazioni sociali; il comportamento pro-sociale; il comportamento aggressivo; conflitto e cooperazione; la comunicazione interpersonale, la comunicazione persuasiva; le possibilità e modalità di applicazione della Psicologia Sociale a problemi quali i conflitti sociali e la discriminazione verso i "gruppi minoritari", i comportamenti lavorativi ed economici.

### **Elementi di Psicologia dello sviluppo**

I concetti chiave, i metodi e le principali teorie della psicologia dello sviluppo, dai contributi classici a quelli contemporanei; lo sviluppo fisico, motorio e percettivo; lo sviluppo cognitivo e linguistico; lo sviluppo socioemotivo e dell'identità; i contesti sociali e culturali dello sviluppo: famiglia, scuola, gruppo dei pari, appartenenza culturale. Parte pratica: esercitazioni relative all'individuazione dei principali stili di attaccamento e dei cicli di vita.

### **Elementi di Psicologia Dinamica**

Concetti fondamentali della psicoanalisi. La teoria delle relazioni oggettuali. Elementi di psicodinamica della relazione. I meccanismi di difesa. Il transfert e contro-transfert. L'elaborazione della sofferenza. Psicoanalisi, sogno e spiritualità. Parte pratica: triadi e lavori esperienziali.

## **Elementi di Psicologia dei Gruppi**

La realtà dei gruppi; processi elementari e aspetti strutturali nei gruppi; l'influenza sociale nei gruppi; individui versus gruppi; relazioni intragruppi (identificazione e appartenenza) e intergruppi (conflitto e pregiudizio). Parte pratica: simulate relative alle dinamiche di gruppo e alla gestione dei gruppi.

## ***Altre scienze umane***

### **Filosofia della mente e scienze cognitive**

L'insegnamento si pone l'obiettivo di fornire una visione introduttiva e non esaustiva alla filosofia della mente contemporanea. Negli ultimi anni, la tradizionale discussione filosofica sulla relazione fra mente e corpo è stata notevolmente arricchita da quelle svoltesi nella metafisica e nella filosofia del linguaggio. Il dibattito filosofico contemporaneo sulla mente è inoltre spesso stimolato dai recenti risultati della psicologia cognitiva e delle neuroscienze. L'insegnamento intende fornire alcuni cenni teoretici e storici ai principali problemi discussi nella filosofia della mente, le differenti soluzioni e gli argomenti a favore e contro tali soluzioni. I principali temi analizzati saranno i seguenti: rapporto Mente-corpo, rapporto Mente- mondo, rapporto Mente-mente, coscienza, intenzionalità.

### **Teorie morali**

L'insegnamento propone un assaggio delle principali teorie morali grazie anche all'ausilio di esercitazioni pratiche che ripropongono dilemmi da risolvere. Chiarita la nozione di teoria morale e la sua importanza all'interno della vita dell'individuo, l'insegnamento fa luce sulle diverse posizioni e stimola gli allievi a imparare a ragionare e ad argomentare attraverso le differenti impostazioni. L'obiettivo è fornire una conoscenza generale sulle principali teorie morali, rendere gli allievi in grado di argomentare e di procedere nelle discussioni, rendendo elastico il ragionamento, allentando i pregiudizi e fornendo nuove capacità di affrontare i dilemmi che si possono presentare nella relazione counselor – cliente.

### **Sociologia**

La formazione del Life Counselor comprende lo studio e l'osservazione di alcuni fenomeni sociologici che stanno alla base del percorso di costruzione dell'identità sia da parte di ciascun individuo sia della comunità sociale in cui gli individui sono inseriti.

Risalire alla struttura e all'organizzazione sociale primitiva dell'umanità permette di incontrare la sorgente di alcune delle situazioni relazionali più frequenti che in qualche modo influenzano ancor oggi le dinamiche comportamentali delle persone nel tessuto relazionale e sociale.

L'organizzazione umana, sin dalle sue più lontane origini, era indiscutibilmente basata su regole precise, essenziali per garantire la vita dell'intera comunità.

### **Antropologia**

L'Antropologia studia l'essere umano da diversi punti di vista (sociale, culturale, morfologico, religioso) e i vari comportamenti dell'uomo all'interno della Società. I modelli antropologici ed etnologici sono utili al

Life Counselor non solo per riflettere sulla diversità delle culture, ma anche per ricordarci che all'interno della stessa società possiamo riscontrare differenze culturali in grado di metterci in difficoltà. La formazione utilizza Elementi di Antropologia finalizzati ad approfondire:

- Il significato dei passaggi e delle tappe evolutive personali;
- Il lutto nelle altre culture;
- Multiculturalità e interculturalità;
- Costruire una mappa d'identità.

## **Pedagogia**

Il termine "pedagogia libertaria" è atto a indicare un insieme di riflessioni, idee, esperimenti che negli ultimi due secoli in tutto il mondo hanno avuto per tema fondamentale l'educazione alla libertà proponendo modelli educativi che hanno una valenza antigierarchica e volta all'autodeterminazione dell'individuo.

La figura di Carl Rogers è centrale sia nella "storia" del counseling che in quella della pedagogia libertaria: in America le idee di Dewey riecheggiavano e Carl Rogers ne fu particolarmente colpito tanto da concentrare il suo pensiero sulla non direttività e sulla centralità della persona ("La terapia centrata sul cliente"). Inizialmente Carl Rogers si occupò di psicoterapia e counseling: si rese conto in seguito che il suo contributo poteva essere utile non solo per facilitare la relazione counselor-cliente, ma anche per facilitare l'apprendimento degli alunni potenziando il rapporto insegnante-alunno.

In sostanza l'accento viene posto non più sull'insegnamento ma sull'apprendimento, non deve essere il maestro a "cambiare" l'alunno bensì è l'individuo che "cambia se stesso" mentre apprende. La non direttività non è quindi il lasciar fare nello spontaneismo disordinato, ma è al contrario un'autorità volta a lasciar esprimere le potenzialità degli alunni e che cerca di superare non l'autorità, ma il potere della funzione docente.

La pedagogia libertaria pone le sue basi in modelli caratterizzati dall'autodeterminazione dell'individuo con modalità non autoritarie. Di fronte alla crisi dei sistemi educativi odierni (famiglia, scuola, società) è fondamentale sperimentare possibili alternative pratiche che riportino l'educazione alla sua connotazione originaria ovvero "tirare fuori" piuttosto che quella prevalente di plasmare. Le pratiche e le teorie che nell'educazione libertaria non sono disgiunte ma imprescindibilmente intrecciate sostengono l'idea di educare ad "essere" e non a "dover essere".

Parallelamente alla pedagogia libertaria il futuro Life Counselor conoscerà a grandi linee i fondamenti della Pedagogia Waldorf o steineriana, approccio educativo sviluppato su indicazione di Rudolf Steiner, a partire dal 1919.

## ***Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia***

Tale insegnamento intende creare occasione di conoscenza e comprensione del Counseling, professione di aiuto riconosciuta e disciplinata e di quelle che sono le aree in cui può trovare piena applicazione. Si intende offrire la possibilità di addentrarsi in un consapevole confronto tra il Counselor e

le altre figure professionali, quali lo Psicologo e lo Psicoterapeuta, al fine di apprenderne i reali confini di intervento e i possibili ambiti applicativi, per iniziare così un movimento verso una sempre maggiore coesistenza, collaborazione e integrazione. In un primo momento introduttivo le professioni di aiuto saranno illustrate e chiarite a partire dalle specifiche definizioni, le normative e le categorie di riferimento. Sarà poi approfondito il confronto tra le attività proprie del counseling, della psicologia e quelle a carattere psicoterapico, mettendone in luce aspetti di comunanza e differenza, anche attraverso l'esplicitazione delle finalità, degli obiettivi, delle modalità operative, delle diverse strategie, e degli strumenti utilizzati.

- **INTRODUZIONE:** le professioni di aiuto

In tale momento saranno condivise le diverse definizioni delle professioni di aiuto:

La professione Counselor e relativi percorsi formativi

La professione Psicologo e relativi percorsi formativi

La professione Psicoterapeuta e relativi percorsi formativi

Le normative di riferimento

Associazioni professionali Counseling

Ordine Psicologi e Psicoterapeuti

- **APPROFONDIMENTO:** comunanze e differenze tra le professioni di aiuto

1. Aree di Comunanza tra le professioni di aiuto.

Counseling, Psicologia, Psicoterapia pongono la propria radice nel processo di aiuto esplicitato attraverso una relazione tra un professionista qualificato e un utente. La persona si pone così al centro del processo di aiuto.

2. Aree di Differenziazione tra le professioni di aiuto.

Approfondimento della diversità di approccio in termini di finalità, obiettivi, modalità, strategie, e strumenti utilizzati attraverso le seguenti dimensioni:

1. Dimensione Relazione:
2. Dimensione Tempo
3. Dimensione Intervento
4. Dimensione Finalità
5. Dimensione Salute e Patologia

- **CONCLUSIONE:** verso un approccio integrativo e di co-esistenza.

## ***Etica e deontologia***

Deontologia della professione di counselor; l'esercizio della professione di counseling; casi pratici; il codice deontologico di Assocounseling, statuti e regolamenti; elementi di politica professionale; la legge 4 /2013; il sistema autorizzatorio e accreditatorio.

L'Associazione Professionale di Categoria AssoCounseling adotta il presente codice deontologico al fine di regolamentare i rapporti scaturenti dall'esercizio della professione di counselor. Il codice deontologico costituisce l'insieme delle norme e dei principi di condotta in cui tutti i soci di AssoCounseling si riconoscono e di cui si impegnano al rispetto. La conoscenza, la condivisione e il rispetto del presente codice deontologico, nonché l'osservanza delle norme e dei principi in esso contenuti, è un requisito imprescindibile per l'iscrizione ad AssoCounseling. In relazione alla professione di counselor, il codice deontologico fa riferimento alla professione di counselor così come definita da AssoCounseling: "Il counseling professionale è un'attività il cui obiettivo è il miglioramento della qualità di vita del cliente, sostenendo i suoi punti di forza e le sue capacità di autodeterminazione. Il counseling offre uno spazio di ascolto e di riflessione, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transizione e stati di crisi e rinforzare capacità di scelta o di cambiamento. E' un intervento che utilizza varie metodologie mutuare da diversi orientamenti teorici. Si rivolge al singolo, alle famiglie, a gruppi e istituzioni. Il counseling può essere erogato in vari ambiti, quali privato, sociale, scolastico, sanitario, aziendale". (Definizione dell'attività di counseling approvata dall'Assemblea dei soci in data 2 aprile 2011)

### ***Promozione della professione***

Possibili applicazioni del counseling nei vari contesti: il counseling come sostegno alle situazioni di momentanea difficoltà; il counseling come sostegno alla ricerca di senso e alla auto-realizzazione; il counseling aziendale; il counseling della famiglia; il counseling scolastico; prevenzione e gestione dello stress.

### **Il counseling in ambito privato**

Il counselor si pone come facilitatore o agevolatore nelle relazioni d'aiuto. Può rivelarsi particolarmente utile, non solo per individui singoli ma anche in ambito familiare, per affrontare, comprendere e risolvere problemi di relazione interpersonale tra genitori e figli, oppure nella coppia.

### **Il counseling in ambito lavorativo**

In ambito lavorativo i percorsi di counseling sono finalizzati ad un miglioramento della qualità della vita del dipendente. L'aumento dei fenomeni di stress in seguito ai ritmi sempre più incalzanti della vita moderna, in parallelo con l'esigenza economica di utilizzare nel modo migliore il personale realizzando una maggiore resa produttiva, ha contribuito ad evidenziare l'importanza di identificare e modificare processi e ambienti di lavoro stressogeni.

### **Il counseling in ambito scolastico e universitario**

Aiuta ad instaurare un piano di comunicazione e relazione efficace con gli studenti, coinvolgendo attivamente la figura degli insegnanti, dei dirigenti e degli operatori scolastici. Il counseling in ambito socio – sanitario e ospedaliero. Tale attività di counseling si applica a diversi settori di intervento, in particolare in relazione a importanti decisioni da prendere per la salute del paziente, o a particolari stati emotivi sui quali intervenire affinché non causino ricadute negative a livello comportamentale. Gli

interventi possono essere sia di tipo verticale, andando a coinvolgere la dirigenza, il management e i suoi collaboratori, che orizzontale, andando a coinvolgere trasversalmente figure di pari livello.

## **Il counseling sportivo**

Il counselor sportivo aiuta l'atleta a definire i propri obiettivi a medio e lungo termine, a stabilire il suo equilibrio psico-fisico e a trasformare i suoi punti di debolezza in punti di forza.

## ***Counseling Umanistico – Sistemico – Relazionale – Integrato***

### **Counseling umanistico**

Fornire conoscenze e strumenti propri del counseling rogersiano sposando l'ipotesi che in ogni essere umano – al di là di ogni tecnica o approccio – esista una fondamentale, insopprimibile, vitale tendenza (quasi una spinta propulsiva) alla propria auto-realizzazione. Il lavoro verterà dunque sull'acquisizione di contenuti e modalità per comprendere come ripristinare in sé e nell'altro la spinta vitale senza orientarsi verso soluzioni precostituite, bensì agevolando il processo autonomo di consapevolezza del proprio vissuto emotivo. Il counseling umanistico (Maslow e Rogers); La terapia centrata sul cliente; La teoria rogersiana della personalità; Empatia, Ascolto Attivo, Riformulazione, Autenticità, Congruenza, Accettazione incondizionata, Sospensione del giudizio. L'approccio non direttivo e le sue implicazioni teoriche da Socrate (epoché) a Rogers.

### **Counseling sistemico**

La visione sistemica piuttosto che interessarsi alle dinamiche intrapsichiche esclusivamente individuali, focalizza l'attenzione sul processo interattivo e comunicativo in corso tra i membri di un sistema. Per sistema si intende un complesso di componenti in interazione reciproca. In quest'ottica il comportamento è funzione della relazione. La tendenza dei sistemi interattivi ad organizzarsi secondo regole (le relazioni presentano delle regolarità che diventano prevedibili perché tendono a riproporsi con frequenza) è evidente soprattutto in quei sistemi che si fondano su una rete abituale di rapporti che ne garantiscono un certo grado di continuità e stabilità. Esempio di questi sistemi è la famiglia, gruppi di amici, colleghi di lavoro classi scolastiche. Alcuni sistemi interattivi presentano una sufficiente flessibilità delle regole di relazione interne, altri invece una particolare rigidità che impedisce adeguati mutamenti in risposta all'emergere di nuove tendenze evolutive. E' in questi ultimi sistemi che compaiono più facilmente manifestazioni di momentanea difficoltà. L'approccio sistemico cerca di mettere in luce il significato dell'evento all'interno del contesto con il fine di accompagnare il singolo a ricontattare la tendenza attualizzante presente in ciascuno.

### **Counseling relazionale**

Il Counseling relazionale ha origine dall'innata necessità dell'uomo di confrontarsi e condividere pensieri, idee e sentimenti. Ha le sue radici in vari orientamenti: dalle scienze umanistiche alla filosofia, dalla fenomenologia all'esistenzialismo, alle Neuroscienze, alle numerose discipline olistiche. È volto a migliorare le relazioni dell'individuo con se stesso e con il proprio ambiente.

L'esistenza umana è scandita da momenti di passaggio (adolescenza, vecchiaia ecc.) e da eventi (lutto, separazione, conflitti, perdita lavoro ecc.) che possono generare perdita di equilibrio e serenità. Non sempre è possibile affrontare da soli queste situazioni.

Carl R. Rogers è stato uno dei rappresentanti più originali della psicologia clinica e ha dato un contributo fondamentale allo sviluppo della psicologia umanistica in un'epoca in cui le relazioni d'aiuto erano fortemente condizionate da un modello d'intervento medico. Fu capace di apportare profondi cambiamenti nel campo della psicoterapia ma più in generale delle relazioni umane.

Egli aveva la convinzione che in ogni terapia era fondamentale l'atteggiamento del terapeuta e fu il primo ad avere una visione della natura umana basata sulla fiducia della capacità innata di ogni individuo a tendere alla salute e all'autoregolazione.

La Terapia Centrata sul Cliente è di fondamentale importanza affinché il Counselor possa condurre il cliente ad un lavoro di auto aiuto riconoscendo la forza vitale presente in ciascuno.

Compito di un buon Counselor è di creare le condizioni per cui durante la sessione il cliente possa entrare in contatto con la sua natura profonda e valutare da solo quale scelta è per lui in quel momento più efficace.

Rogers ha dimostrato che la comunicazione è terapeutica, cioè capace di produrre cambiamento, quando il Counselor è in grado d'avere una relazione centrata sulla persona, quando il cliente viene compreso nel qui e ora come persona unica capace di autodeterminarsi e di sviluppare in modo autonomo le proprie risorse.

Ogni comunicazione evolutiva, ogni incontro con un cliente dovrebbe pertanto essere caratterizzato dall'accettazione incondizionata dell'altro intesa come assenza di giudizio; dall'empatia; dall'ascolto attivo; dalla congruenza.

## **Counseling integrato**

Il counseling integrato si propone quale integrazione di svariati: Pnl, bioenergetica, psicosomatica e altro. Il counseling integrato condivide i presupposti della psicologia umanistica di Carl Rogers dei primi anni '50 e pone al centro della relazione il cliente e ritiene che per il suo percorso di crescita, in base alla questione portata, si possa attingere ai diversi indirizzi teorici. Il counselor si avvale di conoscenze teoriche e tecniche che provengono da diversi modelli procedurali e applica una metodologia fondata sulla selezione sistematica elettiva dei principi attivi per il cambiamento in un dato momento.

La professionalità del counselor si fonda principalmente su una formazione finalizzata alla definizione di uno stile personale di indagine e di intervento che fa della versatilità e della creatività un punto di forza. Si viene a delineare in questo modo una figura di counselor a "tutto tondo", aperto e flessibile alle varie metodologie, capace di non rimanere attaccato ad un unico impianto teorico. Obiettivo del counseling integrato è di sviluppare nel counselor la capacità di ricercare gli aspetti comuni ai vari orientamenti al fine di possedere una scelta quanto più ampia possibile di strategie da combinare ad hoc per il cliente.

Principali teorie di riferimento:

Il bambino interiore;

Il giudice interiore;

Il triangolo drammatico di Karpman;

La PNL;

La teoria ridecisionale e le ingiunzioni di Robert e Mary Goulding;

Gli stadi dell'identificazione del conflitto secondo Anger Marie Glas;

Risoluzione del conflitto secondo Carl Rogers e Thomas Gordon;

## ***P.E.M. Programmazione Emozionale della Mente***

Con il termine P.E.M.: Programmazione Emozionale della Mente o Somatopsichica intendiamo l'educazione a saper usare accortamente la propria mente attraverso precise tecniche alfageniche e comportamenti adeguati per la promozione della salute e del benessere del corpo, in modo da garantire una migliore qualità di vita personale e contribuire in questo modo anche al benessere sociale.

L'intervento non è di tipo psicologico né psicoterapeutico, ma si propone quale promozione delle risorse che, anziché occuparsi di casi di disagio e sofferenza, interviene nella vita normale degli individui e dei gruppi per migliorarne condizioni di salute fisica ed emotiva, così da garantirne una migliore qualità di vita.

Attraverso delle semplici tecniche di rilassamento e di proiezione mentale alfageniche si svelano i meccanismi di funzionamento della mente umana, al fine di ottenere o mantenere salute e benessere per una migliore qualità di vita.

P.E.M. e Somatopsichica afferiscono alla Psicologia del Benessere: un orientamento psicologico emerso in questi ultimi anni nell'ambito della Psicologia della Salute per favorire la capacità di vivere armoniosamente la relazione con se stessi, con gli altri e con il mondo: una capacità determinante nel promuovere il benessere individuale e sociale.

Il nostro scopo di promozione umana e sociale, cioè la ricerca di una nuova cultura del benessere per una migliore qualità di vita, ha lo scopo di favorire felicità e serenità nel mondo contemporaneo.

La felicità, sebbene sia un progetto essenzialmente individuale, ha però bisogno per realizzarsi di determinate condizioni ambientali (fisiche, culturali, politiche, ecologiche) che favoriscano un clima di ordine e pace sociale.

In questo "clima" la P.E.M. intende svolgere il suo compito, proponendosi quale valido strumento di autodeterminazione ed effettivo cambiamento generando un'originale cultura del benessere e dell'autorealizzazione che ha connotati ben precisi e metodologie collaudate. Un percorso diverso per ciascuna persona che percorre la propria strada, ma tutti convogliati nella comune, inarrestabile tendenza allo star bene, allo stare meglio e all'autorealizzazione.

## ***Tecniche di ascolto a mediazione corporea***

Le tecniche di ascolto a mediazione corporea apprese durante il percorso formativo comprendono tecniche respiratorie, esercizi fisici, visualizzazioni, esercizi di ascolto finalizzati a consentire alla persona (sia Counselor che cliente) di entrare in intimo contatto con le proprie emozioni.

Favoriscono lo stare nel momento presente, nel qui ed ora, ed aiutano a non farsi fagocitare da pensieri e preoccupazioni quotidiane, ad allentare le tensioni, gioire del momento presente, migliorare la qualità della vita e il ben-essere interiore.

Attraverso le tecniche di ascolto è possibile entrare in contatto con il proprio corpo, il dolore, i pensieri, gli stati d'animo.

Quando la persona comincia ad ascoltarsi crea la possibilità di diventare consapevole di che cosa sta accadendo in quel preciso momento dentro di lei. Potrà rendersi conto di quanto è rumoroso in suo silenzio interiore e quanti pensieri affollano la sua mente.

Riuscire ad ascoltarsi aiuta a vivere nel qui ed ora, nel momento presente mentre spesso con i nostri pensieri viviamo proiettati in avanti (il momento successivo a quello che stiamo vivendo) oppure legati a qualcosa che è passato aumentando l'ansia e la tensione.

Utilizzare le tecniche di ascolto permette di superare i momenti difficili nei quali i pensieri prendono il sopravvento ed alimentano la sofferenza. Ciò significa sviluppare autonomia nella persona, autonomia come conquista di libertà interiore, libertà dagli stati d'animo, autonomia che significa diventare osservatori consapevoli di ciò che accade senza essere invasi e lasciarsi sopraffare dalle emozioni.

Stare nel momento presente aiuta a capire chi siamo, come stiamo, a comprendere il nostro mondo interiore e ad apprezzare le piccole cose del quotidiano che migliorano la qualità della vita e danno energia per affrontare situazioni difficili.

Ascoltata, la persona in momentanea difficoltà, comincia a entrare in contatto con le proprie risorse più profonde, percepisce le proprie emozioni, ri-scopre la propria forza interiore, ridefinisce il senso della propria esistenza.

## ***Counseling nella relazione di coppia***

Introducendo un approccio ispirato alla IBP, teoria che suddivide la psiche umana in quattro strati:

Agency;

Carattere (Abbandonato; Invaso; Come se);

Ferite Emozionali;

Vero Sé o Nucleo

si illustrano e si prendono in considerazione in un primo momento le caratteristiche presentate da ciascun allievo e quali dinamiche egli tenda a portare nella coppia, promuovendo poi il riconoscimento delle dinamiche altrui.

Agency, il primo strato difensivo della Psiche in quest'ottica, significa trascurare se stessi in favore dell'altro, è un sì speranzoso verso il partner e le altre persone.

Il secondo strato, definito carattere difensivo, comprende la difesa di rifiuto, di contrapposizione all'altro, volta a difendere la persona da eventi dolorosi. Quando la persona si trova nel carattere si ritira dalla relazione e può farlo in due modi: in modo attivo interrompe la relazione; in modo passivo si rassegna all'ineluttabilità degli eventi.

Il terzo strato, definito Ferite emozionali, racchiude le ferite emozionali dell'infanzia che hanno origine da mancanze affettive verificatesi nella crescita psicologica, emozionale e comportamentale del bambino. Queste ferite originarie rimangono come congelate nel sistema persona e in un certo senso comandano le reazioni automatiche del soggetto che agisce inconsapevolmente per soddisfare i bisogni connessi a tali ferite.

L'ultimo strato, il Vero Sé o Nucleo, comprende l'essenza, l'anima profonda. Questo modello, nella sua semplicità, permette al counselor di comprendere le dinamiche vissute sia dal singolo che dalla coppia.

Al fine di saziare la mancanza connessa alle ferite originarie e di non avvertire il dolore provocato dalle stesse, il soggetto in Agency si difende cercando nutrimento all'esterno, compiacendo oltremodo l'altro, mentre il soggetto nel carattere si difende opponendosi e respingendo l'altro.

Gli ostacoli all'intimità;

L'amore completo: Impegno; Passione; Intimità.

La componente intimità;

La componente passione;

La componente decisione-impegno;

La simpatia;

L'infatuazione;

L'amore vuoto;

L'amore romantico;

L'amore fatuo;

L'amore Amicizia;

L'amore vissuto;

L'intimità;

Elemento dell'Intimità.

## ***Teorie e tecniche dell'approccio sistemico***

Questo insegnamento, dal carattere eminentemente esperienziale e fenomenologico, si pone l'obiettivo di sciogliere, con l'aiuto delle Costellazioni del Sé, quei nodi, quei legami invisibili che spesso intralciano il libero sviluppo della persona umana nei vari aspetti che la caratterizzano e la trattengono confinata in un ruolo. Lo strumento delle Costellazioni del Sé prevede e comprende un personale lavoro di

conoscenza e di riconoscimento delle proprie emozioni, delle proprie reazioni e delle strategie attuate nel tempo di fronte agli accadimenti della propria esistenza, nonché un lavoro di riconnessione con la propria stirpe. Gli argomenti trattati sono il rapporto con la famiglia di origine, con il partner, con il marito/moglie, con i figli, con il lavoro e con la realizzazione dei propri progetti. Un percorso per giungere all'essenza di se stessi e per incontrare quei nuclei fondamentali che possono consentire al futuro Life Counselor una straordinaria capacità di relazione con se stesso e con il mondo al fine di essere più libero dai condizionamenti quotidiani e dai condizionamenti imposti dalla propria realtà familiare, maggiormente in contatto con se stesso e con la libertà di seguire il proprio destino. Si ipotizzeranno in modo empirico e fenomenologico possibili risposte alle domande essenziali che da sempre "abitano" l'umanità, sviluppando una nuova e profonda consapevolezza di sé e una duratura stabilità interiore. Si propone un profondo lavoro di armonizzazione di sé atto a riprendere le redini della propria esistenza invitando la persona ad agire e ad evolvere verso un livello di consapevolezza spirituale sempre più elevato. Perché tutto ciò di cui abbiamo bisogno è già dentro di noi.

### ***Risorse, talenti, potenzialità***

Essere in salute e pieni di energia dovrebbe essere lo stato naturale in cui si muove e vive l'essere umano, ma a volte, anche in presenza di un buono stato di salute, percepiamo di essere "sotto tono". Ciò può accadere perché spesso viviamo un considerevole dispendio di energia dovuto a pensieri, emozioni o stati d'animo non in linea con il libero fluire.

Attraverso le attività didattico-esperienziali che questa disciplina propone, gli allievi entrano nuovamente in contatto con la propria energia vitale e sperimentano momenti di libero fluire.

Verranno trattati argomenti quali: l'attaccamento; la bramosia; le dipendenze; le paure; i nuclei di energia vitale; i talenti; la cura di sé; l'assunzione di responsabilità del proprio benessere somatopsichico; la compenetrazione dei tre aspetti: corpo, mente, spirito; la genitorialità consapevole; rimedi per aumentare la propria energia e per aiutare l'organismo nei momenti di transizione agendo in modo "rispettoso" e molto profondo per riportare armonia all'interno dell'individuo; respirazione consapevole; pensieri che nutrono; la coscienza che genera il pensiero; affermazioni positive; consapevolezza di sé e dell'altro secondo la seguente massima gandiana: "Le tue convinzioni diventano i tuoi pensieri. I tuoi pensieri diventano le tue parole. Le tue parole diventano le tue azioni. Le tue azioni diventano le tue abitudini. Le tue abitudini diventano i tuoi valori. I tuoi valori diventano il tuo destino".