

Presentazione della struttura

Denominazione dell'ente che eroga il corso

A.D.Y.C.A. asd - Accademia DanzaMovimentoTerapia YogaDanza Counseling e Arteterapie. Via Famagosta 6, 00192 Roma. CF 97688530589. Tel. +390693374867 – 3202104307 – 3887387806. Fax +391782271612. Email: adyca.asd@gmail.com Segreteria didattica: adyca.didattica@gmail.com Segreteria amministrativa: amministrazione@adyca.it Web <http://www.adyca.it> Pagina facebook <https://www.facebook.com/adyca.asd>

Rappresentante legale

Lucilla Loddi

Responsabile didattico

Gabriella D'Amore Costa

Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Cinzia Saulini

Corpo docente

Lucilla Loddi

Professional Counselor iscritta al Registro Italiano dei Counselor di AssoCounseling (RICA) numero di iscrizione REG-A0982-2012 del 03/12/2012 Ambito di intervento riconosciuto Privato, Scolastico, Espressivo-artistico.

Iscritta al CNCP (Coordinamento Nazionale Counselor Professionali) n°2434 Dirigente-istruttore di Yoga UISP/CONI n°121214960. Art Counselor e Agevolatore nella relazione di aiuto, con Diploma conseguito presso la Scuola Superiore di Formazione in Counseling Espressivo e Arte-terapia, DanceCounseling e DanzaMovimentoTerapia A.S.P.I.C di Roma. Lucilla Loddi alias BugZ Ha esposto in Italia ed all'estero i suoi lavori di arte digitale e interattiva attraverso performances insieme al pubblico. Pratica Hatha e Raja Yoga sin dall'adolescenza e insegna Yoga dal 1994, continuando a studiare presso varie scuole e maestri, in Italia, India e Nepal. Segue i seminari di Raffaele Torella (professore ordinario presso la Facoltà di Studi Orientali di Roma, dove insegna Lingua e Letteratura Sanscrita) e Edoardo Beato (aghor-yoga). Collabora con il Comune di Roma come insegnante, in passato anche presso l'Istituto di Neuropsichiatria Infantile in Via dei Sabelli Roma, e attualmente realizza laboratori di Arte, Danza-Movimento e Yoga per bambini diversamente abili.

Ha strutturato nel tempo avvalendosi delle competenze acquisite nelle diverse esperienze un percorso esperienziale, individuale e di gruppo, che utilizza arte, movimento e meditazione concentrata sui centri

energetici della psicofisiologia indiana, volto al riequilibrio bioenergetico, allo sviluppo interiore e al benessere psicofisico definito NataRaja Yoga o YogaDanza.

Gabriella D'Amore Costa

ArtCounselor (a indirizzo Pluralistico Integrato, formato ASPIC Roma) - Operatore nella Psicologia del Colore - Mediatore Familiare , Counselor di Coppia, Counselor on-line, Facilitatrice SoulCollage®

Ideatrice del Metodo Mandala-Evolutivo(™) di cui curo personalmente la formazione.

Professional Counselor ai sensi della legge 4/2013

Counselor Trainer Iscritta AssoCounseling REG-A0731-2012

Supervisor Counselor

Formatrice Professionale Iscritta AIF nr. 554

Sono Direttore Didattico e formatore presso ADYCA asd - Roma , di cui sono anche socia fondatrice, scuola di formazione in Counseling, i cui corsi sono riconosciuti da AssoCounseling .

Faccio parte del Direttivo ASCo, Associazione Scuole di Counseling, con delega per il Centro-Sud.

Coniugo quindi la professione di formatore con quella di Counselor individuale con l'agevolazione di Gruppi di crescita attraverso i mezzi artistici (Mandala – Collage – Poesia – Scrittura Creativa – Pittura Intuitiva) e percorsi di Mediazione Familiare con l'obiettivo di preservare il diritto alla Bigenitorialità e Counseling di Coppia con il lavoro di formatore presso ADYCA e altre scuole di Counseling.

Utilizzo il mezzo telematico Skype proponendo percorsi di crescita on-line, anche con il mezzo artistico, come primo approccio al Counseling .

Ideatrice del progetto "Arte per Ri-Trovarsi" laboratori di immaginazione, arte e fantasia dove giocando con colori , forme, parole e immagini poter dar vita a nuovi scenari scoprendo nuove prospettive

<https://www.facebook.com/adyca.asd>

Alessandra Pasquini

Psicologa Psicodiagnosta. Nel 2010 ho conseguito la laurea triennale in scienze e tecniche psicologiche con tesi sulla PAS (Sindrome di Alienazione Genitoriale) in caso di separazione coniugale e ho iniziato a lavorare a livello scolastico e domiciliare, in qualità di Assistente alla Comunicazione Tiflodidattica, presso il Centro regionale S. Alessio, con persone con deficit visivo. In tale periodo ho seguito numerosi corsi di formazione su: braille, tifloinformatica, facilitazione della comunicazione, plurihandicap e autismo. Nello stesso anno ho partecipato alla strutturazione di percorsi riabilitativi psicologici per persone anziane consistenti in terapia di gruppo e stimolazioni cognitive multisensoriali, volte a migliorarne l'adattamento, l'autonomia personale e l'integrazione sociale. In seguito ho realizzato presso il reparto SPDC dell'Ospedale "San Giovanni Calibita" un laboratorio artistico sull'espressione delle emozioni, organizzando successivamente una mostra intitolata "Emozioni su tela" e ho collaborato durante la psicoterapia di gruppo dei pazienti ricoverati. Mi sono laureata alla magistrale, con un elaborato sulla psicopatologia nella prima infanzia e subito dopo ho effettuato il tirocinio post-lauream e, attualmente il

tirocinio della specializzazione, presso l'Ospedale "Sant'Andrea", occupandomi di valutazioni psicodiagnostiche e neuropsicologiche, psicoterapie e percorsi riabilitativi con diverse tipologie di pazienti. Ho collaborato come psicodiagnosta, nella valutazione di soggetti in età evolutiva con sospetti DSA, inefficienza mentale e problemi comportamentali, e all'interno di CTU in ambito giuridico. Nel 2014 ho vinto il concorso per accedere alla specializzazione in Psicologia Clinica della Sapienza e attualmente sono al terzo. Il mio supervisore è il Prof. Francesco Gazzillo ed il mio approccio terapeutico è la Control-Mastery Theory, di Weiss e Sampson, un modello psicoanalitico integrato con il cognitivismo, basato su evidenze empiriche. Ogni psicoterapia è caso specifica, basata sull'individuazione degli obiettivi sani, delle credenze patogene, dei traumi e degli insight del paziente. Da luglio 2015 a novembre 2015 ho seguito il corso "Formazione Formatori", volto a sviluppare la capacità di insegnare, di esporre in pubblico e di interagire con i corsisti, e nello stesso periodo ho collaborato alla realizzazione di corsi sulla memoria e sull'apprendimento. Attualmente lavoro come libera professionista in uno studio sito in zona Cinecittà. Sostenere le persone nel cambiamento è la passione della mia vita e svolgo il mio lavoro con dedizione ed entusiasmo.

Claudia Frisone

Attrice, regista e formatrice teatrale, lavora in teatro e conduce laboratori e corsi per professionisti e dilettanti in contesti formativi scolastici, sociali e presso diverse associazioni culturali. Insegna all'accademia teatrale Cassiopea. Ha diretto per dieci anni lo spazio teatro del Dopolavoro ferroviario centrale di Roma, sede di una compagnia stabile, di cui è stata regista (12 produzioni teatrali) e di un laboratorio teatrale permanente. Lavora in ambito formativo aziendale conducendo corsi e stages dedicati a comunicazione, public speaking e affinamento vocale. Si diploma in art-counseling (2005 DIPLOMA INTERNAZIONALE IN COUNSELING ESPRESSIVO presso l'A.S.P.I.C. di Roma, specializzazione in "AGEVOLATORE NELLA RELAZIONE D'AIUTO", ed integra questa nuova competenza alla sua formazione artistica. Dopo un percorso triennale come supervisore d'aula (2006-2009 Formazione in SUPERVISIONE presso l'A.S.P.I.C. di Roma, master triennale in Art-Counseling Skill), collabora come docente e conduce gruppi di counseling presso l'A.S.P.I.C. all'interno del master in counseling espressivo e arteterapia. Dal 2012 collabora in qualità di docente e counselor presso A.D.Y.C.A, scuola di formazione in counseling e danza terapia. Dal 2013 comincia un percorso formativo con il Gestalt Associates Training Los Angeles diretto da B. e R. Resnick: Training di Terapia gestaltica con B. e R. Resnick (G.A.T.L.A.) Ljubljana 2013, Split 2014, Lubiana 2015- Workshop internazionale su Terapia della coppia e terapia gestaltica, Firenze 2012, 2013 Dal 2013 intraprende la formazione nella danza dei 5 ritmi, pratica di meditazione in movimento e nel dicembre 2015 ottiene la certificazione di Sweat Spaceholder, mentoring Emma Leech.

Andrea Duranti

Laurea magistrale in Filosofia - Laurea Triennale in Scienza e tecniche psicologiche -Master triennale in Counseling Gestaltico presso l'ASPIC di Roma - Master di secondo livello in Counseling Filosofico. Filosofo, dottore in scienze e tecniche psicologiche per l'infanzia e l'adolescenza e la famiglia. Counselor

Professionista secondo il modello Umanistico Integrato. Teacher in Philosophy for Children e Philosophy for Community (CRIF Roma)

Dott. Stefano Zoletto

Laurea in Scienza della Formazione dell'Infanzia e della Preadolescenza, Università degli Studi di Padova. Diploma di Counsellor Professionale a indirizzo sistemico-relazionale, presso il Centro Padovano di Terapia della Famiglia. Socio CNCP (Coordinamento Nazionale Counsellor Professionisti) accreditato con la qualifica di Socio Formatore, Socio di AssoCounseling. Diploma di perfezionamento di Mediatore Familiare e Sociale, ottenuto presso l'Istituto universitario Salesiano di Venezia. Dal 2008 Supervisore di tirocinio nella Facoltà di Scienze della Formazione Primaria dell'università di Padova. Dal 2006 è insegnante della Scuola Primaria. Assistente didatta della Scuola di Counseling del Centro Padovano di Terapia della Famiglia. Opera come Counsellor Professionale presso vari enti. Ha ottenuto e organizzato numerosi seminari e attività formative sui temi dell'educazione, della formazione e della non-violenza, in particolare su dinamiche e lavoro di gruppo, il gioco, l'integrazione e le relazioni familiari, collaborando con istituti scolastici, comuni, università. Svolge regolare attività di Counseling per genitori ed insegnanti presso varie scuole della provincia di Padova.

Fabio Allegrini

Laurea in Scienza della Formazione presso l'Università degli Studi Roma Tre. Specializzato in coordinamento dei Gruppi presso la Martini Associati di Padova. Diploma triennale in Counseling Esistenziale presso la CISSPAT di Padova, iscritto al RICA di AssoCounseling nr. A-1373. Collabora come educatore, formatore e counselor con scuole di ogni ordine e grado e enti del privato e del sociale, sviluppando in particolare conoscenze e competenze nella gestione di progetti per l'età evolutiva, nell'organizzazione di servizi informativi rivolti ai giovani e nella conduzione di attività di gruppo per insegnanti, operatori socio-educativi e famiglie. Attualmente si occupa di formazione e counseling sui temi della relazione d'aiuto in ambito scolastico e socio-educativo con istituti di formazione e realtà associative; collabora inoltre con la scuola di formazione CISSPAT di Padova come referente per il corso triennale di counseling.

Maria Rosa Ferrari

Professional Advanced Counselor iscritta ad AssoCounseling ad orientamento gestaltico, Mediatrice Familiare ed esperta in Costellazioni Familiari Sistemiche. Svolge la sua attività in ambito privato con percorsi individuali, di coppia e di gruppo. Presidente, Direttrice didattica e formatrice di Kor-Es Counseling, scuola di Counseling che eroga un Corso triennale in Counseling ad orientamento umanistico-integrato riconosciuto da AssoCounseling.

Chiara Cochi

Diplomata presso la Scuola Superiore Europea di Counseling Professionale Aspic di Roma. Frequenta il corso di scienze e tecniche psicologiche per la persona il gruppo le istituzioni presso la facoltà di psicologia

della Sapienza di Roma. Frequenta il corso triennale di Counseling Danza-Movimento relazionale creativa presso l'Accademia DanzaMovimentoTerapia YogaDanza Counseling e Arteterapie, ADYCA di Roma. Supera a novembre 2015 l'esame propedeutico all'iscrizione all'Associazione Professionale di Categoria AssoCounseling. Collabora con enti pubblici e privati. Organizza e conduce attività, rivolte ai minori agli adulti, individuali e di gruppo. Conduce seminari e corsi tematici.

Alessandro Terlizzi

Psicologo Psicoterapeuta - Scuola Internazionale di Ricerca e Formazione in Psicologia Clinica e Psicoterapia Psicoanalitica. Specializzazione quadriennale in Psicologia Clinica e Psicoterapia Psicoanalitica – Attività clinico/psicoterapeutica/psicodiagnostica presso studi privati - Attività clinico/psicoterapeutica/psicodiagnostica presso il Centro Clinico della SIRPIDI rivolta a minori, coppie e singoli.

Claudio Manucci

Psicologo-Psicoterapeuta , docente presso la scuola di specializzazione in Psicoterapia Pluralistica Integrata: ASPIC. Dirige l'Istituto per la Ricerca Psicologica e la Psicoterapia del Figlio Unico. Attività Clinico/psicoterapeutica e di supervisione presso il suo studio privato. Collabora con diverse case editrici nell'ambito delle scienze umane.

Presentazione

L'“A.D.Y.C.A”, è nata dalla fusione della “Associazione Artcounseling.it – Counseling Espressivo e Arteterapie” (2007) con l'Associazione “Nata Raja Yoga” (2008), è composta da professionisti della relazione d'aiuto che operano nel campo della prevenzione e della salutogenesi attraverso un orientamento teorico Integrato, con le metodologie del Counseling Espressivo, del movimento espressivo psicocorporeo e dello Yoga, intesi come strumenti per incrementare il Ben-essere, la consapevolezza, acquisire nuovi stili di comportamento volti alla crescita psicoemotiva e allo sviluppo di abilità motorie.

L'associazione oltre ad offrire una serie di laboratori esperienziali “pronti” rivolti a tutti coloro che vogliono sperimentare un diverso modo di essere esplorando le proprie potenzialità per evolvere e realizzare più compiutamente se stessi, fornisce percorsi personalizzati, su richiesta, per scuole, comunità, cliniche, centri di riabilitazione, centri anziani volti al sostegno, alla crescita e all'aggiornamento professionale.

Orientamento teorico

L'orientamento operativo della Scuola è chiaramente riscontrabile già dal nome della nostra Associazione: Accademia DanzaMovimentoTerapia YogaDanza Counseling e ArteTerapie.

Questa premessa presuppone una grande pluralità di interventi per, e con, la persona in aiuto, attraverso una metodologia espressivo-corporea, sistematizzata sulla base di un modello teorico di riferimento di tipo Pluralistico Integrato.

Questa tipologia di cornice, ereditata dai soci fondatori dal comune percorso di studi, fonda le sue origini nella Fenomenologia e nella Psicologia Umanistica e transpersonale, nella quale sono state altresì introdotte le rispettive cornici di riferimento, legate all'esperienza operativa personale, ovvero all'Arte, alla Danza e allo Yoga attraverso lo sviluppo e sistematizzazione di una metodologia fondata sulla potenzialità che queste discipline posseggono, nell'incentivare stimolare e sostenere lo sviluppo personale e le capacità di autocura.

Focalizzando la nostra proposta sulla comunanza che esiste tra il processo educativo (nella sua etimologia di "condurre fuori" - "ex-ducere"), la relazione d'aiuto e il percorso creativo: tutto ciò consente alla persona di stabilire, riattivare, potenziare il ponte tra spazio interno e spazio esterno, la connessione tra un dentro e un fuori che produce una traccia riconoscibile di sé.

Nel momento creativo, in cui interiorità ed ambiente trovano un rinnovato singolare incontro, siamo immersi in uno stato psicofisico dove il pensiero, l'emozione, la corporeità, l'azione fluiscono in modo congruo, infondendo un profondo stato di benessere e di integrazione.

Come detto all'inizio la matrice teorica di riferimento primaria è quella "umanistica integrata".

Questo vuol dire che la focalizzazione del lavoro è la Salute, gli aspetti personali positivi, l'individuazione delle risorse disponibili, il paradosso che vede la crescita personale come un "diventare ciò che si è", attraversando i propri territori interni sperimentandoli, agendoli metaforicamente, piuttosto che cercare di liberarsene.

Qui emerge il valore che l'azione e l'esperienza diretta rivestono nella nostra impostazione di lavoro, in cui la "scoperta", la formulazione e/o la risoluzione di una difficoltà esistenziale e quindi il cambiamento derivano dal FARE e da un processo di apprendimento esperienziale.

Tuttavia nella ricerca costante di una prospettiva adatta alle esigenze del cliente, per così dire "tagliata su misura", volta ad accrescere soprattutto il potenziale globale della persona, la scuola ha voluto progressivamente sovra-posizionarsi rispetto alle teorie uniche, con l'obiettivo di raggiungere una integrazione pluralistica facendo tesoro dei molteplici insegnamenti ricevuti da: l'approccio gestaltico, la struttura dell'Analisi Transazionale, le basi della Terapia Centrata sul Cliente, le teorie del Cognitivismo, le motivazioni della Psicodinamica.

Il senso di questa poliedricità che richiede una grande flessibilità, apertura mentale e dinamismo da parte dell'operatore ha l'obiettivo di tenere nella dovuta considerazione le esigenze del cliente e le difficoltà che egli porta nel setting.

Le tecniche, così modulate, sono diventate piuttosto delle strategie integrate: una sorta di incontro trasversale tra tecniche affettivo-emotive come quelle gestaltiche, e rogersiane, affettivo-cognitive, tra cui l'Analisi Transazionale e le tecniche cognitivo-comportamentali.

Il Counselor osserva a livello fenomenologico quello che accade nel "qui e ora" e nel rispetto dei bisogni emergenti modula l'uso delle tecniche e si costruisce una mappa di trattamento unica, per così dire stampata su misura del cliente.

Accanto a questo impianto teorico sono state affiancate le metodologie “espressive”: arte grafico/pittorica, narrazione, poesia, teatro, musica; insieme a quelle espressivo-corporee; lo Yoga, le discipline e filosofie orientali e la danza.

L'espressività nel Counseling consiste per noi nella ricerca del benessere attraverso l'espressione artistica dei pensieri, vissuti ed emozioni. Essa utilizza le potenzialità, che possiede ogni persona, di elaborare creativamente tutte quelle sensazioni che non si riescono a far emergere con le parole e nei contesti quotidiani. Per mezzo dell'azione creativa (disegno, poesia, movimento, musica) l'immagine interna diventa immagine esterna, visibile e condivisibile.

Per Counseling-Espressivo si intende quindi quella particolare relazione d'aiuto che si serve delle immagini e del “fare” artistico per agevolare l'autoconsapevolezza che porterà al cambiamento.

L'arte permette un'espressione diretta, immediata, spontanea, arcaica ed istintiva di noi stessi che non passa attraverso la ragione ed è per questo motivo che può diventare un “velocizzatore” di consapevolezze.

L'ArtCounseling si basa sul concetto che ognuno ha in sé delle risorse proprie e un potenziale autorigenerativo che va semplicemente stimolato e il Counseling Espressivo si pone come obiettivo la riappropriazione di tale patrimonio in quanto può essere un valido sostegno nelle situazioni di difficoltà a cui la vita ci pone di fronte.

Il processo artistico attinge alla fantasia, alla ricchezza dell'analogia che consente di vivere “come se”, dando la possibilità di sperimentare personalmente qualcosa di nuovo o da un nuovo punto di vista guardare una situazione conosciuta immersi in una situazione spazio-temporale in cui il nostro Giudice Interiore per un momento chiude gli occhi e sta al gioco.

Questo ci offre l'opportunità di assumere un rischio, senza però dover rischiare troppo, con il vantaggio di poter trasferire il risultato dell'esperienza alla vita “come è”.

Sono almeno tre le caratteristiche che ci rivelano come il processo e lo sforzo creativo nella produzione artistica, in un setting di Artcounseling, possano avere una funzione di crescita ed evoluzione:

La creazione di uno spazio di comunicazione flessibile con il proprio ambiente

La capacità di saper distinguere tra mondo interno e mondo esterno, cioè tra fantasie, desideri, bisogni e realtà

La capacità di regolare e trasformare le proprie emozioni.

Nel Counseling Espressivo la presenza di “oggetti” nel setting e il ruolo che questi assumono nel processo appaiono di notevole importanza per comprendere sia la tecnica in quanto tale sia lo spazio di comunicazione che si viene a creare tra counselor e cliente.

Il setting diventa spazio di comunicazione mediato dal prodotto, dove l'oggetto creato dal cliente, svolge il ruolo di traghetto di senso verso una più chiara e consapevole conoscenza di sé e delle sue risorse.

Il “soggetto espressivo” (artistico e corporeo) **non deve mai subire “interpretazioni”**, il significato è sempre personale, privato e va ricercato attraverso l'esplorazione, cosicché sia il cliente stesso ad individuare il giusto messaggio della propria creazione.

Il “soggetto espressivo” creato è un prodotto dialogico e mantiene in sé infinite possibilità di significato. Identificare il prodotto attraverso una interpretazione è pertanto riduttivo, lo ingabbia e non gli permette di essere «cosa viva», che muta all’occhio di chi la osserva e contribuisce ad un continuo scambio comunicativo.

In ARTcounseling il “soggetto espressivo” è parte di un processo che si compone di momenti successivi, ognuno con la propria acquisizione. Durante questo processo il cliente può giungere ad un insight che lo porta ad una scoperta e nello stesso tempo dona al “soggetto” una nuova profondità.

Le comunicazioni esplicite che fa il cliente siano esse riferite all’opera o a pensieri, fantasie, riflessioni, associazioni, emozioni o ricordi, così come i rimandi dell’ARTcounselor attraverso domande o sotto forma di fantasie costituiscono terreno di scambio profondo tra i due, o meglio tra i tre, dei quali il terzo è costituito dal “soggetto espressivo” con cui avviene il dialogo.

Il «terzo oggetto» del setting di ARTcounseling ha bisogno di essere rispettato come una estensione di chi l’ha generato e per prima cosa richiede attenzione; possiamo quindi distinguere le seguenti fasi di attivazione del dialogo con il lavoro artistico/espressivo:

- **Accogliere =>** accettare quello che è stato prodotto e la comunicazione verbale che il cliente desidera aggiungere alla presentazione del suo lavoro
- **Osservare =>** insieme al cliente con quel distacco necessario da cui si può «vedere»
- **Nominare =>** descrivere fenomenologicamente quello che si vede a prescindere da quello che potrebbe rappresentare
- **Collegare =>** si cercano connessioni, legami, relazioni tra i vari elementi dell’oggetto creato. Si amplifica la visione creando nessi tra pensieri, fantasie, emozioni
- **Aprire al nuovo =>** l’oggetto crea una nuova percezione e quindi una nuova visione. Può essere un insight o qualcosa di meno chiaro, un’energia connessa con un movimento interno, che spinge all’azione o che fa emergere nuove immagini o una nuova sensazione. Qualcosa si modifica

L’espressione artistica favorisce almeno due importanti funzioni:

permette di **rappresentare**, per poi scoprire, conoscere, riconoscere, per contenere, ordinare, avvicinare, distanziare ed organizzare la realtà interna;

e di **costruire** attraverso l’invenzione e la sperimentazione, per dare poi nuovi significati alle realtà interne ed esterne.

Ossia ha possibilità AUTO-ESPLORATIVE – TRASFORMATIVE –RIPARATIVE.

E il prodotto artistico assume, di conseguenza, 3 principali significati:

LUDICO => la creazione

NARRATIVO => per raccontare di sé

CONOSCITIVO => per porsi e rispondere a delle domande

La creatività comporta inevitabilmente che si corrano rischi, si rompano barriere, si forzino limiti e si inventino idee nuove. Se ci si sente al sicuro solo se si hanno regole certe ed esiste la risposta giusta,

l'esperienza dell'arte e dell'espressività corporea come conoscenza di sé, sembrerà all'inizio frustrante, contraddittoria, forse esasperante. Tuttavia se si supera il primo scoglio di voler sapere il "perché", concentrandosi invece sul "come" essa può rivelarsi un percorso che può avviare un processo di cambiamento, crescita e interezza personale, spianando la strada verso la consapevolezza, l'autoconoscenza e la trasformazione.

Il processo creativo si esplica, quindi, in un vivere pieno di significati, in un adattamento alla realtà attivo. Non è l'Arte che trasforma la realtà o che cambia il mondo, ma può trasformare il linguaggio umano e l'uomo in quanto tale. E' chiaro, in tal senso, che è l'individuo in quanto "trasformato" dall'Arte che può poi tentare di trasformare la realtà con la sua vita e con la sua capacità di vivere in maniera attiva e adeguata alle proprie emozioni. Il processo creativo non significa semplicemente originalità e libertà, ma implica uno sforzo a trovare nuove Oggetti allargando l'ambito dell'esperienza umana.

E proprio per integrare profondamente queste stesse finalità, possiamo dire "incarnarle", la proposta operativa viene integrata con le tecniche psicocorporee ed espressive, frutto di una sintesi tra tecniche occidentali ed orientali, che traggono le loro radici e fondamento nello studio e nella pratica delle teorie più squisitamente corporee, come quelle reichiane e conseguente Bioenergetica di Lowen, nelle tecniche di rilassamento di Jacobson e Schultz, ma anche ricercando gli effetti iscritti nel corpo legati alle teorie sull'attaccamento materno.

L'intento è lasciar esprimere il corpo, ricostruire la famosa integrazione corpo-mente e Anima, senza blocchi e/o interruzioni, da sempre cara alla tradizione orientale e che con l'avvento della Psicologia Transpersonale, cominciamo a fare nostra anche in occidente.

Quindi da un lato si andranno ad esplorare elementi della psicologia Transpersonale e dall'altro la psicofisiologia e le diverse filosofie dello Yoga e delle tecniche orientali di meditazione, le differenze, nonché tutti i punti di contatto e sovrapposizione, tra culture del benessere somatopsichico.

Gli antichi Rishi indiani non potendosi avvalere di una realtà rivelata dall'alto, hanno intrapreso, da migliaia di anni, un processo introspettivo, alla ricerca della realtà e delle risposte ai misteri della loro esistenza, sviluppando empiricamente teorie filosofiche anticipando intuitivamente e sorprendentemente la scienza della fisica occidentale e diversi sistemi che mirano all'autorealizzazione individuale, ai quali le moderne tecniche di intervento psicologico fanno spesso riferimento e ne utilizzano numerosi strumenti pratici ed è all'origine di queste tecniche che la formazione proposta fonda parte delle sue basi teoriche, quelle legate alla liberazione ed espressione del proprio IO corpo, allo sviluppo di una tensione all'autorealizzazione personale e allo sviluppo di un personale approccio spirituale all'esistenza.

Particolarmente significativa è l'esperienza di applicazione degli apprendimenti che viene offerta agli allievi che concludono il triennio, i quali strutturano un progetto di "percorso artistico", utilizzando tecniche e metodologie apprese, affinché loro stessi possano poi proporle prima ai colleghi del corso e successivamente ad altri "allievi" nelle aree di lavoro individuali. Il lavoro presentato a fine corso viene discusso in supervisione offrendo così il supporto e le necessarie "correzioni" allo stile acquisito dai partecipanti. I cambiamenti riferiti ed osservati nei partecipanti sono relativi sia al loro percorso personale che professionale.

Tutto questo detto gli obiettivi che la nostra scuola si propone sono:

- potenziare le proprie doti di ascolto e di relazione allo scopo di agevolare in modo efficace la capacità dei futuri clienti di gestire le proprie difficoltà;
- saper valutare le richieste esplicite e implicite del futuro cliente;
- apprendere a utilizzare positivamente le potenzialità della comunicazione interpersonale;
- sviluppo e potenziamento dell'empatia, accoglienza, accettazione incondizionata, caratteristiche fondamentali per ogni operatore del ben-essere
- utilizzare, con perizia, tecniche creative e psicocorporee di intervento atte a sviluppare ed evidenziare le risorse individuali per valorizzarle;
- fornire metodologie, strumenti e tecniche utili alla prevenzione, valutazione e trattamento delle difficoltà (emotivi, corporei ed energetici) che limitano lo sviluppo del potenziale a livello relazionale, lavorativo;
- acquisire tecniche di sensibilizzazione propriocettiva e di ecologia personale per la prevenzione e tutela della salute e del benessere psicofisico;
- saper gestire diverse tipologie di setting (individuale, di gruppo);
- saper progettare operativamente interventi di promozione del benessere.

Definizione sintetica

Pluralistico Integrato ad indirizzo Espressivo

Presentazione del corso

Titolo del corso

Corso triennale in Counseling Artistico Espressivo e YogaDanza

Obiettivi

L'intento è di formare Counselor, orientando gli allievi alla conoscenza delle principali metodologie di Counseling, facendo riferimento in particolare al modello umanistico-integrato; integrando tali conoscenze con altri approcci artistici e corporei della relazione d'aiuto che afferiscano all'universo corpo-persona, quali lo Yoga Danza, il teatro, la creta, l'uso della voce, la bioenergetica, le tecniche grafico/pittoriche e narrativo/poetiche ecc. come strumenti per orientare la relazione stessa allo sviluppo e al cambiamento. Si propone di porre lo sguardo sull'individuo come persona costituita da un corpo fisico, psichico e spirituale partendo da un approccio alla corporeità. Obiettivo quindi è quello di fornire gli strumenti per essere in grado di utilizzare le tecniche apprese nello specifico del proprio settore professionale, di poter effettuare attraverso tali modalità un percorso di crescita personale e professionale, di essere in grado di progettare e condurre laboratori con lo strumento del Counseling Espressivo e dello Yoga Danza nell'ambito della salutogenesi. A questo proposito gli obiettivi che si propone il Corso sono:

- Potenziare le proprie doti di ascolto e di relazione allo scopo di agevolare in modo efficace la capacità dei futuri clienti di gestire le proprie difficoltà;
- saper valutare le richieste esplicite e implicite del futuro cliente;
- apprendere a utilizzare positivamente le potenzialità della comunicazione interpersonale;
- sviluppo e potenziamento dell'empatia, accoglienza, accettazione incondizionata, caratteristiche fondamentali per ogni operatore del ben-essere
- utilizzare, con perizia, tecniche creative di intervento atte a sviluppare ed evidenziare le risorse individuali per valorizzarle;
- fornire metodologie, strumenti e tecniche utili alla prevenzione di criticità e difficoltà che potrebbero limitare lo sviluppo del potenziale a livello relazionale, lavorativo;
- acquisire tecniche di sensibilizzazione propriocettiva, di ecologia personale e di ascolto attivo per la prevenzione e tutela della salute e del benessere ;
- saper gestire diverse tipologie di setting (individuale, di gruppo);
- saper progettare operativamente interventi di promozione del benessere;

Metodologia d'insegnamento

Lezioni frontali, lavori di gruppo, simulate, role-playing, etc.

Percorso personale

Per i percorsi personali è previsto un percorso misto: 25 individuali e 50 gruppo. Il percorso personale sarà effettuato da un Supervisor Counselor o da uno/a Psicoterapeuta indicato dalla scuola. Le ore di Gruppo saranno gestite da Gabriella D'Amore Costa Direttrice Didattica del corso Trainer/Supervisor e dalla Dott.ssa Alessandra Pasquini con il Dott. Alessandro Terlizzi in conduzioni alternate.

Struttura del corso

Durata espressa in anni 3

Durata espressa in ore: 757

Organizzazione didattica

Criteri di ammissione

- a) Diploma di Scuola Media Superiore quinquennale 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 e dunque necessita di un documento ufficiale tradotto)
- b) Aver compiuto i 23 anni di età
- c) Esperienza legata ad almeno una delle materie specifiche

Modalità di ammissione

- a) Massimo allievi iscrivibili: 15
- b) Per essere ammessi al corso è necessario: un colloquio.

Esami

Per ogni materia sono previsti 1 un test scritto e/o colloquio con il docente, più la lettura e successiva elaborazione di un testo. L'ultimo anno oltre gli esami scritti/orali è prevista una prova pratica che consiste nell'ideazione e conduzione di un laboratorio Espressivo e l'elaborazione di una tesi di circa 50 cartelle su un argomento a scelta da concordare con il Direttore Didattico che verrà discussa alla presenza dei docenti.

Assenze

Massimo 20%, le altre sono recuperabili all'interno della scuola negli altri corsi di formazione gratuitamente

Materiale didattico

- a) Per ogni insegnamento verrà individuato un testo bibliografico obbligatorio e due testi di consultazione opzionali
- b) dispense a discrezione del docente.

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) 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)

Programma del corso

Formazione teorico-pratica

Insegnamenti obbligatori

| INSEGNAMENTO | ORE | DOCENTE |
|--|-----|---|
| Storia del counseling | 8 | Gabriella D'Amore Costa |
| Fondamenti del counseling | 28 | Gabriella D'Amore Costa – Chiara Cochi |
| Comunicazione, scelte e cambiamento | 28 | Alessandra Pasquini – Chiara Cochi |
| Psicologie | 28 | Alessandra Pasquini - Alessandro Terlizzi - Claudio Manucci |
| Altre scienze umane | 28 | Andrea Duranti – Stefano Zoletto – Maria Rosa Ferrari – Gabriella D'Amore Costa |
| Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia | 16 | Alessandro Terlizzi - Claudio Manucci |
| Etica e deontologia | 16 | Chiara Cochi |
| Promozione della professione | 8 | Fabio Allegrini |
| Subtotale insegnamenti minimi obbligatori | 160 | \ |

Insegnamenti complementari (specifici della scuola)

| INSEGNAMENTO | ORE | DOCENTE |
|---|-----|---|
| Yoga Danza Counseling e tecniche espressive e psicocorporee | 96 | Lucilla Loddi – Claudia Frisone – |
| Salutogenesi/Relazione d'aiuto | 8 | Gabriella D'Amore Costa |
| Counseling Espressivo e Arteterapie | 76 | Gabriella D'Amore Costa |
| Qualifiche e tutele professionali nel Counseling | 8 | Fabio Allegrini |
| Teatro Counseling | 16 | Claudia Frisone |
| Residenziali estivi esperienziali | 48 | Lucilla Loddi - Gabriella D'Amore Costa |
| Esami e laboratori condotti dagli allievi | 46 | Tutti i docenti |

| | | |
|--------------------------------------|-----|---|
| Subtotale insegnamenti complementari | 300 | \ |
|--------------------------------------|-----|---|

Totale formazione teorica nei tre anni

| | | |
|---|-----|---|
| Monte ore totale delle materie teorico-esperenziali | 460 | \ |
|---|-----|---|

Formazione esperienziale

Percorso personale (scegliere una sola opzione)

| TIPOLOGIA | ORE | FORMATORE |
|------------------------------|-----|--|
| Formazione personale mista | 75 | Gabriella D'Amore Costa – Alessandra Pasquini – Alessandro Terlizzi come conduttori del Gruppo Per i percorsi individuali verrà indicato un Counselor SV o uno Psicoterapeuta |
| Subtotale percorso personale | 75 | \ |

Supervisione didattica

| TIPOLOGIA | ORE | SUPERVISORE/I |
|----------------------------------|-----|---|
| Supervisione didattica | 72 | Gabriella D'Amore Costa Lucilla Loddi Chiara Cochi |
| Subtotale supervisione didattica | 72 | \ |

Tirocinio (minimo 4 convenzioni)

| TIPOLOGIA | ORE | ENTE/ CONVENZIONATO/I | SUPERVISORE/I |
|--|-----|---|-------------------------|
| Gruppi di Counseling espressivo | 25 | Associazione CE.S.P.P. Roma | Gabriella D'Amore Costa |
| Gruppi e colloqui di Counseling espressivo | 25 | Istituto di Ortofonia Roma | Gabriella D'Amore Costa |
| Gruppi di Counseling Espressivo con i rifugiati | 25 | Associazione KIM Onlus Roma | Gabriella D'Amore Costa |
| Gruppi di counseling espressivo con donne | 25 | Associazione Differenza Donna – Roma | Gabriella D'Amore Costa |

| | | | |
|---|--------------------|--|-------------------------|
| Colloqui di Counseling Sportello Scolastico | 25 | Fede in Azione Cooperativa onlus - Roma | Gabriella D'Amore Costa |
| Eventuale attività di progettazione e/o ricerca | (max 50 ore) | \ | Gabriella D'Amore Costa |
| Subtotale tirocinio | 150 | \ | \ |

Totale formazione esperenziale nei tre anni

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

Totale formazione nei tre anni

| | | |
|--|-----|---|
| Somma di tutte le attività (3.1.3 + 3.2.4) | 757 | \ |
|--|-----|---|

ibliografia del corso

SALUTOGENESI

Simonelli, I. (2016) *Atlante concettuale della salutogenesi*, Milano, ed. Francoangeli

LA RELAZIONE D'AIUTO

Schein E.H., (2009), *Le forme dell'aiuto*, Milano, Raffaello Cortina

ELEMENTI DI COUNSELING:

Obbligatorî:

Rollo May, (1991) *L'arte del Counseling*, Roma, Astrolabio-Ubaldini

Rogers, C.R. (2013), *La terapia centrata sul cliente*, Firenze, Giunti editore

Rogers, C.R. (1971) *Potere personale. La forza interiore e il suo effetto rivoluzionario*, Roma, Astrolabio-Ubaldini.

Rogers.C.R. (2012), *Un modo di essere*, Firenze, Giunti Editore

Maslow, A. (1971) *Verso una Psicologia dell'Essere*, Roma, Astrolabio

Facoltativi: uno a scelta

Mucchielli, R. (1996) *Apprendere il Counseling*, Trento, ed. Erickson

Calvo, V. (2007), *Il colloquio di Counseling. Tecniche di intervento nella relazione d'aiuto*, Bologna, ed. Il Mulino

Murgatroyd, E. (1995) *Il Counseling nella relazione d'aiuto*, Roma, Ed. Sovera

Sanders, P. (2002) *Counseling consapevole*, Molfetta, Ed. La Meridiana

Danon, M. (2000) *Counseling. L'arte di aiutare ad aiutarsi*, Como, Ed. Red

Milner J., O'Byrne P., *Il Counseling narrativo – Interventi brevi centrati sulle soluzioni*, Trento, ed. Erickson

COUNSELING GESTALTICO

Obbligatorî:

Petruska Clarkson, (1992), *Gestalt Counseling*, Roma, Sovera edizioni

Gingers S., (1990), *La Gestalt – Terapia del contatto emotivo*, Roma, Edizioni Mediterranee

Facoltativo:

Perls F., (1942), *L'io, la fame, l'aggressività*, Milano, Franco Angeli

Perls F., (2011), *Qui e ora – Psicoterapia autobiografica*, Roma, Sovera edizioni

COUNSELING TRANSAZIONALE

A cura di Piccinino G., (2015), *Le buone pratiche del Counseling*, Milano, Franco Angeli

Harris T.A., (1997), *Io sono OK tu sei OK*, Milano, BUR Rizzoli

Berne E., *Ciao! E poi?*, (1992), Milano, Bompiani Editore

ARTCOUNSELING – ARTETERAPIA E TECNICHE ESPRESSIVE

Obbligatori:

Giusti, E. & Piombo, I. (2003) *Arteterapie e Counseling espressivo*, Roma, Aspic Edizioni Scientifiche

Biavati M., (2006), *La relazione che cura: Gestalt Counselling e ARTtherapy*, Bologna, EDB Edizioni 2010

Facoltativi: due a scelta

Lissi C., Belloi P., (2016), *Arte e relazione d'aiuto*, Roma, Armando Editore

Della Cagnoletta M., (2010), *Arteterapia: la prospettiva psicodinamica*, Perugia, Edizioni Carocci

Malachiodi, C.A., (2007), *Arteterapia: l'arte che cura*, Firenze, Giunti editore

Widmann C., (2014) *Il simbolismo dei colori*, Roma, Edizione Magi

Di Renzo M., Widmann C., (2014) *La Psicologia del colore*, Roma, Edizione Magi

Giaume M.G., (2005), *Il colore come terapia*, Roma, Ed. EDUP

Giusti E., (2007), *Tecniche Immaginative*, Roma, Edizioni Sovera

Betty E., (2002), *Disegnare con la parte destra del cervello*, Milano, Longanesi

Albanese M., Cella G., (1999), *Mandala linguaggio del profondo*, Como, Ed. Xenia

Grenci R., (2007), *Cogli L'attimo*, Molfetta (Bari), Edizioni La Meridiana

Bisutti D., (2009), *La poesia salva la vita*, Milano, Economica Feltrinelli

CREATIVITA'

Goleman D., Ray M., Kaufman P., (2001), *Lo spirito Creativo*, Milano BUR Rizzoli

De Bono E., *Creatività e pensiero laterale*, (2001), Milano, BUR Rizzoli

TEATRO-COUNSELING

Ruggeri V., (2001), *L'identità in psicologia e teatro*, Roma, edizioni Magi

Benson J., (1993), *Gruppi*, Roma, Sovera

YOGA DANZA E TECNICHE PSICOCORPOREE

Obbligatorio:

Lowen A., (1991), *La spiritualità del corpo*, Roma, Astrolabio

Judith A., (2005), *Il libro dei Chakra – Il sistema dei chakra e la psicologia*, Milano, Neri Pozza

Giusti E., Carolei F., (2005), *Terapie Transpersonali. L'integrazione della spiritualità e della meditazione nei trattamenti pluralistici*, Roma, Sovera

Chodrow J., (2005), *Danzaterapia e psicologia del profondo*, Milano, RED edizioni

Jung C.G., (2004), *La psicologia del kundalini-yoga. Seminario tenuto nel 1932*, Torino, Bollati Boringhieri

Swami Rama, Swami Ajaya, Ballentine R., (1976) *Yoga e Psicoterapia*, Roma, Edizioni Mediterranee

Baret E., (2008), *Yoga Tantrico Asana e Pranayama del Kashmir*, Roma, edizioni Mediterranee

Svatmarama, (2011), *La lucerna dello Hatha-Yoga Hata-yoga-pradipika*, Torino, Magnanelli Edizioni

Van Lysebeth A., (1973), *Pranayama. La dinamica del respiro*, Roma, Astrolabio

Adler J., (2006), *Il corpo Cosciente La disciplina del Movimento autentico*, Roma, Astrolabio

Iyengar B.K.S., (2010), *Commento agli yoga sutra di Patanjali*, Roma, Edizioni Mediterranee

Vasugupta a cura di Torella R., (2013), *Gli aforismi di Siva con il commento di Ksemaraja*, Milano, Piccola Biblioteca Adelphi

A cura di Sironi Attilia, (1989), *Vijnanabhairava. La conoscenza del tremendo*, Milano, Piccola Biblioteca Adelphi

COMUNICAZIONE, SCELTE E CAMBIAMENTO

Obbligatori:

Watzlawick P., Beavin J.H., Jackson Don D., (1971) *Pragmatica della comunicazione umana*, Roma, Astrolabio

Giusti E., (2006), *Le tre A (Assertività Autostima Autoefficacia)*, Roma, Sovera edizioni

Facoltativi:

D'Auria A. (2011), *Comunicare è un'arte*, Torino, Ed. Effatà

Gordon D., (1992), *Metafore terapeutiche – Modelli e strategie per il cambiamento*, Roma, Astrolabio

PSICOLOGIE

Obbligatorio:

Bowlby J., (1989) *Una base sicura: applicazioni cliniche della teoria dell'attaccamento*, Milano, Cortina

Jung C.G., (1983), *L'uomo e i suoi simboli*, Milano, Raffaello Cortina

Facoltativi:

Morabito C., (2010), *Introduzione alla storia della Psicologia*, Roma, Laterza edizioni

Yalom.I.D., (2014), *Il dono della terapia*, Milano, Neri Pozza

Anna E. Berti, Anna S. Bombi, (2001), *Introduzione alla psicologia dello sviluppo*, Bologna, Editore Il Mulino

Miller A., (2008), *Il dramma del bambino dotato e la ricerca del vero sé*, Torino, Bollati Boringhieri

SCIENZE UMANE

Obbligatorio:

Sclavi.M., (2000), *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Pescara, Le Vespe

Cavarero.A., (1997), *Tu che mi guardi, Tu che mi racconti. Filosofia della narrazione*, Milano, Feltrinelli

Facoltativi: uno a scelta

Bodei R., (2009), *La vita delle cose*, Roma, Laterza edizioni

Mondher K., (1994), *Antropologia. Una introduzione*, Bari, Edizioni Dedalo

Bauman Z., (2014), *Il demone della paura*, Roma, Laterza

Mezirov J., (2003), *Apprendimento e trasformazione*, Milano, Raffaello Cortina

Bandini C., Gallo M., (2010), *Gesti di cura. Elementi introduttivi per una pedagogia delle relazioni d'aiuto*, Trento, Edizioni Tangram

Contini M., (2001) *Per una pedagogia delle emozioni*, Firenze, La Nuova Italia edizioni

Buber M., (1990), *Il cammino dell'uomo*, Monastero di Bose (Biella), ed. Quiqajon

Marinoff L., (2007), *Platone è meglio del Prozac*, Casale Monferrato, Piemme edizioni

LE PROFESSIONI DELLA RELAZIONI D'AIUTO: CONFINI ED ELEMENTI DI PSICOPATOLOGIA

Dispense del Docente

Obbligatorio:

Giusti E., Spalletta E., (2012), *Psicoterapia e Counseling – Comunanze e differenze*, Roma, Sovera edizioni

Facoltativo da avere nella propria Biblioteca

Curatore Biondi M., (2014), *DSM-V Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, Milano, Raffaello Cortina

ETICA E DEONTOLOGIA

Obbligatorio:

Codice Deontologico dei Counselor AssoCounseling

Giannella E.,(2009), *Etica e deontologia nel Counseling professionale e nella mediazione familiare*, Roma, Sovera edizioni

PROMOZIONE DELLA PROFESSIONE

Dispense del docente

Foglio A., (2007), *Il marketing personale. Il self-marketing della persona e della carriera*, Milano, Franco Angeli

Sportelli A., (2016), *La pubblicità su Facebook. Solo i numeri contano*, Milano, Hoepli

Programmi sintetici

Elementi di Counseling

Il percorso che offro intende fornire agli allievi strumenti di intervento (abilità e competenze), equipollenti ad ogni step del triennio, considerati i migliori per quel determinato cliente e per quell'operatore all'interno di una Relazione d'Aiuto che li vede reciprocamente coinvolti in un lavoro efficace e soddisfacente per entrambi.

A questo proposito gli obiettivi che propongo sono:

potenziare le proprie doti di ascolto e di relazione allo scopo di agevolare in modo efficace la capacità dei futuri clienti di gestire le proprie difficoltà;

saper valutare le richieste esplicite e implicite del futuro cliente;

apprendere a utilizzare positivamente le potenzialità della comunicazione interpersonale;

sviluppo e potenziamento dell'empatia, accoglienza, accettazione incondizionata, caratteristiche fondamentali per ogni operatore del ben-essere

utilizzare, con perizia, tecniche creative di intervento atte a sviluppare ed evidenziare le risorse individuali per valorizzarle;

acquisire tecniche di sensibilizzazione propriocettiva e di ecologia personale per la prevenzione e tutela della salute e del benessere;

saper gestire diverse tipologie di setting (individuale, di gruppo);

saper progettare operativamente interventi di promozione del benessere

Temi di base:

FONDAMENTI:

=> Prevenzione Primaria

=> La Relazione d'aiuto

=> Storia del Counseling

=> Il Modello Pluralistico Integrato: Counseling Rogersiano - Counseling Gestaltico - Analisi Transazionale

=> Il Counseling e le abilità d'aiuto: Costruire l'alleanza di base - Ascolto Empatia Accettazione Incondizionata Congruenza – Il V.I.S.S.I. – La Riformulazione - Il Feedback fenomenologico –

ELEMENTO PERSONE:

=> Gli stadi del processo di agevolazione –

=> Problem Solving

=> Focus emotivo – Focus comportamentale – Focus cognitivo

=> Agevolare l'agevolatore: Burn-out cause e prevenzione

I CONTESTI DEL COUNSELING:

=> L'Agevolazione nei gruppi

Metodi didattici: la metodologia è basata sulla consapevolezza che tanto più il corsista è reso attivo durante le lezioni, tanto più sarà facilitata l'elaborazione propria e l'apprendimento dei contenuti proposti. La presentazione degli argomenti teorici sarà supportata pertanto dall'utilizzo di metodologie attive (brainstorming, simulate, role-playing, brevi esercitazioni che permetteranno di applicare direttamente gli strumenti illustrati), basate sulla concezione del gruppo come strumento privilegiato di formazione e finalizzate a creare uno stretto legame tra azione e apprendimento.

Metodi di valutazione: la valutazione, in continuità con la metodologia didattica proposta, avrà l'obiettivo di verificare l'acquisizione dei contenuti proposti durante il corso, rendendo l'allievo attivo e incoraggiandolo nella rielaborazione personale degli aspetti teorici e nell'applicazione degli strumenti trattati. Sarà utilizzata una verifica scritta, affiancata a diverse metodi, quali lavoro in piccoli gruppi, presentazione orale di alcuni argomenti affrontati, relazioni critiche di testi, simulate.

L'arte come strumento di Ben-essere e consapevolezza

L'ARTcounseling è un processo creativo che esplora il nostro mondo interno alla ricerca di immagini inedite da rappresentare. E' un linguaggio che non si avvale del pensiero logico-formale per esprimersi, ma funziona per analogia, per associazione e per intuizione. E' un linguaggio non verbale dunque, che ha la capacità di trasformare l'intensità emotiva che vive in noi, in immagini esterne che hanno corpo e vita propri. Molte volte le parole non sanno raccontare la difficoltà che si sta vivendo ma le immagini simboliche che nascono dalla nostra creativa capacità di esprimerci in altri modi riescono là dove le parole spesso hanno fallito: riparano, trasformano, si prendono cura di te risvegliando le risorse nascoste e le potenzialità proprie di ciascuno di vivere al meglio la propria vita.

Il percorso che offro intende fornire agli allievi strumenti di intervento propri dell'ARTcounseling (abilità e competenze), equipollenti ad ogni step del triennio, in modo da poter utilizzare le tecniche grafico/espressive nello specifico del loro settore professionale.

A questo proposito gli obiettivi che propongo sono:

SPERIMENTARE nuove possibilità comunicative e relazionali

APPRENDERE l'utilizzo delle modalità espressive nelle differenti fasi del processo di aiuto, a livello individuale e di gruppo

FACILITARE la padronanza di strumenti creativi nella promozione del ben-essere e nella prevenzione delle criticità

ESPLORARE le potenzialità espressive nell'elaborazione e soluzione di problematiche personali e relazionali

Temi di base:

Le ArtiTerapie: origine e storia – principali approcci teorici

La Creatività: attingere al processo – attivazione dell'emisfero destro.

I materiali dell'ARTcounseling

Il colore : esplorazione – confronto - rappresentazione

L'arte visiva: la funzione mediatrice dell'immagine

Cenni di simbolismo spaziale

Sogni – Metafore e fantasie guidate

La pratica dell'ArtCounseling: strumenti e metodi per praticare il Counseling orientato all'espressione

Laboratori esperienziali di: => Arti Visive , lo "scarabocchio": la figura emerge dallo sfondo; il disegno analogico; il foglio spazio del sé e del "possibile": il Collage – Pittura Emozionale: il con-tatto con la propria anima - Ritratto ed autoritratto: l'identità manifesta; la Fotografia: comunicare senza parole

=> Mandala: geometria esistenziale, spazio Sacro del Sé. Centrazione e orientamento.

=> Scrittura creativa, le parole per dirlo : Poetry Therapy: la Found Poetry: trovare la poesia nascosta – la scrittura autobiografica - la Fiaba: il "come se" come strumento di consapevolezza.

Metodi didattici: la metodologia è basata sulla consapevolezza che tanto più il corsista è reso attivo durante le lezioni, tanto più sarà facilitata l'elaborazione propria e l'apprendimento dei contenuti proposti. La presentazione degli argomenti teorici sarà supportata pertanto dall'utilizzo di metodologie attive (brainstorming, simulate, role-playing, brevi esercitazioni che permetteranno di applicare direttamente gli strumenti illustrati), basate sulla concezione del gruppo come strumento privilegiato di formazione e finalizzate a creare uno stretto legame tra azione e apprendimento.

Metodi di valutazione: la valutazione, in continuità con la metodologia didattica proposta, avrà l'obiettivo di verificare l'acquisizione dei contenuti proposti durante il corso, rendendo l'allievo attivo e incoraggiandolo nella rielaborazione personale degli aspetti teorici e nell'applicazione degli strumenti trattati. Sarà utilizzata una verifica scritta, affiancata a diverse metodi, quali lavoro in piccoli gruppi, presentazione orale di alcuni argomenti affrontati, simulate.

Lo Yoga Danza come strumento di Ben-essere e consapevolezza

Yoga-Danza Counseling è un percorso di esperienza psicocorporea e spirituale, sistematizzato sulla base della psicofisiologia e filosofia Yoga e incrementato con l'impostazione e le tecniche, del Counseling Espressivo e della Dance Counseling.

Lo Yoga-Danza Counseling offre un approccio espressivo-corporeo, volto a consapevolizzare e armonizzare eventuali difficoltà legate all'immagine che la persona ha del proprio IO-corpo e riosservarsi alla luce di una nuova consapevolezza. L'esperienza corporea conduce al dialogo interiore emozionale e transpersonale, avvalendosi dell'esplorazione intuitiva attraverso il piacere funzionale stimolato dal movimento, dall'esperienza sensoriale, dal contatto e dalla musica scavalcando l'elaborazione razionale. Come l'arte si avvale un linguaggio non verbale, che lascia emergere e trasforma in forme, gesti, simboli e immagini, che permettono di osservare il proprio vissuto, creando una nuova visione prospettica utile all'esplorazione di Sè e una più completa consapevolezza delle proprie risorse espressive ed energetiche interiori, nonché delle proprie capacità e abilità somato-psichiche, che permettono alla persona di fluire in maniera integrata, olisticamente, in ogni esperienza che la vita ci offre.

Attraverso tecniche del Raja Yoga e del Tantra Yoga, si struttura un percorso orientato all'autocura e volto al benessere psicocorporeo, il Counseling pone un accento di stampo più occidentale, poiché contempla un maggiore ascolto da parte del conduttore. Non c'è un maestro che insegna e un allievo che impara, ma un ascoltatore (il Counselor) attento all'espressione corporea del fruitore, che, quando richiesto, farà da specchio a queste espressioni, per poter far emergere e consapevolizzare, blocchi corporei, disagi esistenziali e difficoltà emotive, affrontando queste emersioni in un clima protetto attraverso tecniche espressive quali: il movimento, la verbalizzazione e le tecniche espressive grafico- pittoriche e plastiche. Il percorso di formazione offrirà agli allievi gli strumenti di intervento e le competenze dello Yoga-Danza Counseling

Obiettivi:

- “riscoperta guidata” della percezione del proprio sé corporeo
- riequilibrio bioenergetico e recupero della vitalità
- autosvelamento della propria identità creativa
- esplorazione e comunicazione delle proprie emozioni
- capacità di entrare in contatto profondo con gli altri
- sviluppo del potenziale positivo
- padronanza nella conduzione di sessioni di Yoga-Danza Counseling individuali e di gruppo

Il gioco delle parti: mediazione teatrale per agevolare il lavoro di counseling

Il teatro è un'arte collettiva e sociale, che richiede un'interazione forte, perciò è potenzialmente uno strumento di attivazione dei suddetti meccanismi.

In questa disciplina confluiscono inoltre fattori cognitivi, verbali, emotivi, immaginativi, visuali, sonori, fisici e gestuali che favoriscono l'integrazione dei diversi piani dell'individuo, in un clima di libertà e assenza di giudizio, dove condividere esperienze e ruoli nuovi nella protezione della finzione scenica e contattare modalità relazionali sane.

Il mondo del teatro rappresenta un grande laboratorio in cui i processi psicologici appaiono ingigantiti e pertanto più facilmente individuabili. L'individuo sperimenta un processo di identificazione e individuazione particolarmente potente, misurandosi con ruoli e situazioni più vasti di quelli che può sperimentare nella quotidianità, contattando parti nascoste, represses e in ombra.

PROGRAMMA:

- Individuazione e sperimentazione in gruppo delle peculiarità della mediazione teatrale come strumento per l'agevolazione e il raggiungimento di obiettivi e processi sopra indicati:
- Il gioco come strumento per recuperare energia vitale, spontaneità ed eccitazione; (Winnicott)
- Liberare potenzialità creative e sperimentarsi, senza ansia da prestazione;
- L'agire fisico e il contatto diretto con gli altri;

- L'interazione e l'emancipazione dall'isolamento e da modalità comportamentali stereotipate e rigide;
- Lo sviluppo dell'immaginazione;
- Lo sviluppo dell'attenzione e della presenza nel qui e ora;
- L'incremento dell'attitudine all'ascolto di sé e degli altri;
- La possibilità di lavorare sul confine tra attenzione interna ed esterna, controllo e abbandono, emozione e razionalità;
- L'ampliamento dello spettro emotivo; il contenimento delle emozioni;
- L'affinamento delle capacità espressive e comunicative, verbali, paraverbali e non verbali;
- L'ampliamento del repertorio di ruoli;
- L'emersione di potenzialità e punti di forza di ciascuno nella rassicurazione fornita dall'interazione grupppale.

IL CORPO: lavoro sulla centralità dell'agire corporeo come strumento di auto esplorazione, percezione, decodifica e contatto con l'ambiente

Il corpo è protagonista dell'attivazione teatrale. Esso è componente fondamentale della personalità (teoria e terapia bioenergetica); i muscoli servono a produrre gesti che hanno significato relazionale e rappresentano la base dell'esperienza emozionale. L'individuo rigido limita il suo apparato espressivo, inibito da una condizione di contrattura muscolare.

LA VOCE: lavoro di esplorazione vocale

La voce è un gesto sonoro; le parole corrispondono a immagini visive, suoni che assumono il ruolo di rappresentazione. Incrementare l'espressività vocale ed essere consapevoli di come e dove si origina il suono, conoscere i blocchi o le tensioni che ostacolano o alterano la voce, saper localizzare le parti del corpo coinvolte nella comunicazione verbale, affinare le capacità di scambio, comunicazione, ascolto e relazione.

L'AZIONE: lavoro focalizzato sui processi immaginativi per migliorare l'efficacia del nostro agire

Fondamentale è il ruolo dell'immaginazione, in quanto "elemento costitutivo dei processi cognitivi" (Ruggeri): portando l'attenzione su un'immagine autoevocata (visualizzazione) possiamo produrre cambiamenti nel tono muscolare e modificazioni psicofisiologiche, come accade in presenza di stimoli percettivi esterni.

L'attore è colui che rende visibile l'universo dell'immaginazione e crea coerenza tra le rappresentazioni immaginative e le rappresentazioni di azioni reali.

L'azione, intesa come interazione fisica e vocale dell'individuo con l'ambiente esterno, annoda l'immaginazione e l'emozione; essa è il prodotto del lavoro dei singoli muscoli che si organizzano in base ad un'attività programmatica e immaginativa: questo processo assume una forma e genera così un significato.

Sviluppando le facoltà immaginative s'incrementano i processi cognitivi e la potenzialità dell'individuo di incidere nella realtà e produrre cambiamenti.

FINALITA' DEL LAVORO:

Contattare e sperimentare in pratica tutti gli elementi peculiari della mediazione teatrale, trasportati su un piano emotivo, fisico, vocale, del sentire corporeo nel qui e ora del continuum di consapevolezza, a livello individuale e collettivo.

Stimolare capacità di ascolto, abbandono e fiducia nell'esplorare ed esprimere il proprio mondo interno e attraverso di esso contattare l'esterno creativamente.

Sperimentare e focalizzare i seguenti elementi:

- il mio rapporto con l'ambiente;
- il mio rapporto con la creatività;
- ansia da prestazione, giudizio, autogiudizio;
- differenze tra fasi più ludiche e libere e momenti più strutturati e performativi ecc.
- individuazione di elementi dell'esperienza funzionali al lavoro di gruppo
- individuazione di strumenti concreti che possano essere riportati nell'attività di counseling.

Comunicazione, scelte e cambiamento

Contenuti: il corso è diviso in tre grandi aree tematiche, strettamente legate tra loro, che verranno trattate singolarmente in modo approfondito. Sarà evidenziata inoltre la forte interdipendenza tra i tre diversi processi implicati: la comunicazione, i processi di decision-making e il cambiamento. Per quanto riguarda l'area della comunicazione verranno presentate le basi teoriche della comunicazione, con particolare riferimento agli assiomi della pragmatica della comunicazione umana, formulati dalla Scuola di Palo Alto, le barriere alla comunicazione, il messaggio io di Gordon, i modi di comunicare (aggressivo, passivo, assertivo). Nel trattare l'argomento delle scelte saranno spiegati i bisogni di Maslow, i locus of control, il dialogo interno. Per il tema del cambiamento saranno trattati il conflitto, approfondendone le caratteristiche, le cause e le possibili modalità di superamento del conflitto; verrà inoltre spiegato ai corsisti il senso di Autoefficacia, presentandone le origine teoriche con Bandura e le successive evoluzioni. Si illustrerà come il senso di autoefficacia influenza l'autostima e i processi di cambiamento. In seguito si daranno delle indicazioni sulla formulazione efficace degli obiettivi, approfondendo come definire un obiettivo in modo chiaro e preciso, considerando le priorità, le risorse disponibile e i possibili ostacoli; infine si tratterà la Programmazione-Neuro-Linguistica, presentandone la definizione, le origini storiche e i possibili strumenti applicativi.

Obiettivi: offrire chiavi di lettura utili per l'osservazione e la comprensione dei processi implicati nella comunicazione, nelle scelte e nei cambiamenti. Il corso intende fornire una conoscenza di numerosi aspetti implicati nel cambiamento e sviluppare competenze necessarie nelle relazioni d'aiuto, quali l'analisi dei conflitti, la percezione dell'autoefficacia, la formulazione di obiettivi circoscritti, concreti e specifici.

Dinamiche di gruppo e sviluppo dell'individuo nel ciclo di vita

Contenuto: il corso è diviso in tre aree tematiche: alcuni aspetti fondamentali del funzionamento mentale dell'individuo, lo sviluppo della persona nell'arco della vita e le dinamiche di gruppo. Nella prima parte del modulo verranno affrontati argomenti inerenti la motivazione, l'apprendimento, le emozioni e l'intelligenza emotiva. Saranno illustrate per ogni concetto le basi teoriche, le origini storiche e i corsisti verranno spinti a riflettere su quanto ognuno di questi aspetti possa influire sul counseling. Nella seconda parte sarà affrontato lo sviluppo dell'individuo nell'arco di vita attraverso il contributo di alcuni autori quali Bowlby, Erikson e Winnicott. Per quanto riguarda le dinamiche di gruppo saranno illustrate le caratteristiche generali dei gruppi, i concetti di ruolo, norme, status, autorità, competizione, cooperazione e leadership. Verranno inoltre proposti dei giochi e dei lavori in gruppo per facilitare la comprensione dei concetti proposti.

Obiettivi: fornire le conoscenze basilari riguardanti alcuni aspetti del funzionamento mentale, lo sviluppo individuale nell'arco di vita, le dinamiche all'interno del gruppo e tra i gruppi.

Le diverse professioni d'aiuto e il rispetto nei confini

Contenuto del corso: il corso fornirà informazioni tra le diverse professioni di aiuto, spiegando gli ambiti di intervento e i confini professionali del counselor, dello psicologo e dello psicoterapeuta. Sarà spiegata la differenza tra salutogenesi e patogenesi, tra tratti e disturbi di personalità.

Obiettivi: illustrare le differenze professionali all'interno dell'ambito della relazione di aiuto e le situazioni in cui è necessario effettuare un invio ad un altro professionista.

La dimensione pedagogica nel Counseling

Esiste una visione pedagogica o educativa del counseling? Istintivamente verrebbe da rispondere "ovvio che sì". Una riflessione meno immediata costringe a considerare più chiaramente quali sono i significati attribuibili alla relazione *counseling-pedagogia*, forse meno scontati di quanto non ci si aspetterebbe.

Il counseling è una relazione tra persone, di cui almeno una è un/a professionista, mentre l'altra - da cliente - pone una domanda. Sembrerebbe sufficiente questa descrizione ad avvalorare un'idea pedagogica del counseling. Tuttavia intesa così sarebbe forse una questione più educativa che pedagogica: nella relazione educativa c'è inevitabile una sperequazione di competenze tra chi sa e chi non sa, tra chi insegna e chi impara.

Nel counseling, perlomeno nella gran parte degli approcci, il/la cliente non è considerato in una posizione di apprendimento, né tanto meno il/la counselor può connotarsi come un insegnante, nemmeno in senso lato. La relazione tra counselor e cliente è paritaria, molto più di quanto non lo si possa intendere anche negli approcci educativi più egualitaristi.

Se non si assume un senso educativo, come si può intendere il senso pedagogico dell'azione di counseling?

Una prospettiva più corretta è quella che considera il counseling come un'azione trasformativa che vede cliente e counselor attori della medesima scena relazionale, seppur con ruoli distinti e ben definiti. L'accezione *trasformativa* è qui intesa come anteposta – o distinta – da quella *formativa*. Sinteticamente potremmo affermare che le persone in formazione accettano di acquisire nuovi schemi di riferimento (valoriali, ideali, affettivi, informativi, conoscitivi...) proposti da agenti più esperti; l'ottica trasformativa assume invece che le persone possiedono schemi di riferimento propri, che non necessitano di essere destrutturati, in quanto *“non sarebbe tanto ciò che accade alle persone, quanto il modo con cui esse interpretano e spiegano ciò che accade loro, a determinarne le azioni, le speranze, la contentezza, il benessere emotivo e la performance”* (Mezirow, 2003), interpretando quindi anche ciò che accade in un colloquio di counseling secondo significati propri e combinandolo con quanto già posseduto.

La dimensione pedagogica assume quindi un primo significato nel saper giocare il gioco relazionale counselor-cliente secondo le regole dell'ascolto del cliente e del significato co-costruito con il cliente ma sulle attribuzioni di senso proprie del cliente. Accompagnamento, quindi, e non guida.

Un secondo spunto di riflessione è quello dato dall'apprendimento che il counselor necessariamente opera su di sé nel dialogo con il cliente. Il counselor rimette in discussione i medesimi schemi propri, aprendosi ai significati che il cliente propone: quanto il counselor è disponibile a trasformare nell'azione di ascolto? Come l'attribuzione di significati altri durante il dialogo con il cliente condiziona l'azione del counselor a favore (o meno) del benessere del cliente? La consapevolezza di ciò che gli accade consente al counselor di apprendere e rimettere in circolo i propri apprendimenti a favore del cliente.

Concludendo quindi è possibile ipotizzare un percorso formativo che si muove prioritariamente su due piani: la dimensione pedagogica del counseling che assume come cornice di riferimento una teoria trasformativa per il cliente e al contempo una prospettiva consapevole degli effetti che l'azione di counseling ha sul counselor stesso.

Le basi filosofiche del Counseling

Cosa si intende per Filosofia? Cosa è la Filosofia? Definizione di filosofo come eros (Platone).

La metafisica (L'Essere è Bene) come base dell'etica e dell'antropologia. Quanti termini filosofici nel counseling? L' Epochè nell'ascolto empatico, la libertà, la responsabilità, L' Esserci, la scelta, la morte – il perdono (risentimento), l'immaginazione.

Verrà indagata la natura dell'uomo (Antropologia) a partire da due posizioni antitetiche, quelle dei filosofi Hobbes e Spinoza. Per fare Counseling occorre prendere la strada di Spinoza e dunque a suffragio di tale tesi perviene l'esplicitazione aristotelica dell'uomo come animale sociale e dunque relazionale.

Il tema della relazione compare anche nel filosofo del Novecento Martin Buber. (Cenni sulla relazione IO TU, IO ESSO in Buber).

Lettura condivisa del mito della caverna tratto dal settimo libro della Repubblica di Platone

La Fenomenologia e il Counseling. Socrate e il Counseling filosofico. Cenni di una storia, in particolare ci soffermeremo sul metodo di P. Raabe. Esercizi spirituali e filosofia antica, l'ellenismo. Le passioni e il saggio.

Esperienze

Antropologia, Sociologia e Counseling

ANTROPOLOGIA: Il senso di una disciplina

Che cos'è l'antropologia? Di cosa si occupa? Quali sono gli oggetti che studia e per quali finalità? Ha ancora un senso, nell'epoca della globalizzazione occidentale, lo studio delle diversità culturali?

Antropologia: termine composto col prefisso antropo-, dal greco "ànthropos" che significa uomo, e dal suffisso -logia, dal greco "lògos" che significa parola, discorso.

L'antropologia nasce come disciplina interna alla biologia e si dedica allo studio dell'essere umano sotto diversi punti di vista: sociale, culturale, morfologico, psico-evolutivo, artistico-espressivo, filosofico-religioso e in genere dal punto di vista dei suoi vari comportamenti all'interno di una società.

SOCIOLOGIA: La complessità dello stare insieme, lo stare insieme nella complessità

La sociologia è definita da alcuni come la scienza sociale che studia i fenomeni della società umana, indagando i loro effetti e le loro cause, in rapporto con l'individuo ed il gruppo sociale.

Altri, in modo più restrittivo, definiscono la sociologia come lo studio scientifico della società.

Ulteriori definizioni sono: uno strumento di azione sociale, scienza dei fatti e dei rapporti sociali, scienza della comprensione dell'azione sociale.

Ognuno di questi approcci diversi tende alla comprensione dello stare insieme, più o meno pacificamente, degli esseri umani.

Il counselor svolge la sua professione a contatto con la persona o gruppi di persone, le loro relazioni sociali, in un contesto culturale complesso e variegato, soprattutto nella società occidentale globalizzata.

E' in questa ottica che al counselor in formazione si propone un approccio interdisciplinare antropologico e sociologico, che si confronta con il pensiero di Carl R. Rogers (Carl Ramson Rogers, Oak Park, Illinois, 8 gennaio 1902– La Jolla, California, 4 febbraio 1987), il quale mette la persona al centro del processo di apprendimento e di cambiamento, favorito dal percorso di counseling.

La "terapia centrata sul cliente" di Rogers si basa sul rispetto della persona umana e sulla fiducia delle sue potenzialità e sottolinea che il valore della relazione terapeutica dipende dalla qualità dell'incontro interpersonale fra terapeuta e cliente.

Il terapeuta "centrato sul cliente" comunica la propria comprensione empatica, si pone all'interno del mondo del cliente e si sforza di comunicargli quello che ne sperimenta.

L'obiettivo è di fornire agli allievi le competenze necessarie per un'ampia visione dell'essere umano nella sua complessità e per un confronto con l'altro rispettoso e consapevole, indispensabile per un counselor.

Promozione della professione

Il Modulo è finalizzato a fornire agli allievi in formazione una maggiore consapevolezza su quali sono le competenze-chiave del counselor e su come queste competenze devono essere utilizzate per definire:

- l'avviamento dell'attività professionale
- la costruzione dell'immagine professionale
- la costruzione di reti di professionisti sul territorio
- l'identificazione di strategie di marketing professionale

Contenuti:

Migliorare la promozione della professione del counselor vuol dire aumentare la visibilità e la conoscenza nel territorio e nelle reti professionali di come un counselor opera, di quali sian le sue caratteristiche metodologiche e tecniche, di quali siano i suoi riferimenti etici e deontologici

Promuovere la professione vuol dire valorizzare quindi gli elementi comuni che identificano il counseling all'interno del panorama vasto ed eterogeneo degli ambiti di intervento della professione del counseling e di tutte le professioni della relazione d'aiuto.

Attraverso prove pratiche e simulazioni verranno dapprima definite e approfondite le competenze di base (stare in relazione), le competenze trasversali che entrano in gioco in tutti gli ambiti del counseling e le competenze tecniche specifiche relative all'area di intervento nella quale si opererà. In un secondo momento si procederà poi con un lavoro di gruppo di ideazione e stesura di un progetto di counseling.