1. Presentazione della struttura

1.1 Denominazione dell'ente che eroga il corso

SIBiG – Scuola Italiana di BioGestalt, di Brunella Di Giacinto

sede legale via Fiamma 10, sede didattica Via Marcona 24.

Codice Fiscale: DGCBNL61M68E058I

P.Iva: 05228810965

Indirizzo e-mail: info@biogestalt.it

Sito Web: www.biogestalt.it

1.1.1 Denominazione eventuale della scuola

SIBiG – Scuola Italiana di BioGestalt

1.2 Rappresentante legale

Brunella Di Giacinto.

1.3 Responsabile didattico

Riccardo Sciaky

1.4 Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Riccardo Sciaky

1.5 Corpo docente

1.5.1 Riccardo Sciaky

Psicologo, psicoterapeuta ad approccio gestaltico formato presso il CSTG di Milano, iscritto all'Ordine degli Psicologi della Lombardia, Supervisor Trainer Counselor AssoCounseling (iscriz. A0159-2010). Laureato in Filosofia presso l'Università degli Studi di Milano, si occupa di psicoterapia e counseling individuale, di coppia e familiare. Ricercatore confermato presso l'Università degli Studi di Milano, è anche didatta associato FISIG (Federazione italiana Scuole e Istituti di Gestalt).

1.5.2 Roberto Agnatica

Counselor a indirizzo gestaltico ed esperto in mindfulness. Co-ideatore di un seminario esperienziale di gruppo intitolato "Maldamore". Ha coltivato una lunga esperienza di Mindfulness attraverso la pratica in una tradizione Zen. Facilita gruppi di Meditazione di Consapevolezza. Ha lavorato molti anni in ambito aziendale con ruoli apicali fino al ruolo di AD di una multinazionale Americana occupandosi anche dello sviluppo delle risorse umane aziendali.

1.5.3 Carla Aluffo

Professional Counselor AssoCounseling (REG-A2446-2020) e facilitatrice Mindfulness, ha effettuato un percorso di formazione ultra decennale sia di gruppo sia di terapia individuale. Dopo il diploma di counseling, ha sviluppato un proprio metodo che integra il movimento libero e spontaneo con il counseling che ha denominato Danceling® che utilizza sia in laboratori di gruppo sia individualmente.

1.5.4 Anna Barracco

Psicologa e psicoterapeuta, iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia, esperta in Psicologia di Comunità, Psicologia della Riabilitazione Psichiatrica e Psicologia Clinica; si occupa di nuove dipendenze, di psicologia dell'emergenza e psicotraumatologia, di clinica dell'adulto e della coppia in crisi. Insegna etica e deontologia presso alcune scuole di psicoterapia riconosciute dal MIUR. CTU presso il Tribunale di Busto Arsizio. Membro di ALIPsi, è stata consigliere dell'OPL dal 1999 al 2014 ed è membro del Consiglio Direttivo del MoPi. Fondatrice del Cipra (Coordinamento Italiano Professionisti della Relazione d'Aiuto), di cui è stata presidente

1.5.5 Enrico Catalano

Psicologo e psicoterapeuta a indirizzo gestaltico, effettua percorsi individuali e di gruppo di psicoterapia, counseling, sostegno psicologico e sedute di ipnosi. Collabora come docente in alcune scuole di formazione tenendo lezioni su argomenti di psicologia e counseling. Collabora con il C.P.S. dell'Ospedale Niguarda di Milano, dove ha svolto colloqui individuali e co-condotto gruppi di supporto psicoeducativo per pazienti bipolari. Ha maturato diverse esperienze in ambito educativo, scolastico e riabilitativo con bambini e ragazzi con autismo, problematiche relazionali, comportamentali e disabilità psico-fisiche.

1.5.6 Annalisa Chiofalo

Diplomata in Counseling Bioenergetico-Gestaltico, Professional Counselor AssoCounseling (iscriz. A2801-2021), esperta in Counseling organizzativo e aziendale. Da circa 20 anni lavora in multinazionali straniere che si occupano di Media&Tech come Digital Product Manager. Progetta, organizza e conduce classi e retreat di Bioenergetica e laboratori esperienziali corporei.

1.5.7 Stefania Conversi

Certificata InCOACH Academy, Counselor iscritta all'albo italo svizzero AISCON e Professional Counselor AssoCounseling (iscriz. A0663-2012), ha lavorato in diverse aziende italiane e straniere come Responsabile Selezione, Formazione, Sviluppo e Direttore del Personale, per poi dedicarsi alla progettazione, coordinamento e docenza in corsi di formazione. Conduce seminari e workshop dedicati al potenziamento delle risorse personali.

1.5.8 Marcella Danon

Psicologa, giornalista e formatrice per la sicurezza sul lavoro, iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia. Tra i pionieri del Counseling in Italia, attiva sin dal 1990, Supervisor Counselor AssoCounseling (iscriz. A0121-2010), co-fondatrice del CREA, Scuola di Counseling Umanistico Esistenziale a Milano, e direttrice della Scuola di Ecopsicologia. Autrice di numerosi libri sul counseling e sull'autorealizzazione.

1.5.9 Brunella Di Giacinto

Diplomata in Shiatsu presso l'Aiki Shiatsu Kyokai di Milano, fondata da Umberto Mosca, propone sessioni individuali di shiatsu presso lo Studio Artistico Arez di via Marcona 24 a Milano. Diplomata in counseling presso il Centro Studi Terapia di Gestalt (CSTG) di Milano, sta ultimando un corso di Specializzazione in Arteterapia dell'associazione Cinabro a Milano. La sua formazione artistica si esprime in scultura, pittura e installazioni.

1.5.10 Maria Pia Fraccaro

Supervisor Counselor (Assocounseling A0156). Diplomata all'Istituto di Psicologia Somatica (IPSO) dopo aver concluso il triennio in Pratica Psicomotoria. Master in Parent Training. Formatrice in enti ospedalieri e in azienda per quanto riguarda la comunicazione e linguaggio non verbale. Docente e supervisore del tirocinio in SIBiG dal 2013. Lavora privatamente come Parent Trainer e Psicomotricista.

1.5.11 Paola Fusco

Diplomata in Corporate Coaching e Master in Executive Coaching presso Scoa – The School of Coaching nel 2004. Dopo due percorsi triennali in Counseling, entrambi ad indirizzo psico-corporeo, ottiene l'iscrizione come Counselor AssoCounseling, livello Professional Counselor, iscr.A2282-2018. Trainer, Executive, Business e Life coach, collabora con Società di consulenza e formazione in Italia e Svizzera. Docente a progetto SUPSI, su temi legati all'area sales/consulenza/sviluppo e gestione risorse umane e gestione dello stress, è stata docente al Master di specializzazione in Counseling Organizzativo IPSO.

1.5.12 Cristina Galimberti

Diplomata in Counseling BioGestaltico. Ha lavorato per più di 20 anni in compagnie nazionali e internazionali nel settore amministrazione clienti. Attualmente si occupa counseling individuale per adolescenti e adulti con percorsi personalizzati. In SIBiG ha ricoperto i ruoli di tutor, referente per i tirocini e co-conduttrice di gruppi di counseling. Orientatrice presso associazioni di volontariato per progetti di orientamento scolastico nelle scuole secondarie.

1.5.13 Patrizia Marforio

Counselor a indirizzo somatorelazionale, diplomata presso l'IPSO di Milano. Professional Counselor AssoCounseling (A0971-2012), ha fondato con Stefano Sedda, ingegnere ed ex direttore HR, EnergetiCoaching, che propone percorsi biogestaltici ai manager e ai professionisti della relazione d'aiuto. Svolge l'attività di consulente e counselor sia in azienda sia per i privati.

1.5.14 Mara Milanesi

Counselor a indirizzo biogestaltico, Professional Counselor AssoCounseling (REG-A2952-2022), laureata in Scienze Naturali e guida naturalistica. Conduttrice di classi di Bioenegetica, Narm Therapist in formazione, propone esperienze di gruppo in natura che conciliano la Gestalt e la natura.

1.5.15 Massimo Larini

Nato e cresciuto a Firenze, si è occupato per circa venticinque anni di aviazione civile. Iscritto nel 2015 alla SIBiG, ha portato a compimento la formazione nel 2017 con una tesi su "Ansia da prestazione musicale". Counselor

stabile presso la Scuola di Musica di Fiesole. Laureando in Psicologia presso la facoltà di Firenze, è anche Shiatsuka professionista. Dal 2023 fa parte del Comitato Scientifico della SIBiG.

1.5.16 Fabio Pardini

Professional Counselor, diplomato nel 2010 presso il CSTG di Milano. Collabora con SIBiG dal 2014 come tutor, docente e conduttore di gruppi di counseling. Progetta e conduce laboratori ludico-esperienziali, ispirato dal desiderio di sperimentare e integrare Gestalt, Bioenergetica, arte, meditazione, teatro-gioco, lavori col video.

1.5.17 Michela Parmeggiani

Psicologa e psicoterapeuta a indirizzo gestaltico, ha lavorato per molti anni in campo sociale e psico-educativo ideando il Centro Psico-educativo, da cui è nato il modello di lavoro di psicoeducazione in movimento che consiste nel creare percorsi educativi in piccolo gruppo, utilizzando principalmente l'arte, il teatro, la danza e le arti marziali. Esercita la sua attività clinica privata presso l'ASP (Associazione Italiana Psicologi). È didatta associato FISIG (Federazione italiana Scuole e Istituti di Gestalt) presso CSTG.

1.5.18 Cristina Puricelli

Counselor diplomata presso SIBiG. Responsabile di Cabina, Istruttrice ed Esaminatrice in volo presso una Compagnia aerea italiana e Istruttrice in aula di tecniche e procedure di volo propedeutiche alla carriera di Assistente di Volo da 15 anni, nonché docente per il settore dei naviganti (piloti e assistenti di volo) di CRM, Crew Resource Management.

1.5.19 Cristina Tegon

Counselor a indirizzo gestaltico, diplomata presso il CSTG di Milano e docente presso il corso di counseling del CSTG di MIlano. Massoterapista e operatore shiatsu diplomata presso l'Aiki Shiatsu Kyokai di Milano. Professional Trainer Counselor AssoCounseling (iscriz. A0014-2009) e docente presso il CSTG.

1.5.20 Marisa Castelli

Counselor a orientamento gestaltico, Supervisor Counselor AssoCounseling (iscriz. n. Reg. A0152-2010), formatrice eMediatore familiare (associata AIMEF), docente di corsi di formazioneper aziende pubbliche e private. Conduce corsi e seminari di consapevolezza, counseling individuale e di coppia.

1.5.21 AlessandroVolpe

Supervisor Counselor ad orientamento integrato e Professional Counselor a orientamento Gestaltico (iscriz. n. Reg. A0151-2010). Mediatore Familiare attraverso corso accreditato A:I.ME.F. PNL Practitioner-Master Diploma.Certified Empowerment Life Coach Diploma. Esercita counseling individuale, di coppia, famiglia e gruppo presso il suo studio di Milano.

1.5.22 Roberto Bonanomi

Counselor ad orientamento bioenergetico Gestaltico (iscriz. n. Reg. A2789-2021). Diploma come consulente sessuale presso A.I.S.PA. (Associazione Italiana Sessuologia Psicologia Applicata). Diploma come massaggiatore

olistico presso Soul Contact center Milano. Ha seguito il orso di formazione (CUR/4793/2022) “L'energia nella relazione”. Esercita counseling individuale, di coppia, e trattamenti olistici presso il suo studio di Milano

1.6 Presentazione

La Scuola Italiana di BioGestalt® è stata fondata da Riccardo Sciaky e Alessandra Callegari, che dal 2006 al 2012 hanno condotto il corso di formazione triennale in counseling a indirizzo gestaltico-bioenergetico del CSTG, Centro Studi Terapia della Gestalt, e ne costituisce di fatto la prosecuzione. A partire dal 2019 uno dei due fondatori (Alessandra Callegari) è andato via per altre esperienze e la direzione della scuola è rimasta a Riccardo Sciaky. Tutte le informazioni sulla scuola si trovano sul sito www.biogestalt.it

1.7 Orientamento teorico

Il corso di formazione triennale in counseling a indirizzo biogestaltico della SIBiG deriva dal precedente corso di formazione triennale in counseling a indirizzo gestaltico-bioenergetico del CSTG, Centro Studi Terapia della Gestalt, di Milano. Tale corso è stato tenuto da Riccardo Sciaky e Alessandra Callegari dall’ottobre 2005 al 2012, e il corso SIBiG ne costituisce di fatto la prosecuzione.

La Scuola Italiana di BioGestalt® è stata infatti fondata da Sciaky e Callegari alla fine del 2012, mantenendo in essere i corsi precedenti con gli allievi in corso (del triennio 2011- 2013 e del triennio 2012-2014, che sono perciò passati da allievi CSTG ad allievi SIBiG) e ha avviato nel gennaio 2013 il primo corso triennale totalmente SIBiG (2013-2015). Attualmente il corso è diretto unicamente da Riccardo Sciaky.

Il corso si rivolge a tutti coloro che sentono la necessità di migliorare la propria consapevolezza, capacità di ascolto e comunicazione e il modo di essere in relazione con gli altri, a livello professionale e personale. In particolare questa formazione è importante per chi opera in specifici ambiti lavorativi: insegnanti, educatori, referenti per l’educazione alla salute, operatori socio-sanitari, di comunità terapeutiche e di consultori.

La BioGestalt®: un’integrazione di Bioenergetica e Gestalt

Il nome BioGestalt® è un marchio registrato, creato dallo psicoterapeuta Guido Grossi (docente SIBiG) e da lui ceduto alla SIBiG. Il nome nasce dall’unione delle parole Bioenergetica e Gestalt, i due indirizzi complementari che compongono questo approccio.

La BioGestalt® è dunque un approccio che si basa su una reale integrazione – teorica e pratica – dei due approcci di partenza, che sottolineano entrambi:

1) il valore del corpo, come strumento per attivare l’energia, per entrare in contatto con se stessi e con gli altri, per far affiorare le emozioni ed esprimerle in maniera completa;

2) l’importanza dell’esperienza vissuta, più che l’analisi verbale e l’interpretazione;

3) la necessità di operare soprattutto nel presente, ovvero nel qui e ora;

4) il coinvolgimento attivo ed empatico del counselor, con la sua intuizione, creatività e congruenza.

Tale integrazione si basa su un preciso dato storico-culturale: i fondatori dei due approcci – Alexander Lowen (1910-2008) per la Bioenergetica e Fritz Perls (1893-1970) per la Gestalt – sono stati entrambi allievi o pazienti di Wilhelm Reich (1897-1957), psicanalista a sua volta allievo di Freud. Proprio Reich è stato il primo a portare l’accento sul valore del corpo nella terapia, sconvolgendo il setting tradizionale della psicanalisi e ponendo le basi

di quelle che poi sono diventate le “psicoterapie corporee” nell’alveo della cosiddetta psicologia umanista, di cui Bioenergetica e Gestalt sono due tra le esponenti principali.

La Terapia della Gestalt creata da Fritz Perls si ispira parzialmente alla omonima scuola di psicologia, dalla quale è stato mutuato il termine Gestalt (forma, struttura, configurazione): un insieme di diversi elementi che costituiscono un tutto completo, armonico e significativo, più complesso della somma delle loro singole parti, con cui viene indicata ogni esperienza umana, piccola o grande che sia, nelle sue infinite sfaccettature. Petruska Clarkson (1992), riassumendo la posizione filosofica di Perls, afferma che la Gestalt può essere paragonata a un albero le cui radici sono nella psicanalisi e nell’analisi del carattere, il tronco è la fenomenologia e l’esistenzialismo, i rami si allargano verso la filosofia orientale e verso la conoscenza transpersonale; l’albero è situato nel paesaggio dell’olismo e della teoria del campo ai quali è inestricabilmente unito. L’approccio gestaltico in terapia aiuta ad acquisire una sempre maggiore consapevolezza nel qui e ora e a recuperare la naturale armonia tra individuo e ambiente.

Per la Bioenergetica, creata da Alexander Lowen, corpo e mente sono funzionalmente identici: quel che accade nell’uno riflette quel che accade nell’altra e viceversa. Il lavoro associato sul corpo e sulla mente aiuta le persone ad affrontare le difficoltà esistenziali e relazionali e a realizzare al meglio le proprie capacità di provare piacere e gioia di vivere. Nell’organismo vitale sano, infatti, l’energia fluisce naturalmente nel corpo; la sua quantità e l’uso che ne facciamo determinano la risposta alle diverse situazioni. Processi energetici, vitalità, salute sono dunque correlati: più siamo vivi, più energia abbiamo e viceversa. Se i bambini esprimono flessibilità, eccitazione e gioia, in età adulta, pur non potendo evitare il processo d’invecchiamento che porta alla rigidità assoluta della morte, possiamo almeno intervenire sulle tensioni muscolari croniche dovute a stress e conflitti emotivi irrisolti, che cristallizzandosi formano una vera e propria “struttura” caratteriale rigida, in cui ci ritroviamo imprigionati.

Mente, emozioni e corpo nella relazione d’aiuto

L’indirizzo biogestaltico prevede l’applicazione della metodologia teorico-esperienziale caratteristica sia della Terapia della Gestalt sia della Bioenergetica. L’approccio della Terapia della Gestalt si basa molto sugli aspetti emozionali e mira a reintegrare e armonizzare le varie parti della personalità giungendo, mediante un adattamento creativo, a trovare il proprio stile di vita. L’approccio della Bioenergetica permette di entrare in contatto con il proprio corpo e di conoscere le tensioni muscolari croniche nate da ostacoli interiori e conflitti emotivi irrisolti; alleggerirle consente alla persona di ritrovare vitalità esteriore e interiore.

Accade spesso di osservare persone che, anche dopo anni di percorsi unicamente verbali, si ritrovano ad avere apparentemente capito tutto di sé, ma nella pratica non riescono a uscire dai propri problemi e non sanno stare in relazione con se stessi e gli altri. L’approccio biogestaltico, consapevole dei limiti degli indirizzi solo cognitivi, cerca, dopo avere inquadrato il problema, di far esplorare la tematica rilevata non solo con la parola, ma anche con il corpo (lavorando con le emozioni che sono di fatto mentali e corporee). Il counselor resta sempre in osservazione delle risposte che emergono e aiuta poi il cliente a integrare a livello cognitivo ciò che ha sentito, percepito e compreso durante l’esperienza. I tre livelli sulla base dei quali si esprime l’essere umano (cognitivo, emozionale e corporeo) si possano infatti utilizzare simultaneamente per fare esperienze, conoscere il mondo, osservare le proprie reazioni, comprendere la possibile origine delle reazioni stesse e provare a sperimentarsi in modalità nuove e inconsuete, osservando se risultano più adeguate e funzionali all’ambiente in cui si trova ad agire. Tutto ciò in tempi molto brevi, mediante l’uso simultaneo, appunto, dei tre canali: cognitivo, emozionale e corporeo.

Nella relazione con il cliente pertanto il counselor integra sempre la parte verbale con quella corporea, portando alla consapevolezza quanto comunicato in maniera implicita attraverso il linguaggio del corpo, accompagnando il cliente a esplorare le proprie difficoltà e a promuovere le proprie risorse, finalizzate a soddisfare il desiderio di

cambiamento evolutivo e una migliore qualità della vita. Si tratta di un lavoro attento e graduale, che tiene conto dell'associazione fra i meccanismi corporei e le percezioni emotive, offrendo al cliente la possibilità, nel rispetto dei suoi tempi e spazi, di lasciare andare inibizioni e condizionamenti e manifestare con autenticità e libertà i propri talenti e potenzialità. Nel percorso di counseling il lavoro graduale passa innanzitutto attraverso l'osservazione e l'ascolto del corpo stesso del counselor, che solo così può mettersi in ascolto e osservazione di quello del cliente, per comprenderne il linguaggio che si esprime attraverso la postura, le strutture muscolari e i segnali espressivi. Il rispecchiamento del cliente avviene pertanto sua su base verbale sia su base corporea, con una attenta e misurata verbalizzazione di quanto osservato.

Solo dopo queste prime tappe il counselor biogestaltico può, grazie alle competenze acquisite, far muovere il cliente con l'uso di particolari tecniche, mutuate da entrambi gli approcci della BioGestalt®: tecniche gestaltiche come il lavoro sulle polarità, il monodramma, la hot seat, l'amplificazione, e tecniche attive legate all'uso del corpo e agli esercizi bioenergetici per mobilizzare e riattivare i vari distretti e sistemi corporei (ad esempio la respirazione) o per lavorare sul grounding e sul contatto con sé e con gli altri, o per dare spazio all'espressione, che mediante l'utilizzo di parti del corpo (come la voce o le mani) possono permettere di "dare corpo" a un pensiero, a un'immagine, a un'esperienza, e di lavorarci insieme. E ancora, il counselor biogestaltico può attivare nel cliente la percezione di sé e del proprio modo di stare nel mondo anche con la musica e la danza, con il disegno e la manipolazione della creta, valorizzandone l'espressività. In alcuni casi, infine, il counselor può "toccare" il corpo del cliente, dietro suo permesso, al fine di fornirgli un sostegno emotivo e un contatto nutritivo, come proposto dalla terapia organismica di Malcolm Brown.

Quando il counselor riesce a utilizzare queste modalità con competenza, consapevolezza e rispetto, entro la relazione e grazie a essa il cliente può giungere ad approfondire i processi che mette in atto e il counselor può restituirgli un rispecchiamento a tutto tondo, finalizzato alla valorizzazione delle sue risorse, in modo che il cliente diventi più consapevole della propria interazione con l'ambiente, con il mondo interno e con il mondo esterno.

Il lavoro sul carattere

L'approccio bioenergetico fonda la propria base teorica sulla teoria del carattere, che Lowen mutuò da Reich e ampliò, con elementi attinti alla psicologia dello sviluppo, fino a farne un vero e proprio caposaldo del proprio approccio. L'armatura caratteriale di cui parla Lowen è una struttura difensiva, che si forma nei primi anni di vita rispetto a un ambiente percepito come insoddisfacente rispetto ai nostri bisogni o addirittura negativo. È una risposta di adattamento e sopravvivenza: la migliore possibile che il bambino riesce a mettere in atto rispetto alle esperienze che fa nella quotidiana relazione con il mondo, a cominciare da quella con la madre (compresi i nove mesi di gestazione prima della nascita) e poi quella con il padre, e più in generale con la famiglia - compresi eventuali fratelli e sorelle - e via via con le altre persone con le quali entra in relazione. L'armatura caratteromuscolare però finisce con il diventare una struttura permanente, fatta di atteggiamenti e comportamenti stereotipati, compulsivi, automatici, che "imprigionano" l'individuo, una volta diventato adulto, limitandone la libertà e il libero arbitrio, anche quando si trova a fare esperienze in situazioni ambientali e relazionali che non richiederebbero più quel tipo di difesa.

Lowen identifica cinque strutture o tipi caratteriali - schizoide, orale, masochista, psicopatico e rigido, ai quali si aggiungerà il simbiotico studiato da Steven Johnson – che si sviluppano a partire da altrettanti bisogni/diritti fondamentali negati al bambino e corrispondono, da adulti, ad altrettante modalità fondamentali di "vedere il mondo", ovvero di interpretare e deformare nevroticamente la realtà, oltre che di agire in essa. Tali strutture o stili caratteriali costituiscono, nel loro insieme, una "mappa di personalità" utile alla comprensione di come gli esseri umani si comportano, si atteggiano, si relazionano nel mondo. Per questo motivo, nell'approccio biogestaltico viene

dato spazio alla mappa bioenergetica, nella convinzione che tale mappa offra al futuro counselor un interessante strumento d'indagine sia per lavorare su di sé, come agente di profonda trasformazione, sia nella relazione d'aiuto con il cliente.

L'apporto dell'Analisi Transazionale

Dal 2019 viene introdotto nel persorso di studi della SIBiG anche un certo numero di giornate, sei per la presisione, dedicate a conoscere l'Analisi Transazionale. Questo approccio, nato dalla creatività del terapeuta Eric Berne, osserva che costantemente ci troviamo a relazionarci con gli altri secondo tre "stati dell'io" (come li denomina questo autore): il Genitore, l'Adulto e il Bambino. Questi "stati dell'io" sono modalità, strutturate nel corso della nostra storia personale dall'infanzia in poi, mediante cui ci rapportiamo con gli altri, creando "giochi" psicologici che rispondono a diversi bisogno relazionali. Imparare a percepire quale di questi "stati dell'io" stiamo utilizzando momento per momento e quale stanno usando gli altri, cogliere i "giochi" psicologici che vengono giocati e tentare di andare oltre sono i punti iniziali di questo approccio. L'Analisi Transazionale si combina bene con la BioGestalt, per la sua relativa semplicità di apprendimento e per gli spunti che fornisce, con la possibilità di andare poi a vedere come questi "stati dell'io" sono nati ripercorrendo a ritroso la propria storia personale sia mediante l'approccio gestaltico, sia mediante quello bioenergetico.

Integrazione di BioGestalt® con altri approcci

La BioGestalt® proposta dalla SIBiG come sintesi dei due approcci di base coglie gli aspetti fondanti di entrambi, e li cala su un'attitudine mutuata soprattutto dall'approccio di Carl Rogers (1902-1987): in termini di fiducia nei confronti del cliente, di rispetto per i suoi tempi e modi, di attenzione alle sue aspettative, ai suoi valori e alle sue modalità. Fondamentalmente, è essenziale evitare un atteggiamento autoritario, che farebbe scattare una risposta contro-dipendente; è invece importantissimo far sentire al cliente una stretta alleanza con il counselor, che è lì per lui, per accompagnarlo in un percorso che è soprattutto suo, e non per condurlo da qualche parte decisa dal counselor, che il cliente non conosce e non ha chiesto.

Il "modo di essere" rogersiano presentato durante il corso permette di indicare agli allievi e futuri counselor una traiettoria che si muove tra l'approccio centrato sulla persona, non direttivo e verbale, incentrato su un utilizzo delicato e sottile del linguaggio, e gli approcci bioenergetico e gestaltico, entrambi a mediazione corporea, in base ai quali il counselor può anche proporre un lavoro "attivo" al cliente, secondo modalità più direttive ma non per questo meno rispettose dei suoi tempi e delle sue possibilità.

Un altro approccio che viene integrato nella BioGestalt® è infine quello legato alle costellazioni e alla sistemica, ma rivisto in maniera originale: sono le "costellazioni biogestaltiche" con i pupazzetti Playmobil®, che permettono di mantenere un focus privilegiato sul presente, sulle emozioni, sul corpo, sulla consapevolezza di sé come un tutto e come sistema all'interno di vari sistemi. Costellazioni che prendono dalla Gestalt il lavoro sul qui e ora, sul sentire i movimenti interni via via che si procede con la costellazione o rappresentazione; dalla bioenergetica la fisicità e plasticità dei pupazzetti, il lavoro sull'energia che entra in campo e sull'uso dello spazio all'interno del territorio assegnato. Questo lavoro non è statico ma dinamico (la persona muove, sposta, ecc.) e in questo movimento vengono messi in gioco sia il corpo del cliente sia quello del conduttore.

Tali costellazioni si possono usare per rappresentare il qui e ora della propria realtà, in un esercizio di consapevolezza che trasforma il percepito dei propri vissuti e la rappresentazione mentale che ne abbiamo in una rappresentazione esterna, per di più dinamica, rispetto alla quale misurarsi e prendere la giusta distanza. Questo determina in genere nuovi insight e comprensioni del proprio qui e ora, delle relazioni che abbiamo con il mondo nel senso più ampio del termine; e il lavoro "dinamico" consente di intervenire sulla rappresentazione per

modificarla e dare spazio ai propri bisogni e desideri. Si lavora cioè su come si vorrebbe che fosse la realtà, in un'esperienza simbolica di trasformazione che produce nuovi insight da elaborare poi nel percorso di counseling.

Di fatto, si può rappresentare un qualsiasi insieme o sistema: il proprio mondo interiore, la famiglia d'origine o quella creata in coppia; un gruppo di lavoro, un gruppo di amici, una organizzazione (azienda, associazione), che può essere messo in scena in modo da evidenziarne la rappresentazione simbolica, visto che la fisicità dei pupazzetti rende tale esperienza molto diversa rispetto al racconto puramente verbale, e rispetto al disegno è molto più plastica (tridimensionale anziché bidimensionale), consentendo una continua "manipolazione" da parte del cliente. Le costellazioni biogestaltiche hanno anche una valenza di "gioco" che permette di far emergere più facilmente dei vissuti altrimenti difficili da lasciar andare. Poter provare, cambiare e riprovare permette alle persone di verificare in concreto che è possibile intervenire sulla realtà per modificarla.

Sulle 72 giornate d'aula previste nel triennio, Riccardo Sciaky ne tiene 30, tra cui buona parte di quelle che hanno luogo nei seminari residenziali intensivi che si svolgono ogni anno nei mesi di maggio e giugno. Queste 12 giornate sono strutturate in modo tale da costituire un vero e proprio percorso entro il percorso, dedicato in gran parte al lavoro su di sé, sulla propria storia e sulla relazione con i genitori. Le restanti 42 giornate del triennio sono affidate a docenti esterni che per le loro competenze e professionalità garantiscono una stimolante aggiunta al programma, in armonia con l'approccio biogestaltico: Roberto Agnatica, Carla Aluffo, Anna Barracco, Enrico Catalano, Annalisa Chiofalo, Stefania Conversi, Marcella Danon, Brunella Di Giacinto, Maria Pia Fraccaro, Paola Fusco, Cristina Galimberti, Massimo Larini, Patrizia Marforio, Mara Milanesi, Fabio Pardini, Michela Parmeggiani, Cristina Puricelli, Cristina Tegon.

Struttura del corso SIBiG

A partire dal 2017, il corso si articola su tre anni, con 24 giornate l'anno di 8 ore ciascuna, per 192 ore di lezione all'anno e un totale di 576 ore d'aula nel triennio. Ogni corso inizia nel mese di gennaio e termina nel mese di dicembre con incontri mensili nei giorni di sabato e domenica dalle 9.30 alle 18.30 (con pausa pranzo di un'ora) presso la sede di via Marcona 24 a Milano, per un totale di 24 giornate all'anno. Di queste, 4 giornate l'anno sono di seminario intensivo residenziale (tra maggio e giugno) e vengono effettuate presso una sede esterna.

Durante le ore d'aula vengono svolte le materie di carattere generale (gli insegnamenti obbligatori: storia e fondamenti del counseling; teoria e pratica della comunicazione; elementi di psicologia generale, psicologia dello sviluppo, psicologia dei gruppi, psicopatologia; elementi di filosofia, antropologia, sociologia pedagogia; basi di etica e deontologia professionale; strumenti per la promozione della professione) oltre a quelle legate agli approcci di cui sopra, sempre in una chiave esperienziale che permette agli allievi di assimilare tali contenuti in modo creativo, utilizzando anche le tecniche specificamente biogestaltiche sopra citate. Le varie esperienze proposte nel triennio vengono non solo condivise in gruppo, ma anche in diadi secondo una modalità che permette ai partecipanti di esprimersi liberamente e senza interruzioni da un lato, e di sperimentare un "puro" ascolto empatico dall'altro.

Gli allievi vengono inoltre messi in condizione di sperimentarsi fin dall'inizio (ovvero dal primo weekend di corso del primo anno) nella relazione attraverso il sistema delle triplette formate da counselor, cliente, osservatore e seguite ognuna da un tutor o da un docente, al fine di arrivare, nel corso del triennio, a sviluppare una propria modalità di ascolto e sostegno al cliente.

Il programma didattico prevede, oltre alle ore d'aula, un minimo di 77 ore di percorso personale, suddivise tra: almeno 25 sedute individuali di counseling o di psicoterapia da effettuarsi entro il primo anno con counselor o psicoterapeuti di indirizzo congruente con quello della scuola, e un percorso di counseling di gruppo, da effettuarsi nel secondo o terzo anno, per almeno 13 sedute di 4 ore ciascuna (per un totale di 52 ore). Per il 2023 il gruppo

sarà unico, condotto da Riccardo Sciaky, direttore della Scuola, Supervisor Trainer AssoCounseling, in co-conduzione con uno dei tutor del corso. Oltre le due assenze gli incontri persi vanno recuperati, concordandone le modalità. Il percorso può essere anche ripetuto interamente una seconda volta.

Il corso prevede inoltre un tirocinio pratico-formativo:

- nel secondo e terzo anno di corso, 75 ore all'anno di tirocinio di counseling (per un totale di 150 ore) da effettuarsi esternamente presso strutture convenzionate e/o convenzionabili con la SIBiG (asl, onlus, scuole, consultori, associazioni, sportelli di ascolto) e, per massimo 50 ore sul totale, con clienti privati;

- sempre nel secondo e terzo anno di corso, in conseguenza del tirocinio, incontri di supervisione (gruppi di discussione sui casi del tirocinio tenuti da un supervisore, a scelta fra quelli indicati dalla scuola: Fraccaro, Sciaky, Marforio, Tonella, tutti Supervisor AssoCounseling) della durata di 3 ore ciascuno, per 10 incontri l'anno (per un totale di 60 ore in due anni). A tali ore si aggiungono altre 36 ore di supervisione didattica comprese nelle 576 ore d'aula, per un totale di 96 ore.

In totale, fra ore d'aula, percorso personale individuale e di gruppo, tirocinio e supervisione, il percorso di formazione proposto da SIBiG ammonta ad almeno 863 ore.

Chi non completa il tirocinio entro il terzo anno può farlo in seguito, proseguendo la supervisione finché il tirocinio non viene completato. Gli incontri di supervisione eventualmente persi possono essere recuperati durante lo stesso anno in un altro gruppo. Oltre le due assenze/anno è richiesto un recupero l'anno successivo. La direzione della scuola si riserva, alla fine del primo anno, di dare a ogni singolo allievo la conferma o meno dell'opportunità di cominciare il tirocinio già dal secondo anno, oppure posticiparlo all'anno successivo, sulla base delle attitudini e del percorso personale svolto.

Alla fine del primo e secondo anno di corso è prevista una verifica con esame scritto su domande prestabilite e prova pratica esperienziale, effettuata in aula con i docenti del corso. A seguito dell'esame verrà inoltre fornita una valutazione scritta dei punti di forza e delle aree di miglioramento di ciascun allievo. Al termine del terzo anno di corso è previsto l'esame finale, costituito da una parte teorica (prova scritta in aula) e da una parte esperienziale (seduta di counseling in tripletta supervisionata). La Commissione d'esame può, a suo insindacabile giudizio, richiedere all'allievo un'eventuale integrazione di percorso ai fini dell'ottenimento del diploma. Per l'ottenimento del diploma è anche richiesta la stesura di una tesi e di una relazione su un caso del tirocinio e il completamento delle relazioni sui libri di testo indicati per ogni anno.

Chi non conclude tirocinio e supervisione e non consegna la tesi, la relazione sul caso del tirocinio e tutte le relazioni entro il secondo anno successivo alla fine del corso, per ottenere il diploma è tenuto a una verifica del proprio percorso e a effettuare un'eventuale integrazione. Avere effettuato tutto il corso non implica comunque necessariamente ottenere il diploma, che verrà rilasciato solo se la Direzione della SIBiG lo riterrà opportuno e adeguato alla preparazione dell'allievo.

Tutte le informazioni sulla scuola si trovano sul sito www.biogestalt.it. Per gli allievi SIBiG è attiva nel sito un'area riservata alla quale possono accedere per consultare documenti relativi al percorso formativo (programmi e calendari, bibliografia, modulistica per tirocinio e altro). .

1.7.1 Definizione sintetica

Biogestaltico

2. Presentazione del corso

2.1 Titolo del corso

Corso di formazione triennale in counseling a indirizzo biogestaltico.

2.2 Obiettivi

Il corso si rivolge a tutti coloro che sentono la necessità di migliorare la propria consapevolezza, capacità di ascolto e comunicazione e il modo di essere in relazione con gli altri, a livello professionale e personale. In particolare questa formazione è importante per chi opera in specifici ambiti lavorativi: insegnanti, educatori, referenti per l'educazione alla salute, operatori socio-sanitari, di comunità terapeutiche e di consultori, tutte professioni che richiedono specifiche competenze relazionali.

Il corso si propone in particolare di fornire gli strumenti professionali adeguati a chi vuole diventare un counselor professionista, in grado di accompagnare il cliente in una relazione d'aiuto che ha specifici obiettivi, azioni, strumenti, competenze e qualità relazionali a trovare dentro di sé le risorse per affrontare una difficoltà e per gestire una crisi con adeguate capacità di problem solving, per attraversare una fase di cambiamento, per fare chiarezza sulla relazione con se stesso, con gli altri e con il mondo e per potenziare le proprie risorse in modo da sviluppare e accrescere benessere e funzionalità nei vari ambiti dell'esistenza.

2.3 Metodologia d'insegnamento

A parte le lezioni di didattica frontale, l'applicazione della metodologia teorico-esperienziale caratteristica della Terapia della Gestalt prevede l'insegnamento di tecniche come il lavoro sulle polarità, il monodramma, la hot seat, l'amplificazione, mentre quella propria della Bioenergetica prevede l'insegnamento di tecniche attive legate all'uso del corpo e agli esercizi bioenergetici sul grounding, sul contatto con sé e con gli altri, sull'espressività. Gli allievi vengono messi in condizione di sperimentarsi fin dall'inizio nella relazione attraverso il sistema delle triplette formate da counselor, cliente, osservatore e seguite ognuna da un tutor e/o docente, al fine di arrivare, nel corso del triennio, a sviluppare una propria modalità di ascolto e sostegno al cliente.

Durante le ore d'aula vengono svolte le materie di carattere generale (gli insegnamenti obbligatori: storia e fondamenti del counseling; teoria e pratica della comunicazione; elementi di psicologia generale, psicologia dello sviluppo, psicologia dei gruppi, psicopatologia; elementi di filosofia, antropologia, sociologia, pedagogia; basi di etica e deontologia professionale; strumenti per la promozione della professione) oltre a quelle legate agli approcci specifici dell'indirizzo biogestaltico, sempre in una chiave esperienziale che permetta agli allievi di assimilare tali contenuti in modo creativo. Le varie esperienze proposte nel triennio vengono non solo condivise in gruppo, ma anche in diadi secondo una modalità che permette ai partecipanti di esprimersi liberamente e senza interruzioni da un lato, e di sperimentare un "puro" ascolto empatico dall'altro.

2.3.1 Percorso personale

Il programma didattico prevede: un minimo di 25 sedute individuali di counseling o di psicoterapia da effettuarsi entro il primo anno con counselor o psicoterapeuti di indirizzo congruente con quello della scuola. Queste servono per iniziare, qualora l'allievo non lo avesse mai fatto in precedenza, a conoscersi, a prendere consapevolezza delle proprie dinamiche e a prendere familiarità con la modalità biogestaltica di approccio al counseling.

Al secondo anno è invece previsto un percorso obbligatorio di counseling di gruppo, al massimo da slittare al terzo anno per validi motivi, composto da 13 sedute di 4 ore ciascuna (per un totale di 52 ore) e finalizzato soprattutto a mostrare agli allievi le loro dinamiche che emergono in situazioni di gruppo. Il totale del percorso personale è quindi composto per lo meno da 77 ore. Oltre le due assenze gli incontri di gruppo persi vanno recuperati, concordandone le modalità. Il percorso può essere anche ripetuto interamente una seconda volta.

2.4 Struttura del corso

Durata espressa in anni: 3

Durata espressa in ore: 863

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.

2.5.2 Modalità di ammissione

a) Massimo allievi iscrivibili: 20.

b) Per essere ammessi al corso è necessario sostenere con il direttore della scuola un colloquio che valuti le motivazioni personali e professionali della richiesta.

2.5.3 Esami

Ogni anno viene richiesta la lettura di quattro testi, sui quali viene fatta una discussione in classe, e per i quali è richiesta una relazione scritta; è richiesto il completamento delle relazioni sui dodici libri di testo obbligatori al fine di ottenere il diploma.

Alla fine del primo e secondo anno di corso: verifica con esame scritto su domande prestabilite e prova pratica esperienziale, effettuata in aula con i docenti del corso. A seguito dell'esame verrà inoltre fornita una valutazione scritta dei punti di forza e delle aree di miglioramento di ciascun allievo. Al termine del terzo anno di corso è previsto un esame finale costituito da una parte teorica (prova scritta in aula) e da una parte esperienziale (seduta di counseling in tripletta supervisionata). A seguito della valutazione dei punti di forza e delle aree di miglioramento, la Commissione d'esame può, a suo insindacabile giudizio, richiedere all'allievo un'eventuale integrazione di percorso (tirocinio, supervisione, ore di lavoro personale, recuperi di giornate d'aula) ai fini dell'ottenimento del diploma.

Alla fine di ogni anno viene consegnato agli allievi un attestato di frequenza.

Per l'ottenimento del diploma sono richieste anche una relazione su un caso seguito durante il tirocinio e la stesura di una tesi concordata con i direttori della scuola. La presentazione della tesi, tappa finale del percorso, avviene durante una delle due serate SIBiG, in primavera e a dicembre, nelle quali vengono consegnati i diplomi.

Nota A: Chi non conclude il tirocinio e la supervisione e non consegna tutte le relazioni sui libri, la relazione sul caso del tirocinio e la tesi entro il secondo anno successivo alla fine del corso, è tenuto a una verifica del proprio percorso ed eventualmente a effettuare un'integrazione per ottenere il diploma.

Nota B: Aver effettuato tutto il corso non implica necessariamente ottenere il diploma, che verrà rilasciato solo se la Direzione della Scuola lo riterrà opportuno e adeguato alla preparazione dell'allievo.

(Tutto quanto indicato sopra, ai paragrafi "Struttura del corso" e "Organizzazione didattica", è interamente scritto nel modulo di iscrizione che l'allievo è tenuto a firmare al momento dell'iscrizione al corso ad ognuno dei tre anni).

2.5.4 Assenze

Durante l'anno in corso l'allievo può essere assente giustificato al massimo per il 10 per cento delle ore (pari a 7 giornate nel triennio). Oltre tale numero vanno recuperate durante il triennio in corso o dopo il suo termine.

2.5.5 Materiale didattico

Per ogni anno viene richiesta la lettura di quattro testi obbligatori (quindi 12 in totale nel triennio) sui quali scrivere una relazione; vengono inoltre suggeriti altri testi facoltativi. Quando disponibili vengono fornite dispense e fotocopie relative agli argomenti trattati.

2.6 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.

3. Programma del corso

3.1 Formazione teorico-pratica

3.1.1 Insegnamenti obbligatori

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling	8	Sciaky, Catalano, Marforio
Fondamenti del counseling	28	Sciaky, Catalano, Marforio
Comunicazione, scelte e cambiamento	24	Sciaky, Catalano, Fusco, Marforio
Psicologie	28	Sciaky, Parmeggiani, Catalano
Altre scienze umane	28	Sciaky, Danon, Parmeggiani
Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia	16	Sciaky, Parmeggiani, Tegon
Etica e deontologia	16	Sciaky, Fraccaro
Promozione della professione	8	Fusco
Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	***160***	\

3.1.2 Insegnamenti complementari (specifici della scuola)

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Terapia della Gestalt	60	Sciaky, Parmeggiani, Tegon, Pardini, Milanesi
Bioenergetica e altre terapie corporee	64	Sciaky, Marforio, Aluffo, Milanesi
Analisi Transazionale	32	Fusco
Approccio rogersiano	16	Sciaky, Catalano
Altre psicologie	16	Sciaky, Catalano
Art counseling	32	Di Giacinto, Fusco
Counseling aziendale e organizzativo	16	Conversi, Chiofalo, Galimberti
Counseling scolastico e con adolescenti	24	Parmeggiani, Pardini
Tecniche di counseling	24	Sciaky, Fusco, Catalano, Tegon
La sessualità	8	Bonanomi
Counseling con le coppie	8	Volpe, Castelli
Esami	48	Sciaky, Milanesi, Agnatica

Subtotale insegnamenti complementari	***348***	\

3.1.3 Totale formazione teorica nei tre anni

Monte ore totale della formazione teorico-pratica	504	\

3.2 Formazione esperienziale

3.2.1 Percorso personale

TIPOLOGIA	ORE	TRAINER
Formazione personale mista	77	Sciaky e gli altri counselor e terapeuti suggeriti dalla scuola
Subtotale percorso personale	***77***	\

3.2.2 Supervisione didattica

TIPOLOGIA	ORE	SUPERVISORE
Supervisione didattica	72	Sciaky, Marforio, Fraccaro
Supervisione al tirocinio	60	Sciaky, Marforio, Fraccaro, Tonella
Subtotale supervisione	***132***	\

3.2.3 Tirocinio

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Sportello di counseling online		Agenzia delle Entrate, Direzione Provinciale 1	Guido Isolabella
Sportello di counseling online		Agenzia delle Entrate, Direzione Provinciale 2	Vincenzo Gentile
Sportello di counseling		Associazione Seneca Onlus	Roberta Garbagnati
Sportello di counseling		Progetto Layla APS	Giovanna Romano
Sportello di counseling		Associazione Papà Separati	Ernesto Emanuele
Sportello di counseling online		Associazione Luna Rossa	Lara Bossi
Accompagnamento in natura di gruppi di bambini o di adulti in condizioni di disagio		Liberi sogni	Matteo Rossi
Sportello di counseling		Abarekà Nandree	Maria Antonella Freggiaro
Sportello di counseling		Hikikomori Coop. Soc.	Valentina Di Liberto
Sportello di counseling		Ass. Casa di Steven	Francesca Luoni
Sportello di counseling		Ass. Il Mandala	Walter Cavaletti
Formazione e partecipazione a gruppi di auto-mutuo-aiuto		A.M.A.	Matteo Olivari

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Descrivere la tipologia		Inserire l'ente convenzionato	Inserire il nome del supervisore
Descrivere la tipologia		Inserire l'ente convenzionato	Inserire il nome del supervisore
Descrivere la tipologia		Inserire l'ente convenzionato	Inserire il nome del supervisore
Descrivere la tipologia		Inserire l'ente convenzionato	Inserire il nome del supervisore
Attività di progettazione e ricerca	50	\	Sciaky, Fusco, Galimberti
Subtotale tirocinio		\150	\

3.2.4 Totale formazione esperienziale nei tre anni

Subtotale percorso personale + supervisione + tirocinio	359	\

3.3 Totale formazione nei tre anni

Somma di tutte le attività (3.1.3 + 3.2.4)	863	\

4. Bibliografia del corso

Gestalt

Clarkson, P. (1992) Gestalt Counseling. Per una consulenza psicologica proattiva nella relazione d'aiuto, Sovera

Francesetti, G. (a cura di) (2012) Attacchi di panico e post-modernità. Milano, Franco Angeli

Ginger, S. (2004) La Gestalt, terapia del con-tatto emotivo, Mediterranee

Naranjo, C. (1991) Atteggiamento e prassi della terapia gestaltica, Melusina

Naranjo, C. (1991) Teoria della tecnica Gestalt, Melusina

Perls, F.(1995) L'Io, la fame, l'aggressività, Franco Angeli

Perls F.(1977) L'approccio della Gestalt -Testimone oculare della terapia, Astrolabio

Perls, F. (1980) La terapia gestaltica parola per parola, Astrolabio,

Perls, F. (1991) Qui e ora. Psicoterapia autobiografica, Sovera 1991

Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P. (1997) La terapia della Gestalt, Astrolabio

Polster, E. (1988) Ogni vita merita un romanzo. Quando raccontarsi è terapia, Astrolabio 1988

Polster, E. (2007) Psicoterapia del quotidiano. Migliorare la vita della persona e della comunità, Erickson

Spagnuolo Lobb, M. (2017) Il permesso di creare. L'arte della psicoterapia della Gestalt, Milano, Franco Angeli

Spagnuolo Lobb, M. (2018) Il now-for-next in psicoterapia. La psicoterapia della Gestalt raccontata nella società post-moderna, Milano, Franco Angeli

Zerbetto, R. (1998) La Gestalt. Terapia della consapevolezza, Xenia 1998

Zinker, J. (2002) Processi creativi in psicoterapia della Gestalt, Milano, Franco Angeli

Bioenergetica

Johnson, S. (2004) Stili caratteriali, Crisalide

Lowen, A. (2013) Il linguaggio del corpo, Milano, Feltrinelli

Lowen, A. (2013) Bioenergetica, Milano, Feltrinelli

Lowen, A. (2013) Il narcisismo, Milano, Feltrinelli

Lowen, A. (1984) Il piacere. Un approccio creativo alla vita, Astrolabio

Lowen, A. (1994) Arrendersi al corpo, Astrolabio

Lowen, A. (1982) Paura di vivere, Astrolabio

Lowen, A. (1981) La spiritualità del corpo, Astrolabio

Lowen, A. (2011) Onorare il corpo, Xenia

Lowen, A., Lowen, L. (2004) Espansione e integrazione del corpo in bioenergetica, Astrolabio

Marchino, L. (1995) Bioenergetica anima e corpo, Xenia 1995

Marchino, L. e Mizrahil, M (2012) La forza e la grazia, Bollati Boringhieri

Marchino, L. e Mizrahil, M (2014) Il corpo non mente, Sperling & Kupfer

Terapie corporee

Boadella D., David, Liss J. (1986), La psicoterapia del corpo, Astrolabio

Downing, G. (1995) Il corpo e la parola, Astrolabio

Kepner, J. (1997) Body process. Il lavoro con il corpo in psicoterapia, Milano, Franco Angeli

Levine, P. (2014) Somatic Experiencing. Esperienze somatiche nella risoluzione del trauma, Astrolabio
Liss J. (1994) La terapia biosistemica: un approccio originale al trattamento psico-corporeo della sofferenzaemotiva
Pini, M. (a cura di) (2001) Psicoterapia corporeo-organismica, Milano, Franco Angeli

Analisi Transazionale

Berne, E. (2018) A che gioco giochiamo, Bompiani
Berne, E. (1994) Ciao!… e poi?. La psicologia del destino umano, Giunti
Harris, T. (2000) Io Sono Ok, Tu Sei Ok, BUR
Klein, M. (1984) Autoanalisi transazionale, Astrolabio

Counseling

Danon, M. (2009), Counseling, L'arte della relazione di aiuto attraverso l'ascolto e l'empatia, Red
Di Fabio A., Sirigatti S. (2005), Counseling: prospettive e applicazioni, Ponte alle Grazie
Marchino, L. e Mizrahil, M (2015) Counseling. Una nuova prospettiva, Mimesis
May, R. (1991) L'arte del counseling. Il consiglio, la guida, la supervisione, Astrolabio
Mucchielli, R. (1993) Apprendere il counseling, Erikson
Murgatroyd S. (2008) Il counseling nella relazione d'aiuto, Sovera
Rogers, C. (1971) Psicoterapia di consultazione. Nuove idee nella pratica clinica e sociale, Astrolabio
Rogers, C. (1971) Potere personale. La forza interiore e il suo effetto rivoluzionario, Astrolabio
Rogers, C. (1976) Gruppi d'incontro, Astrolabio
Rogers, C. (1993) Un modo di essere, Martinelli
Rogers, C. (2013) La terapia centrata sul cliente, Giunti

Psicologie, filosofia, neuroscienze, scienze umane

Anolli, L., Legrenzi P. (2012) Psicologia generale, Il Mulino
Berti, A., Bombi, A. (2013) Introduzione alla psicologia dello sviluppo. Storia, teorie, metodi, Il Mulino
Bertolé, L. (2015) Il miele e l'aceto. La sfida educativa dell'adolescenza, Ed. Novecentomedia
Bowlby, J. (1996) Una base sicura, Cortina
Capra, F. (2013) Il punto di svolta, Feltrinelli
Cheli, E. (2004) Teorie e tecniche della comunicazione interpersonale, Milano, Franco Angeli
Chiosso, G. (2015) La pedagogia contemporanea, La Scuola
Concato, G., Innocenti F. (2010) Manuale di psicologia dinamica, Psiconline
Damasio, A. (2000) Emozione e coscienza, Adelphi
Damasio, A. (1995) L'errore di Cartesio, Adelphi
Delisle, G. (1992) I disturbi della personalità. Psicopatologia Gestalt & D.S.M. 3-4, Sovera
D'Isa, L. (2009) Psicologia generale, evolutiva e sociale, Hoepli 2009
Fosha, D., Siegel, D., Solomon, M. (2012) Attraversare le emozioni, Mimesi
Goleman, D. (1998) Le emozioni che fanno guarire, Mondadori 1998
Goleman, D. (2006) Intelligenza sociale, Rizzoli
Goleman, D. (2013) Intelligenza emotiva, Rizzoli
Hillmann, J. (2009) Il codice dell'anima, Adelphi

Holmes, J. (2017) La teoria dell'attaccamento. John Bowlby e la sua scuola, Cortina
Kabat-Zinn, J. (2016) Guarire con la meditazione. I benefici della pratica contemplativa, Amrita
Lancini, M. (2015) Adolescenti navigati, Erickson
Maslow, A. (1971) Verso una psicologia dell'essere, Astrolabio, Roma
Miller, A. (2008), Il dramma del bambino dotato e la ricerca del vero Sé, Bollati Boringhieri 2008
Miller, P. (2002), Teorie dello sviluppo psicologico, Il Mulino 2002
Naranjo, C. (1999) La via del silenzio e la via delle parole, Astrolabio
Naranjo, C. (2011) Amore, coscienza e psicoterapia, Xenia
Pinel, J. (2007) Psicobiologia, Il Mulino
Porges, S. (2018) Guida alla teoria polivagale, ed. Giovanni Fioriti
Quaglia, R., Longobardi, C. (2012) Modelli evolutivi in Psicologia dinamica, Cortina
Rizzolatti, G., Sinigaglia, C. (2005) So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio, Cortina
Siegel, D. (2013) La mente relazionale, Milano, Cortina Editore
Stone, H., Stone, S. (1999) Il dialogo delle voci, Amrita
Van Der Kolk, B. (2015) Il corpo accusa il colpo, Milano, Cortina Editore
Watzlawick, P., Beavin, J., Jackson, D. (1971) Pragmatica della comunicazione umana, Astrolabio
Yalom, I. (2009) Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo, Bollati Boringhieri 2009
Yalom, I. (2014) Il dono della terapia, Neri Pozza
Yalom, I. (2014) Creature di un giorno, Neri Pozza
Yalom, I. (2018) Diventare se stessi, Neri Pozza
Zerbetto, R. (a cura di) (2007) Fondamenti comuni e approcci diversi in psicoterapia, Franco Angeli

5. Programmi sintetici

Insegnamenti obbligatori

Storia del Counseling

Cenni storici e filosofici sulle psicologie umanistiche

Storia del counseling e identità professionale

L'approccio rogersiano nel counseling

Fondamenti del Counseling

Il counseling e i suoi ambiti

Il processo di counseling e le sue fasi

Come stipulare un contratto

Come si svolge un incontro

Rispecchiamenti, riformulazioni, domande

Ascolto attivo ed empatia

Il linguaggio verbale nella relazione individuale e gruppale

Modalità comunicative e assertività

La creatività a servizio del counseling

Comunicazione, scelte e cambiamento

Principi di teoria della comunicazione

Linguaggio verbale e corporeo nella relazione di counseling

Comunicazione di massa

Manipolazione e consapevolezza

Psicologie: elementi di Psicologia generale, dello sviluppo, sociale e dei gruppi

Cenni storici e filosofici sulle psicologie umanistiche

Mente, corpo, emozioni

Transfert e controtransfert

Il tema dell'Edipo e il suo possibile uso nel counseling

Il processo di crescita: attaccamento e separazione

La relazione d'aiuto e il lavoro in gruppo

Manipolazione, narcicismo e ideale dell'Io

Counseling e meditazione: l'utilizzo di pratiche di consapevolezza nella relazione di aiuto

Altre scienze umane: elementi di filosofia, antropologia, sociologia, pedagogia

Famiglia, gruppo, società

L'energia materna e paterna

Maschile e femminile a confronto

Il tango e la relazione one-to-one: energia maschile e femminile si incontrano

Ecocounseling: counseling e ambiente

Le professioni della relazione di aiuto; confini ed elementi di psicopatologia

Presentazione delle teorie e delle diverse professioni nella relazioni d'aiuto

Psicoterapia, counseling, coaching: analogie e differenze

Psicoterapia e counseling: analogie e differenze

Elementi di psicopatologia

Etica e Deontologia Professionale

Diritto, deontologia ed etica

Le associazioni di categoria e la legge 4/2013

Promozione della professione

Promozione della professione ai tempi dei social network

La progettazione di progetti di counseling

Insegnamenti complementari

Terapia della Gestalt

Fondamenti teorici ed epistemologici dell'approccio gestaltico

La Gestalt, la terapia della consapevolezza

Tecniche biogestaltiche: il grafico della vita

Gestalt e Psicologia Positiva: possibili punti di integrazione nel processo di counseling

Consapevolezza corporea, sensoriale, emotiva

La teoria del Sé nella Gestalt

I meccanismi di difesa

Il ciclo del contatto e le sue disfunzioni

La relazione organismo/ambiente e l'autoregolazione organismica

Le tecniche espressive, repressive e integrative in Gestalt

L'utilizzo delle tecniche espressive in Gestalt

Il lavoro sul sogno nel counseling: limiti e opportunità

Integrazione tra tecniche gestaltiche e bioenergetiche

Vivere gestalticamente: congruenza tra professione e vita

Bioenergetica

Cenni storici sulle psicoterapie corporee, da Wilhelm Reich ad Alexander Lowen e oltre

Introduzione alle strutture caratteriali e agli esercizi bioenergetici

I meccanismi di difesa e le strutture caratteriali

I blocchi emotivi e muscolari e le tecniche bioenergetiche nel counseling

I caratteri bioenergetici

Contatto, intimità, lettura del corpo

Bioenergetica in sessione singola e di gruppoDiscipline corporee

Conoscere meglio se stessi e gli altri attraverso il corpo

Io abito me – conoscersi meglio attraverso il corpo e il movimento

Io incontro te - Esprimersi e comunicare attraverso il corpo

La riscoperta del bambino interiore

Nascita e rinascita

Analisi Transazionale

Gli stati dell'Io. Comunicazione e transazioni.

Posizioni di vita e OKness.

I riconoscimenti e le carezze.La consapevolezza

Le spinte e le ingiunzioni.

Le contaminazioni dell'Adulto: i pregiudizi e le illusioni.

Le emozioni autentiche (primarie) e le emozioni parassite (secondarie).Il sistema copione.

Il triangolo drammatico.I giochi psicologici

La simbiosi.

Le operazioni Berniane

Integrazione con i diversi approcci

Conduzione del colloquio, confini e setting.

Studio dei casi, role playing.

Elementi di sistemica e costellazioni

Elementi di sistemica

Costellazioni sistemiche e familiari

Costellazioni biogestaltiche

Art Counseling

La lavorazione della creta come approccio fisico al counseling

Approfondimento sull'uso della creta come ausilio al counseling

Tecniche espressive e artistiche

Counseling scolastico e con adolescenti

Lavorare con gli studenti, gli insegnanti, i genitori

Come ascoltare adolescenti a scuola

Il lavoro di counseling con gli adolescenti: viaggio tra gli adulti di domani

Percorsi in gruppo per adolescenti

Counseling organizzativo e coaching

Il counseling nelle organizzazioni e nelle aziende Demotivazione, conflitto, disagio, burnout sul lavoro

Come creare un progetto di counseling

Counseling e dipendenze

Conoscenza e riconoscimento delle forme attualmente più diffuse di dipendenza.

Creazione di una rete di riferimento tra il counselor e le altre figure professionali.