

Presentazione della struttura

Denominazione

Sicy (Scuola Italiana Counseling Yoga)

Rappresentante legale

Marisa Gussoni

Responsabile didattico

Oriella Lucia Tomà

Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Rita Tomà

Corpo docente

Marisa Gussoni

Counselor supervisor accreditata da AssoCounseling. Co-fondatrice e direttrice della scuola. Maestra di yoga dall'87, perfezionata in Italia e in India. Laureata in Scienze Umanistiche. Specializzata con formazione quadriennale in Corenergetica, allieva diretta del Dr. John Pierrakos.

Oriella Tomà

Counselor supervisor accreditata da AssoCounseling. Co-fondatrice e direttrice della scuola. Dopo aver studiato per diversi anni psicologia all'università, la mia ricerca si è diretta verso l'India dove mi sono diplomata come insegnante yoga e seguito poi diversi corsi di perfezionamento per insegnanti.

Nivia Gussoni

Laurea in psicologia conseguita presso l'Università di Padova, diploma di specializzazione polivalente per il sostegno nella scuola secondaria e artistica, abilitazione e idoneità all'insegnamento di "Igiene mentale e Psichiatria infantile" e "Psicologia sociale e Pubbliche relazioni".

Lucilla Monti

Liceo classico e formazione umanistica in lingue e letteratura moderne. Inizia a praticare yoga nel 1975, nel 1984 incontra in un convegno di yoga e ayurveda il Dott. Bhole, medico indiano, impegnato in una ricerca su gli effetti della pratica dello yoga a livello psico-neuro-fisiologico. Nel 1990 fonda l'associazione Yoganubhava ed inizia una collaborazione con il Dott. Bhole che dura tuttora. Tramite Yoganubhava organizza corsi di studio sia in Italia che in India e incontri di Yoga Terapia sia individuali che di gruppo. Insegna Yoga Terapia in corsi di formazione per insegnanti yoga e tiene corsi di yoga e approfondimento indirizzati sia a pazienti che a praticanti interessati allo studio dello yoga. Nel 1999

fonda insieme ad un gruppo di colleghi l'Associazione Italiana Insegnanti Yoga che conta oggi più di quattrocento iscritti.

Donatella Marchiori

Laurea in psicologia conseguita a Padova. Specializzazione in psicoterapia clinica CODIP (cooperativa di intervento psicoterapeutico). Specializzazione triennale in psicologia dei gruppi e delle organizzazioni. Specializzazione quadriennale in psicosomatica c/o Istituto Riza di Padova. Formazione triennale in terapia trans-personale con P.L. Lattada. Specializzazione quinquennale in Core-energetica con J. Pierrakos. Corso triennale di terapia organismica con M. Brown. Lavora come libera professionista, autonomamente e in collaborazione con Società di Consulenza e formazione. Ha lavorato come docente di psicologia in vari corsi e seminari.

Marco Rivieri

Laurea in medicina conseguita a Pisa nel 1982. Specializzazione in psicologia medica conseguita a Siena nel 1984. Corsi di formazione e accreditamenti in psicoterapia ad indirizzo corporeo, kinesiologia, terapia cranio-sacrale, fitoterapia, abyangam e trattamento ayurvedico. Svolge attività di medico, riorganizzazione posturale, massaggio ayurvedico, percezione ed espressione corporea. Svolge attività di insegnamento per operatori olistici e di settore. Dirige inoltre il centro Kin-Osteo-Med, centro di kinesiologia - osteopatia e medicina solistica sito in La Spezia.

Cinzia Pollasrini

Diploma di insegnante yoga e counselor conseguito presso la S.I.C.Y. Pratica yoga dal 1992 il primo Maestro è stato Boris Guinzbhurg, con il quale ha anche fatto esperienza come assistente di Baby Yoga e Yoga per gestanti. Dal 2002 ha fatto un percorso di reiki fino al Master. Iscritta dal 1995 alla Società Teosofica Italiana attraverso cui ha intrapreso studi comparati di filosofie, scienze e religioni.. Fa parte del Comitato Esecutivo della Sezione Italiana ed è tutt'ora presidente del Gruppo Teosofico "Rosa Cosmica". Ha frequentato nello scorso anno un corso di formazione del CONI presso la sede provinciale di Lucca, sul tema "Lo Sport oltre lo sport", dedicato alla sensibilizzazione e alla promozione della salute in ambito sportivo e rivolto ai giovani. Continua a studiare e ad interessarsi di tutto quello che può farla crescere professionalmente.

Alessandro Manià

Ricercatore dell'Università degli Studi di Milano nella disciplina di Metodi Matematici della Fisica, si è dedicato allo studio degli aspetti matematici e strutturali delle teorie quantistiche. Iniziato alla pratica dello yoga fin dagli anni sessanta sotto la guida di O. Lanz e Anne Dauben, parallelamente alla propria attività scientifica, ha negli anni successivi perfezionato la propria formazione seguendo gli insegnamenti di Swami Satyananda e approfondendo gli aspetti filosofici delle varie tradizioni yogiche. Completata la formazione con la guida di Antonio Nuzzo, si è diplomato presso la SFIY. Ha poi promosso la formazione del gruppo di ricerca teorico-pratica Hatha Vidya. Partecipa da più di dieci anni alla attività della Yani quale membro del Consiglio Direttivo e della redazione di Percorsi Yoga. Da diversi anni si sta dedicando allo studio dello yoga non dualistico secondo la tradizione tantrica sivaita

che va sotto il nome di paramadvaita yoga. Da tale studio è nata la proposta di corsi di formazione continua basati su cicli di letture sui principali testi di tale tradizione. Sono stati letti e commentati il Vijnana Bhairava Tantra, lo Spanda Karika, il Pratyabhijnardayam, lo Ishvarapratyabhijna e lo Siva Sutra.

Presentazione

Venti anni fa viene costituita, su iniziativa di Marisa Gussoni e Oriella Tomà assieme ad altri insegnanti yoga, l'Associazione "Yoga & Salute" con lo scopo di diffondere tutte le discipline concernenti la crescita personale ed il benessere globale. In questi venti anni le attività, l'interesse personale e professionale delle socie fondatrici (Marisa Gussoni ed Oriella Tomà) si sono spostate sull'aspetto psicologico ed emozionale dell'essere umano. Così in seguito ad un lungo percorso formativo di entrambe, Oriella e Marisa decidono di fondare nel 2005 SICY (Scuola Italiana di Counseling Yoga) che costituisce una sintesi tra l'antica tradizione orientale: lo yoga e le moderne conoscenze terapeutiche occidentali che si rifanno al modello della psicoterapia corporea e transpersonale.

Lavora a livello nazionale ricevendo interesse e riscontri da ogni parte d'Italia. Lo scopo della formazione è promuovere nei counselors una crescita individuale, non solo di conoscenza ma di espansione di coscienza, in modo che ognuno oltre ad ottenere una base conoscitivo-intellettuale, compia un percorso di crescita affettivo, emozionale e spirituale. Oltre a questo il Counselor dovrà avere una solida preparazione nei principi e nelle tecniche basilari dello yoga, dovrà padroneggiare le varie tecniche del colloquio (Rogersiane, gestaltiche ecc.), avere una conoscenza dei principi basilari della psicologia corporea e transpersonale, al fine di sviluppare un'abilità di conduzione del gruppo e di intervento individuale.

Orientamento teorico

La formazione in counseling yogico trae ispirazione dall'antica tradizione orientale e le moderne conoscenze terapeutiche occidentali. Lo yoga per la sua visione dell'uomo, può essere inserito in quel filone che viene definito terza forza: la via umanistica.

Perciò il counseling-yoga trae ispirazione dalla psicologia umanistica che applica il metodo centrato sulla persona, dalla psicoterapia corporea (bioenergetica, corenergetica), dalla psicologia transpersonale (psicosintesi) e dallo yoga.

Se alla base della sofferenza umana c'è la perdita dell'unità interiore e del valore spirituale dell'esistenza, è attraverso la riunione o integrazione di tutti gli aspetti della personalità: corpo, mente, emozioni, spirito, che possiamo ritrovare il senso della vita. Da qui l'orientamento olistico (psico-corporeo transpersonale). Una seduta di counseling yogico si struttura sia sull'ascolto empatico, sia sull'utilizzo di esercizi corporei, respirazioni, rilassamento e meditazione, con lo scopo di eliminare i blocchi che impediscono lo scorrimento dell'energia e il manifestarsi dell'osservatore che ci permette di integrare la sofferenza aprendoci alla vita e all'amore.

Definizione sintetica

Transpersonale

Presentazione del corso

2.1 Denominazione

Corso triennale di formazione in counseling yoga

Obiettivi

Lo scopo della formazione è promuovere nei counselor una crescita individuale, non solo di conoscenza ma di espansione di coscienza, in modo che ognuno oltre ad ottenere una solida base conoscitivo – intellettuale, compia un processo di crescita affettivo, emozionale e spirituale. Tutto ciò, unito ad una solida preparazione nei principi basilari del counseling, dello yoga e delle tecniche energetiche, fornirà al counselor una valida abilità di conduzione del gruppo e di intervento individuale.

Metodologia d'insegnamento

Diverse metodologie si intersecano su una base formativa teorica: esercitazioni pratiche, tecniche interattive, simulate, role-playing, tecniche respiratorie, esercizi corporei, meditazioni e visualizzazioni, rilassamento e altre ancora.

Struttura del corso

Il corso di studio per la qualifica di "Counseling Yoga" prevede un triennio di formazione teorico–esperienziale di 376 ore, 72 ore di supervisione didattica, 50 ore di formazione personale di gruppo, 25 ore di formazione personale individuale, 240 ore di pratica yoga esperienziale frequentando un corso settimanale, 32 ore di pratica yoga formativa, per un totale complessivo di 798.

Organizzazione didattica

Criteri di ammissione

- a) Diploma di Scuola Media Superiore o titolo equipollente (per equipollente si intende un titolo non uguale nella forma, ma nel valore intrinseco: è specifico di titoli di studio di Stati esteri)
 - b) Aver compiuto i 23 anni di età
 - c) aver frequentato un corso di yoga della durata di almeno due anni (salvo eccezioni che saranno valutate dalla scuola) Modalità di ammissione
- a) Massimo allievi iscrivibili: 22; numero minimo di iscritti: 12
 - b) Per l'iscrizione al triennio i candidati verranno selezionati in base ad un colloquio preliminare, inoltre la scuola si riserva di richiedere, quando necessario, la partecipazione ad un gruppo esperienziale e/o ad un ciclo di sedute individuali prima dell'ammissione alla formazione stessa.

Strutturazione

Il corso di formazione è così articolato:

Primo anno: 11 seminari a cadenza mensile di 16 ore ciascuno, la frequenza obbligatoria di un corso di yoga settimanale.

Secondo anno: 11 seminari a cadenza mensile di 16 ore ciascuno, 25 ore di percorso personale individuale, la frequenza obbligatoria di un corso settimanale di yoga.

Terzo anno: 11 seminari a cadenza mensile di 16 ore ciascuno, la frequenza obbligatoria di un corso settimanale di yoga.

Ogni seminario è suddiviso in generale in due parti: parte teorica; parte pratica: esperienziale-formativa, esperienziale-applicativa.

Esami

La valutazione consiste in:

- a) una prova scritta e orale alla fine di ogni anno
- b) una prova pratica di counseling alla fine di ogni anno
- c) una tesi finale

Assenze

Ai candidati è permesso il 15% di assenza da recuperare durante i corsi successivi

Materiale didattico

- a) Per ogni insegnamento verrà individuato un testo bibliografico obbligatorio e due testi di consultazione opzionali
- b) Dispense a cura dei docenti

Percorso di accreditamento per l'allievo

Alla fine del percorso formativo, espletato tutto quanto richiesto, l'Associazione rilascia all'allievo:

- a) diploma in Counseling Yoga accreditato da AssoCounseling
- b) certificato contenente nel dettaglio le ore teoriche effettuate e il relativo monte ore
- c) certificato contenente nel dettaglio le attività esperienziali svolte e il relativo monte ore

Programma del corso

Formazione teorica

Materie aspecifiche (propedeutiche)

INSEGNAMENTO	MODULI	ORE	DOCENTE
Psicologia Generale	2	16	Nivia Gussoni
Psicologia Sociale	2	16	Nivia Gussoni
Psicologia dello Sviluppo	2	16	Nivia Gussoni
Psicologia Dinamica	2	16	Nivia Gussoni
Psicologia dei Gruppi	2	16	Nivia Gussoni
Teoria e Tecniche della Comunicazione	4	32	Oriella Tomà

Materie specifiche (di indirizzo)

INSEGNAMENTO	MODULI	ORE	DOCENTE
Elementi di Counseling (fondamenti)	2	16	Marisa Gussoni
Storia del Counseling	1	8	Marisa Gussoni
Etica e Deontologia Professionale	2	16	Oriella Tomà
Psicologia Transpersonale	2	16	Oriella Tomà
Psicopatologia	2	16	Donatella Marchiori
Anatomia e fisiologia	3	24	Marco Rivieri
Filosofia Orientale	3	24	Alessandro Manià
Psicologia corporea	2	16	Marisa Gussoni
Principali concetti dello yoga	7	56	Oriella Tomà
Counseling yoga	4	32	Marisa Gussoni
Metodologia del counseling yoga	3	24	Marisa Gussoni
Tecniche di counseling yoga	2	16	Oriella Tomà

Totale formazione teorica nei tre anni

Monte ore totale delle materie teoriche		376	
---	--	-----	--

Formazione esperienziale

Supervisione

TIPOLOGIA	MODULI	ORE	DOCENTE
Supervisione didattica	9	72	Oriella Tomà

Percorso personale

TIPOLOGIA	MODULI	ORE	DOCENTE
Formazione personale mista	9	75	

Altro

TIPOLOGIA	MODULI	ORE	DOCENTE
Pratica yoga formativa	4	32	Cinzia Pollastrini
Pratica yoga esperienziale (corso settimanale di yoga)		240	

Totale formazione nei tre anni

		798	
--	--	-----	--

Tirocinio

Il tirocinio è obbligatorio e non può essere inferiore alle 150 ore. Lo stesso sarà effettuato a cura dell'allievo.

Bibliografia del corso

Materie aspecifiche

Psicologia Generale

- a) L. Mecacci "Manuale di psicologia generale" ed. Giunti
- b) "Storia della psicologia" a cura di P. Legrenzi ed. Il Mulino
- c) Buhler C., Allen M. "introduzione alla psicologia umanistica" ed. Armando

Psicologia Sociale

- a) AA.VV. "Manuale di psicologia sociale" ed. Giunti
- b) Anolli Luigi "Fondamenti di psicologia della comunicazione" ed. Il Mulino
- c) "I gruppi sociali" G. Speltini, A. Polmonari ed. Itinerari

Psicologia dello Sviluppo

- a) M. Malher "La nascita psicologica del bambino" ed. Boringhieri
- b) D.W. Winnicott "I bambini e le loro madri" ed. Cortina
- c) L. Camaioni, P. Di Blasio "Psicologia dello sviluppo" ed Il Mulino

Psicologia dinamica

- a) A. Freud "L'io ed i meccanismi di difesa" ed. Boringhieri
- b) A. Bateman, J. Holmes "La psicoanalisi contemporanea" ed. Cortina
- c) M. Klein "Invidia e Gratitudine" ed. Martinelli

Psicologia dei gruppi

- a) Benson "Gruppi, Organizzazione e conduzione" ed. Sovera
- b) Berne "A che gioco giochiamo" ed. Bompiani
- c) Berne "Analisi transazionale e psicoterapia" ed. Astrolabio

Teoria e tecniche della comunicazione

- a) Watzlawich, Beaven, Jackson "Pragmatica della comunicazione" ed. Astrolabio
- b) J. Liss "Comunicazione Ecologica" ed. La Meridiana
- c) Giusti, Ticconi "La comunicazione non verbale" ed. Scione 1999

Materie specifiche

Elementi di counseling

- a) C. Rogers "La terapia centrata sul cliente" ed. Martinelli
- b) Rollo May "L'arte del counseling" ed. Astrolabio
- c) Carkhuff "l'arte di aiutare" ed. Erikson

Storia del counseling

- a) R. Mucchielli "Apprendere il counseling" ed. Erikson
- b) Murgatroyd "Il counseling nella relazione di aiuto" ed. Sovera
- c) C. Rogers "gruppi di incontro"

Etica e deontologia professionale

- a) E. Giusti, F. Pastore "Dialoghi sulla deontologia in psicoterapia" ed. Armando
- b) G. C. Davidson, J. M. Neale "Psicologia clinica" cap 20 "Questioni etiche e legali" ed. Zanichelli
- c) Codice deontologico di AssoCounseling

Psicologia transpersonale

- a) Maslow "Verso una psicologia dell'essere" *Astrolabio*
- b) R. Assagioli "Lo sviluppo transpersonale" ed. Astrolabio
- c) P. Ferrucci "Esperienza delle vette" ed. Astrolabio

Psicopatologia

- a) Glen O. Gabbard "Psichiatria psicodinamica" ed. Cortina
- b) I.C.D. 10 Classificazione internazionale delle sindromi e dei disturbi psichici e comportamentali
- c) A. Lis "Psicologia clinica" ed. Giunti

Anatomia e fisiologia

- a) A. Rossi "Manuale di anatomia e fisiologia umana" ed. Rossigni
- b) Kimber Gray Stackpole "Anatomia e fisiologia" ed. Piccin

Filosofia orientale

- a) S. Castelli "Il Genio e la Ballerina, psicologia e filosofia dell'India" ed. Riuniti
- b) Sarvepalli Radhakrishnan "Storia della filosofia Orientale" vol 1 ed. Feltrinelli
- c) Sarvepalli Radhakrishnan "Storia della filosofia Orientale" vol 2 ed. feltrinelli

Concetti dello yoga

- a) Taimni "La scienza dello yoga" ed. Ubaldini
- b) Swatmarama "Hathapradipika" ed. Savitry To
- c) Ma Yoga Shakti "Gheranda Samithita ed. Mediterranee

Psicologia corporea

- a) W. Reich "Analisi del carattere" ed. Sugarco
- b) A. lowen "Bioenergetica" ed. Feltrinelli
- c) J. Pierrakos "Corenergetica" ed. Crisalide

Counseling e yoga

- a) George Downing "Il Corpo e la Parola" ed Astrolabio

b) R. Assagioli "Psicosintesi Terapeutica" ed. Astrolabio

c) Eva Pierrakos "Il Sentiero" ed Crisalide

Metodologia del counseling yoga

a) S. M. Johnson "La Trasformazione del Carattere" ed. Astrolabio

b) Luciano Marchino "Counseling" ed. Saggi Frassinelli

c) A. Lowen "La spiritualità del corpo" ed. Astrolabio

Tecniche di counseling yoga

a) Calderoni, Widmann "Visualizzazioni guidate in psicoterapia" ed. Piovani

b) Joel Levey "L'arte del rilassamento della concentrazione e della meditazione" ed. Ubaldini

c) Anodea Judith "Il libro dei chakra" ed. Neri Pozza