

# **1. Presentazione della struttura**

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

Associazione Collage, c.f. 97826270155, p. iva 10476070965

Sede legale: Via Fornari 46, 20146 Milano; sedi didattiche principali: Associazione Camminando, via Moroni 8, 20099 Sesto San Giovanni (Milano); Studio Collage, via Fornari 46, 20146 Milano; Centro Kailas, piazzale Gambara 7/4, Milano; per attività residenziali: centro MiriPiri, 29020 Pigazzano di Travo (PC) e Villa Castello Torrazzetta a Borgo Priolo (PV)

Sito web [www.collagecounseling.it](http://www.collagecounseling.it), mail [info@collagecounseling.it](mailto:info@collagecounseling.it), mail pec [collagecounselin@pec.it](mailto:collagecounselin@pec.it)

### **1.1.1 Denominazione eventuale della scuola**

Scuola Collage Counseling a indirizzo bioenergetico-gestaltico integrato

## ***1.2 Rappresentante legale***

Alessandra Callegari, nata a Milano il 18 agosto 1954, residente a Milano in viale Caterina da Forlì 32, codice fiscale CLL LSN 54M58 F205I, partita iva 03556690961.

## ***1.3 Responsabili didattici***

**Alessandra Callegari**, counselor a orientamento somatorelazionale (bioenergetico-rogersiano) diplomata presso l'IPSO di Milano; diplomata in Costellazioni familiari con Attilio Piazza; diplomata in Coaching presso In Coach Academy. Laureata in Filosofia presso l'Università degli Studi di Milano. Supervisor Trainer Counselor AssoCounseling (A0150-2010), si occupa di counseling individuale, di coppia e familiare, oltre che di formazione sulla relazione, la comunicazione, la negoziazione, in ambito privato e organizzativo. Dal 2005 organizza e tiene corsi di formazione in counseling; di Bioenergetica; sull'Enneagramma.

**Alessandra Di Minno**, Psicologa e Trainer Counselor AssoCounseling (A1713-2015). Diplomata come Educatore Professionale e laureata in Psicologia, si è poi diplomata in counseling a indirizzo bioenergetico-gestaltico. Svolge la sua attività professionale con clienti individuali e coppie, con particolare attenzione alle varie forme e relazioni familiari e di genitorialità. Ha lavorato per 25 anni presso un'organizzazione no profit, la Cooperativa Sociale Diapason, per la quale si è occupata di Formazione e Supervisione.

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

Alessandra Callegari e Alessandra Di Minno, condirettrici della scuola.

## **1.5 Corpo docente**

### **1.5.1 Alessandra Callegari**

Counselor a orientamento somatorelazionale (bioenergetico-rogersiano) diplomata presso l'IPSO di Milano; diplomata in Costellazioni familiari con Attilio Piazza; diplomata in Coaching presso In Coach Academy. Laureata in Filosofia presso l'Università degli Studi di Milano. Supervisor Trainer Counselor AssoCounseling (A0150-2010), si occupa di counseling individuale, di coppia e familiare, oltre che di formazione sulla relazione, la comunicazione, la negoziazione, in ambito privato e organizzativo. Dal 2005 organizza e tiene corsi di formazione in counseling; di Bioenergetica; sull'Enneagramma.

### **1.5.2 Alessandra Di Minno**

Psicologa e Trainer Counselor AssoCounseling (A1713-2015). Diplomata come Educatore Professionale e laureata in Psicologia, si è poi diplomata in counseling a indirizzo bioenergetico-gestaltico. Svolge la sua attività professionale con clienti individuali e coppie, con particolare attenzione alle varie forme e relazioni familiari e di genitorialità. Ha lavorato per 25 anni presso un'organizzazione no profit, la Cooperativa Sociale Diapason, per la quale si è occupata di Formazione e Supervisione.

### **1.5.3 Sonia Cristina Ambroset**

Psicologa e criminologa iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia, formatrice e consulente, esperta in processi di sviluppo di comunità. Ha lavorato in contesti come il carcere, le comunità psichiatriche e il mondo delle cure palliative. In ambito socio-sanitario ha lavorato in particolare presso la Divisione Oncologia dell'Ospedale San Carlo di Milano e presso la RSA S. Pietro di Monza e come responsabile del Servizio di Psicologia dell'Associazione Vidas di Milano.

### **1.5.4 Katya Marcella Buonomo**

Laureata in Geologia, ha lavorato in ambito aziendale per dieci anni. Counselor a indirizzo bioenergetico-gestaltico, diplomata presso il CSTG di Milano. Professional Advanced Counselor AssoCounseling (A1051-2014), propone sessioni individuali e di coppia. Organizza progetti sul benessere relazionale e sportelli di counseling in ambito scolastico, collaborando con scuole di vario grado.

### **1.5.5 Stefania Conversi**

Laureata in Filosofia a orientamento psicologico, docente certificata Target Interview e certificata *InCOACH Academy*. Partner Success Insight per il modello di sviluppo del potenziale. Counselor iscritta all'albo italo svizzero AISCON e Supervisor Counselor AssoCounseling (A0663-2012), ha lavorato in varie aziende italiane e straniere con diversi ruoli manageriali, per poi dedicarsi a progettazione e coordinamento di corsi di formazione. Conduce seminari e workshop sul potenziamento delle risorse personali; facilitatore di Costellazioni familiari e sistemiche.

### **1.5.6 Alessandra Cosso**

Supervisor Counselor AssoCounseling (A0062-2010), coach e giornalista, è consulente d'impresa ed esperta di Narrazione e Comportamento organizzativi. Docente di Dinamiche Psicosociali dei Racconti Organizzativi, è Presidente dell'Advisory Board al Master M.U.S.T dell'Università di Pavia. Direttore generale dell'Osservatorio di Storytelling dell'Università di Pavia, Editor & Founder della rivista *Narrability Journal* e vice direttore della *Rivista Italiana di Counseling*. Insegna allo IULM e al Centro Berne di Milano.

### **1.5.7 Cristina Di Stefano**

Counselor a indirizzo bioenergetico-gestaltico, Professional Counselor AssoCounseling (A2263-2019). Operatrice shiatsu, diplomatasi presso la scuola Ohashiatsu di Milano e iscritta al Registro Italiano Operatori Shiatsu della FISieo. Conduttrice di classi di esercizi bioenergetici. Formatrice per operatori del benessere, ha preso parte al Progetto PartecipaSalute presso l'Istituto Mario Negri di Milano e fa parte del gruppo di studio sulle Discipline Corporee all'interno della Società Italiana Psico Neuro Endocrino Immunologia.

### **1.5.8 Andrea Fianco**

Psicologo e psicoterapeuta a orientamento gestaltico, dottore di ricerca in psicobiologia, socio fondatore e Past President della Società Italiana di Psicologia Positiva (SIPP). Dal 2005 collabora con l'Università degli Studi di Milano come docente a contratto e consulente ricercatore. Collabora con istituti scolastici di Milano e Provincia con progetti di formazione e consulenza rivolti ad alunni, insegnanti e genitori. Dal 2008 svolge l'attività clinica presso lo Studio Sememe di Milano. Dal 2016 è didatta presso il Centro Studi di Terapia della Gestalt (CSTG) di Milano.

### **1.5.9 Tommaso Foppa Pedretti**

Coach associato ICF dal 2010, esperto in coaching individuale e di gruppo (group e team coaching) in ambito Life e Corporate. Formatore con specializzazione in Intelligenza Emotiva ® certificata JCA International. Collaboro con aziende, società di consulenza, centri di Formazione e di orientamento in Lombardia e Liguria, progettando ed erogando corsi esperienziali su comunicazione, team building, leadership, empowerment, etica d'impresa.

### **1.5.10 Maria Pia Fraccaro**

Counselor a indirizzo somatorelazionale (bioenergetico-rogersiano) e insegnante di classi di bioenergetica, diplomata presso l'IPSO di Milano. Supervisor Counselor AssoCounseling (A0156-2010). Psicomotricista ad approccio relazionale/metodo Aucouturier, lavora con bambini e ragazzi e si occupa di counseling familiare, di formazione sulla relazione e l'approccio psicocorporeo, tenendo seminari e workshop dedicati a insegnanti, educatori, psicologi, personale infermieristico, assistenti sociali.

### **1.5.11 Michele Marangi**

Laureato in Storia e Critica del Cinema presso la facoltà di Lettere dell'Università di Torino, libero professionista nel campo della formazione e della consulenza relativa all'utilizzo dei media in ambito formativo, didattico e pedagogico. Docente della Facoltà di Scienze della Formazione, presso il Master Comunicare lo sport e presso il Master in Competenze Interculturali Formazione per l'integrazione sociale dell'Università Cattolica di Milano. Socio fondatore di Steadycam OFF snc, società specializzata in consulenze su media, formazione e marketing sociale.

### **1.5.12 Fabio Luigi Pardini**

Counselor a indirizzo bioenergetico-gestaltico, diplomato presso il CSTG di Milano. Professional Counselor AssoCounseling (A1938-2017). Impegnato nell'attività di educatore di sostegno presso le scuole, crea e conduce laboratori teatrali e progetti di educazione socio-affettiva con i bambini, preadolescenti e adolescenti. Ha progettato e conduce da anni un laboratorio esperienziale di derivazione bioenergetico-gestaltica.

### **1.5.13 Marina Tonella**

Counselor a indirizzo bioenergetico-gestaltico, Professional Counselor AssoCounseling (A1877-2016). Lavora da 20 anni nella moda e in azienda ha ricoperto diversi ruoli: dal coordinamento

dell'ufficio stile, al product marketing e brand management. Nel 2014 ha co-fondato Mestieri-Lab: un luogo per scoprire e valorizzare talenti, competenze e risorse personali. Si occupa di formazione nelle soft skill per organizzazioni e aziende di moda, supportando manager e team nel cambiamento e nello sviluppo del loro pieno potenziale attraverso il gioco e la creatività.

#### **1.5.14 Riccardo Vanni**

Counselor a indirizzo somatorelazionale (bioenergetico-rogersiano) diplomato presso l'IPSO di Milano. Supervisor Trainer Counselor AssoCounseling (A1058-2014). Diplomato in DanzaMovimentoTerapia (DMT) presso l'Istituto Riza Medicina Psicosomatica di Milano, iscritto all'APID. Diplomato in Coaching, svolge l'attività di counselor proponendo incontri individuali e di coppia; conduce classi settimanali di esercizi bioenergetici e organizza seminari e corsi di consapevolezza corporea dedicati a counselor, coach, educator

### **1.6 Presentazione**

L'Associazione Collage è stata costituita il 3 settembre 2018 da Alessandra Callegari e da Alessandra Di Minno, con l'obiettivo di condividere e proporre esperienze nell'ambito del counseling. Partendo dall'esperienza di un gruppo di counselor professionisti che da anni lavorano nell'ambito della relazione d'aiuto, Collage propone proposte formative rivolte sia a chi vuole diventare counselor professionista, sia a chi vuole acquisire competenze di counseling da aggiungere al proprio curriculum e per svolgere meglio la propria professione. Inoltre Collage propone esperienze di crescita personale a chiunque voglia migliorare la qualità della propria vita e il modo di stare in relazione con sé e gli altri.

La Scuola Collage di counseling a indirizzo bioenergetico-gestaltico integrato è in particolare il frutto dell'esperienza che Alessandra Callegari ha svolto a partire dal 2005, avendo co-condotto fino al 2012 il corso di formazione triennale in counseling a indirizzo gestaltico-bioenergetico del CSTG, Centro Studi Terapia della Gestalt di Milano, e avendo poi co-fondato nel 2013 e co-diretto fino al 2018 la SIBiG, Scuola Italiana di BioGestalt.

La Direzione Didattica di Collage si avvale della consulenza del gruppo docenti, quasi tutti counselor professionisti che, oltre a insegnare nel corso di counseling, collaborano con la scuola per la progettazione dei vari progetti formativi e culturali, come i convegni annuali (*Stay Tuned* nel 2019, *Poter(e)* nel 2020, *Che Vergogna!* nel 2021). Collage intende situarsi dentro il mondo complesso e articolato del counseling italiano e offrire un contributo per rendere migliore la qualità della vita, per creare comunità e cultura e perché questa professione e questo "modo di essere" nel mondo possano diffondersi.

## **1.7 Orientamento teorico**

L'approccio di Collage Counseling si fonda su una visione integrata dell'essere umano.

Bioenergetica e Gestalt sono approcci teorici ed esperienziali da cui abbiamo maturato una visione integrata dell'essere umano, inseparabile nelle sue dimensioni corporea, cognitiva ed emotiva. E gli attuali contributi delle neuroscienze hanno ulteriormente ampliato le nostre conoscenze, sostenendo che il benessere non può che passare da una buona regolazione e integrazione di tutte le dimensioni.

Il counseling ad approccio bioenergetico-gestaltico è volto ad accompagnare il cliente, sia esso individuo, coppia o gruppo, in percorsi evolutivi e trasformativi, anche in concomitanza di fasi o eventi critici, mantenendo il focus sul tempo presente, potenziando la consapevolezza cognitiva/emotiva/corporea, sperimentando nell'esperienza del qui e ora nuovi modi di essere, accompagnando processi comunicativi efficaci che usino il linguaggio della parola e del corpo, favorendo l'espressione autentica di sé, lasciando andare inibizioni e condizionamenti, valorizzando le risorse personali e relazionali.

Il counselor professionista, grazie all'approccio di Collage, può lavorare aiutando i clienti a sviluppare una maggiore integrazione, perché il tutto funziona se le parti sono ben connesse tra loro; favorendo la regolazione che permette di adeguare il livello energetico e di modulare il contatto con l'altro; accompagnando a trovare il proprio modo originale e funzionale di stare in relazione a partire dalla propria struttura caratteriale; permettendo l'espansione di sé, grazie alla capacità di mettersi in gioco e sperimentare il nuovo.

**L'indirizzo bioenergetico-gestaltico integrato** proposto dalla Scuola Collage riunisce gli approcci teorico-esperienziali della **Bioenergetica**, della **Gestalt** e dell'**Enneagramma**, integrandoli con elementi dell'approccio rogersiano centrato sulla persona, che consentono al futuro counselor professionista di operare con maggiore ricchezza e ampiezza di prospettive. L'indirizzo bioenergetico-gestaltico integrato è dunque un approccio che si basa su una reale integrazione – teoretica e pratica – degli approcci di partenza, partendo dal valore del corpo vissuto 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. Tale integrazione si basa del resto su un preciso dato storico-culturale, visto che sia Alexander Lowen (1910-2008) fondatore della Bioenergetica, sia Fritz Perls (1893-1970) padre della Terapia della Gestalt, sono stati allievi o pazienti di Wilhelm Reich (1897-1957). Questi, psicanalista a sua volta allievo di Freud, per primo ha portato l'accento sul valore del corpo in terapia, sconvolgendo il setting

tradizionale della psicanalisi e ponendo le basi di quelle che poi sono diventate le “psicoterapie corporee” all’interno della cosiddetta psicologia umanista.

## Bioenergetica

La Bioenergetica è un modo per essere in armonia con se stessi e con la realtà che ci circonda, provare piacere ed essere in contatto con sensazioni, emozioni e sentimenti.

Tra le cosiddette psicoterapie corporee la Bioenergetica - che si può definire un modo di comprendere la personalità in termini energetici - si è rivelata una disciplina molto utile anche al di fuori dell’ambito propriamente clinico. Partendo dall’assunto che corpo e mente sono funzionalmente identici (quel che accade nell’uno riflette quel che accade nell’altra e viceversa), associa il lavoro sul corpo a quello sulla mente per aiutare le persone a risolvere i propri problemi esistenziali e relazionali e a realizzare al meglio le proprie capacità di provare piacere e gioia di vivere. Grazie alle cosiddette “classi di esercizi” (gli esercizi bioenergetici messi a punto da Alexander Lowen e dalla moglie Leslie fin dagli anni Sessanta), la Bioenergetica è una disciplina semplice ed efficace, alla portata di tutti, per intervenire sulle tensioni muscolari e sullo stress e per migliorare il proprio rapporto con la fisicità in funzione di un maggior benessere generale: praticati in modo regolare, almeno una volta alla settimana, tali esercizi consentono di ritrovare la possibilità di abbandonarsi piacevolmente al fluire dell’energia.

Con il termine energia possiamo intendere, di volta in volta, forza, benessere, coraggio, apertura, desiderio: l’energia è in senso lato ciò che ci mantiene vivi e vitali, in rapporto positivo con la realtà che ci circonda e in grado di agire efficacemente nel mondo. Dai tempi più antichi l’uomo ha cercato di identificare questa energia in una sorta di “forza vitale”, che spiegasse la vita stessa e le sue espressioni, non solo umane ma di tutto l’universo. Nel secolo scorso, Wilhelm Reich ha dedicato gran parte della propria esistenza allo studio e all’utilizzo di un’energia vitale universale, da lui chiamata *orgone*, in grado di essere accumulata e incanalata a fini terapeutici. Reich era arrivato a questa scoperta partendo dalla propria esperienza clinica di psicoanalista, durante la quale aveva avuto modo di cogliere il legame profondo tra psiche e corpo, fino a elaborare una visione olistica dell’essere umano che lo portò a diventare, in Occidente, uno dei pionieri dell’approccio psico-corporeo. Lowen, che di Reich fu paziente e allievo, trasse da lui le basi del proprio approccio terapeutico.

Alla base delle Bioenergetica c’è dunque, come denuncia il nome, il concetto di energia e di vita: perché la vita, ridotta all’essenziale, vuol dire proprio introdurre energia nel corpo attraverso la respirazione e l’alimentazione, elaborarla con il metabolismo e scaricarla nell’azione, nel movimento. 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. E mentre da bambini esprimiamo 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 "armatura" o struttura caratteriale rigida, in cui ci ritroviamo imprigionati.

La Bioenergetica fonda la propria base teoretica 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 che si forma nei primi anni di vita, come difesa rispetto a un ambiente percepito come insoddisfacente o addirittura negativo a fronte dei nostri bisogni. È una risposta di adattamento e sopravvivenza, la più funzionale possibile che il bambino riesce a mettere in atto in risposta alle esperienze che fa nella quotidiana relazione con il mondo: da quella con la madre (compresi i nove mesi di gestazione prima della nascita) a 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 carattero-muscolare che si forma negli anni finisce però con il diventare una struttura permanente e disfunzionale, 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 aggiunge il simbiotico studiato da Stephen 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" utilissima alla comprensione di come gli esseri umani si comportano, si atteggianno, si relazionano nel mondo. Per questo motivo, nell'approccio bioenergetico-gestaltico integrato viene dato ampio spazio alla mappa bioenergetica, integrata con quella dell'Enneagramma sviluppata da Claudio Naranjo e altri autori, nella convinzione che tale mappa offra al futuro counselor un interessantissimo ed efficace strumento d'indagine sia



per lavorare su di sé, come agente di profonda trasformazione, sia nella relazione d'aiuto con il cliente.

## Gestalt

La Gestalt è un approccio di psicoterapia parzialmente ispirato alla omonima scuola di psicologia, nota anche come “psicologia della forma”, sorta agli inizi del Novecento in Germania grazie a Max Wertheimer, Wolfgang Köhler e Kurt Koffka. Il termine *Gestalt* in tedesco è traducibile con forma, struttura, configurazione: indica un insieme di diversi elementi che costituiscono un tutto completo, armonico e significativo. Per la psicologia della Gestalt, che si occupò in particolare degli effetti della percezione, le immagini vengono percepite come configurazioni globali diverse e più complesse della somma delle loro singole parti, come avviene ad esempio nelle illusioni ottiche. Tale approccio si è esteso anche ad altre aree, come il pensiero, la memoria e l'estetica, e attraverso la Gestalt Kurt Lewin è arrivato a studiare le dinamiche di gruppo proponendo la sua teoria del campo, in base alla quale tutto dipende dal contesto: noi siamo tutti parte di un tutto e possiamo contribuire a creare la nostra realtà, perché anch'essa dipende dal contesto.

Nata negli anni '40 per opera di Fritz Perls, la Terapia della Gestalt si rifà in gran parte anche alla fenomenologia, ovvero al movimento filosofico derivato dal lavoro di Edmund Husserl, per il quale ognuno conosce veramente solo quello che sperimenta e organizza le conoscenze a seconda dei contenuti che già gli appartengono. Il metodo fenomenologico comporta l'osservazione di quanto accade con un atteggiamento neutrale e scevro da pregiudizi e invita ad astenersi dall'interpretare i significati dei singoli elementi, preferendo una descrizione accurata dell'insieme nella sua forma complessiva. Ed è appunto quello che si propone la Gestalt, sia in psicoterapia sia nel counseling, mirando all'acquisizione di una sempre maggiore consapevolezza nel qui e ora da parte del paziente o cliente e al recupero della naturale armonia tra individuo e ambiente.

Il termine “terapia della Gestalt” in realtà fu usato per la prima volta come titolo del libro *Teoria e Pratica della terapia della Gestalt*, scritto da Perls insieme a Paul Goodman e Ralph Hefferline e pubblicato a New York nel 1951, e rimase poi a indicare un approccio che divenne molto popolare soprattutto negli anni Sessanta, dopo che Perls si fu trasferito in California a Esalen, e quando la nuova rivoluzione culturale, con il suo portato di ribellione giovanile verso i valori del passato, esaltò l'espressione creativa, l'indagine interiore, la libertà dagli schemi precostituiti, e la psicoterapia fu vista come un mezzo per migliorarsi e trasformare se stessi e la società. Uno

dei principali allievi di Perls a Esalen è stato Claudio Naranjo, divenuto poi uno dei massimi esponenti della psicologia transpersonale.

La Gestalt si può ben definire un approccio umanistico e olistico, nel solco di quella “terza forza” che comprende anche quelli di Carl Rogers, Abraham Maslow, Rollo May, e sta alla base di quelli più corporei di Wilhelm Reich (di cui Perls fu paziente) e Alexander Lowen. L’approccio gestaltico considera importante l’intera esperienza di vita di una persona: fisica, psicologica, intellettuale, emotiva, relazionale e spirituale. Partendo dall’assunto che per comprendere un comportamento è importante non solo analizzarlo ma averne una visione di sintesi, cercando di percepirlo nell’insieme del contesto globale, Fritz Perls capì che il paziente ha bisogno di sperimentare l’ambiente per costruire i suoi significati; e la terapia consiste quindi nell’analisi della struttura interna dell’esperienza reale – cioè come funziona il sistema percettivo – al fine di accrescere la consapevolezza di questo processo di “vedere il mondo” in un certo modo piuttosto che in un altro. L’individuo e l’ambiente rappresentano un unico sistema interagente, che si autoregola e cresce in funzione di ogni elemento che ne fa parte; il disagio psicologico assume perciò il significato di un “adattamento creativo” in risposta all’ambiente e ai suoi stimoli: ma anche se è stato funzionale in passato, può non aver più la stessa utilità nel presente.

A differenza e in contrasto con gli approcci psicanalitici di derivazione freudiana, la Gestalt si occupa soprattutto di osservare e verificare la consapevolezza del processo dei pensieri, sentimenti, emozioni, sensazioni e azioni di un individuo, nel qui e ora della relazione, prestando maggiore attenzione al “cosa” e al “come”, piuttosto che al “perché” di un’azione o di un comportamento. Secondo Perls, la consapevolezza del come qualcosa avviene, infatti, conduce più facilmente alla possibilità di compiere un cambiamento genuino e responsabile. Ecco perché la relazione d’aiuto ad approccio gestaltico – sia psicoterapia sia counseling – rappresenta il laboratorio di ricerca ideale in cui un cliente può scoprire, osservare e integrare diversi aspetti della sua personalità, sulla base dell’esperienza diretta con il terapeuta, per il quale è più importante l’esperienza di un comportamento che la sua interpretazione.

Per la psicologia della Gestalt, ogni individuo è costantemente bombardato da una serie infinita di stimoli, ma il sistema percettivo riesce a selezionarne solo alcuni, organizzandoli in strutture significative. Ciò significa che l’individuo percepisce se stesso e il mondo come il risultato di un insieme di stimoli selezionati dal proprio sistema percettivo, che costruisce una figura o Gestalt definita rispetto a uno sfondo indifferenziato. Gli stimoli pertanto non sono percepiti in modo disgiunto gli uni dagli altri, ma sono organizzati in modo da rispondere al bisogno di costruire

significati basati sull'esperienza percettiva dell'ambiente. Anche per la terapia della Gestalt l'attenzione è posta sulle forme o configurazioni, o meglio sull'incessante dinamica di creazione di configurazioni figura-sfondo, che rappresentano continui "cicli di contatto" tra l'organismo e l'ambiente che ci circonda. Perls ha esplorato in particolare il rapporto tra individuo e ambiente, il sé e il mondo, sottolineando che in tale rapporto, fonte di crescita e di stimoli continui e che costituisce la nostra esperienza, abbiamo sempre bisogno di qualcosa che è fuori di noi, il che comporta un costante adeguamento dei nostri confini.

## Enneagramma

L'enneagramma è uno dei più efficaci strumenti che ci possono aiutare a scoprire i meccanismi che sono alla base dei nostri comportamenti, atteggiamenti, credenze e convinzioni, ovvero di quella che, in altre parole, è la nostra "personalità". Frutto di una sapienza forse antichissima (il nome deriva dal greco *ennea*, nove e *gramma*, segno), mantenutasi per tradizionale orale da maestro a discepoli in ambito esoterico, sia nella tradizione della mistica cristiana sia in quella islamica (sufi), è stato introdotto in Occidente all'inizio del Novecento da Georges Gurdjieff, che lo aveva riscoperto in Asia centrale, e sistematizzato poi in chiave psicologica a partire dagli anni Sessanta/Settanta da Oscar Ichazo e da Claudio Naranjo.

L'enneagramma è così una "mappa" dinamica per l'auto-comprensione e la trasformazione interiore che descrive nove tipi di personalità – al di là di tutte le possibili differenze individuali – e i rapporti tra loro. I nove enneatipi sono raggruppati in triadi, sulla base di caratteristiche comuni, e ogni triade è collegata a un'emozione nucleare fondamentale: tristezza, paura, rabbia, collocata a uno dei tre angoli dell'enneagramma.

Ogni personalità rappresenta la cristallizzazione delle nostre difese infantili nel processo di adattamento precoce con l'ambiente e si struttura attorno a un nucleo emozionale (passione dominante), un nucleo cognitivo (fissazione dominante) e un nucleo che riguarda la sfera degli istinti che regolano l'attività umana (istinto di *conservazione, sessuale e sociale*). In questa sfera è possibile individuare tre sottotipi per ogni enneatipo, a seconda dell'ambito in cui si investono più energie e che è ritenuto più importante: quello della sopravvivenza per il conservativo; quello del rapporto one-to-one per il sessuale; quello del rapporto con gli altri in generale per il sociale, arrivando a un ricchissimo e sofisticato ventaglio di 27 tipi.

Come tutte le mappe di personalità, e forse più di ogni altra, non va confusa con il territorio: ogni individuo è sempre un unicum che non può mai essere interamente descritto all'interno di uno schema, per ricco che sia. Perciò va usato come strumento, e forse più di ogni altra "mappa di personalità" richiede studio e approfondimento e non va banalizzato. Pur apparendo

come una classificazione, l'enneagramma in realtà è molto di più: è un modello dinamico in cui ogni enneatipo racchiude le potenzialità di tutti gli altri, anche se per ogni persona è riscontrabile un'identificazione più forte con un certo tipo. È importante sottolineare che non esiste un tipo "migliore" di un altro, o "più fortunato" in termini di risorse personali: ogni enneatipo vale quanto un altro, e nella dinamica dell'enneagramma sono tutti ricchi di potenzialità e, a seconda della propria evoluzione o involuzione, tendono verso un certo tipo di positività o di negatività caratteristiche.

Descrivendo i nove tipi diversi di personalità, ognuna con le sue caratteristiche mentali, emotive e di comportamento, l'enneagramma rivela nel contempo la nostra unicità. Spiega, collega e mette nel vero contesto elementi contrastanti e diversi dentro di noi, dando un'intuizione più profonda su chi siamo e qual è il nostro potenziale, portando chiarezza su ciò che pensiamo di essere e non siamo, insegnando una maggiore accettazione di noi stessi e degli altri.

L'utilizzo dell'Enneagramma viene dunque proposto ai futuri counselor come uno strumento efficacissimo per accompagnare le persone, nel processo di counseling, a sviluppare una sempre maggiore consapevolezza del proprio modo di essere in relazione nel mondo: con se stessi, con l'altro nella relazione one-to-one e con gli altri in senso grupale.

**L'indirizzo bioenergetico-gestaltico integrato** prevede dunque l'applicazione della metodologia teorico-esperienziale della Gestalt, che mira a reintegrare e armonizzare le varie parti della personalità giungendo, mediante un adattamento creativo, a trovare il proprio stile di vita, della Bioenergetica, che permette di entrare in contatto con il proprio corpo e di ritrovare vitalità esteriore e interiore, e dell'Enneagramma come strumento per fare chiarezza e confrontarsi con la diversità, sul piano cognitivo, emotivo 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. Il counselor aiuta poi il cliente a integrare a livello cognitivo ciò che ha sentito, percepito e compreso durante l'esperienza.

Nell'approccio bioenergetico-gestaltico il counselor può avvalersi sia di tecniche gestaltiche come il lavoro sulle polarità, la rappresentazione, l'amplificazione, sia di 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. E può attivare nel cliente la percezione di sé e del proprio modo di stare nel mondo anche con la musica, la danza, il disegno, la fotografia, valorizzandone l'espressività. Quando il counselor riesce a utilizzare queste modalità con competenza, consapevolezza e rispetto, 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.

L'indirizzo teorico di Collage Counseling comprende anche **l'approccio centrato sulla persona di Carl Rogers** (1902-1987) cogliendone gli aspetti 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. Il "modo di essere" rogersiano, rigorosamente non direttivo e squisitamente verbale, incentrato su un utilizzo delicato e sottile del linguaggio, applicato agli approcci bioenergetico e gestaltico, entrambi a mediazione corporea, permette al counselor di proporre anche un eventuale lavoro "attivo" al cliente, ma secondo modalità rispettose dei suoi tempi e delle sue possibilità.

Un altro approccio che viene integrato nell'indirizzo di Collage è infine quello legato alle costellazioni e alla sistemica, ma rivisitato in maniera originale con le "**costellazioni gestaltiche**" con i pupazzetti playmobil, ispirate al lavoro di Jacob e Sieglinde Schneider, 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 gestaltiche perché si lavora sul qui e ora, sul sentire i movimenti interni via via che si procede con la costellazione o rappresentazione; e tenuto conto che i pupazzetti hanno una loro fisicità e plasticità, si lavora sull'energia che entra in campo e sull'uso dello spazio all'interno del territorio assegnato; il risultato non è statico ma dinamico (la persona muove, sposta, ecc.) e facendolo viene messo 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, un'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 gestaltiche 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.

### **1.7.1 Definizione sintetica**

Counseling professionale a indirizzo bioenergetico-gestaltico integrato

## **1.8 Costi**

Il costo annuale delle lezioni in aula (**26 giornate l'anno, 78 nel triennio, pari a 624 ore d'aula complessive**) è di 1.900 euro più IVA (1.800 euro + 100 euro di quota di iscrizione), pari a 2.318 euro l'anno, 6.954 euro nel triennio, IVA compresa.

Costi a parte sono quelli:

- del gruppo di counseling (75 euro più IVA a incontro), per 12 incontri di 4 ore al secondo anno (pari a 1.098 euro totali);
- delle supervisioni sul tirocinio (40 euro più IVA a incontro), per un totale di 20 incontri di 3 ore l'uno in due anni (pari a 976 euro totali);
- del vitto e alloggio nei tre residenziali del triennio (300 euro circa per i 4 giorni, ogni anno), pari a 900 euro.

Il totale è pertanto di 9.928 euro nel triennio, IVA compresa (pari a circa 275 euro al mese nei tre anni).

Va aggiunto inoltre il costo della formazione personale individuale (30 incontri), variabile a seconda del counselor/terapeuta scelto.

## 2. Presentazione del corso

### 2.1 Titolo del corso

**Corso di formazione triennale in counseling professionale a indirizzo bioenergetico-gestaltico integrato.**

### 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 e soprattutto a chi opera in specifici ambiti lavorativi (insegnanti, educatori, operatori socio-sanitari, assistenti sociali, ecc.) nei quali sono richieste ottime 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 stessi, 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.

Il **programma del primo anno** ha come finalità principali: la trasmissione di una base storica, culturale ed esperienziale del counseling; la conoscenza degli elementi base della teoria e della pratica dell'approccio Bioenergetico, da Alexander Lowen ai suoi sviluppi contemporanei; la conoscenza degli elementi base della teoria e della pratica dell'approccio Gestaltico, da Fritz Perls ai suoi sviluppi contemporanei, in riferimento alle diverse scuole di pensiero oggi esistenti; la conoscenza degli elementi base dell'Enneagramma, mappa dinamica della personalità diffusa in tutto il mondo e utilizzata oggi in molti ambiti: della crescita personale, clinico, organizzativo. Sin dall'inizio del corso gli insegnamenti teorici sono tradotti in pratica attraverso esperienze di gruppo e sessioni di counseling supervisionate.

Il **programma del secondo anno** ha due finalità principali: il passaggio dalla conoscenza dei singoli approcci di riferimento all'approccio integrato di Collage e l'accompagnamento all'esperienza del tirocinio. L'approccio integrato di Collage va oltre il semplice accostamento di tre scuole di pensiero e pratica: è una sintesi integrata che ha una sua specifica originalità, frutto di diversi anni di lavoro e condivisione tra i formatori e gli allievi; consiste in una maggiore

conoscenza e capacità di utilizzare le differenti tecniche che derivano dalla sintesi degli approcci e una maggiore capacità di entrare in relazione con il cliente, nel rispetto della sua originalità e unicità, nel corso del processo di counseling. Dopo avere sperimentato, nel primo anno, sessioni di counseling all'interno del gruppo di formazione, gli allievi in tirocinio si affacciano all'esperienza del contatto diretto con i clienti: è un passaggio delicato, importante, atteso, che viene seguito attraverso la supervisione di gruppo mensile, il confronto con i tutor di riferimento ed eventuali incontri individuali. Nel secondo anno gli allievi svolgono anche il percorso di counseling di gruppo, un'esperienza intensiva di lavoro sulla propria modalità di stare in relazione, articolata in dieci incontri mensili di quattro ore ciascuno in presenza, più due incontri online, per sperimentarsi anche in questa modalità.

Il **programma del terzo anno** ha come finalità principali: l'esplorazione dei differenti ambiti di intervento del counseling, con professionisti esperti, per tracciarne i contorni generali e conoscere le varie tematiche inerenti le strategie di lavoro; l'approfondimento dell'intervento di counseling nelle dinamiche relazionali (di coppia, familiari, nelle organizzazioni); l'approfondimento di difficoltà specifiche (dipendenze affettive, nuove dipendenze, tematiche sessuali, malattia, fine vita...) e delle possibilità di intervento del counseling rispetto a tali tematiche. Nel terzo anno si procede anche alla individuazione del tema da trattare nella tesi finale, a partire da specifici interessi dell'allieva/o o da proposte della scuola. Ciascun tesista sceglierà un relatore, che accompagnerà la stesura del testo e la discussione finale in pubblico.

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

La metodologia teorico-esperienziale prevede, oltre a una cornice teoretica ampia sulla Bioenergetica, sulla Gestalt e sull'Enneagramma, l'utilizzo di tecniche legate a questi approcci; gli allievi possono fare esperienza diretta di quanto appreso in teoria attraverso diadi, role-playing, classi di lavoro corporeo, tecniche di rilassamento e meditazione, condivisioni dei vissuti; inoltre si sperimentano nella relazione attraverso il sistema delle triplete formate da counselor, cliente, osservatore e seguite ognuna da un tutor e/o docente.

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 bioenergetico-gestaltico integrato, sempre in una chiave esperienziale che permette 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.

Va sottolineato che il corso è studiato per essere svolto in presenza. Ma la Scuola garantisce agli allievi la possibilità di svolgere le lezioni in modalità a distanza (utilizzando la piattaforma Zoom) qualora, per cause di forza maggiore come avvenuto durante il periodo dell’emergenza Covid-19, non sia possibile farlo in presenza.

Proprio perché sostiene la diffusione del counseling, Collage organizza workshop per accompagnare i futuri counselor a comunicare la propria professione in modo efficace; per questo è nato anche WorkInProgress, il Blog a cura degli allievi, in cui condividere approfondimenti e imparare a portare il proprio contributo; e sempre per questo motivo la discussione delle tesi in Collage è un evento aperto al pubblico. Collage inoltre vuole stare accanto ai suoi allievi perché ciascuno possa individuare il proprio stile, valorizzarlo al meglio e trovare i propri ambiti d’elezione per la pratica professionale. Per questo ciascun allievo ha un tutor di riferimento con cui può condividere il proprio percorso e al terzo anno di corso viene dato ampio spazio all’esplorazione dei differenti ambiti di lavoro del Counseling.

### **2.3.1 Percorso personale**

Il corso triennale di formazione prevede un minimo di 78 ore di percorso personale, suddivise tra: almeno 30 sessioni individuali di counseling o di psicoterapia da effettuarsi entro il primo anno con counselor o psicoterapeuti di indirizzo congruente con quello della Scuola (in genere a scelta in una rosa di professionisti indicata dalla Scuola, tranne casi specifici concordati con la Direzione didattica), e un percorso di counseling di gruppo da effettuarsi nel secondo anno all’interno della scuola, di 10 incontri di 4 ore ciascuno, per un totale di 48 ore. Il percorso di gruppo può essere anche ripetuto, facoltativamente.

### **2.4 Struttura del corso**

**Il corso si articola su tre anni, con 26 giornate l’anno di aula di 8 ore effettive ciascuna, per un totale di 624 ore d’aula nel triennio.**

**Il corso inizia a gennaio e termina a dicembre** con incontri mensili nei giorni di sabato e domenica, dalle 9.30 alle 18.30 (con pausa pranzo di un’ora), presso tre sedi: Associazione Camminando in via Moroni 8, 20099 Sesto San Giovanni/Milano, Studio Collage in via Fornari 46, 20146 Milano; Centro Kailash in piazzale Gambara 7/4, 20146 Milano.

Quattro giornate l'anno (di solito a giugno) sono di seminario intensivo residenziale e si svolgono presso la sede esterna di Miri Piri, 29020 Pigazzano di Travo (Piacenza) o Villa Castello Torrazzetta a Borgo Priolo (PV).

**Il corso prevede inoltre un tirocinio pratico-formativo:**

- a partire dal secondo anno di corso, almeno 120 ore di tirocinio di counseling da effettuarsi presso strutture convenzionate con la Scuola (asl, onlus, scuole, consultori, associazioni, sportelli di ascolto), più altre 30 ore con clienti individuali, più altre 20 ore di progettazione/ricerca sul counseling, per un totale di almeno 170 ore;

- sempre a partire dal secondo anno di corso, in conseguenza del tirocinio, incontri di supervisione (gruppi di discussione sui casi di tirocinio tenuti da Supervisor Counselor AssoCounseling) della durata di 3 ore ciascuno, per 10 incontri l'anno (per un totale di almeno 60 ore in due anni). A tali ore si aggiungono altre 36 ore di supervisione didattica comprese nelle 624 ore d'aula, per un totale di 96 ore.

**In totale, tra formazione teorico-pratica in aula, ivi compresa quella svolta in modalità residenziale, tirocinio e relativa supervisione, percorso personale individuale e di gruppo, il monte ore complessivo del corso triennale è di oltre 930 ore.**

*Nota:* La direzione della Scuola si riserva di dare a ogni allievo, sulla base delle attitudini e del percorso personale svolto, la conferma o meno dell'opportunità di cominciare il tirocinio già dal secondo anno, piuttosto che posticiparlo all'anno successivo, o addirittura di non consentire l'avvio del tirocinio a chi non fosse ritenuto idoneo a ottenere il diploma. 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 persi vanno recuperati.

## ***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 con certificazione di avere svolto attività lavorativa per almeno 60 (sessanta) mesi effettivi, anche non continuativi, nei seguenti ambiti: educativo, giuridico, organizzativo, sanitario, scolastico, sociale.
- c) Aver compiuto i 23 anni di età
- d) Sostenere un colloquio individuale di ammissione con i direttori della Scuola.

## **2.5.2 Modalità di ammissione**

a) Massimo allievi iscrivibili: 20

b) Per essere ammessi al corso è necessario sostenere con i direttori della Scuola un colloquio che valuti le motivazioni personali e professionali della richiesta.

## **2.5.3 Esami**

Alla fine del primo e secondo anno di corso sono previsti un esame scritto, un colloquio e una 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), un colloquio e 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. Per l'ottenimento del diploma sono richieste anche una relazione su un caso seguito durante il tirocinio, una relazione sul tirocinio svolto presso ogni ente e la stesura di una tesi concordata con i direttori della scuola.

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.

## **2.5.4 Assenze**

Durante l'anno in corso l'allievo può essere assente giustificato al massimo per il 10 per cento delle ore d'aula (pari a 7 giornate nel triennio). Oltre tale numero le lezioni vanno recuperate.

## **2.5.5 Materiale didattico**

Viene richiesta la lettura di testi obbligatori sui quali scrivere una relazione. Vengono fornite dispense e fotocopie relative agli argomenti trattati ed è consigliata la lettura di altri testi facoltativi.

## ***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** professionale a indirizzo bioenergetico-gestaltico integrato in cui è 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](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 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          | Callegari                             |
| Fondamenti del counseling  | 40         | Callegari, Di Minno, Dan              |
| Comunicazione, scelte e cambiamento  | 32         | Callegari, Di Minno, Marangi, Pardini |
| Psicologie   | 32         | Di Minno, Fianco, Ambroset            |
| Altre scienze umane  | 48         | Callegari, Di Minno, Fraccaro         |
| Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia | 16         | Di Minno, Fianco                      |
| Etica e deontologia  | 16         | Callegari, Fraccaro                   |
| Promozione della professione   | 16         | Callegari, Marangi                    |
| Subtotale insegnamenti minimi obbligatori                                      | <b>208</b> | \                                     |

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

| INSEGNAMENTO                          | ORE | DOCENTE                        |
|---------------------------------------|-----|--------------------------------|
| Bioenergetica                         | 48  | Callegari, Vanni               |
| Gestalt                               | 56  | Callegari, Di Minno, Fianco    |
| Enneagramma                           | 56  | Callegari                      |
| Discipline e tecniche corporee        | 24  | Di Stefano, Fraccaro, Tonella, |
| Mindfulness e tecniche di meditazione | 24  | Callegari                      |
| Elementi di anatomia e fisiologia     | 20  | Di Stefano                     |
| Elementi di sistemica e costellazioni | 24  | Callegari                      |

|  |            |                              |
|--|------------|------------------------------|
| Counseling di gruppo                             | 24         | Callegari, Di Minno, Pardini |
| Counseling organizzativo e coaching              | 16         | Conversi, Foppa Pedretti     |
| Counseling scolastico                            | 8          | Buonomo                      |
| Counseling di coppia                             | 8          | Callegari                    |
| Counseling familiare                             | 8          | Di Minno                     |
| Counseling, malattia, fine vita                  | 8          | Ambroset                     |
| Counseling e dipendenze                          | 8          | Di Minno                     |
| Subtotale insegnamenti complementari             | <b>332</b> | \                            |
|  |            |                              |
| Monte ore totale degli insegnamenti nei tre anni | <b>540</b> |                              |
| (di cui 96 nei residenziali esperienziali)       |            |                              |
| Verifiche ed esami teorico-pratici nei tre anni  | 48         | Callegari, Di Minno          |

### 3.1.3 Totale formazione teorica nei tre anni

|   |            |   |
|---|------------|---|
| Monte ore totale della formazione teorico-pratica | <b>588</b> | \ |
|---|------------|---|

### 3.2 Formazione esperienziale

#### 3.2.1 Percorso personale

| TIPOLOGIA                          | ORE       | TRAINER                               |
|------------------------------------|-----------|---------------------------------------|
| Formazione personale individuale   | 30        | Counselor e/o psicoterapeuti a scelta |
| Formazione personale di gruppo     | 48        | Di Minno                              |
| Subtotale percorso personale misto | <b>78</b> |                                       |

#### 3.2.2 Supervisione didattica

| TIPOLOGIA                                     | ORE       | SUPERVISORE                           |
|---|-----------|---------------------------------------|
| Supervisione didattica in aula                | 36        | Callegari, Di Minno, Fraccaro, Fianco |
| Supervisione didattica ulteriore obbligatoria | 60        | Callegari, Fraccaro                   |
| Subtotale supervisione didattica              | <b>96</b> |                                       |

#### 3.2.3 Tirocinio (minimo 4 convenzioni)

| TIPOLOGIA                        | ORE | ENTE/<br>CONVENZIONATO/I   | SUPERVISORE/I     |
|----------------------------------|-----|----------------------------|-------------------|
| Sportello di counseling gratuito |     | VWFS Italia Moving Forward | Elisa Fornero     |
| Sportello di counseling gratuito |     | HDM SRL                    | Stefano Saporito  |
| Sportello di counseling gratuito |     | Associazione Moov-it       | Viviana Ghizzardi |
| Sportello di counseling gratuito |     | Associazione No Walls      | Angela Marchisio  |
| Sportello di counseling gratuito |     | INGO                       | Dora Cioppa       |
| Sportello di counseling gratuito |     | Wunderman Thompson         | Ugo Grasso        |
| Sportello di counseling gratuito |     | Spazio Donna               | Francesca Martino |
| Sportello di counseling          |     | Scuola media Arcadia       | Saria Vassallo    |

|                                       |            |                                |                     |
|---------------------------------------|------------|--------------------------------|---------------------|
| scolastico                            |            | Milano                         |                     |
| Sportello di counseling scolastico    |            | Scuola media Pertini<br>Milano | Annalisa Manstretta |
| Subtotale tirocinio presso enti       | 120        |                                | Callegari, Di Minno |
| Tirocinio con clienti individuali     | 30         |                                | Callegari, Di Minno |
| Attività di progettazione e/o ricerca | 20         | \                              | Callegari, Di Minno |
| Subtotale tirocinio                   | <b>170</b> | \                              | \                   |

### **3.2.4 Totale formazione esperienziale nei tre anni**

|   |            |   |
|---|------------|---|
| Subtotale percorso personale + supervisione + tirocinio | <b>344</b> | \ |
|---|------------|---|

### **3.3 Totale formazione nei tre anni**

|  |            |   |
|--|------------|---|
| Somma di tutte le attività (3.1.3 + 3.2.4) | <b>932</b> | \ |
|--|------------|---|



## **4. Bibliografia del corso**

(in **neretto** i testi, obbligatori, sui quali è richiesta una relazione scritta da parte degli allievi)

### **4.1 Bioenergetica**

HOFFMANN Richard, GUDAT Ulrich., Bioenergetica, RED, Como 1994

LOWEN Alexander, LOWEN Leslie, Espansione e integrazione del corpo in bioenergetica, Astrolabio, Roma 2004

LOWEN Alexander, Il linguaggio del corpo, Feltrinelli, Milano 2013

LOWEN Alexander, Bioenergetica, Feltrinelli, Milano 2013

LOWEN Alexander, Il narcisismo, Feltrinelli, Milano 2013

LOWEN Alexander, Il piacere. Un approccio creativo alla vita, Astrolabio, Roma 1984

LOWEN Alexander, Arrendersi al corpo, Astrolabio, Roma 1994

LOWEN Alexander, Paura di vivere, Astrolabio, Roma 1982

LOWEN Alexander, La spiritualità del corpo, Astrolabio, Roma 1981

LOWEN Alexander, Onorare il corpo, Xenia, Pavia 2011

LOWEN Alexander, La voce del corpo, Astrolabio, Roma 2009

LOWEN Alexander, L'arte di vivere, Xenia, Pavia 2013

MARCHINO Luciano, Bioenergetica anima e corpo, Xenia, Pavia 1995

MARCHINO Luciano e MIZRAHIL Monique, Il corpo non mente, Sperling & Kupfer, Milano 2014

MARCHINO Luciano e MIZRAHIL Monique, La forza e la grazia, Bollati Boringhieri, Torino 2012

MARCHINO Luciano, Risvegliare l'energia. Psicoterapia corporea e buddismo, Mimesis, Sesto San Giovanni/MI 2015

SOLLMANN Ulrich, Esercizi Bioenergetici. Per vincere lo stress e rigenerarsi, Astrolabio, Roma 1995

### **4.2 Terapie corporee**

BOADELLA David, LISS Jerome, La psicoterapia del corpo, Astrolabio, Roma 1986

DOWNING George, Il corpo e la parola, Astrolabio, Roma 1995

JOHNSON Stephen, Stili caratteriali, Crisalide, Spigno Saturnia LT 2004

JOHNSON Stephen, La trasformazione del carattere, Astrolabio, Roma 1986

JOHNSON Stephen, Il carattere simbiotico, Astrolabio, Roma 1993

KEPNER James, Body process. Il lavoro con il corpo in psicoterapia, Franco Angeli, Milano 1997

KURTZ Ron, PRESTERA Hector, Il corpo rivela, SugarCo, Milano 1976

LEVINE Peter, Somatic Experiencing. Esperienze somatiche nella risoluzione del trauma, Astrolabio, Roma 2014

MICHEL Elizabeth, FILONI Maria Rosa, L'emozione e la forma. Manuale di anatomia e postura per analisti bioenergetici e conduttori di classi, Franco Angeli, Milano 2014

PINI Mauro (a cura di), Psicoterapia corporeo-organismica, Franco Angeli, Milano 2001

REICH Wilhelm, La funzione dell'orgasmo, SugarCo, Milano 1969

REICH Wilhelm, Reich parla di Freud, SugarCo, Milano 1970

SCHUTZENBERGER Anne Ancelin, SAURET Jean-Marie., Il corpo e il gruppo, Astrolabio, Roma 1978

### **4.3 Gestalt**

CLARKSON Petruska, Gestalt Counseling. Per una consulenza psicologica proattiva nella relazione d'aiuto, Sovera, Roma 1992

GINGER Serge, La Gestalt, terapia del con-tatto emotivo, Mediterranee, Roma 2004

MONDITTO Maria, a cura di, Psicoterapia della Gestalt contemporanea, Franco Angeli, Milano 2010

NARANJO Claudio, Atteggiamento e prassi della terapia gestaltica e Teoria della tecnica Gestalt, Melusina, Roma 1991

PERLS Fritz, L'approccio della Gestalt -Testimone oculare della terapia, Astrolabio, Roma 1977

PERLS Fritz, Qui e ora. Psicoterapia autobiografica, Sovera, Roma 1991

PERLS Fritz, La terapia gestaltica parola per parola, Astrolabio, Roma 1980

PERLS Fritz, L'io, la fame, l'aggressività, Franco Angeli, Milano 1995

PERLS Frederick, HEFFERLINE Ralph, GOODMAN Paul, La terapia della Gestalt. Eccitamento e accrescimento nella personalità umana, Astrolabio, Roma 1997

POLSTER Erving, Psicoterapia del quotidiano. Migliorare la vita della persona e della comunità, Erickson, Trento 2007

POLSTER Erving, Ogni vita merita un romanzo. Quando raccontarsi è terapia, Astrolabio, Roma 1988

SPAGNUOLO LOBB Margherita, Il permesso di creare. L'arte della psicoterapia della Gestalt, Franco Angeli, Milano 2017

SPAGNUOLO LOBB Margherita, Il now-for-next in psicoterapia. La psicoterapia della Gestalt raccontata nella società post-moderna, Franco Angeli, Milano 2018

ZERBETTO Riccardo, La Gestalt. Terapia della consapevolezza, Xenia, Pavia 1998

ZINKER Joseph, Processi creativi in psicoterapia della Gestalt, Franco Angeli, Milano 2002

#### **4.4 Counseling**

CANEVARO Andrea, CHIERIGATTI Arrigo, La relazione di aiuto. L'incontro con l'altro nelle professioni educative, Carocci, Roma 1999

CARKHUFF, Robert, L'arte di aiutare. Manuale e Quaderno di esercizi, Erickson, Trento 1987

DANON Marcella, Counseling, L'arte della relazione di aiuto attraverso l'ascolto e l'empatia, Red, Como 2009

DI FABIO Annamaria, SIRIGATTI Saulo, Counseling: prospettive e applicazioni, Ponte alle Grazie, Milano 2005

GELDARD K., GELDARD D., Il Counseling agli adolescenti, Erickson, Trento 2009

HOUGH Margaret, Abilità di counseling. Manuale per la prima formazione, Erickson, Trento 1999

MARCHINO Luciano e MIZRAHIL Monique, Counseling. Una nuova prospettiva, Mimesis, Sesto San Giovanni/MI 2015

MASCI Stefano, La supervisione nel counseling, Franco Angeli, Milano 2013

MAY Rollo, L'arte del counseling. Il consiglio, la guida, la supervisione, Astrolabio, Roma 1991

MILLER William, ROLLNICK Stephen, Il colloquio di motivazione. Tecniche di counseling per problemi di alcol e altre dipendenze, Erickson, Trento 1994

MOSELLI Patrizia, Il counseling a mediazione corporea e i suoi contesti, Franco Angeli, Milano 2011

MUCCHIELLI Roger, Apprendere il counseling, Erikson, Trento 1993

MURGATROYD Stephen, Il counseling nella relazione d'aiuto, Sovera, Roma 2008

NUGNES Graziella, Counseling organizzativo. Un approccio integrato di gruppo e individuale, Erickson, Trento 2015

O'LEARY Charles, Il counseling alla coppia e alla famiglia, Erikson, Trento 2013

ROGERS Carl, Psicoterapia di consultazione. Nuove idee nella pratica clinica e sociale, Astrolabio, Roma 1971

ROGERS Carl, Un modo di essere, Martinelli, Firenze 1993

ROGERS Carl, Gruppi d'incontro, Astrolabio, Roma 1976

ROGERS Carl, Potere personale. La forza interiore e il suo effetto rivoluzionario, Astrolabio, Roma 1971

ROGERS Carl, La terapia centrata-sul-cliente, Giunti, Firenze 2013

ROGERS Carl, Terapia centrata sul cliente, La Nuova Italia, Firenze 1999

ROGERS Carl, KINGET Marian, Psicoterapia e relazioni umane. Teoria e pratica della terapia non direttiva, Boringhieri, Torino 1970

SANDERS Pete, Counselling consapevole. Manuale introduttivo, La Meridiana, Molfetta BA 2003

#### **4.5 Enneagramma**

ALMAAS Alì, L'enneagramma delle idee sacre. Aspetti molteplici dell'unità. Astrolabio, Roma 2007

BEESING Maria, NOGOSEK Robert, O' LEARY Patrick, L'Enneagramma, un itinerario alla scoperta di sé. Paoline, Cinisello Balsamo/MI 1993

BONANNO Maura Amelia, Crescere con l'Enneagramma, Armenia, Cornaredo MI 2018

CHABREUIL Fabien e Patricia, Enneagramma, RED, Como 1997

D'AGOSTINI Marco, FABRO Franco, Enneagramma e personalità. Tipi e sottotipi nei personaggi dei film, Astrolabio, Roma 2012

HEY David, I nove colori dell'anima, Urra, Milano 2006

LAPID-BOGDA Ginger, Che leader sei?, Guerini & Associati, Milano 2011

MESSINA Sergio, TONIN Enzo, Conoscersi con l'Enneagramma, Effatà, Cantalupa TO 2009

NARANJO Claudio, Carattere e nevrosi, Astrolabio, Roma 1994

NARANJO Claudio, Gli enneatipi in psicoterapia, Astrolabio, Roma 2003

NARANJO Claudio, Esperienze di trasformazione con l'Enneagramma, Astrolabio, Roma 2015

PALMER Helen, L'Enneagramma, Astrolabio, Roma 1998

PANGRAZZI Arnaldo, Sentieri verso la libertà. L'enneagramma come teoria della personalità, Paoline, Cinisello Balsamo/MI 1997

RISO Richard, Conoscersi con l'enneagramma. Un antico metodo per scoprire i segreti della personalità e vivere in armonia con gli altri, PIEMME, Casale Monferrato AL 1994

ROHR Richard, EBERT Andreas, Scoprire l'Enneagramma. Alla ricerca dei nove volti dell'anima, Paoline, Cinisello Balsamo/MI 1993

TALLON Robert, SIKORA Mario, Conoscersi per cambiare, Urra, Milano 2011

TENNENBAUM Sylvia, LAUGERO Dominique, CAVÉ Françoise, L'Enneagramma. Conoscenza di sé e sviluppo personale, Edizioni Magi, Roma 2006

VAN DE WETERING Willem Jan, Scopri te stesso, Sperling & Kupfer, Milano 2010

WEBB Karin, Enneagramma, Armenia, Milano 1998

#### **4.6 Psicologie, filosofia, neuroscienze, scienze umane**

ANOLLI Luigi, LEGRENZI Paolo, Psicologia generale, Il Mulino 2012

BERTI Anna, BOMBI Anna, Introduzione alla psicologia dello sviluppo. Storia, teorie, metodi, Il Mulino 2013

BERTOLÈ Lamberto, Il miele e l'aceto. La sfida educativa dell'adolescenza, Novecento media, Milano 2015

BOTTACCIOLI Franco e BOTTACCIOLI Anna Giulia, PsicoNeuroEndocrinolImmunologia e scienza della cura integrata, Edra-Masson, Milano 2017

CAPRA Fritjof, Il punto di svolta, Feltrinelli, Milano 2013

CHELI Enrico, Teorie e tecniche della comunicazione interpersonale, Franco Angeli, Milano 2004

CHIOSSO Giorgio, La pedagogia contemporanea, La Scuola, Brescia 2015

CONCATO Giorgio, INNOCENTI Federigo, Manuale di psicologia dinamica, Psiconline 2010

DAMASIO Antonio, Emozione e coscienza, Adelphi, Milano 2000

DAMASIO Antonio, L'errore di Cartesio, Adelphi, Milano 1995

DAMASIO Antonio, Alla ricerca di Spinoza, Adelphi, Milano 2003

DANON Marcella, Ecopsicologia, Urra, Milano 2006

DELISLE Gilles, I disturbi della personalità. Psicopatologia Gestalt & D.S.M. 3-4, Sovera, Roma 1992

D'ISA Luigi, Psicologia generale, evolutiva e sociale, Hoepli, Milano 2009

FOSHA Diana, SIEGEL Daniel, SOLOMON Marion, Attraversare le emozioni, Mimesi, Sesto San Giovanni/MI 2012

GALIMBERTI Umberto, Il corpo, Milano, Feltrinelli 2013

GOLEMAN Daniel, Le emozioni che fanno guarire, Mondadori, Milano 1998

GOLEMAN Daniel, Intelligenza sociale, Rizzoli, Milano 2006

GOLEMAN Daniel, Intelligenza emotiva, Rizzoli, Milano 2013

GROSSMAN Jules, Vivere ed amare, Crisalide, Spigno Saturnia LT 1997

HILLMAN James, Il codice dell'anima, Adelphi, Milano 2009

KABAT-ZINN Jon, Guarire con la meditazione. I benefici della pratica contemplativa, Amrita, Torino 2016

LANCINI Matteo, Adolescenti navigati, Erickson, Trento 2015

MASLOW Abraham, Verso una psicologia dell'essere, Astrolabio, Roma 1971

MAGRO Gerardo, la comunicazione efficace. Come comunicare con gli altri senza suscitare un vespaio, Franco Angeli, Milano 2016

MILLER Patricia, Teorie dello sviluppo psicologico, Il Mulino, Firenze 2002

MILLER Alice, Il dramma del bambino dotato e la ricerca del vero Sé, Bollati Boringhieri, Torino 2008

NARANJO Claudio, La via del silenzio e la via delle parole, Astrolabio, Roma 1999

NARANJO Claudio, Amore coscienza e psicoterapia, Xenia, Pavia 2011

PERT Candace, Molecole di emozioni, Corbaccio, Milano 2000

PINEL John, Psicobiologia, Il Mulino, Firenze 2007

PORGES Stephen, Guida alla teoria polivagale, Giovanni Fioriti, Roma 2018

QUAGLIA Rocco, LONGOBARDI Claudio, Modelli evolutivi in Psicologia dinamica, Cortina, Milano 2012

RIZZOLATTI Giacomo, SINIGAGLIA Corrado, So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio, Cortina, Milano 2005

ROSENBERG Marshall, La comunicazione non violenta, Esserci, Reggio Emilia 2010

SALOMONE Igor, La scena educativa, Libreria Universitaria 2013

SIEGEL Daniel, La mente relazionale, Cortina, Milano 2013

SIEGEL Daniel, *il terapeuta consapevole*, Istituto Scienze Cognitive 2013

TOLLE Eckhart, *Il potere di Adesso*, Armenia, 2004

VAN DER KOLK Bessel, *Il corpo accusa il colpo*, Cortina, Milano 2015

YALOM Irvin, *Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo*, Bollati Boringhieri, Torino 2009

YALOM Irvin, *Il dono della terapia*, Neri Pozza, Vicenza 2014

YALOM Irvin, *Creature di un giorno*, Neri Pozza, Vicenza 2014

YALOM Irvin, *Diventare se stessi*, Neri Pozza, Vicenza 2018

WATZLAWICK Paul, BEAVIN Janet, JACKSON Don, *Pragmatica della comunicazione umana*, Astrolabio, Roma 1971

ZERBETTO Riccardo (a cura di), *Fondamenti comuni e approcci diversi in psicoterapia*, Franco Angeli, Milano 2007

## **5. Programmi sintetici**

### ***5.1 Insegnamenti obbligatori***

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

Cenni storici sulle psicologie umanistiche

Storia del counseling e identità professionale

Il counseling oggi in Italia

Vengono forniti agli allievi gli elementi di base per capire come si è sviluppato il counseling in generale, per avere chiarezza su che cos'è oggi il counseling in Italia e in che direzione sta andando e porre le basi per una sempre maggiore diffusione di una "cultura del counseling".

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

Il counseling e i suoi ambiti

Il processo di counseling e le sue fasi: esplorazione, accompagnamento e chiusura

Operare delle scelte nel processo di counseling

Come si svolge un incontro

Ascolto attivo, empatia, accettazione incondizionata

Rimandi, rispecchiamenti, feedback, domande nel processo di counseling

Linguaggio verbale e corporeo

Rogers e l'approccio centrato sulla persona

Direttività e non direttività

Counseling come atteggiamento e scelta "politica"

Gli allievi vengono accompagnati a poter svolgere la professione del counselor in modo corretto, chiaro, etico, efficace, avendo ben presente gli ambiti di applicazione e i limiti della professione, e sapendosi muovere con scioltezza all'interno del processo di counseling e delle sue fasi.

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

Principi di teoria della comunicazione

La comunicazione dal reale al virtuale

Linguaggio verbale e corporeo nella relazione di counseling



Promuovere il counseling in modo efficace

Comunicazione nella relazione d'aiuto

Comunicazione di massa, manipolazione e consapevolezza

Il focus degli interventi è dato dalla necessità di fornire elementi chiave per capire come si sviluppa la comunicazione nel mondo di oggi, con i cambiamenti avvenuti nell'arco degli ultimi anni, e per attuare una comunicazione corretta ed efficace verso l'esterno.

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

Implicazioni della psicologia di base per la relazione d'aiuto

Le relazioni primarie e i processi di attaccamento

Corpo emozioni e cognizioni nel sistema complesso dell'essere umano

Come funzioniamo: elementi di anatomia, fisiologia e neurofisiologia

Il processo di crescita: attaccamento e separazione

Il gruppo come contesto di lavoro del counseling

Il lavoro bioenergetico-gestaltico nei contesti di gruppo

Mindfulness e presenza nella relazione d'aiuto

Elementi di neuroscienze

Il counselor deve sapersi destreggiare rispetto ai temi relativi all'esistenza umana e alle sue fragilità e il focus di questi interventi è dato dalla possibilità di confrontarsi con i diversi approcci psicologici, avendo anche buone basi sul funzionamento fisiologico dell'essere umano e sul suo sviluppo; vengono inoltre presentate alcune tematiche che possono emergere nel lavoro con il territorio e nel sociale.

#### **5.1.5 Altre scienze umane: elementi di filosofia, antropologia, sociologia, pedagogia**

L'argomentazione nel racconto di sé

Il problem solving

Il soggetto e l'oggetto, l'io e il tu

L'incontro con la diversità

Maschile e femminile – incontro e confronto di energie

L'individuo e la società oggi

Empowerment personale

Apprendimento e valorizzazione delle risorse

Il contesto come campo e le caratteristiche del contesto contemporaneo.

Tutti questi interventi vertono sull'obiettivo di fornire al counselor in formazione degli elementi di base che possano aiutarlo a dare sostanza e senso ai valori di riferimento del counseling: dall'importanza di confrontarsi con l'altro in modo rispettoso e consapevole, alla capacità di argomentare in modo logico e verbalizzare con consapevolezza i propri vissuti, per aiutare l'altro a fare la stessa operazione di chiarezza dentro di sé; dalla capacità di districarsi nel mondo contemporaneo capendo il senso di una società "liquida", a quella di favorire apprendimento e autonomia avendo chiari i principi di una pedagogia sana e al passo con i tempi.

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

Le diverse professioni della relazione d'aiuto, ambiti e confini

Psicoterapia e counseling: analogie e differenze

Elementi di psicopatologia

Gli allievi vengono messi in condizione di capire quali difficoltà anche implicite può portare il cliente, per poter valutare insieme se è opportuno e adeguato un possibile intervento nell'ambito del counseling su un tema portato dal cliente o è necessario un eventuale rinvio ad altro professionista.

### **5.1.7 Etica e Deontologia Professionale**

Diritto, deontologia ed etica

Psicoterapia, counseling, coaching: analogie e differenze

Le associazioni di categoria e la legge 4/2013

Agli allievi vengono tutte le informazioni necessarie e imprescindibili per esercitare la professione in modo corretto ed etico sul piano giuridico, legale, fiscale, deontologico, con particolare riferimento al Codice Deontologico di AssoCounseling.

### **5.1.8 Promozione della professione**

Elementi di marketing

Come creare volantini, brochure, video ecc.

Promozione della professione nei social network

Come creare un proprio sito

Gli allievi vengono messi in grado di costruire la propria immagine professionale nel rispetto dei propri confini e limiti deontologici, attivando le proprie risorse, in modo da comunicare all'esterno chi sono, che cosa fanno, quali proposte mettono in campo, con particolare riferimento al mondo di internet e dei social.

## **5.2 Insegnamenti complementari**

### **5.2.1 Bioenergetica**

Le psicoterapie corporee da Wilhelm Reich ad Alexander Lowen e oltre

Il linguaggio del corpo e gli esercizi bioenergetici

Meccanismi di difesa e strutture caratteriali

I blocchi emotivi e muscolari

Stili caratteriali e corpo

Movimento ed espressione di sé

Lavorare con l'energia

L'utilizzo di tecniche bioenergetiche nel processo di counseling

Viene data agli allievi una solida base teorica sulla Bioenergetica e sulle sue tecniche, in modo da offrire al futuro counselor professionista la possibilità di fare degli interventi opportuni e mirati con il cliente, nel rispetto dei propri ambiti professionali.

### **5.2.2 Gestalt**

Fondamenti teorici ed epistemologici dell'approccio gestaltico

La Gestalt, terapia della consapevolezza

Il ciclo del contatto e le sue disfunzioni

La relazione organismo/ambiente e l'autoregolazione organismica

Il campo e il contesto

Qui e ora e "now for next"

L'utilizzo di tecniche gestaltiche nel processo di counseling

Viene data agli allievi una solida base teorica sulla Gestalt e sulle sue tecniche, in modo da offrire al futuro counselor professionista la possibilità di fare degli interventi opportuni e mirati con il cliente, nel rispetto dei propri ambiti professionali.

### **5.2.3 Enneagramma**

La mappa dell'enneagramma

Le emozioni angolari: tristezza, paura e rabbia; l'importanza della gioia

I nove enneatipi, i 27 sottotipi, ali e collegamenti

Enneagramma e potere

Enneagramma e amore

Mappe di personalità a confronto

L'utilizzo dell'Enneagramma nel processo di counseling

Viene data una inquadratura generale sulla mappa, in modo da poterne almeno padroneggiare il linguaggio. Gli allievi vengono anche avviati all'uso dell'Enneagramma non solo come efficace strumento di conoscenza di sé, ma anche come strumento da inserire nel processo di counseling con i clienti, individuali, in coppia e in gruppo.

### **5.2.4 Discipline e tecniche corporee**

Lavoro corporeo: danza, movimento, contatto

Consapevolezza corporea, sensoriale, emotiva

Il corpo e il suo rispecchiamento nella relazione

Contatto, intimità, lettura del corpo

Counseling a indirizzo corporeo: tecniche, limiti, opportunità

Spontaneità e autenticità: confronto e incontro con la psicomotricità di Aucoutourier

Incontro tra Bioenergetica e Danzamovimentoterapia

Dato l'indirizzo del corso, gli allievi vengono messi in condizione di acquisire una buona capacità di essere in contatto con sé e con gli altri attraverso il corpo, e in grado di mettere insieme in modo coerente ed efficace i propri vissuti corporei, emotivi e cognitivi, per potere un domani aiutare il cliente a fare altrettanto.

### **5.2.5 Mindfulness e tecniche di meditazione**

Mindfulness e meditazione

Tecniche di meditazione corporee e dinamiche

Attenzione, presenza, concentrazione, focalizzazione

Mindfulness e consapevolezza di sé e dell'altro nella relazione

Gli allievi vengono messi in grado di sperimentare su di sé diverse tecniche di meditazione/mindfulness, al fine di coltivare presenza e concentrazione, nella propria vita quotidiana e in ambito professionale, e preparati a poter proporre semplici esperienze ai propri clienti.

### **5.2.6 Elementi di anatomia e fisiologia**

Elementi di anatomia

Elementi di fisiologia

Alcuni principali sistemi dell'organismo: osteomuscolare, respiratorio, nervoso

La formazione delle strutture caratteriali sul piano anatomico e fisiologico

Il focus di questi interventi è dato dall'obiettivo, secondo noi, fondamentale, di conoscere – per un counselor a mediazione corporea – come funziona l'essere umano anche sul piano anatomico, fisiologico, biologico, energetico; e come si formano le strutture caratteriali, con la loro base di “armatura carattere-muscolare”.

### **5.2.7 Elementi di sistemica e costellazioni**

Elementi di sistemica

Costellazioni sistemiche e familiari

Costellazioni gestaltiche con i pupazzetti

Uso dei pupazzetti in sessioni individuali, di coppia e di gruppo

Il focus è dato dalla possibilità di inserire la tecnica del lavoro con i pupazzetti all'interno del processo di counseling sia con i clienti individuali sia con le coppie, con l'obiettivo di aiutare le persone a fare chiarezza sul proprio qui e ora e sulle relazioni interpersonali, one-to-one e di gruppo.

### **5.2.8 Counseling di gruppo**

Counseling di gruppo e in gruppo

Dalla co-conduzione alla conduzione

Le dinamiche relazionali nel gruppo

Gruppi specifici e non

Tecniche di lavoro in gruppo

Queste lezioni permettono di fornire agli allievi elementi di base che possano consentire loro di condurre dei gruppi, in ambito privato e organizzativo, avendo cura di accompagnare i

partecipanti nelle dinamiche relazionali che emergono all'interno dello specifico setting e permettendo ai singoli e al gruppo nel suo insieme di attingere alle proprie risorse a vantaggio di tutti.

### **5.2.9 Counseling organizzativo e coaching**

Il counseling nel mondo del lavoro

Counseling e coaching: differenze e ambiti di applicazione

Sportelli di counseling nelle organizzazioni no profit e nelle aziende

Demotivazione, conflitto, disagio, burn out sul lavoro

Counseling organizzativo e valorizzazione delle risorse

Gli allievi vengono messi in grado di cogliere le differenze tra i diversi tipi di counseling e di coaching che è possibile proporre nel mondo delle aziende e delle organizzazioni in senso lato, anche nella prospettiva di potersi un domani specializzare approfondendo queste tematiche con formazioni e aggiornamenti specifici.

### **5.2.10 Counseling di coppia**

La relazione di coppia e le sue specificità

Affettività e amore

La sessualità

Lavorare con le coppie

Tecniche di lavoro con le coppie

Il focus di questi interventi è di fornire agli allievi elementi di base che possano permettere loro di lavorare con le coppie e approcciare queste delicate tematiche, avendo cura, se volessero specializzarsi in questi ambiti, di dedicare loro formazione e aggiornamenti specifici.

### **5.2.11 Counseling familiare**

La genitorialità biologica e sociale

La famiglia e le sue varie forme oggi

Lavorare con il sistema famiglia

Tecniche di lavoro con le famiglie

Il focus di questi interventi è di fornire agli allievi elementi di base che possano permettere loro di lavorare con i genitori e approcciare queste delicate tematiche, avendo cura, se volessero specializzarsi in questi ambiti, di dedicare loro formazione e aggiornamenti specifici.

### **5.2.12 Counseling scolastico**

Lavorare con gli studenti

lavorare con gli insegnanti

Lavorare con i genitori

Sportelli di counseling nelle scuole di vario ordine e grado

Gli allievi vengono messi in grado di proporsi per sportelli scolastici già come tirocinanti, all'interno di scuole con le quali Collage è convenzionata, anche nella prospettiva di potersi un domani specializzare approfondendo queste tematiche con formazioni e aggiornamenti specifici

### **5.2.13 Counseling, malattia e fine vita**

Il counseling con i malati e con i familiari

Dalla diagnosi alla prognosi al fine vita

Il malato e le sue relazioni

Il counselor a contatto con la sofferenza

Il counselor viene formato ad accompagnare le persone che si trovano in uno stato di grande sofferenza – per sé o un proprio congiunto – legata a una malattia grave, imparando a esercitare il massimo dell'empatia e dell'ascolto attivo, ma nel contempo a proteggersi da una possibile confluenza; e a muoversi con efficacia, entro i propri limiti di competenza, anche all'interno di una rete di sostegno con specialisti di riferimento, fermo restando di potersi un domani specializzare approfondendo queste tematiche con formazioni e aggiornamenti specifici.

### **5.2.14 Counseling e dipendenze**

Vecchie e nuove dipendenze

Le dipendenze affettive

Reti di prevenzione e sostegno

Ci si focalizza sulla conoscenza e il riconoscimento delle forme attualmente più diffuse di dipendenza; il counselor viene formato ad accompagnare il cliente in un percorso di definizione del problema ed eventuale lavoro all'interno di una rete di sostegno con terapeuti specialisti di

riferimento, fermo restando di potersi un domani specializzare approfondendo queste tematiche con formazioni e aggiornamenti specifici.