

Presentazione della struttura

Denominazione dell'ente che eroga il corso

Associazione La Parola Magica. Via Europa, 252 – 20062 Cassano d'Adda (MI)

Denominazione della scuola

Corpus in fabula

Rappresentante legale

Chiara Marazzi

Responsabile didattico

Chiara Marazzi

Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Arianna Saracino sede di Milano e Emilia Pelizzari sede di Brescia

Corpo docente

Maurizio Stupiggia

Psicologo e psicoterapeuta

Chiara Marazzi

Formatrice laureata in scienze d'educazione (esperta in processi formativi) e Psicologia, supervisor counselor

Fabio Marchetti

Psicologo e psicoterapeuta

Serena Granzotto

Operatrice teatrale, professional counselor.

Riccardo Musacchi

Psicologo e psicoterapeuta

Presentazione

Nel 2006 nasce l'associazione culturale La Parola Magica con lo scopo di promuovere, senza riferimento specifico ad approcci e teorie, la cultura del counseling quale intervento di aiuto a persone e sistemi basato sulla relazione e sull'ascolto empatico.

Nel 2008 all'interno dell'associazione, curato dalla dott.ssa Chiara Marazzi attuale coordinatrice didattica della scuola, si attiva tra i soci, a livello sperimentale, il primo percorso di integrazione tra "biosistemica" e "teatro sociale" da cui nasce dall'anno successivo il percorso triennale di counseling biosistemico integrato con il teatro sociale.

Dal 2009 a oggi con la scuola Corpus in Fabula, l'associazione mette a disposizione dei soci, una forte e variegata "offerta formativa" che include la formazione di base con il Corso Triennale per counselor e molti percorsi di aggiornamento per counselor professionisti che si declinano sulle singole annualità.

La scuola, a differenza dell'associazione, ha scelto un approccio integrato e olistico e, in particolare propone sull'asse dell'intervento con i singoli, la mediazione corporea biosistemica che unisce la "teoria dei sistemi" e le "neuroscienze" che inscrivono il loro contributo nello studio del funzionamento della nostra biologia (in particolare il funzionamento del sistema nervoso) e della nostra mente come emergenza del cervello. Garante del metodo e direttore scientifico del percorso triennale è il professor Maurizio Stupiggia, psicoterapeuta e studioso biosistemico di fama internazionale che da una decina di anni sta lavorando per la diffusione in Giappone e in Brasile della pratica biosistemica. Nell'intervento con gruppi e comunità, l'approccio corporeo della biosistemica sposa l'integrazione con le pratiche teatrali in una logica di valorizzazione della espressività e creatività soggettiva e collettiva centrata sulle ritualità e sui processi di socializzazione.

In questi anni scuola e associazione hanno collaborato con diverse realtà istituzionali e non.

In particolare, ricordiamo i seguenti progetti:

- progetto Gruppi di Mutuo aiuto del Distretto Territoriale di Corsico per il Comune di Corsico
- attività di supervisione dei ricercatori del centro di ricerca CRemit dell'università Cattolica del Sacro Cuore diretto dal professor Pier Cesare Rivoltella;
- sportello di counseling in IKEA Carugate;
- sportelli di ascolto in diverse scuole di Milano e provincia attivi a oggi gli sportelli in ENAIP a Pioltello e ENAIP a Milano.

Dal 2016 con il progetto ALCHEMIA, nascono i gruppi di automutuo aiuto per genitori che hanno perso il loro bambino nel periodo della gravidanza o immediatamente successivo al parto. Attualmente (2021) in piena autonomia e in sinergia con gli Ospedali della città di Milano e della Regione Lombardia, la scuola con lo sportello tirocinanti accoglie le coppie in lutto e prosegue con la sua attività di sostegno al gruppo di automutuo aiuto dei genitori. Sono circa 200 persone che hanno usufruito del nostro progetto. Da 2021 Marazzi Chiara ha ottenuto una docenza a contratto nel corso di Laurea di Ostetrica dell'Università Statale di Milano sul tema del lutto perinatale.

Orientamento teorico

1. PREMESSA

La premessa a tutta la riflessione che ha portato alla formalizzazione del modello teorico del percorso di counseling di Corpus in Fabula, è che i contesti sociali in cui viviamo, soprattutto quelli del lavoro, dei servizi e dell'organizzazione, confinano la relazione e le competenze relazionali "fuori" dalle attenzioni e dalle strategie di intervento prevalenti. In pratica per svolgere la maggior parte delle professioni e per far svolgere professioni nei servizi, vengono per lo più richieste competenze tecniche/strategiche e meno competenze comunicative/relazionali. Tutte le professioni sanitarie, psicologo incluso, solo per fare un esempio, si basano su solide competenze a livello di contenuti e tecniche specifiche e si rifanno a modelli di intervento la cui pretesa è di funzionare in modo autonomo al di là e oltre la relazione che si instaura con il cliente/paziente la cui influenza viene misconosciuta. O nella migliore

delle ipotesi minimizzata. Il counseling come riflessione, azione e professione s'innesta in questo spazio lasciato "vuoto" e fonda la sua premessa sulla relazione come innesco e catalizzatore di tutti i processi di cambiamento, potenziamento e cura di sé e dei contesti. Rivendica la priorità della relazione anche e soprattutto negli ambiti della normalità dove la "cura di sé" non può essere relegata alle sole situazioni di sofferenza di rilievo patologico. Lo spazio lasciato vuoto esprime, quindi, una domanda forte di relazione ed è abitato da attori e situazioni quotidiane che incrociano anche la patologia ma non per forza la implicano. Dover affrontare la complessità dei contesti attuali caratterizzati da crisi economica e precarietà senza forti legami e radici identitarie, espone a crisi e disagi sempre più evidenti persone che appartengono a tutti gli strati sociali con l'ovvia differenza che questi processi investono maggiormente chi non può contare su risorse di rete, economiche e culturali forti.

2. IL COUNSELING BIOSISTEMICO

Il modello di counseling biosistemico adotta un approccio a mediazione corporea e lavora sulla relazione in modo integrato utilizzando sia la parola che il corpo. La convinzione che sostiene l'approccio corporeo, è frutto non solo di ipotesi teoriche o di preferenze di lavoro individuali, ma di ricerche nell'ambito delle neuroscienze che ci dimostrano che tutto quel che l'essere umano sperimenta è incarnato; se il pensiero è incarnato certamente produce effetti sul corpo e viceversa. Corpo e mente sono connessi circolarmente nel soggetto, all'ambiente interno ed esterno in cui sperimenta la sua realtà.

Il motivo per il quale la biosistemica preferisce partire dal corpo, è insito nella maggior velocità dei processi neurali di tipo emotivo, affettivo e automatico che connotano ciò che il corpo prova e come lo prova rispetto a quelli riflessivi caratterizzati dal pensiero. I primi processi utilizzano le parti del cervello più antiche - cervello rettiliano e cervello mammaliano – (MacLean, 1984) in quanto sono settate dallo sviluppo filogenetico per rispondere a bisogni di sopravvivenza; i secondi processi di tipo riflessivo vengono "dopo" (in termini di millesimi di secondo) e sono deputati a dare significato a ciò che si sperimenta.

Ciò implica l'evidenza che il corpo sperimenta, ben oltre la consapevolezza razionale, eventi di natura percettiva, emotiva ed affettiva di tipo prevalentemente inconsci e automatici che costituiscono la "base" della sensazione di benessere e malessere che i soggetti portano nel counseling; e da qui la necessità di lavorare anche a livello corporeo.

L'approccio biosistemico al counseling si struttura in senso stretto a partire dai seguenti ambiti:

- a) Fisiologia e neuroscienze al fine di inquadrare il funzionamento del sistema nervoso autonomo e come l'organismo interfaccia le relazioni con e nell'ambiente per mantenere un livello buono di regolazione;
- b) Psicologia dinamica ed evolutiva che inquadrano lo sviluppo delle relazioni e il funzionamento delle emozioni. La teoria e la pratica biosistemica individuano delle mappe di azione per promuovere il benessere del cliente. Le mappe vengono mutate per quel che riguarda lo sviluppo dalla teoria dell'attaccamento, dall'*infant research* con l'osservazione video-micro-analitica dell'interazione mamma-bambino e dalla costruzione degli schemi senso-affettivi-motori;
- c) Fenomenologia quale prospettiva di lettura del soggetto della sua storia; costruttivismo quale prospettiva di costruzione della conoscenza e della relazione con se stessi e con l'altro; approccio sistemico come sfondo di analisi della comunicazione e dei contesti;

Il percorso triennale, a partire dalle specificità della biosistemica, propone ai suoi counselor in formazione, un approfondimento teorico relativo ai seguenti temi:

1. Il rapporto tra conoscenza soggettiva/oggettiva e la verità;

2. Il contributo della natura/cultura nello sviluppo onto e filo genetico;
3. il rapporto tra libertà, scelta e responsabilità;
4. l'orientamento al senso e alla trascendenza.

Lo scenario sociale-culturale di fondo a cui il percorso formativo fa riferimento è la post-modernità letta in prospettiva sistemica e quindi nella rinuncia alla verità in senso assoluto e nella valorizzazione, senza giudizio di valore, di tutte le narrazioni e i punti di vista che articolano i contesti. Il passaggio paradigmatico, è quello dal costruttivismo di matrice cognitiva al costruzionismo di matrice sociale, con tutte le implicazioni che ciò comporta a livello anche di intervento. Nel costruttivismo la relazione tra counselor e cliente è costruita a partire da istanze interne; nel costruzionismo ciò che informa la relazione è il contesto interno ed esterno della diade counselor-cliente e la costruzione avviene a partire dal materiale culturale – e quindi di significati condivisi – che i soggetti in interazione attivano nella relazione.

Sempre in prospettiva costruzionista, l'educazione intesa come azione volta a sostenere la “messa in forma” dei talenti dei soggetti e dei contesti, è letta e proposta come connotazione culturale emergente dell'ambiente socio-culturale. Il concetto di “artefatti culturali” per il quale tutti gli strumenti contengono in modo implicito un “programma d'uso” di natura culturale, e la teorizzazione della “zona di sviluppo prossimale” sono mutuati da Vygotsky. L'ipotesi è che gli artefatti culturali fanno da mediazione tra sé e il mondo nella scelta delle modalità intersoggettive e negoziali con cui si costruisce la relazione.

Per quel che riguarda l'analisi della società l'autore di riferimento è Zygmunt Bauman e la sua teorizzazione su società e legami “liquidi”. Partire dalla “società liquida” ci permette di cogliere il bisogno di relazione e di senso che connota il nostro vivere quotidiano.

Nell'incrocio con la condivisione di significati, è impossibile non mettere a tema la costruzione di significati culturali e quindi approdare al contributo dell'antropologia culturale. Gli autori più in sintonia con l'approccio del percorso di counseling “biosistemico integrato con il teatro sociale” sono Turner e Geertz. In particolare di Turner si riprende l'interessante concetto di “dramma sociale” e l'identificazione delle quattro fasi che lo strutturano. Oltre al teatro tale teorizzazione rimanda in modo analogico a ciò che accade nell'elaborazione del disagio. Le quattro fasi del “dramma sociale” sono:

1. rottura della relazione con se stessi, con pezzi della propria storia, con l'altro;
 2. crisi che per essere risolta deve essere affrontata con l'utilizzo di un set di simboli aventi un certo significato;
 3. riconciliazione/riparazione. Questo processo è di natura fortemente simbolica;
 4. azione conseguente all'interpretazione dei simboli messi in gioco e del loro significato cognitivo affettivo e emotivo che apre a due possibilità: la reintegrazione oppure il riconoscimento della rottura. l'intero processo è fortemente permeato da simboli e rituali che ne sanciscono il valore a livello sociale. Da Geertz si assume la convinzione che l'uomo è un animale sospeso tra “ragnatele di significato” che egli stesso tesse. La cultura, insieme di queste ragnatele, va analizzata con metodo ermeneutico interpretativo e non con metodo sperimentale
- Infine la filosofia fenomenologica, da Husserl a Heidegger, fa da sfondo alla relazione che si costruisce nel “qui e ora” e solo in ciò che è attivo nel momento presente con la consapevolezza che qualsiasi nodo o problema del presente trova i suoi antecedenti nel passato in termini di vissuto. Il focus dell'intervento di counseling non è però quello rileggere il passato analizzandolo e interpretandolo ai fini di decostruire ciò che non va e promuovere un miglior funzionamento interno del soggetto, ma è quello di individuare con il cliente pratiche di maggior benessere capaci di promuovere strategie positive di fronteggiamento del presente e dei problemi che il soggetto vive.

Un'azione di fondamentale importanza del counselor e quella di aiutare il cliente a lavorare sulle premesse e pregiudizi che ne connotano lo stare nel mondo. In questa direzione la riflessione di Gadamer e la sua "ermeneutica" costituiscono il riferimento teorico.

3. PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA BIOSISTEMICA

La Biosistemica è fondata dal lavoro del prof. Jerome Liss, psichiatra e psicoterapeuta americano. Liss è influenzato dai post-reichiani Lowen, Pierrakos e Bojesen, dalla sua collaborazione con Laing, Cooper, Boadella e Laborit e dai più recenti contributi da parte delle neuroscienze, della psicofisiologia e della psicoimmunologia, che supportano con dati scientifici l'importanza della connessione mente-corpo (Le Doux J. 1996 e 2002, Gallese e Castiello 2011, Shore A.N. 1994, Solms e Thurnbull 2004).

La parola Bio-Sistemica racchiude in sé i due elementi portanti dell'approccio. La componente Sistemica richiama la Teoria Generale dei Sistemi (von Bertalanffy, Bateson, Morin). Ogni stimolo teorico che confluisce necessita di un'elaborazione ed integrazione sistemica all'interno di un contenitore unico. Lo stesso si può aggiungere per ogni elemento della persona: dai processi fisiologici alle interconnessioni con campi differenti nelle funzioni mentali: logico-verbale, immaginativo-visivo, cinestesico.

Tre i punti di riferimento:

→ fenomeni complessi devono essere compresi in termini di processi circolari di feedback e non in termini di causalità lineare;

→ le parti di un sistema hanno caratteristiche sia autonome sia interdipendenti;

→ situazioni diverse (es. esperienza interiore, comportamento in famiglia o sul lavoro) presentano livelli diversi di funzionamento: ciò significa che bisogna conoscere ed intervenire su più livelli.

I contributi teorici della parte Bio sono soggetti alla stessa esigenza di integrazione. Secondo l'approccio Biosistemico il nostro Sé e il nostro modo di stare nel mondo sono frutto dell'integrazione tra mente, corpo e relazioni. Più precisamente viviamo una buona qualità della vita se i nostri pensieri, le nostre azioni e la nostra parte viscerale agiscono in maniera coordinata. Tale integrazione traspare dalla modalità di espressione delle emozioni di ognuno di noi; espressione che costituisce l'evento psico-somato-relazionale che ci caratterizza nel nostro funzionamento nel mondo. L'emozione stessa è letta come il lavoro coordinato di tre dimensioni:

- cognitiva,
- fisiologica,
- comportamentale.

L'integrazione di queste tre componenti veicola il vissuto del benessere e la qualità della interazione tra loro è personale e caratteristica in ognuno di noi. La Biosistemica si avvale di una mappa concettuale basata su questa tripartizione dell'emozione. Gli studi sull'embriologia e le osservazioni videomicroanalitiche di Stern pongono le basi di una possibile lettura del funzionamento dell'individuo come totalità psico-somato-relazionale. (Boadella D. 1987; Boadella e Liss 1986; Liss, Stern D., 2005). Mentre i primi valorizzano l'origine somatica dell'unità psico-neuro-muscolare di ognuno di noi, le seconde l'aspetto relazionale della nostra vita nel mondo. La bilanciata ed armoniosa interazione di tre livelli di funzionamento nella vita quotidiana (azione, pensiero e sensazioni) è un obiettivo importante dell'intervento terapeutico.

3.1 Embriologia, sviluppo e modo di stare nel mondo

Considerare la formazione dell'organismo dalla formazione dello zigote, ci permette di osservare come si sviluppa il modo di stare nel mondo caratteristico di ognuno di noi. Dopo alcune ore dal concepimento e dalla prima suddivisione equipotenziale, le cellule embrionali iniziano a differenziarsi ed organizzarsi in due strati – ectodermico ed endodermico – cui si aggiunge un terzo – mesodermico – grazie all'interazione tra i primi due. Da essi avranno origine i seguenti organi ed apparati della struttura corporea e dell'“essere”:

a) ectoderma: origina il sistema nervoso centrale (tessuti nervosi), la pelle e gli organi di senso e quindi i processi di contatto ed interazione con il mondo esterno (percezione, programmazione risposte);

b) mesoderma: origina muscolatura, cuore, vasi sanguigni, lo scheletro e sostiene le strutture portanti del corpo nello spazio;

c) endoderma: origina il tratto gastro-intestinale, i polmoni e supporta quindi i processi energetici legati alla digestione e all'ossigenazione

Nello sviluppo del bambino è possibile riscontrare la stessa tripartizione nel sistema psico-somato relazionale, con una presa di consapevolezza crescente di Sé. La connessione teorica tra foglietti embrionali e maturazione psicologica dal punto di vista fenomenologico è la seguente:

→ il livello ectodermico è indicato come substrato dell'essere, perché connesso ai telecettori, strumento di connessione con il mondo dal cui riconoscimento il bambino sviluppa la consapevolezza di esistere. Riconoscimento attraverso l'esser visto e il trovare spazio nel mondo per Sé.

→ Il livello mesodermico invece è il substrato del benessere poiché la struttura muscolare è veicolo d'incontro dei pensieri (ectodermici) con le sensazioni viscerali (endodermiche). L'assenza di conflitti tra le due istanze (pensieri e sensazioni) è garanzia di benessere, viceversa se in essa emergono le contratture, diviene la sede somatica degli eventi divenuti stressanti. Benessere o malessere infatti sono visibili dalla qualità del movimento, della postura, della relazione con il piacere e con il proprio corpo.

→ Il livello endodermico è deputato alla relazione affettiva con l'ambiente esterno. Questo avviene grazie alla capacità dell'organismo di procurarsi e processare la quantità di energia di cui necessita per la sopravvivenza, sia essa cibo e ossigeno o protezione e cure da parte di chi si prende cura di lui. Nel feto entrambi i bisogni fisici e relazionali derivano dalla relazione affettiva con la madre e sono veicolati attraverso il cordone ombelicale; nel neonato si concretizzerà una suddivisione tra questi due tipi di cure: l'assenza degli uni o delle altre ne comporterà deficit importanti (Harlow H.F e Zimmerman R. 1959, Harlow 1965, Spitz 1965, Spitz & Wolf, 1946 e Bowlby 1951).

3.2 L'eredità di Daniel Stern

Come già specificato, l'eredità di questo ricercatore è rilevabile in due direzioni: la teoria sullo sviluppo del Sé e la modalità di gestione della relazione terapeutica. Il suo lavoro ha prodotto una enorme mole di dati empirici a supporto della nostra predisposizione innata all'intersoggettività e della sua essenzialità per la formazione dell'identità, e quindi del buon adattamento nella società e nel mondo.

In Stern il tema della maturazione del sé viene affrontato in prospettiva costruttivista. Bambino e madre co-costruiscono la relazione attraverso la condivisione di vissuti progressivamente più complessi: da semplici sensazioni emergenti a carattere senso-motorio, a vissuti più complessi distinti ma a carattere intersoggettivo, fino a significati comuni.

Questo avviene all'interno di un campo intersoggettivo con regole specifiche che riguardano:

→ il tempo per l'alternanza di turni d'interazione in cui uno stimola e l'altro risponde;

→ la condivisione di uno spazio, a carattere “pulsatile” per l'alternanza tra avvicinamento (che contempla movimenti anche minimi di connessione, come ricerca dello sguardo) ed allontanamento (movimento di disconnessione come distogliere lo sguardo).

Questa particolare qualità di interazione è di supporto alla creazione del senso del Sé del bambino. Stern inoltre definisce l'intersoggettività come un sistema motivazionale fondamentale che organizza e dirige i comportamenti di entrambi verso uno scopo, il cui raggiungimento offre senso di gratificazione e sollievo. L'autore parla di “Altro regolatore del Sé” ipotizzando che ripetute esperienze all'interno del campo intersoggettivo, portino alla formazione di rappresentazioni d'interazione generalizzate dell'altro regolatore di Sé (RIG). Ritmi di turnazione e spazi condivisi aiutano la maturazione della capacità di autoregolazione del bambino. Una buona RIG permette il passaggio dalla etero-regolazione alla autoregolazione del bambino. La differente qualità (stimolazione inadeguata) e quantità (iper- o ipo-stimolazione) nella presenza della madre con il bambino, oltre al temperamento personale di quest'ultimo, conducono a differenti stili caratteriali.

Dal punto di vista ideativo le RIG sono fondate su due convinzioni fondamentali:

1. l'altro è accessibile
2. io sono capace di mettermi in connessione con l'altro. Dal punto di vista somato-relazionale sono espresse attraverso schemi senso-affettivo-motori di connessione e disconnessione (Downing, 1995), che si alternano a vicenda.

La rappresentazione di interazione generalizzata è composta dalla media di tutte le esperienze di questa categoria, che poi influenzerà, in futuro, il comportamento con gli altri. È interessante notare che dalla presa di consapevolezza delle sensazioni corporee derivanti dall'interazione con il mondo esterno emerge il primordiale senso del Sé. Da qui la consapevolezza del bambino cresce nella distinzione di Sé dall'Altro da Sé, arrivando alla scoperta dell'Altro come dotato di una propria individuale coscienza.

3.3 La relazione terapeutica da Daniel Stern e la concezione Biosistemica

Nel campo intersoggettivo di interazione il bambino risponde alla madre completandone le azioni iniziate. Questa qualità di interazione è indicata da Stern come sintonizzazione. Essa contribuisce alla co-costruzione di una relazione in cui entrambi i partner hanno potere e capacità di influenza. A partire dalla sintonizzazione è possibile co-costruire la relazione che cambia anche il nostro stare con l'altro. Talvolta la terapia può essere costituita anche solo dalla sintonizzazione (Stupiggia M., 2012 - dall'intervento al convegno “Essere umani”). La relazione terapeutica, che produce cambiamento, è costituita dalle stesse peculiarità della prima relazione oggettuale: pause di turnazione, ritmo, intensità. Stern stesso afferma che la psicoterapia è una forma di regolazione del comportamento intersoggettivo, in cui la relazione è un viaggio condiviso, è co-creata ed esplicita il desiderio di essere riconosciuti e di raggiungere un contatto intersoggettivo. L'autore riconosce in essa tre livelli di espressione della coscienza intersoggettiva:

- fenomenico, di natura percettiva e focalizzato sul qui e ora;
- introspettivo, di natura verbale e focalizzato su presente e passato che rivive ora;
- intersoggettivo, di natura sociale e focalizzato sulla consapevolezza dell'esperienza dell'altro.

Stimolante la citazione dell'autore di William Blake, "un mondo in un granello di sabbia", per indicare la ricchezza di opportunità che "i momenti presenti" offrono per orientare il lavoro insieme nella terapia: essi sono veicoli fondamentali di cambiamento.

A supporto di questa tesi intervengono evidenze neurobiologiche, come la scoperta dei neuroni a specchio, della loro capacità di cogliere le intenzioni dell'altro ed evidenze esperienziali legate all'intersoggettività, quali la sintonizzazione, la sincronia e l'empatia.

3.4 Il lavoro clinico: l'importanza dell'emozione

L'osservazione di persone colpite da deficit in aree specifiche del cervello mostra il ruolo centrale dell'emozione nella capacità di adattamento al mondo circostante. Antonio Damasio (1995) ha seguito e studiato questi casi dove i soggetti hanno subito un danno cerebrale specifico, che ha comportato deficit sia nelle capacità di decidere sia nelle capacità di percepire emozioni, lasciando invece intatte le funzioni neuropsicologiche che supportano la razionalità (memoria, attenzione, linguaggio, capacità logica e di calcolo). I soggetti mostravano una ridotta reattività emotiva e incapacità di presa di decisione: non erano in grado di adottare un comportamento socialmente coerente e attento alle comuni regole della vita in società.

Le aree cerebrali colpite sono anche accomunate da un'elevata densità di recettori per la serotonina, inibitore del comportamento aggressivo e stimolatore del comportamento sociale. La sopravvivenza biologica dell'organismo nell'ambiente è garantita dal comportamento umano, che è regolato dall'azione/interazione di cervello, corpo e ambiente. Anche le decisioni a carattere personale e sociale, che sono evolutivamente più avanzate dei comportamenti semplici, sono orientate verso l'aumento della probabilità di sopravvivenza. Queste ultime sono pilotate da ragione ed emozione. Questi due processi consentono che l'interazione dell'organismo con l'ambiente circostante sia vincente.

Ne deduciamo che ragione ed emozione insieme garantiscono la nostra sopravvivenza nel mondo in cui viviamo. Il ragionamento lavora per obiettivi, programmi ed attese; l'emozione supporta la reazione biologica tramite controlli omeostatici, pulsioni ed istinti, la cui azione è simultanea e presente in siti e substrati diversi e separati.

Cervello e corpo si integrano tramite due vie, una bassa e una alta. Le informazioni, raccolte dagli organi di senso, vengono trasmesse attraverso il talamo in due direzioni differenti: verso l'amigdala, sede della valutazione emotiva delle informazioni, e verso la corteccia prefrontale, sede dell'elaborazione consapevole delle stesse. Le situazioni di "allarme" comportano il transito delle informazioni attraverso l'amigdala, permettendo in tal modo l'elaborazione delle informazioni e la scelta della conseguente risposta in maniera più veloce (fino a sei volte più veloce) ed in maniera inconsapevole rispetto alla seconda via (Le Doux, 1996 e Van der Kolk, 2004). Quindi, la valutazione emotiva dello stimolo sensoriale sembra precedere l'esperienza cosciente.

Queste osservazioni, oltre a quanto sappiamo sull'inibizione dell'azione di Laborit, sul funzionamento del sistema nervoso autonomo, simpatico/parasimpatico (Gellhorn), sui neuroni specchio (Gallese, Sirigatti) e la capacità innata di sintonizzazione (Stern), sono presupposti che danno forza alla tesi secondo cui lavorare sull'interazione corporea della coppia terapeutica è una delle chiavi attraverso cui aiutare chi viene da noi a chiedere un aiuto.

Si può affermare che il processo psicoterapeutico è "una sorta di bodyfulness" (Stupiggia M. - parola utilizzata all'interno di un seminario). Lo stimolo è a porre attenzione alla qualità dei movimenti dei corpi della coppia terapeuta-paziente intercomunicanti e interagenti tra loro. Per fare questo è necessaria un intenso e lungo training di accettazione, presa di consapevolezza e responsabilità dei propri movimenti interiori ed esteriori e dell'integrazione di essi con la propria parte adulta.

Per quel che riguarda la reazione agli stimoli di tipo emotivo è importante ritornare al funzionamento fisiologico. Davanti agli stimoli si attivano due sistemi neurocerebrali antagonisti: il sistema di attivazione dell'azione (SAA) e il sistema di inibizione dell'azione (SIA). Il primo attiva una reazione adrenergica di attacco o di fuga o di inseguimento del piacere; il secondo blocca la reazione adrenergica con la secrezione dei due ormoni inibenti (corticosteroidi e noradrenalina). In condizioni normali l'azione dei SIA è breve e funzionale al ri-orientamento dell'azione. Possono insorgere stati patologici se invece si protrae eccessivamente nel tempo: non più necessaria, l'azione dei due ormoni comporta a livello somatico alterazioni organiche, malattie psicosomatiche e un cattivo funzionamento ormonale; a livello psicologico il rinforzo di pensieri e fantasie negative, che si evolvono secondo uno schema ciclico di inibizione, angoscia e autodenigrazione. Tale processo innesca un circolo vizioso che si autorinforza. Gellhorn elabora la teoria dell'interazione reciproca tra sistema nervoso simpatico e parasimpatico nel 1967. Esiste una curva fisiologica del sistema nervoso autonomo, secondo la quale a momenti di attivazione (predominio del sistema simpatico) devono seguire momenti di riposo (predominio del parasimpatico). Da un punto di vista energetico, esiste un ciclo di continua alternanza tra fasi di dispendio e fasi di recupero. Un organismo sano è capace di mantenere una sorta di "rimbalzo" di questi cicli azione-riposo. Si parla della perdita della ritmicità insita nel mondo degli organismi viventi che comporta stasi. L'alternarsi continuo delle due fasi di attivazione e riposo può avere luogo solo se esse vengono portate a conclusione: un'intensa attività simpatico-dominante crea le condizioni per il rimbalzo verso un pieno recupero di energia parasimpatico-dominante. A sua volta poi quest'ultimo crea le condizioni ideali per un conseguente efficace dispendio energetico. Se le due fasi si sovrappongono temporalmente, o non si completano efficacemente, si va incontro a una disfunzionalità. L'attivazione contemporanea di sistema nervoso simpatico e parasimpatico ostacola il rimbalzo, l'incapacità cronica di iniziare o concludere una delle due fasi, crea i presupposti perché ognuno dei due sistemi interferisca con le funzioni del sistema complementare. Ci sono persone che non iniziano, altre che non continuano e altre ancora che non finiscono; sono tutte forme di disapprendimento o incapacità per mancato apprendimento dell'alternanza Io-Altro nel campo intersoggettivo (secondo Stern), o dell'alternanza degli schemi senso-affettivo-motori di connessioni-allontanamento (secondo Downing), e del completamento del rimbalzo dei due sistemi simpatico/parasimpatico (secondo Stupiggia, Liss).

TEATRO SOCIALE

Il teatro è la pratica che più integra mente-corpo e quindi vi è un isomorfismo profondo tra biosistemica e teatro sociale. L'attore per entrare nella "parte" deve prestare la sua corporeità e la sua mente al personaggio che mette in scena e, per poter essere integrato, affronta un training corporeo molto intenso.

Occorre specificare in primis che la teatralità è innata. Il neonato a pochi giorni di vita già distingue le caratteristiche espressive dei visi e attraverso l'imitazione e il gioco simbolico (Camoiani, 1995) dai due ai quattro anni costruisce una teoria della mente capace di anticipare le aspettative e le credenze degli altri. Nell'interazione mamma-bambino le sequenze di vocalizzi e il linguaggio materno in cui la parola viene punteggiata da espressioni e gesti che enfatizzano la comunicazione, gli elementi di teatralità sono evidenti. Ciò che affascina nel teatro è la presenza globale dell'attore, è il corpo in gioco che costruisce identità e relazioni ben oltre i testi, le storie e i personaggi; li costruisce non solo con il testo ma con lo spettatore.

Nel teatro sociale in cui la pratica teatrale ha la finalità di promuovere e sostenere legami sociali e comunitari, quel che conta è la presenza integrata del corpo in relazione. Tale presenza può fare a meno delle rappresentazioni perché vive di azioni. La performance soggettiva quindi si struttura intorno al proprio agire nel gruppo, all'essere in relazione con stessi e con il gruppo. Il teatro sociale è quindi strumento di costruzione della persona e della comunità attraverso attività performative che nascono nel gruppo.

Il teatro sociale si articola in: formazione della persona, formazione del gruppo, formazione della società. Fa uso di tre sistemi di comunicazione corporea:

1. il laboratorio – importante per la cura del sé (obiettivo: costruzione dell'identità del sé e il comportamento quotidiano. Le tre aree di lavoro della cura del sé sono il corpo fisico, la maschera sociale e il personaggio
2. lo spettacolo e gli eventi, la performance – importanti per il lavoro e l'espressione del gruppo e quindi per costruzione di relazioni
3. il rito – importante per la costruzione del vissuto quotidiano e della vita pubblica

La pratica del teatro sociale si differenzia da:

a) Psicodramma (Jacob Levy Moreno) preferisce la rappresentazione delle parti disfunzionali del soggetto

b) Drammaterapia lavora su parti sane e sull'immaginario dei partecipanti

c) Teatro dell'Oppresso (Augusto Boal) nelle sue due versioni: a) quella nata in America Latina come metodo attivo per cambiare la coscienza politica delle masse sfruttate di contadini e lavoratori, condizionati dalla tradizione a credere in un destino ineluttabile; b) quella legata alla definizione "europea" dell'oppressione, le Flic dans la tete, colui che esercita una funzione di sorveglianza e repressione dall'interno di un organismo. Le due versioni trovano sintesi nella triplice liberazione del Teatro dell'Oppresso: liberazione dalla maschera sociale, dalle oppressioni interne e liberazione della mente dai divieti, dai comportamenti e dai personaggi che l'educazione repressiva ci ha indotto a considerare come frutto della nostra personalità.

Il Teatro Sociale agisce sul livello espressivo e creativo del soggetto e dei gruppi e si propone come invenzione e azione di socialità e comunità. Nel contesto sociale attuale le relazioni sono minacciate dall'individualismo e dai processi di omogeneizzazione della cultura globale; il teatro sociale attiva circuiti relazioni e rituali capaci di far crescere radici identitarie; infine promuove e aumenta il benessere psicofisico a livello soggettivo, di gruppo e di comunità.

I tre ambiti di intervento del Teatro Sociale sono:

a) formazione della persona nella prospettiva della "cura del sé". In questo ambito gli obiettivi del Teatro Sociale sono la costruzione dell'identità personale e il comportamento quotidiano; mentre le aree di lavoro sono le azioni fisiche (lavoro con il corpo e sul corpo, sulla base dell'indagine sull'iterazione madre-bambino di M. Mahler e D. Stern), le maschere sociali, il personaggio.

b) costruzione dei gruppi e delle comunità

c) intervento culturale nelle istituzioni finalizzato a costruire identità locale, regionale e nazionale

Ai fini del percorso di counseling le dimensioni emergenti nella pratica, sono connesse all'espressività corporea che coinvolge gli aspetti di training e di performance e la ritualità con le sue fasi di separazione, margine e reintegrazione.

a) Separazione: Nella proposta laboratoriale la separazione è caratterizzata dall'abbandono della quotidianità. Si abbandonano gli abiti abituali per entrare nello spazio del laboratorio – che dev'essere il più possibile vuoto. Al centro della fase c'è l'accoglienza nelle sue dimensioni informale e rituale (costituzione del cerchio magico). Segue la fase di contratto, definito al primo incontro e ricordato all'inizio di tutti gli incontri successivi.

b) Margine: è quella del lavoro creativo vero e proprio che inizia dal conoscere e sentire il proprio corpo nella relazione con se stessi (respiro – voce – sensorialità); con il corpo degli altri (formazione del gruppo: linguaggio non verbale, scoperta dell'altro che diventa scoperta degli altri = fiducia; aspetti negativi del corpo in relazione: possesso di un oggetto, potere esercitato-subito-vissuto, rifiuto), con gli oggetti, con lo spazio

c) Reintegrazione: con la creazione scenica che vede come strumento principale l'improvvisazione teatrale: narrazione di storie, improvvisazioni con oggetti, maschere, performance autobiografica.

Infine, il percorso di counseling della scuola Corpus in Fabula propone anche un approfondimento che riguarda il counseling in gruppo; la pratica del teatro sociale è un forte catalizzatore di tutte le dinamiche di gruppo e permette di esprimere e risolvere a livello corporeo, i processi delicati e insieme potenti che caratterizzano le relazioni in gruppo.

Definizione sintetica

Biosistemico

Presentazione del corso

Titolo del corso

Corso triennale di counselling a indirizzo biosistemico integrato con il teatro sociale

Obiettivi

L'obiettivo principale del corso è formare una figura di counselor professionale capace d'intervenire con efficacia negli ambiti dei servizi alla persona e del sociale con un'attenzione particolare agli ambiti gruppalì, organizzativi e comunitari. In questi contesti aiuterà e promuoverà il cambiamento con l'utilizzo di tecniche corporee ed espressive, oltre che verbali, attraverso la progettazione e l'implementazione di azioni adeguate.

Il profilo professionale in uscita dovrà quindi possedere le seguenti competenze e capacità:

1. attivare una relazione empatica con il cliente;
2. capacità di fronteggiamento dei temi che il cliente porta con adeguate tecniche corporee di tipo biosistemico;
3. capacità di promozione dell'espressività e della creatività dei contesti, attraverso l'utilizzo di tecniche di natura teatrale mutate sia dalla teoria biosistemica (l'espressività) sia dal teatro applicato al sociale (la performatività);
4. leggere i contesti sistemici, i significati e costrutti che sostengono le relazioni del sistema (approccio sistemico-costruzionista);
5. leggere le culture di riferimento con cui entra in relazione e le ritualità che le caratterizzano (approccio interculturale);
6. progettare e valutare interventi nel sociale al fine di promuovere il counseling nei vari contesti di riferimento

La specificità di tale profilo sarà d'integrare nel profilo del counselor la competenza di progettazione d'interventi e servizi capaci di rispondere alla necessità di cambiamento dei contesti di cui dovrà saper decodificare le culture emergenti.

Metodologia d'insegnamento

Il metodo di insegnamento utilizza i seguenti strumenti:

- Apporti teorici frontali e on line
- Didattiche attive basate su role play, analisi di caso, analisi filmiche
- Lavoro corporeo di tipo biosistemico su respirazione, rilassamento, attivazione e amplificazione
- Lavoro performativo basato su tecniche di training teatrale mutate dalla formazione attoriale e dai laboratori di teatro sociale e di comunità

Percorso personale

Il percorso personale è di tipo misto quindi si struttura nel triennio in 50 ore di lavoro gruppalì di tipo biosistemico e teatrale condotto dai docenti Serena Granzotto e Chiara Marazzi e in 30 ore di colloqui personali condotti da Chiara Marazzi, Riccardo Musacchi per la sede di Milano e Fabio Marchetti per la sede di Brescia

Struttura del corso

Durata espressa in anni 3

Durata espressa in ore: 745

2.5 Organizzazione didattica

2.5.1 Criteri di ammissione

- a) Diploma di laurea triennale.

Oppure

- b) Diploma di scuola media superiore quinquennale 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.

Modalità di ammissione

a) Massimo allievi iscrivibili: 15 per corso

b) Per essere ammessi al corso è necessario: colloquio di valutazione delle motivazioni e superamento positivo di un periodo di almeno quattro mesi di frequenza al corso

Esami

È revisto alla fine del triennio un solo esame in due step: 1) simulazione di colloquio 2) presentazione e discussione dell'elaborato di tesi

Assenze

Salvo accordi diversi e presi con il coordinamento in virtù di esigenze particolari (salute, lavoro, spostamento di residenza) i corsisti potranno maturare assenze notificate (segnalate per tempo alla Segreteria Organizzativa oppure alla tutor o alla coordinatrice didattica) in misura del 10% del monte ore pari a due giornate di seminari teorici l'anno. Dal 10 al 25% del monte ore le assenze dovranno essere recuperate a spese del corsista. Oltre la quota del 25% di assenza, la direzione scientifica, non potrà riconoscere i crediti delle annualità e dovrà essere preferibilmente concordata una modalità di sospensione del corso. Le giornate di assenza eccedenti il 10% dovranno essere regolarmente pagate.

Materiale didattico

Per ogni seminario vengono messi a disposizione degli allievi i report degli incontri e il materiale utilizzato dalla docenza. Sintesi dei testi in bibliografia sono interamente disponibili on line in formato digitale a titolo gratuito. Il corsista regolarmente iscritto e in regola con il pagamento del corso, è abilitato all'accesso alla piattaforma digitale e può usufruire di tutto il materiale anche prodotto in precedenza da corsisti ormai giunti al termine del percorso. Sempre all'interno della piattaforma digitale posta e riceve le esercitazioni didattiche che supportano l'apprendimento.

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*** (DS, per info vedi: https://it.wikipedia.org/wiki/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*** iscrizione in ingresso del discente solo per i casi previsti da dall'art. 9, comma b), punto 4) del Regolamento R01

Programma del corso

Formazione teorico-pratica

Insegnamenti obbligatori

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling	8	Chiara Marazzi
Fondamenti del counseling	28	Chiara Marazzi
Comunicazione, scelte e cambiamento	28	Chiara Marazzi
Psicologie	28	Chiara Marazzi
Altre scienze umane	28	Serena Granzotto
Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia	16	Riccardo Musacchi
Etica e deontologia	16	Serena Granzotto
Promozione della professione	8	Serena Granzotto
<i>Subtotale insegnamenti minimi obbligatori</i>	160	\

Insegnamenti complementari (specifici della scuola)

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Biosistemica	96	Chiara Marazzi – Riccardo Musacchi – Fabio Marchetti
Teatro sociale	96	Serena Granzotto
Meditazione e mindfulness	96	Serena Granzotto
<i>Subtotale insegnamenti complementari</i>	288	\

Totale formazione teorica nei tre anni

Monte ore totale delle materie teorico-esperienziali	448	\
--	-----	---

Formazione esperienziale

Percorso personale

TIPOLOGIA	ORE	FORMATORE
Formazione personale mista	75	Chiara Marazzi – Serena Granzotto – Riccardo Musacchi – Fabio Marchetti

Subtotale percorso personale	75	\
-------------------------------------	-----------	---

Supervisione didattica

TIPOLOGIA	ORE	SUPERVISORE/I
Supervisione didattica	72	Chiara Marazzi
Subtotale supervisione didattica	72	\

Tirocinio

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Gruppi auto mutuo aiuto con badanti	40	Coop: Eureka	Carla Piersanti
Sportello d'ascolto per badanti	30	Coop. Eureka	Sarah Clemente
Sportello per soggetti non abbienti	30	Associazione La Parola Magica	Arianna Saracino
Gruppi Alchimia – progetto di ascolto di coppia e di gruppo	50	Associazione La Parola Magica	Chiara Marazzi
Subtotale tirocinio	150	\	\

Totale formazione esperienziale nei tre anni

Subtotale percorso personale + supervisione + tirocinio	297	\
--	------------	---

Totale formazione nei tre anni

Somma di tutte le attività	745	\
----------------------------	-----	---

Bibliografia

- Anolli L., Legrenzi P., (2009), *Psicologia Generale*, Bologna, Il Mulino,
- Bateson G, (1997), *Verso un'ecologia della mente*, Milano, Adelphi
- Bauman Z, *Modernità liquida*, (2011), Bari, Laterza
- Bernardi Claudio B, (2004), *Il teatro sociale. L'arte tra disagio e cura*, Roma, Carocci
- Blander e Grinder, (1981) *La struttura della magia*, Roma, Astrolabio
- Boadella D., Liss J.,(1986) *La psicoterapia del corpo. Le nuove frontiere tra corpo e mente*, Roma, Astrolabio
- Calvo V., (2007) *Il colloquio di counseling. Tecniche di intervento nella relazione di aiuto*, Bologna, Il Mulino,
- Cappelletti C., Stranieri S., (2007) *Storia ed epistemologia del counseling. Dalle teorie alla professione*, Roma, Il VELTRO
- Contessa G, (1999) *Psicologia di gruppo. Modelli e itinerari per la formazione*, Brescia, La Scuola
- Cozzolino L., (2008) *Il cervello sociale. Neuroscienze delle relazioni umane*, Milano, Raffaello Cortina
- Cuminetti B., Dalla Palma S. (a cura di) (2000) *I fuoricena. Esperienze e riflessioni sulla drammaturgia nel sociale*, Milano, Euresis
- Downing George, (1995), *Il corpo e la parola*, Roma, Astrolabio Ubaldini
- Fruggeri Laura, (2005), *Diverse normalità. Psicologia sociale delle relazioni familiari*, Roma, Carocci
- Fulcheri M., (2008) *Il counseling in Italia: quale professionalità e quale sviluppo?*, in *Counseling. Giornale italiano di ricerca e applicazioni*, Vol. 1, N. 1, Febbraio 2008, pp. 17-29, Trento, Erickson
- Gadamer H.G., (1983) *Verità e metodo*, tr. it. di G. Vattimo, Milano, Bompiani
- Giommi E., Cristofori S, (2009), *Il benessere nelle emozioni. Manuale di counseling biosistemico*, Molfetta Bari La Meridiana
- Kabat-Zinn Jon (2014) , *Vivere momento per momento*, Milano, Tea
- Kopp S.B. (1978), *Se incontri il Buddah per strada uccidilo*, Roma, Astrolabio
- Liss J., (2009) *Il modello viscerale a livelli multipli di Stephen Porges: una nuova comprensione dell'esperienza viscerale*. <http://www.psicoterapiecorporee.it/riviste>
- Liss J., *Il flusso di coscienza nella vita quotidiana e l'impasse. La base neurofisiologica dell'inconscio sottocorticale*, in <http://www.biosistemica-org/flusso1.pdf>.
- Liss J., (2005) *la comunicazione ecologica. Manuale per la gestione dei gruppi di cambiamento sociale*, Molfetta Bari, La meridiana
- Liss, J., (2004) *L'ascolto profondo*, Molfetta (BA), Edizioni La Meridiana
- Liss, J., Stupiggia M. (a cura di) (1994), *La Terapia Biosistemica*, Milano, FrancoAngeli
- Lowen A.(1994), *Arrendersi al corpo*, Roma, Astrolabio .
- Martino R.(2014), *Psicologia clinica*, Napoli, Edizione Giuridiche Simone (anche in e-book)
- May R (1991), *L'arte del counseling. Il consiglio, la guida, la supervisione*, Roma, Astrolabio
- O'Connor J., Mc Dermott I.(2003), *Il pensiero sistemico*, Segrate, Sperling & Kupfer Editori
- Pitruzzella S.(2004), *Manuale di teatro creativo. 200 tecniche drammatiche da utilizzare in terapia, educazione e teatro sociale*, Milano, Franco Angeli,

Ricard M. (2009), L'arte della meditazione, Segrate (MI) Sperling & Kupfer

Rogers C (1976), Gruppi d'incontro, Roma, Astrolabio

Schein E (2001)., La consulenza di processo. Come costruire le relazioni d'aiuto e promuovere lo sviluppo organizzativo, Milano, Cortina Raffaello

Siegel D.J (2001), La mente relazionale. Neurobiologia dell'esperienza interpersonale, Milano, Raffaello Cortina,

Stern D (2005), Il momento presente, Milano, Raffaello Cortina Editore

Stern D. I, Bruschweiler Stern N. (2000), Freeland A., Nascita di una madre, Milano, Mondadori

Stern, D. (1987), Il mondo interpersonale del bambino, Torino, Bollati Boringhieri

Stupiggia M.(2007), Il corpo violato. Un approccio psicocorporeo al trauma dell'abuso, Molfetta Bari

Tessarolo M. (2007), La comunicazione interpersonale, Bari, Laterza

Tolle E. (2013) , Il potere di adesso, Coriano (RN), My Life,

Turner V (2013), Dal rito al teatro, Bologna, Il Mulino

Turra G. in <http://www.assocounseling.it/approfondimenti/articolo.asp?cod=353>

Ven. Ajahn Sumedho, Consapevolezza: la via oltre la morte, Associazione Santacittarama 1999 (scaricabile gratuitamente dal sito <http://santacittarama.altervista.org/ebook/ebooks.htm>)

Ven. Ajahn Sumedho, Le quattro nobili verità, Associazione Santacittarama 1999 (scaricabile gratuitamente dal sito <http://santacittarama.altervista.org/ebook/ebooks.htm>)

Vygotskij L.S (2009), storia dello sviluppo delle funzioni psichiche superiori, Firenze, Giunti Editore

Watzlawick P(2013), Il linguaggio del cambiamento. Elementi di comunicazione terapeutica, Milano, Feltrinelli

Watzlawick P., Beavin J. H., Jackson D. D.(1971), Pragmatica della comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi, delle patologie e dei paradossi, Roma, Astrolabio

Programmi sintetici

Storia del counseling

Le otto ore previste saranno dedicate a ricostruire la storia del counseling in tre contesti territoriali e culturali:

- 1) Gli Stati Uniti d'America
- 2) L'Europa in specifico la Gran Bretagna
- 3) L'Italia

L'exkursus storico interesserà il periodo di 200 anni. Di questo periodo verranno ricostruite le linee storiche e sociali di sviluppo negli ambiti della cura della salute mentale e dei servizi alla persona toccando, in sintesi, la svolta epocale della rivoluzione industriale con i cambi antropologici, demografici e di organizzazione sociale e del lavoro che ha comportato. Verranno restituite le teorie mediche, sociali e psicologiche che hanno influenzato il terreno in cui è nato il counseling.

Nel 1908, in America, Frank Parsons utilizza per la prima volta il termine "counseling" per indicare un'attività svolta in ambito sociale e psicologica. La pietra miliare nella teorizzazione, nella pratica e nel metodo del counseling, viene posta oltre oceano negli anni '50 del secolo scorso da Carl Rogers e dalla sua teorizzazione "la terapia centrata sul cliente" in cui, il paradigma della psicologia umanistica, di cui Rogers è uno dei massimi esponenti, pone al centro dell'intervento d'aiuto il cliente e il suo progetto di realizzazione di sé.

La ricostruzione storica declinerà i tre ambiti fondamentali in cui il counseling si è mosso e sviluppato in America:

- a) L'orientamento lavorativo con la finalizzazione di ottimizzare la scelta professionale dei lavoratori della nascente industria;
- b) La psicoterapia dove negli anni '50 con il contributo del teorico di Carl Rogers e di altri esponenti della psicologia umanistica quali Rollo May il counseling trova la sua focalizzazione nel "qui e ora" e nella centralità della persona ponendo in questo modo, la base comune con la psicoterapia in prospettiva umanistica;
- c) La cura e salute: in questo ambito il counseling è stato ed è strumento sia di intervento preventivo sia di promozione del benessere globale del soggetto.

Del panorama europeo, in specifico della Gran Bretagna, verrà ricostruito lo sviluppo del counseling a partire dalle prime esperienze di volontariato sociale degli anni venti del '900 nate dalle esigenze sociali derivanti dalle crisi economica degli anni venti per arrivare agli anni settanta in cui la Standing Council for the Advacement of Counseling propone tre possibili strutturazioni per lo sviluppo del counseling, caratterizzate da procedure, formazione, applicazioni e regolamentazioni differenti: 1) professione indipendente 2) insieme di abilità (counselling skills) che possono essere applicate in più professioni 3) conoscenze interdisciplinari in interscambio con psicologia, psicoterapia e counseling per il sostegno in comunità.

Per quel che riguarda, in particolare, il contesto italiano la ricostruzione storica si muoverà dagli anni venti del secolo scorso in cui si attivano azioni affini al counseling nell'ambito dell'assistenza sociale, per arrivare agli anni novanta in cui si incomincia a utilizzare la definizione di counseling in termini di attività professionale e nascono le prime scuole ed associazioni di counseling. Verrà poi inquadrato in modo esaustivo l'attuale quadro legislativo e la diafrasi, tutta italiana, tra counselor e psicologici. Infine, verrà illustrata la rete nazionale e europea delle associazioni di counseling, delle strategie volte a giungere ad una definizione condivisa di counseling e alla definizione di standard qualitativi per la formazione dei counselor. Dell'attualità si affronterà gli esiti della neonata Consensus Conference sul counselling e eventuali sviluppi dell'immediato futuro.

Fondamenti del counseling

Nelle 28 ore del corso verranno affrontati e approfonditi dal punto di vista teorico e pratico i seguenti temi:

- Il processo di aiuto;
- La collocazione deontologica del counselor nella relazione di aiuto;
- Il metodo del counseling;
- Il colloquio di counseling;

Processo di aiuto

Si partirà dalla definizione dell'aiuto e inneschi del processo di aiuto tra counselor e cliente. Verranno passate conoscenze metodologiche per poter affrontare in modo positivo l'aiuto all'altro e attraverso simulazioni e analisi di caso si costruirà nei counselor in formazione la competenza di osservazione e monitoraggio della collocazione propria e dell'altro all'interno del processo. Mutuando dalla metodologia e pratica biosistemica l'osservazione si focalizzerà non solo sugli aspetti verbali ma in specifico su quelli corporei al fine di orientare l'intervento di aiuto;

La collocazione deontologica del counselor nella relazione di aiuto

Su questo punto verrà proposta una riflessione ampia sui seguenti punti relativi alla collocazione del counselor:

- a) Responsabilità: in termini di impegno a essere di aiuto con rispetto per i vissuti, i problemi personali e le difficoltà e vulnerabilità del cliente;
- b) Privilegio: di poter conoscere il mondo dell'altro, le sue narrazioni e i significati che attribuisce a ciò che vive
- c) Status: essere considerato degno di fiducia

Il metodo del counseling

Nel percorso verrà proposto un metodo che si definisce per l'utilizzo di un tipo strumenti comunicativi connotato da:

- a) Empatia: globale e quindi che implica anche alla sintonizzazione sui vissuti corporei;
- b) Ascolto profondo: non giudicante, accettante, che non interpreta
- c) Integrazione corpo/parola: il cliente verrà aiutato a riconoscere ciò che vive a livello corporeo e a modificare le sue percezioni e i suoi pensieri nella direzione del benessere e della valorizzazione di sé

Il colloquio di counseling

il colloquio come "setting" primario dell'azione del counselor verrà proposto e formalizzato come strumento per:

- a) Chiarire il ruolo del counselor e le sue specificità;
- b) Accogliere il problema/disagio del cliente;
- c) Negoziare e concordare gli obiettivi dell'intervento;
- d) Costruire con il cliente uno spazio relazionale di fiducia e condivisione;
- e) Promuovere con adeguate tecniche (domande lineari e circolari di tipo sistemico) una maggior consapevolezza nel cliente sia dei nodi problematici che delle risorse insite nelle relazioni che strutturano i suoi mondi vitali (famiglia, rete amicale) e contesti lavorativi;
- f) Promuovere nel "qui e ora" una maggior integrazione mente corpo con alcuni strumenti di tipo corporeo quali la respirazione, il rilassamento, il focusing

BIBLIOGRAFIA

- Giommi E., Cristofori S, Il benessere nelle emozioni. Manuale di counseling biosistemico, La Meridiana, Molfetta Bari, 2009

- Rollo M., L'arte del counseling. Il consiglio, la guida, la supervisione, Astrolabio
- Watzlawick Paul, Beavin J. H., Jackson D. D., Pragmatica della comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi, delle patologie e dei paradossi, Astrolabio 1971
- Calvo V. Il colloquio di counseling. Tecniche di intervento nella relazione di aiuto, Il Mulino, Bologna 2007

Comunicazione scelte e cambiamento

Il tema del cambiamento, a cui comunicazione e scelte sono orientate, verrà proposto durante il percorso, nella connotazione ambivalente di crisi e opportunità.

Il discorso prenderà le mosse dall'evidenza che cambiare è difficile. La premessa al cambiamento in termini di "scelta" (scelgo di cambiare) porta con sé l'ambivalenza già rilevata che ogni cambiamento porta con sé guadagni e perdite e comporta un apprendimento.

Nel percorso riflessivo proposto in quest'ambito, l'apprendimento diventa quindi il modo in cui il cambiamento si struttura e permea i diversi livelli consapevoli e inconsapevoli dei vissuti e delle azioni soggettive. Lo sfondo entro il quale pensare l'apprendimento è di natura sistemica e l'autore di riferimento è Bateson e la sua famosa teoria dell'apprendimento che lo teorizza come processo "multilivello". Si parte dal livello zero per giungere al livello tre. A livello zero vi è la pura ricezione di un'informazione da un evento, la risposta allo stimolo esterno che non può essere modificata (automatismo) senza possibilità di evolvere per tentativi ed errori; a livello 1 il soggetto apprende il contesto attraverso segnali precisi, segna-contesti che lo classificano e in questo modo consolida un sentimento di sicurezza; a livello 2 vi è un cambiamento del contesto e della sequenza del processo e, quindi, vi è la necessità del trasferimento e generalizzazione di ciò che si è imparato in un contesto differente. Per poter effettuare questo "trasferimento" occorre "punteggiare" e segmentare in modo diverso gli eventi. Vi è a questo livello l'acquisizione di un nuovo modo di interpretare la realtà, soggettivo, quindi né vero né falso; a livello 3 il contesto dell'apprendimento si presenta contraddittorio e denso di ostacoli, il soggetto va in crisi e, in questa crisi, il soggetto incomincia a mettere in dubbio le sue abitudini di pensiero sul mondo acquisite con l'apprendimento 2. A livello 3 il cambiamento è molto difficile in quanto deve fare con automatismi, comportamenti e convinzioni fortemente radicati.

Nelle resistenze al cambiamento entrano in gioco, oltre a fattori di tipo culturale, due dimensioni profondamente interconnesse: il funzionamento fisiologico e il funzionamento psicologico.

Verranno affrontati e spiegati i meccanismi "pigri" che influenzano il nostro modo di pensare e di agire quali le "premesse" e i "pre-giudizi" profondamente iscritti nella nostra storia e nell'ambito culturale di riferimento e influenzamento; "script" e "routine" d'azione che muovono emozioni e neurotrasmettitori che a livello cerebrale attivano circuiti di ricompensa e di piacere strutturando abitudini difficili da estirpare anche se disfunzionali.

La comunicazione verrà affrontata in tutte le sue declinazioni a partire da modelli che non possono spiegare la comunicazione umana (cibernetica di prima generazione) per giungere all'idea del contesto come fattore di importanza cruciale e alla retroazione sistemica come azione di innesco del cambiamento. L'evidenza dei teorici dell'ascolto attivo (Rogers, Maslow ecc.) è che l'empatia è la chiave comunicativa che ci permette di entrare nel mondo di significato dell'altro; ma è la cornice sistemica che ci dà la possibilità di formulare ipotesi sul cambiamento e ci permette di metterle alla prova per comprendere se sono più o meno funzionali a innescare il cambiamento. Gli autori di riferimento per il tema del cambiamento e del suo linguaggio sono Watzlawick, Bateson e Bandler e Grinder anche se verranno toccati più modelli e più livelli comunicativi (la semiotica, la linguistica, la comunicazione mediale e on line)

Bibliografia

- Blander e Grinder, La struttura della magia, Astrolabio
- Bateson G, Verso un'ecologia della mente, Adelphi, Milano 1997
- Watzlawick P., Beavin J. H., Jackson D. D., Pragmatica della comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi, delle patologie e dei paradossi, Astrolabio, Roma 1971
- Watzlawick P, Il linguaggio del cambiamento. Elementi di comunicazione terapeutica, Feltrinelli, Milano 2013

Psicologie

Nelle 28 ore a disposizione verranno trattate le seguenti "psicologie"

- Psicologia generale
- Psicologia dello sviluppo
- Psicologia dei gruppi

In tutti e tre gli ambiti della disciplina psicologia verranno date alcune linee di sviluppo "storiche" che permettano di comprendere l'attualità e quindi lo "stato dell'arte"

Della psicologia generale verrà affrontato il tema del funzionamento cognitivo, affettivo ed emotivo dell'essere umano alla luce delle attuali scoperte relative al cervello e al suo sviluppo. In particolare i processi indagati saranno: apprendimento, percezione, attenzione, memoria, linguaggio, pensiero e cognizione, Intelligenza, emozioni, motivazione. Nella ricostruzione storica dello sviluppo della disciplina si restituiranno i modelli teorici fondamentali per giungere al cognitivismo e alla contaminazione con le neuroscienze che ha fornito una base solida alle sperimentazioni di psicologia sperimentale.

Anche nel caso della psicologia dello sviluppo, la storia della disciplina permetterà di affrontare teorie ancor oggi vive (comportamentismo, teoria di Piaget ecc.) e di giungere fino a giorni nostri. Particolare attenzione verrà dedicata alla teoria dell'attaccamento di Bowlby che costituisce la svolta paradigmatica dal "bambino immaginato" al "bambino reale", osservato con tecniche sperimentali (strange situation), all'analisi del modello neurocostruttivista, alle ricerche sulle competenze percettive e cognitive nella prima infanzia e, all'infant research che si basa sulle acquisizioni delle sperimentazioni effettuate con tecniche neuroimaging e di riprese video dell'interazione mamma-bambino. Verrà proposto in specifico un approfondimento sul pensiero di Daniel Stern.

Infine, la psicologia dei gruppi verrà inquadrata e affrontata in modo sia teorico che pratico. Gli autori di riferimento sono tre:

- 1) Lewin in prospettiva gestaltica con la teorizzazione del piccolo gruppo come "emergenza" di un "campo di forze" e come dispositivo di "influenzamento" e leadership;
- 2) Bion in prospettiva dinamica, con il contributo su "gruppo manifesto" e "gruppo latente" e "assunti di base" di dipendenza, attacco-fuga e accoppiamento;
- 3) Spaltro in prospettiva psicosociale, con il modello delle "tre culture" e degli indicatori osservabili di costituzione del gruppo.

Sempre all'intero del percorso dedicato alla psicologia dei gruppo, verrà trattato il tema della conduzione dei gruppi sia in teoria che in pratica con simulazioni in riferimento alla teorizzazione di Rogers dei "gruppi d'incontro".

Bibliografia

- Anolli L., Legrenzi P., Psicologia Generale, Il Mulino, Bologna 2009
- Siegel D.J., La mente relazionale. Neurobiologia dell'esperienza interpersonale, Raffaello Cortina, Milano 2001
- Contessa G, Psicologia di gruppo. Modelli e itinerari per la formazione, La scuola, 1999
- Stern D., Bruschiweiler Stern N., Freeland A. Nascita di una madre, Mondadori, Milano 2000
- Rogers C, Gruppi d'incontro, Astrolabio, Roma 1976

Altre scienze umane

I contributi delle altre scienze umane in specifico della filosofia, dell'educazione, dell'antropologia e della sociologia, si struttureranno intorno ai seguenti temi:

1. Il rapporto tra conoscenza soggettiva/oggettiva e la verità;
2. Il contributo della natura/cultura nello sviluppo onto e filogenetico;
3. il rapporto tra libertà, scelta e responsabilità
4. l'orientamento al senso e alla trascendenza

lo scenario sociale-culturale di fondo è la post-modernità letta in prospettiva sistemica e quindi nella rinuncia alla verità in senso assoluto e nella valorizzazione senza giudizio di valore di tutte le narrazioni e i punti di vista che articolano i contesti. Il passaggio paradigmatico è quello dal costruttivismo di matrice cognitiva al costruzionismo di matrice sociale.

Sempre in prospettiva costruzionista l'educazione intesa come azione volta a sostenere la "messa in forma" dei talenti dei soggetti e dei contesti è letta e proposta, come connotazione culturale emergente dell'ambiente socio-culturale. Il concetto di "artefatti culturali" per il quale tutti gli strumenti contengono in modo implicito un "programma d'uso" di natura culturale, e la teorizzazione della "zona di sviluppo prossimale" sono mutuati da Vygotsky.

Per quel che riguarda l'analisi della società l'autore di riferimento è Zygmunt Bauman e la sua teorizzazione su società e legami "liquidi".

Dell'antropologia la prospettiva di lettura è quella di tipo culturale in specifico "l'antropologia simbolica" di Turner e Geertz. In particolare di Turner si riprende l'interessante concetto di "dramma sociale" e l'identificazione delle quattro fasi che lo strutturano. Per il nostro percorso questa teorizzazione rimanda in modo analogico a ciò che accade nell'elaborazione del disagio. Le fasi che Turner identifica sono:

- 1° fase □ rottura della relazione con sé stessi, con pezzi della propria storia, con l'altro;
- 2° fase □ crisi che per essere risolta deve essere affrontata con l'utilizzo di un set di simboli aventi un certo significato;
- 3° fase □ riconciliazione/riparazione. Questo processo è di natura fortemente simbolica;
- 4° fase □ l'interpretazione dei simboli messi in gioco e del loro significato cognitivo affettivo e emotivo apre a due possibilità: la reintegrazione oppure il riconoscimento della rottura.

l'intero processo del "dramma sociale" è fortemente permeato da simboli e rituali che ne sanciscono il valore a livello sociale.

Da Geertz si assume la convinzione che l'uomo è un animale sospeso tra "ragnatele di significato" che egli stesso tesse. La cultura, insieme di queste ragnatele, va analizzata con metodo ermeneutico interpretativo e non con metodo sperimentale

Infine la filosofia fenomenologica, da Husserl a Heidegger, fa da sfondo alla relazione che si costruisce nel “qui e ora” e l’ermeneutica di Gadamer costituisce l’impegno fondato a lavorare sulle premesse e pregiudizi che connotano il nostro stare nel mondo.

Bibliografia

- Gadamer H.G., Verità e metodo, tr. it. di G. Vattimo, Bompiani, Milano 1983
- Bauman Z, Modernità liquida, Laterza, Bari 2011
- Turner V, Dal rito al teatro, Il Mulino, Bologna 2013
- Vygotskij L.S, storia dello sviluppo delle funzioni psichiche superiori, Giunti Editore, Firenze 2009

Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia.

L'obiettivo che ci si pone in queste ore è di costruire una panoramica delle professioni della relazione di aiuto, identificarne gli ambiti di intervento e le competenze, delinearne le pratiche, identificare differenze e confini.

Si tratteranno le figure professionali dello psicologo, lo psicoterapeuta, lo psichiatra e coach. Delineare i punti cardinali degli interventi di questi professionisti di confine, permetterà al counselor di maturare proprie competenze anche nell'ottica di un lavoro in equipe o di affiancamento interdisciplinare all'interno di eventuali organizzazioni in cui può trovarsi ad operare.

Verranno inoltre trattati elementi di psicopatologia: si tratterà dei diversi approcci alla psicopatologia (biologico, psicologico e sociologico) per arrivare a presentare le principali sintomatologie e patologie elencate nel manuale diagnostico in vigore attualmente. Si parlerà delle funzioni psichiche (sensopercezione, memoria, affettività, pensiero, coscienza e psicomotricità) e di quando le loro espressioni, qualitative e quantitative, sfociano in disturbo psichico. Infine, si distingueranno le forme nevrotiche, psicotiche e borderline.

La trattazione degli elementi di psicopatologia mette nelle condizioni il professionista counselor di riconoscere segnali di malessere connessi alla condizione di disagio oggetto della domanda di aiuto, oppure correlati a condizioni preesistenti e intrinseche alla struttura di personalità del cliente. In questo secondo caso sarà obiettivo della formazione formare il counselor a saper impostare il miglior accompagnamento all'invio per un lavoro altro dal counseling.

Saranno affrontati i temi più ampi di salute e malattia come poli di un continuum in cui la persona perde progressivamente di vista la centralità di sé e dei propri vissuti come punti cardinali del proprio benessere.

Il lavoro del counselor identifica e focalizza le risorse personali del cliente come strumenti elettivi della tutela della persona e di prevenzione dal suo disagio punta sulla attivazione della presa di responsabilità sul proprio personale benessere di vita.

Bibliografia

Blankenburg, W., La perdita dell'evidenza naturale, Raffaello Cortina Editore, 1998

Etica e deontologia

Nelle 16 ore del corso verranno affrontati e approfonditi dal punto di vista teorico e pratico i seguenti temi:

- principi e regole che il counselor deve osservare nell'esercizio della professione;
- la responsabilità professionale del counselor;

- etica della professione.

Principi e regole

Si partirà dall'analisi del codice deontologico di AssoCounseling per costruire una cornice di riferimento utile nella progettazione di interventi di aiuto nei diversi ambiti di applicazione: sociale, aziendale, scolastico e sanitario. Verrà approfondita la conoscenza dei principi e delle regole che devono essere osservate dai counselor nello svolgimento del proprio lavoro a tutela della propria professionalità e nel rispetto dei diritti del cliente;

La responsabilità professionale del counselor

Su questo punto verrà proposta una riflessione ampia sui seguenti punti relativi alla collocazione del counselor:

d) Responsabilità in termini di impegno a essere di aiuto con rispetto per i vissuti, i problemi personali e le difficoltà e vulnerabilità del cliente; aggiornamento e supervisione professionale

e) Responsabilità in termini di qualità dell'intervento ovvero i limiti e vincoli dell'intervento di counseling, l'importanza di lavorare in rete con altre professionalità, comprendere il proprio limite di intervento, inviare il cliente ad altro professionista e/o attivare la rete nell'ottica del benessere del cliente

Etica della professione

L'etica del professionista è cruciale per orientare la collaborazione verso l'interesse comune e assicurare la sostenibilità della relazione di aiuto e il suo equilibrio. Dai principi di empatia, ascolto profondo, rispetto e fiducia nelle capacità di autorealizzazione dell'altro discendono alcune norme di comportamento per garantire equità e sostenibilità nella relazione di aiuto. L'asimmetria tra professionista e cliente è fisiologica e il possesso di competenze distintive da parte del counselor costituisce un potere che esige quindi l'esercizio di criteri etici per un sano equilibrio.

Verrà approfondito il setting che configura lo spazio fisico e mentale entro in quale avviene l'incontro e in generale il percorso di counseling; e in specifico, verranno approfonditi i seguenti punti:

a) il contratto economico: deve essere pattuito con chiarezza;

b) il contratto terapeutico: deve definire gli obiettivi e le mete dell'intervento

c) Il setting: l'insieme delle regole, la dimensione spazio-temporale che delinea luoghi, tempi, modalità della relazione

Bibliografia

- Il volto umano delle professioni. Sfide e prospettive dell'etica professionale, Gianni Manzone, 2011
- Il codice deontologico dei Counselor di AssoCounseling (<http://www.assocounseling.it>)
- D.Lgs. n° 13 del 16/01/2013

Definizione delle norme generali e dei livelli essenziali delle prestazioni per l'individuazione e validazione degli apprendimenti non formali e informali e degli standard minimi di servizio del sistema nazionale di certificazione delle competenze

Promozione della professione.

Le otto ore previste saranno dedicate ad approfondire alcune tematiche chiave per lo sviluppo di un progetto personale di promozione della propria professionalità nel contesto socio-culturale attuale.

L'obiettivo è quello di favorire la progettualità individuale attraverso la definizione di un piano di azione che si appoggi su una solida riflessione personale rispetto ai propri obiettivi professionali, risorse e competenze, ambito di applicazione e specializzazione.

La riflessione si svilupperà su due aree principali:

1. Personal Branding: Il piano di marketing personale
2. Networking: fare rete e sviluppare relazioni

Bibliografia

- L. Centenaro T. Sorchiotti, Personal Branding. Promuovere se stessi online per creare nuove opportunità, HOEPLI, 2013, Milano
- Tim Clark, Business Model You: Il Metodo in una pagina per promuovere se stessi, HOEPLI, 2012, Milano

Biosistemica

La parte relativa all'approccio biosistemico contempla 96 ore nell'arco del triennio, suddivise in 32 ore all'anno.

La formazione è di tipo pratico-esperienziale; si sviluppa lungo un percorso che parte da

- un primo anno focalizzato sulla consapevolezza corporea e l'evoluzione psicocorporea di ogni partecipante,
- un secondo anno in cui vengono introdotte le basi teoriche e le tecniche biosistemiche, con la guida a integrarle su quanto maturato nell'anno precedente.
- un terzo anno in cui si raffinano le conoscenze e competenze sviluppate e si integrano con le preesistenti, quando differenti e uniche per ognuno.

Obiettivo

Osservare, comprendere e poi integrare i vissuti corporei con i costrutti personali e con la visione nuova e orientata del lavoro biosistemico nella relazione di aiuto è l'obiettivo dei tre anni formativi.

Origini e sviluppi della Biosistemica: teoria

Una panoramica delle attuali forme di aiuto a mediazione corporea e il confronto tra esse, fornirà la base per arrivare all'origine della Biosistemica e le peculiarità che la contraddistinguono dalle discipline affini. Vengono quindi espone le basi teoriche specifiche del metodo, sperimentate direttamente in aula, con simulazioni e laboratori che coinvolgono in prima persona l'allievo, con il sostegno del gruppo, e nei percorsi di approfondimento e accompagnamento personale che la scuola stimola a seguire.

Le basi teoriche di cui sopra contemplano la parte scientifica del modello biosistemico: il modello Embriologico di Boadella, l'inibizione dell'azione di Laborit, studi e scoperte nel campo delle neuroscienze di Damasio, LeDoux, Van der Kolk... e quella sistemica: il quadro di lettura fenomenologico- esistenziale di Laing e sistemico di Morin.

Modello biosistemico e strumenti specifici di lavoro

Alla teoria si accosteranno alcune mappe di osservazione quali la curva fisiologica del Sistema Nervoso Autonomo (Simpatico e Parasimpatico), i tre foglietti embrionali, la sintonizzazione tramite i neuroni specchio, i movimenti senso-motorii e l'Infant Research di Stern, Tronik e Lachmann. La tecnica biosistemica verrà osservata, sperimentata in prima persona e ri-analizzata in gruppo in un momento successivo grazie all'osservazione dei lavori al centro a scopo dimostrativo-illustrativo condotti dai docenti e all'osservazione dei lavori svolti dai partecipanti stessi nelle triadi di lavoro.

Biosistemica e laboratori di accompagnamento allo sviluppo della competenza

Saranno condotti laboratori al fine di affinare la capacità di empatia corporea, di sintonizzazione, di ascolto profondo, di identificazione. Si approfondirà l'attenzione al ritmo della parola e del corpo, attraverso parola- e gesto-chiave e la frase direzionale. Si lavorerà sulla respirazione e sulla "messa in atto" attraverso psicodramma e giochi di ruolo.

Si approfondirà la funzione dell'emozione che nel modello biosistemico ha un ruolo centrale e le tecniche per aiutare a individuarla e riconoscerla: natura e funzione, radici corporee, tecniche corporee di supporto.

Sarà condotto il gruppo a sperimentare su di sé alcune emozioni, al fine di affinarne la consapevolezza specifica della loro espressione e delle proprie personali risposte. L'esplorazione stimolata coinvolgerà diversi livelli: sensoriale, percettiva, emotiva ed espressiva.

Il processo del counseling

Nello specifico si partirà dalla costruzione della cornice dell'intervento del counseling per poi declinarlo al counseling espressivo-corporeo, biosistemico in particolare. Si affronteranno pertanto temi quali il setting, l'accoglienza e l'ascolto, l'osservazione e il riconoscimento del linguaggio psicocorporeo, la contestualizzazione del problema e la conseguente identificazione dell'obiettivo, la relazione e si integreranno alla teoria della materia biosistemica.

Il processo del counseling biosistemico sarà declinato attraverso l'esplorazione dell'incontro, la definizione del problema, l'emergenza sistemica e la sua ripercussione sui diversi livelli. La ricerca delle risorse e dei punti di forza della difficoltà specifica oggetto del lavoro.

Emozioni e processo di counseling sono tematiche utili per potere osservare le differenti forme di aiuto esistenti. Si visioneranno alcuni casi di intervento applicato a temi e a forme di disagio potenzialmente presenti nella pratica del counseling. Quest'ultima parte con lo specifico obiettivo di identificare le competenze proprie da quelle delle professioni affini.

Bibliografia

- Boadella D., Liss J., (1986) La psicoterapia del corpo. Le nuove frontiere tra corpo e mente, Astrolabio, Roma.
- Kopp, S.B. "Se incontri il Buddah per strada uccidilo", Astrolabio (1978)
- Liss J., (2009) Il modello viscerale a livelli multipli di Stephen Porges: una nuova comprensione dell'esperienza viscerale. <http://www.psicoterapiecorporee.it/riviste>
- Liss J., Il flusso di coscienza nella vita quotidiana e l'impasse. La base neurofisiologica dell'inconscio sottocorticale, in <http://www.biosistemica-org/flusso1.pdf>.
- Liss, J., L'ascolto profondo, Edizioni La Meridiana, Molfetta (BA), 2004.
Parola-chiave e frase-direzionale. Piccole strategie di relazione.
- Liss, J., Stupiggia M. (a cura di), La Terapia Biosistemica, FrancoAngeli, Milano, 1994.
- Lowen A., Arrendersi al corpo, Astrolabio, Roma, 1994.
- Stern D., Il momento presente, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2005.
- Stern, D., Il mondo interpersonale del bambino, Bollati Boringhieri, Torino, 1987.
- Stupiggia, M., Il corpo violato, ed. La Meridiana, Molfetta, Bari, 2007.

Teatro

Secondo l'approccio biosistemico, una buona qualità di vita è data dall'azione coordinata dei nostri pensieri, delle nostre azioni e della nostra parte viscerale.

Il teatro attua questa integrazione tra mente, corpo ed emozioni/relazioni, e lo fa utilizzando l'unico strumento a disposizione dell'attore: il corpo. Il corpo non riguarda solo gli aspetti fisici ma la complementarità corpo-mente a livello del comportamento pre-espressivo.

È sorprendente scoprire le numerose analogie della biosistemica con il teatro tanto che le riflessioni personali a riguardo convogliano tutte nella consapevolezza che il teatro è biosistemico.

Per chi lavora nel campo della relazione d'aiuto, in un'ottica di integrazione del corporeo, le tecniche teatrali risultano molto efficaci, e questo è ancora più valido per un counselor biosistemico che per il corpo ha un occhio di riguardo.

L'aspetto sociale del teatro, completa il nostro modo di fare formazione, in un'ottica sistemica che ritiene fondamentale considerare l'essere umano non come una particella solitaria ma facente parte di un "corpo" di relazioni (relazioni familiari, sociali, gruppali, di comunità).

Il Teatro Sociale si definisce come espressione, formazione e interazione di persone, gruppi, comunità, i contesti in cui opera possono essere i più svariati, non si limita a interessarsi solamente di disagio sociale o gruppi di emarginati, ma si occupa di promuovere il benessere individuale e collettivo.

Il teatro nella formazione del counselor e all'interno della relazione di counseling offre la possibilità di un'integrazione globale di tutto il materiale emergente dagli attori in gioco e dai contesti, e lo spende nello strutturare la relazione.

Nel triennio lavoreremo su tre aree che nell'insieme, secondo noi, sono utili per la formazione di un counselor biosistemico:

- la crescita personale, ovvero le attitudini, capacità, caratteristiche che la pratica teatrale sviluppa negli individui, ovvero la scoperta della propria consapevolezza corporea, della creatività, dell'ascolto, della presenza nel qui e ora e dell'esserci in gruppo.
- gli strumenti utili al lavoro del counselor;
- le metafore e analogie con il counseling.

Durante il corso triennale acquisiremo le basi del teatro attraverso un training volto alla scoperta della propria consapevolezza corporea, della creatività, dell'ascolto, della presenza nel qui e ora e dell'esserci in gruppo. Il nostro percorso proseguirà con l'approfondimento del metodo, la sperimentazione delle tecniche e degli strumenti in un'ottica di integrazione counseling biosistemico / teatro e la progettazione di interventi nell'ambito del teatro sociale.

Bibliografia

- Bernardi Claudio B, (2004), Il teatro sociale. L'arte tra disagio e cura, Roma, Carocci
- Cuminetti B., Dalla Palma S. (a cura di) (2000) I fuoriscena. Esperienze e riflessioni sulla drammaturgia nel sociale, Milano, Euresis
- Pitruzzella S.(2004), Manuale di teatro creativo. 200 tecniche drammatiche da utilizzare in terapia, educazione e teatro sociale, Milano, Franco Angeli,
- Turner V (2013), Dal rito al teatro, Bologna, Il Mulino

Meditazione e mindfulness

L'obiettivo del modulo dedicato alla Meditazione e alla Mindfulness è innanzi tutto di sviluppare la consapevolezza del futuro counselor nei confronti di sé stesso: le proprie emozioni, i propri stati d'animo ed i propri pensieri. Tale consapevolezza deve divenire uno strumento fondamentale per guardarsi dentro, non solo durante i colloqui di sviluppo personale, ma in ogni momento della vita quotidiana; senza di essa, infatti, si continua ad essere intrappolati nei meccanismi automatici che sono indissolubilmente legati alle situazioni di disagio.

Una volta che il futuro counselor ha iniziato a prendere coscienza di come applicare la consapevolezza nella propria vita quotidiana per migliorarla, gli verranno forniti i mezzi adatti ad usare tale strumento con i suoi futuri clienti durante le sedute di counseling, e ad insegnare loro a portare tale strumento nella loro vita di tutti i giorni, con particolare riferimento alle situazioni di difficoltà che hanno portato il cliente dal counselor.

Il metodo di lavoro personale si centererà sulla consapevolezza dei seguenti fattori:

- il respiro: si impara ad usare il respiro come ancora principale per tornare alla consapevolezza di se stessi. Si osserverà il proprio respiro naturale e si imparerà ad usarlo per portare calma alle situazioni difficili della vita;
- il corpo: assieme al respiro, è l'altra grande ancora che permette il ritorno ad una centratura personale. Si sperimenterà la consapevolezza del corpo nella sua interezza e nelle sue varie parti costituenti, in particolare le zone più sofferenti, con l'obiettivo di imparare a distinguere tra dolore e sofferenza, e di imparare non a sopportare ma a stare con il dolore quando si presenta;
- le proprie emozioni: si cercherà di far sperimentare agli alunni come la capacità di osservare le proprie emozioni sia il primo e più importante passo per cambiarle e per tendere verso l'equanimità e la serenità;
- i propri pensieri: il lavoro sui pensieri tende a consapevolizzare l'alunno sull'influenza che i suoi pensieri hanno sulla sua vita, a fargli quindi sperimentare come siano i pensieri a farla da padrone e a determinare le reazioni umane. Si insegnerà ad osservare i propri pensieri, e a relazionarsi con essi, in modo da ridurre il grado di dipendenza da essi e poter essere così in grado di scegliere come reagire, anche nelle situazioni di difficoltà in cui si è vittime di una forte tempesta emotiva;
- il mondo circostante: si inviteranno gli studenti ad osservare il mondo attorno a loro e le reazioni (mentali ed emotive) che tali osservazioni provocano;
- il movimento: si faranno attività di meditazione camminata, si ripeteranno azioni comuni della vita quotidiana ma con l'occhio vigile della consapevolezza;
- la relazione con l'altro: ci si osserverà mentre si è in una relazione con altre persone, con lo scopo di consapevolizzare tutto ciò che succede internamente quando si interagisce con altri.

Tutto verrà caratterizzato dall'assoluta assenza di giudizio; ciò che è importante è l'osservazione di ciò che accade.

Nel primo anno si insegneranno al discente le più comuni tecniche di consapevolezza pratica, e come portarla nella sua vita quotidiana, mentre durante il secondo ed il terzo anno si lavorerà nella prospettiva di usare tale metodo con i suoi futuri clienti. A questo proposito, il focus sopra indicato per ogni attività di consapevolezza personale verrà modificato verso le direttrici seguenti:

- il respiro: si insegnerà al futuro counselor come guidare un cliente nell'uso del respiro per ottenere effetti benefici, a seconda della sua problematica;
- il corpo: l'alunno verrà messo in grado di guidare il cliente durante esercizi di consapevolezza corporea;
- le proprie emozioni: lo studente apprenderà delle tecniche per aiutare il cliente a consapevolizzare le proprie emozioni e per stare con esse senza paura, anche quelle negative;

- i propri pensieri: il futuro counselor dovrà essere in grado di aiutare il suo cliente a non sentirsi vittima dei propri pensieri, ma di poter interagire con essi;
- il mondo circostante: gli studenti impareranno come il contatto consapevole con il mondo circostante possa essere di supporto ad un intervento che porta il cliente verso la consapevolezza di sé;
- il movimento: il futuro counselor sarà in grado di suggerire al cliente come portare la propria consapevolezza nella sua vita quotidiana, nelle sue azioni comuni;
- la relazione con l'altro: lo studente imparerà come guidare il cliente verso la consapevolezza del suo mondo interno quando egli si mette in relazione con altri individui.

Bibliografia

- Kabat-Zinn Jon, "Vivere momento per momento", Tea, 2014
- Ricard Matthieu, "L'arte della meditazione", Sperling & Kupfer, 2009
- Tolle Eckhart, "Il potere di adesso", My Life, 2013
- Ven. Ajahn Sumedho, "Le quattro nobili verità", Associazione Santacittarama 1999 (scaricabile gratuitamente dal sito <http://santacittarama.altervista.org/ebook/ebooks.htm>)
- Ven. Ajahn Sumedho, "Consapevolezza: la via oltre la morte", Associazione Santacittarama 1999 (scaricabile gratuitamente dal sito <http://santacittarama.altervista.org/ebook/ebooks.htm>)