

1. Presentazione della struttura

1.1 Denominazione dell'ente che eroga il corso

Laboratorio Relazionale Spirituale-Corporeo Società Cooperativa - P.IVA/C.F. 11713550017, iscrizione REA TO – 1234856 – Sede legale Via Monte Cengio, 18/bis – 10135 Torino (TO). – Sede operativa: Regione Gonzole, 4 – 10043 Orbassano (TO) - Tel. +39 3921671929 – E-mail spicocounseling@gmail.com – Sito www.cooperativaspico.com

1.1.1 Denominazione eventuale della scuola

Spi.Co S.C. - Scuola di Counseling Professionale

1.2 Rappresentante legale

Maria Silvia Lo Sardo

1.3 Responsabile didattico

Maria Silvia Lo Sardo

1.4 Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Stefania Melissari

1.5 Corpo docente

1.5.1 Adriana Sumini

Pedagogista, ricercatrice e formatrice in counseling ad approccio sistemico relazionale. Docente universitaria nella formazione per gli studenti dell'Interfacoltà Educazione Professionale presso l'Università di Torino.

1.5.2 Alessandra Bortolami

Professional Counselor, laureata in Letteratura Italiana all'Università di Torino, ha conseguito un Master in Risorse Umane alla George Washington University di Washington D.C. Ha ottenuto il diploma triennale in counseling psicosintetico e relazionale, Master in Counseling Transpersonale e Counseling a Mediazione Artistica.

1.5.3 Alessandro Balzan

Supervisor Counselor ad orientamento Core Energetico, docente scolastico e formatore per operatori in contesti educativi, accompagnamenti per bambini e genitori, musicoterapeuta e fondatore della disciplina di meditazione in movimento "Core Dance". Conduttore di Supervisioni professionali per counselor in gruppo e individuali.

1.5.4 Flora De Benedittis

Counselor ad orientamento relazionale espressivo, educatrice professionale e supervisore educativo. Formatrice, Responsabile d'area ambientale in servizi alla persona, per il ben-essere personale e il sostegno alle famiglie.

1.5.5 Margherita De Martini

Counselor ad approccio Core Energetico, Ostetrica, Esperta in sessuologia clinica, psicogenealogia, formatrice, accompagnamenti individuali, coppie e gruppi.

1.5.6 Maria Silvia Lo Sardo

Supervisor Counselor ad orientamento Core Energetico. Educatrice Professionale (n. 544 dell'albo della professione sanitaria di E.P.) specializzata in Supervisione Educativa. Responsabile Settore Formazione della Cooperativa sociale Mirafiori di Torino. Presidente della società cooperativa Spi.Co (spirituale-corporeo).

1.5.7 Patrizia Guerra

Medico di base, specialista in gastroenterologia, psicoterapeuta-sessuologa. Formatrice in percorsi di educazione sessuale, approccio sesso-corporeo del Prof. Desjardins per adolescenti e adulti, supervisione per gli operatori.

1.5.8 Piera Levorato

Psicoterapeuta ad approccio sistemico familiare, counselor ad approccio core energetico, diploma di Istruttore di MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction), MBCT (Mindfulness Based Cognitive Therapy) e MBI (protocolli Mindfulness based)

1.5.9 Sara Rossi

Counselor a mediazione corporea ad indirizzo Core Energetico. Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica. Arteterapeuta, responsabile delle risorse umane presso cooperativa sociale Mirafiori.

1.6 Simona Bortolai

Psicologa perfezionata in neuropsicologia, si occupa di formazione, di valutazione e riabilitazione neuropsicologica, valutazione e riabilitazione DSA – Disturbi Specifici dell'Apprendimento – Inquadramento psicodiagnostico C.T.P. – Consulenze Tecniche di Parte, perizie medico-legali.

1.6.1 Stefania Melissari

Counselor a mediazione corporea ad indirizzo Core Energetico. Educatrice Professionale (n. 348 dell'albo della professione sanitaria di E.P.) Responsabile Area Ambientale in progetti di educativa territoriale ad alta intensità sanitaria sostegno scolastico per bambini e adolescenti, accompagnamento delle famiglie in periodi di criticità clinica all'interno del nucleo. Orientamento e accompagnamento tirocini lavorativi

1.7 Presentazione

Spi.Co Formazione nasce nel 2013, per iniziativa di tre socie lavoratrici della Cooperativa Sociale Mirafiori di Torino che dal 1989 si occupa di adolescenti, famiglie, persone. Sara Rossi, Silvia Lo Sardo e Stefania Melissari propongono attraverso Spi.Co una formazione esistenziale a professionisti della relazione di aiuto e/o a quanti sono interessati alla cura della relazione con sé e con gli altri, all'interno di un impegno pragmatico e sistematico, rivolto allo sviluppo di comunità, attraverso la pratica del counseling come metodo teorico-pratico e stile di vita capace di attivare favorevoli processi trasformativi di crescita costruttiva tra le persone e sui luoghi lavoro. Svolge le proprie attività formative ad Orbassano in Cascina Gonzole. Struttura sul più ampio territorio piemontese i propri percorsi di tirocinio convenzionati con oltre 4 (quattro) Organizzazioni partners, genera sempre più ampie

collaborazioni e convenzioni con Organizzazioni sul territorio nazionale. Propone eventi culturali di promozione sociale in co-progettazione con altre associazioni e cooperative sui temi delle pari opportunità.

Spi.Co possiede i requisiti come da art. 15 del Regolamento R01 (ente attivo sia nella formazione che nell'erogazione di attività di counseling da 7 anni; utilizzo di strutture proprie e idonee all'erogazione dei servizi offerti; possesso di risorse finanziarie sufficienti a garantire il completamento di ogni ciclo formativo offerto; numero minimo di docenti stabili pari a 11; 4 stipule di convenzioni di tirocinio con Organizzazioni territoriali partners.

1.8 Orientamento teorico

La matrice da cui parte il processo che ci ha portati alla costituzione di Spi.Co come ente formativo è di natura pedagogica, da questa matrice, che attiene la nostra formazione di base come operatori, si sviluppa un cammino di crescita e lavoro di ricerca come soggetto collettivo (con il contributo dell'intero gruppo di lavoro formato da educatori professionali, psicologi e psicoterapeuti, counselor, pedagogisti, corenergetisti, tecnici della riabilitazione psichiatrica, ostetriche, infermiere etc.) incentrato sulle possibilità di pensare le scienze umane all'interno di cornici teoriche sviluppate dalla fenomenologia esistenzialistica (con il contributo di autori come Husserl, Heidegger, Jaspers ad esempio) con due principali finalità:

percorrere da un lato una strada di autoriconoscimento esistenziale personale, restituendo al singolo la decisione sul senso del proprio esistere nel mondo, la propria libertà di scelta nel suo poter esistere ed essere;

dall'altro lato percorrere le possibilità di apertura con le categorie della cura, della comprensione dei contesti, il rispetto della natura e dell'essere al mondo con altri esseri umani e non, e della responsabilità che ne deriva come trascendenza, al contesto generale delle relazioni interpersonali essenziali per lo sviluppo delle qualità umane in un mondo, quello in cui viviamo, sempre più complesso, difficile e globalizzato.

Siamo all'interno di una linea di pensiero meditante e riflessivo che accompagna un'idea di educazione progettante per gli esseri umani che non vogliono assegnare a se stessi e al mondo un senso già dato, ma che continuamente riemerge, si ricostituisce e fiorisce dagli orizzonti fenomenologici-esistenziali che alcuni autori evidenziano.

Quando si intraprende un percorso di ricerca può inoltre essere utile munirsi di una mappa. Una mappa ci consente di orientarci sentendoci quanto più possibile al sicuro, autori del nostro cammino, delle nostre soste, fermate, scelte, svolte. Di tornare indietro e di cambiare eventualmente strada. Di sentirci attenti e partecipi protagonisti del nostro viaggio.

Abbiamo il diritto di vivere nel miglior modo possibile, ma dobbiamo diventare responsabili, verso noi stessi, gli altri, i contesti di vita; capaci/abili nel porci e porre domande, darci risposte, di liberamente scegliere ciò che vogliamo per noi stessi e riconoscere quale contributo portare nel mondo per renderlo eventualmente migliore.

Per molto tempo si è creduto che l'ambiente plasma la persona, e che l'apprendimento è acquisizione di dati esterni. Questo è vero in parte ma il peso forse eccessivo di questo pensiero è ancora largamente presente nella nostra cultura, che continua in qualche misura ad attribuire un ruolo prevalente a "chi sa" rispetto a "chi non sa" e provoca una netta linea di demarcazione fra fornitori e fruitori di sapere.

E' solo dal XX secolo che lo studio della psicologia comincia a divergere dal Positivismo (che è questo filone di pensiero che voleva l'esistenza di una verità oggettiva per tutti, appunto l'ambiente, come se tutti potessimo viverlo scientificamente allo stesso modo); e si comincia invece ad abbracciare la corrente "fenomenologica" (quindi con un'attenzione non più posta sull'oggettività ambientale ma sulla soggettività della persona), al cui interno di questo filone di pensiero che nasce con Kant (fine 700, primi 800), assume particolare rilievo la Psicologia Umanista collegata al pensiero di Carl Rogers. L'approccio fenomenologico sviluppa nuove teorie che mettono in discussione

i parametri su cui era fondata la pretesa oggettività nelle scienze umane, aprendo la strada a una nuova scientificità della persona. La soggettività diviene un elemento fondamentale del nuovo spirito del '900. La matrice fenomenologica pone infatti l'accento sul funzionamento della persona, su come essa percepisce la realtà, su ciò che alla persona "appare" come vero.

Secondo il pensiero di Rogers il comportamento individuale è mosso da spinta interiore, motivazione ad apprendere, coinvolgimento personale: elementi che caratterizzano le persone come Soggetti. Così viene dato rilievo alle potenzialità interne dell'individuo che, emergendo, possono incidere nel trasformare l'ambiente.

Oggi, anche grazie al contributo delle neuroscienze sappiamo che non si può percepire la realtà in modo oggettivo, ma sono le nostre ipotesi che filtrano le percezioni. Per tradurre tutto questo in linguaggio comune, possiamo dire che gli studi recenti sulla percezione confermano la centralità del soggetto e il suo primato nell'orientare la propria attività percettiva.

Assumendo un modello teorico fenomenologico gettiamo dal nostro punto di vista una buona base teorica del nostro modo di guardare alle persone e al mondo, tuttavia esso non è sufficiente ai fini della costruzione di mappe utili per il nostro orientamento nel cammino della nostra formazione. Abbiamo bisogno di un modello teorico che ci consenta di rispettare prioritariamente gli eventi complessi e plurideterminati del nostro stare al mondo in relazione al nostro funzionamento (olistico) e i contesti di vita.

Lo stesso fatto può essere vissuto diversamente da persone diverse. I fatti sono neutri, la persona li carica di significati a seconda dell'immagine che quei fatti suscitano. L'essere umano, in quanto essere sociale, mostra il bisogno e la responsabilità della sua crescita orientata al bene comune, ma deve saperlo fare in "coscienza" di sé (cum-scientia) e in "conoscenza" degli ambiti/sistemi in cui si muove.

Il nostro modello concettuale deve dunque poter rispondere ad alcune caratteristiche

Rispettare un approccio probabilistico: la complessità dei processi in atto nelle relazioni umane consente modalità di indagine scientifica basate solo su criteri di probabilità (date certe condizioni se ne deduce che l'evento x può verificarsi con y probabilità). Infatti, anche sulla base di precisi dati raccolti, un acting-out aggressivo per esempio in un Servizio di Salute Mentale territoriale, potrà essere previsto in termini di probabilità, ma non con assoluta certezza escluso o atteso.

Per restare nell'esempio dell'acting-out aggressivo, lo consideriamo, così come tanti altri possibili agiti emozionali imprevedibili delle persone, un evento plurideterminato, nell'analisi del quale non è possibile separare la parte dal tutto. Da qualsiasi aspetto si analizzi il problema, sistematicamente ci ritroviamo rinvii ad altre complessità interagenti. L'individuo vive all'interno di un ambiente ecologico prossimale (interazioni dirette) e dell'ambiente ecologico distale (ambiente sociale, economico, culturale, politico ...), in un contesto dove si realizzano costanti e reciproche influenze. E' dunque indispensabile per noi disporre di più modelli/mappe che ci aiutino ad orientarci sulle diverse ipotesi di comportamenti riconoscibili in modo più completo possibile.

Le relazioni tra le persone, costituiscono un sistema interattivo che si sviluppa all'interno del più ampio sistema famiglia, dei servizi, di un territorio etc, influenzato dalla più vasta realtà sociale e culturale di appartenenza. Questo più ampio ed integrato sistema dinamico è formato da elementi interagenti. Attribuzioni di causa secondo una semplicistica modalità lineare (per es. secondo quanto sopra "è la persona che al servizio di salute mentale ha per es. battuto energeticamente le sue mani sul bancone l'unica responsabile della situazione di acting-out generata") costituiscono una lettura riduttiva e inadeguata. E' dunque indispensabile utilizzare anche una logica interazionista.

Infine per tornare al peso della fenomenologia, ci preme segnalare che l'ambiente rilevante è quello percepito

come significativo dalla persona, e da tutte le persone coinvolte, poiché sono le rappresentazioni e le costruzioni mentali dell'individuo (ambiente percepito), le sue letture ed attribuzioni di significato che guidano la sua azione.

E' l'individuo agente attivo in prima persona nell'interazione con i suoi sistemi di appartenenza. Se è vero che questi ultimi sono in grado di modificarlo, è reale che essi possono essere da lui modificati, almeno in certa misura.

Si rende dunque opportuno che le chiavi di lettura per l'analisi dei fenomeni rispettino un'impostazione costruttivista. Abbiamo dunque individuato come supporto teorico di riferimento la teoria dello sviluppo ecologico di Bronfenbrenner. Questo autore, che si situa nella tradizione della psicologia sociale di Kurt Lewin, indica la necessità di non guardare all'individuo in modo isolato ma di considerare il comportamento come funzione di tutte le forze che in un certo momento risultano in campo e che si influenzano in un gioco reciproco di interazioni.

Il modello teorico elaborato da Bronfenbrenner ci consente di "fotografare" in modo chiaro come le escalation emozionali riguardano più ambiti interagenti, quindi può aiutare a "mettere in scena" e a "giocare" con le diverse interazioni d'area e costruire le proprie ipotesi "preventive" per sé, protettive per la propria vita, oltre ad attivare rielaborazioni, riconoscimenti, consapevolezze in relazione a sé, alla propria famiglia, alle relazioni con i pari (colleghi o amici ad es.).

Una mappa di orientamento può essere utile a definire norme "buone" per gli esseri umani in quanto agevola il loro vivere comune che richiede sviluppo di fiducia, una reciprocità e collaborazione. Questi valori devono avere un senso per ognuno, in relazione agli altri e al contesto di vita, altrimenti difficilmente verrebbero rispettati, ma avrebbero la stessa valenza di regole poste e "calate dall'alto" in modo rigido che risulterebbero poco efficaci.

Noi possiamo assumere nella nostra vita dei valori se li riconosciamo di senso per noi come persone. Definiamo alcuni criteri collettivi, potenzialmente utili per definire norme valide per lo sviluppo di comunità collaboranti e solidali. Per semplificare potremmo dire che la singola persona mette a disposizione della comunità il suo senso che attribuisce al mondo (ossia il proprio criterio soggettivo) e partecipa in questo modo alla costruzione di una coscienza collettiva, contribuendo a definire norme di senso anche per gli altri.

In questo caso diciamo che l'individuo "co-costruisce" nel gruppo. Mette a disposizione sé, la propria esperienza nel gruppo. Il gruppo poi come soggetto collettivo, può produrre norme e comportamenti potenzialmente buoni per ognuno, inteso come rispettosi dei contesti e degli individui, capaci di riconoscere il bene comune.

Vedi la mappa ecologica di Bronfenbrenner (microsistema famiglia, microsistemi sociali di contatto come la scuola e i pari, mesosistema che regola le relazioni tra microsistemi, Esosistema dove vi sono le condizioni di vita e di lavoro e il Macrosistema dove gioca la politica e l'economia a livelli su cui non incidiamo direttamente).

Mentre il soggetto può regolamentare se stesso (esempio: si nutre come vuole), come parte di un soggetto collettivo dovrà imparare a tenere conto di ciò che è diverso da sé (per esempio delle esigenze alimentari di altri e riconoscere che tutti hanno il suo stesso diritto di nutrirsi) e collaborare alla produzione di regole valide inerenti in questo caso l'alimentazione, utili e rispettose per ognuno.

Regolamenta quindi l'esterno, ciò che lo riguarda oltre sé. Il soggetto collettivo, se vuole accrescere la propria coscienza, deve potere e sapere tenere conto di quali sono i diritti umani comuni, non solo i propri in quanto tali, ma anche per quanto hanno in comune con gli altri individui in relazione ai contesti e alla natura.

Nel percorso formativo Spi.Co altre mappe di cui si tiene conto e che vengono studiate sono le strutture corporee che riguardano l'essere umano (secondo la bioenergetica, Lowen e la successiva core energetica, Pierrakos); attraverso l'analisi di queste mappe comprendiamo che i diritti individuali vengono spesso infranti a partire dalla propria storia personale e che buona parte della nostra vita viene talvolta spesa per riconquistarsi il proprio diritto e la propria integrità. Ciò rende evidente la complessità che spesso purtroppo valutiamo come impossibile da

districare per arrivare ad uno stato di pace e giustizia che riguardi ogni essere sulla terra.

Per impegnarsi tuttavia in tale direzione e nella costruzione di norme “giuste” possiamo tener conto di alcuni criteri etici importanti (l’etica dei diritti umani secondo Sergio Messina).

IL CRITERIO SOGGETTIVO (che riguarda LA COSCIENZA DEL SINGOLO): solo il soggetto sa cosa vede, conosce e sente, solo il soggetto sa cosa è bene o no per se stesso. Nessuno meglio di lui può regolamentarsi, e chi lo osserva non potrà comprenderlo nella sua interezza/verità piena (primo motore l’amore, sé superiore, core per la Core Energetica).

IL CRITERIO COLLETTIVO (microsistema famiglia) **E ISTITUZIONALE** (LA NORMA microsistemi sociali), incidono le relazioni tra microsistemi (mesosistema), le condizioni di vita e di lavoro (esosistema), la politica sociale e dei servizi (Macrosistema).

Il criterio collettivo a partire dal microsistema famiglia, costituisce la possibilità sociale di difendere i valori per il bene comune di gruppo. Si accettano e rispettano, per salvaguardare il bene comune, anche norme che non piacciono o che non si condividono ma repute necessarie per il bene comune.

IL CRITERIO ISTITUZIONALE (LA NORMATIVA): regola i contesti per ricaduta economica, politica, sociale. Sono contesti a cui l’individuo, di solito, non partecipa direttamente (Macrosistema: ricade su l’individuo ma l’individuo non vi partecipa direttamente, vedi parlamento europeo, parlamento etc.).

IL CRITERIO DI COSCIENZA COLLETTIVA (LEX AUREA): è quell’“universale” di valore culturale filosofico-valoriale: è il “fai agli altri ciò che vuoi gli altri facciano a te”, il “tratta te stesso con amore e con rispetto, ascoltati con sincerità e tratta gli altri allo stesso modo”.

Si tratta di un ritorno al punto di partenza (il criterio soggettivo in coscienza), si tratterebbe di raggiungere il core (della core energetica) ma come soggetto collettivo.

In altre parole, la coscienza del singolo è ciò da cui partiamo e che può produrre un contributo utile all’evoluzione positiva nell’esistenza anche degli altri esseri umani e nei diversi contesti di vita. Questo può avvenire a condizione che il singolo sappia riconoscere chi egli veramente è, aspetto non banale né scontato.

La COSCIENZA, la NORMA e la LEX AUREA sono criteri “etici” perché rispondono a diritti universali dell’uomo e per questo possono divenire possibili garanti di giustizia sociale. Sono criteri etici perché garanti del diritto di libertà che l’individuo ha di poter essere se stesso quando in coscienza riconosce la sua responsabilità e sa regolamentare l’esterno (come soggetto collettivo insieme agli altri) tramite l’utilizzo di norme per garantire la convivenza e la giustizia sociale.

Ci sono invece criteri che purtroppo utilizziamo ma non possiamo considerare etici perché governati da pre-giudizi, dettati non dalla coscienza ma dai condizionamenti a cui normalmente l’essere umano è sottoposto. I pre-giudizi sono gli impedimenti più comuni alla costruzione di comportamenti “buoni” e sono:

LA TRADIZIONE (“si è sempre fatto così”): è qualcosa che ci rassicura ma non è detto risponda ai ns bisogni.

IL CONSENSO SOCIALE (“fanno tutti così”): pochi ammettono di tenere in conto il consenso della propria famiglia o della maggioranza. Quanto è reale la nostra autonomia di giudizio? La paura del giudizio altrui paralizza la nostra ricerca del bene e ci crea alibi continui per non prendere in mano la nostra vita.

LA DOPPIA MORALE (del dire e del fare, degli uomini e delle donne...): è un pregiudizio molto diffuso, perché ci permette di salvarci nelle occasioni etiche più rischiose, garantendoci uscite di sicurezza facilmente accessibili.

IL PRINCIPIO DI AUTORITA’ (“è giusto e buono perché l’ha detto lui, e lui è una figura autorevole”): di solito viene usato per rafforzare la propria posizione e ci deriva dal ns rapporto con l’autorità. E’ un pregiudizio chiaro, ad

esempio, nella religione, vista come depositaria della verità.

Per lavorare nella ricerca dei bisogni universali (lex aurea) abbiamo bisogno di conoscere i veri bisogni comuni agli esseri umani dove troviamo tra gli altri: sicurezza e libertà, affermazione e riconoscimento, amare ed essere amati, creare e produrre, provare piacere, esprimerci, realizzarci e sviluppare le nostre potenzialità spirituali, crescere. Sono i veri bisogni che potenzialmente possono essere tradotti in Diritti Umani; tali diritti corrispondono nella proposta del nostro percorso formativo, alle cinque strutture caratteriali della bio e core, energetica (diritto di esistere, di sentirsi al sicuro, all'autonomia, all'assertività, all'espressione creativa di sé anche nella sessualità).

Al livello più interno del sistema ecologico di Bronfenbrenner l'autore colloca il microsistema, inteso come l'insieme delle caratteristiche specifiche della persona, delle relazioni con cui la persona è in contatto diretto e del contesto organizzativo e strutturale in cui esse avvengono.

Nel nostro approccio stringiamo ancora ulteriormente il focus a livello di microsistema ad ogni singolo essere umano ed utilizziamo le mappe della Core Energetica per accompagnare una educazione alla realtà interiore di ognuno (mappa della personalità e della consapevolezza) per allenare il riconoscimento di ognuno sul dove è, sul dove "siamo" nel qui ed ora della nostra esistenza, da quale spazio di riconoscimento e consapevolezza comunichiamo con noi stessi e gli altri.

La percezione di dove "siamo" è un fenomeno di miscela dell'esperienza di chi osserva, che influenza costantemente se stessa. Noi rielaboriamo la realtà, attraverso domande sul mondo ed esperimenti scientifici, e ci creiamo aspettative rispetto alle possibili risposte. L'intenzione è una questione di fede, intesa come intelligenza dello spirito. La fede può portare una pace interiore che ci permette di considerare l'amore nell'universo, di conoscerlo in risonanza nei nostri cuori e vedere e riconoscere gli altri nel loro diritto alla loro verità, alle proprie risposte.

Riconoscere il diritto di ogni persona di scegliere e agire secondo coscienza, è ciò che ci consente di scolpire la forma che aiuta tutti a "navigare" nell'universo. E' la fiducia con cui un bambino può crescere verso la piena estensione e realizzazione del proprio essere. Da questa fiducia derivano i fondamenti della fede da cui nasce il nucleo dell'intenzione, in grado di scolpire un'esperienza del mondo capace di trovare un approccio che sia anche al servizio dell'esperienza interiore.

Secondo la Core Energetica, nel corpo sono presenti i segni concreti di un'esistenza con le sue possibilità di stare al mondo. Questi segni indicano, attraverso il loro legame con la personalità, buona parte della storia di un individuo.

Le caratteristiche fisiche non dipendono unicamente dai cromosomi e dall'ereditarietà familiare, ma anche dal dialogo con l'ambiente in cui si cresce, ossia i contesti relazionali dove le esperienze di relazioni di piacere, calore, nutrimento contribuiscono a formare corpi diversi e personalità diverse.

Le nostre vite sono spesso segnate da "intemperie relazionali": eventi improvvisi, sconvolgenti, da cui il corpo si protegge sviluppando una sorta di "corazza". Questa corazza si traduce spesso in tensioni muscolari che limitano e addirittura impediscono, negli anni, il normale "pulsare" vitale, fatto di espansioni e contrazioni energetiche in risonanza tra noi e l'universo.

Le emozioni sono anche scariche nervose, funzionali a mantenere l'equilibrio nell'organismo attraverso un processo di carica e scarica energetica: inibirle, anziché scaricarle, provoca un patimento. Infatti, mentre l'emozione (espressa) è un movimento rivolto all'esterno, il patimento è un movimento passivo, trattenuto al proprio interno: il patimento produce sofferenza, dalla quale il corpo si difende generando un blocco muscolare che impedisce il sentire e resta congelato insieme a una condizione emozionale di risentimento cronico.

Fu Reich per primo a introdurre il concetto di “energia”, fondendo la fisiologia con la psicologia nella percezione dell'unità psicosomatica della persona. Successivamente Lowen e Pierrakos, attraverso l'analisi bioenergetica, enunciarono l'elemento di volizione nei disordini psichiatrici, e quindi la necessità di impegnare nel trattamento la volontà della persona sofferente, unitamente al corpo, alle emozioni e alla facoltà analitica. Negli anni '50 e '60, attraverso diverse correnti di pensiero, maturò il principio che la persona è un'unità cosciente in continua interazione con il suo ambiente.

Il legame tra corpo ed esperienza diventa fondamentale. Quando nella storia di un individuo il dolore e la sofferenza reiterata si legano, ad esempio, al tema del rifiuto e dell'essere/sentirsi rifiutato, quando cioè non viene percepito o rispettato il suo diritto di esistere nel periodo prenatale e nel primo periodo di vita, si annida nel corpo un dolore, una ferita primaria non priva di conseguenze.

Per i nostri autori di riferimento (Lowen e Pierrakos) vi sono almeno altre quattro dinamiche principali, oltre a quella del rifiuto: deprivazione, controllo, seduzione, tradimento sentimentale. Da ciascuna di queste ferite, in relazione alla difesa da esse, derivano altrettante strutture corporee specifiche.

Le strutture difensive caratteriali sono mappe anch'esse che ci servono per orientarci ma non per definire le persone. Le prendiamo in esame nel nostro percorso formativo Spi.Co secondo l'approccio energetico-corporeo della Core Energetica. Cominciamo col dire che lo sviluppo più importante e conosciuto della psicoterapia corporea è di derivazione reichiana ed è quello che passa sotto il nome di analisi bioenergetica in quello che sarà poi il lavoro di trattamento psico-corporeo che Alexander Lowen e John Pierrakos negli anni '50 a New York misero insieme.

Essi, nello studio delle tipologie caratteriali abbandonarono l'ancoraggio precedente legato alla malattia psichiatrica per connettersi più propriamente con le fasi dello sviluppo umano fisiologico-esistenziale (fase orale 0-18 mesi di vita - tema la fiducia -, fase anale 18-36 mesi circa - tema potere-controllo/autostima-autonomia -, fase fallica 3-6 anni circa - tema identità, IO - fase latenza 6 anni/pubertà - sviluppo personalità identitaria, fase genitale/sviluppo cicli vitali).

Essi posero una attenzione particolare sul tema dell'identità personale negata e resa inconsapevole a causa del peso della difesa, la struttura caratteriale costruita e nel contempo superarono il concetto che definisce la persona nel suo limite di struttura; di fatto non esistono nella realtà delle persone “schizoidi” o “orali”, “psicopatiche” etc. esistono difese con delle caratteristiche di azione che giocano ruoli importanti nei nostri comportamenti che dalle strutture assumono modelli più o meno dominanti; riconoscere questo significa riconoscere una tendenza e non attribuire una definizione alla persona.

Lowen e Pierrakos approfondiscono lo studio degli aspetti corporei-anatomici delle diverse strutture caratteriali, ciò che segna il passaggio dall'analisi del carattere (di Reich) alla lettura corporea per individuare delle caratteristiche della persona in relazione alla propria storia e l'individuazione di un lavoro terapeutico su cui impegnarsi insieme, superando l'atteggiamento direttivo del terapeuta che ora permette invece al paziente di essere parte attiva nel suo programma terapeutico.

Lowen e Pierrakos “mettono in piedi” il paziente che passa dalla posizione di lavoro stesa o seduta alla posizione in piedi, di “grounding”, che restituisce alla persona la responsabilità e il potere di sentirsi e stare sulle “proprie gambe” e spostano gli obiettivi terapeutici che erano stati in Freud e Reich di guarigione “sessuale” ad un più generale ampliamento dei fini del lavoro personale verso il raggiungimento fisiologico dell'essere umano della capacità e possibilità di provare piacere e gioia di vivere nella sua esperienza di vita.

Dalla delineata nuova caratteriologia si deduce un'evidente attenzione ai temi identitari della persona (i caratteri

sono qui definiti anche come “ferite”, come violazioni nei diritti dell’Io) e viene approfondita l’analisi del senso e delle cause di comportamenti umani a partire dal rapporto tra il bambino e la madre.

Vengono definite le cinque tipologie caratteriali in correlazione ai cinque diritti fondamentali dell’identità individuale: il diritto ad esistere, a essere nel mondo sperimentando sicurezza e accettazione, la cui mancata realizzazione porta alla formazione del carattere schizoide che noi in formazione chiamiamo frammentato. Il diritto ad essere sicuro restando nella propria condizione di bisogno, sperimentando cura e nutrimento, la cui mancata esperienza porta alla formazione del carattere orale che noi chiamiamo sottocaricato. Il diritto ad affermarsi, essere assertivo e potersi opporre al genitore per sperimentare da sé che porta, se contrastato, alla formazione del carattere masochista che chiamiamo sovraccaricato. Il diritto all’autonomia, ossia al non essere soggetto ai bisogni degli altri e vittima di manipolazione e seduzione, la violazione di questo diritto porta alla formazione del carattere psicopatico che noi chiamiamo spiazzato. Il diritto di desiderare e seguire le proprie inclinazioni, creatività, provare emozioni anche di natura sessuale, che porta se non realizzato, alla formazione del carattere rigido.

Quando tali diritti sono stati negati al tempo dell’appropriata fase di sviluppo, il bambino reagisce sviluppando un necessario adattamento, negando e modificando parti autentiche di sé, ai fini della propria sopravvivenza.

Tutte le “offese al vero sé” provocano la formazione di immagini, illusioni o di parti identitarie ideali che a tale offesa cercano di riparare. Tanto più la ferita risulta grave, più grande dovrà essere l’investimento nell’immagine di Sé, con il risultato che l’energia dirottata non è più disponibile per gli scopi reali della persona.

Quest’ultima tenderà conseguentemente a disinteressarsi delle sue vere necessità, risultando anche ridotta la capacità di far presa sulla realtà della propria situazione.

Diversamente dall’impostazione reichiana risulta chiaro come la nuova caratteriologia espanda la visione dei tipi anche alle problematiche relative al Sé e all’identità personale come anche alle differenti modalità di funzionamento cognitivo (immagini di sé e degli altri, illusioni, contatto con la realtà), affettivo (modalità di percepire, regolare ed esprimere le emozioni) e relazionale (modalità di essere con gli altri).

Ora elenchiamo alcuni punti fermi che riguardano il nostro modo di concepire counseling e corpo:

L’essere umano è un’unità psicosomatica, si manifesta come spirito e corpo (spi.co)

La possibilità di ben-essere è da ricercarsi in noi stessi, non arriva da agenti esterni.

L’intera esistenza costituisce un’unità che si muove verso una evoluzione creativa: il corpo non funziona diversamente da ciò che muove e vive in natura.

Il nostro corpo è dotato di una memoria cellulare in ogni sua parte: fare esperienze corporee, con la finalità dell’ascolto di ciò che sentiamo, ci apre a immagini e riconoscimenti sulla nostra storia, utili per ricostruire e trasformare cornici della nostra vita, integrare il nostro senso più profondo in relazione alla nostra esistenza.

Fare esperienza del divario, quando c’è, tra ciò che pensiamo e ciò che sentiamo, risulta utile in un percorso di counseling come il nostro finalizzato al nutrimento dei nostri veri bisogni e alla realizzazione personale e professionale.

L’energia è il movimento della vita, caratterizzata da un moto centrifugo (verso l’esterno) e centripeto (verso l’interno), ed è osservabile in tutto l’universo fisico: in astronomia nella teoria del Big Bang, in anatomia umana nel movimento di espansione e contrazione delle cellule. Più libero è il movimento di tale energia, all’interno di ogni componente e nella sua funzione di mantenere l’integrità e la coesione dell’organismo, più la vita è vissuta intensamente.

Esiste una gerarchia della coscienza. Teilhard de Chardin ha concluso nelle sue teorie che “l’energia universale deve essere un’energia pensante”, per cui nulla muove a caso. Le molecole del legno “sanno” come devono unirsi

e coesistere per formare un mobile, così come il seme di un frutto “sa” come evolvere nella sua storia: quale albero diventare, in quali fiori sbocciare, quali frutti regalare per realizzare il proprio piano di esistenza. La differenza con l'essere umano è che quest'ultimo può rendersi consapevole della propria esistenza, ma in generale tutto in natura si orienta per realizzare il proprio piano vitale.

Nel nostro percorso formativo ci pare utile confrontare culture differenti sul tema della responsabilità personale.

Nella cultura occidentale si parte dall'idea di non avere responsabilità rispetto al contesto in cui si nasce e alle famiglie che ci siamo “ritrovati”. Questa idea comporta, ad esempio, un livello istituzionale che ha come conseguenza un sistema di cura organizzato a osservare un bambino staccandolo talvolta dalle connessioni affettive e relazionali con la sua famiglia. Genera invece confusione e rifiuto nella nostra cultura, ma non nella tradizione delle filosofie orientali, l'idea che il movimento della vita sia orientato verso un contesto piuttosto che un altro e che quindi a qualche livello vi sia una scelta della famiglia in cui nascere. Questo concetto, applicato nell'ambito del counseling Spi.co®, può rivelarsi d'aiuto nei rapporti conflittuali all'interno delle famiglie.

In Core Energetica si parla di relazioni come di “processi pulsanti nel principio vitale universale”. A livello umano, il ritmo pulsatorio ha tre battiti o “fasi” (assertiva, ricettiva, di riposo). Il cuore, ad esempio, si contrae per inviare il sangue nel corpo e poi si rilassa per riceverlo all'interno di sé. Nell'organismo sano le fasi assertiva e ricettiva sono armoniosamente equilibrate in un rapporto reciproco. Il principio vitale universale può quindi essere chiamato anche “principio di reciprocità” e presume una sola forza vitale che opera con un movimento bilanciato in ciascuna delle due fasi.

Non esiste, quindi, un presupposto valido per la conflittualità in famiglia, tra uomo e donna, tra l'individuo e il gruppo, tra il gruppo e la società, o tra la società e la sua posizione sulla terra o nel cosmo. Eppure il conflitto interno e tra queste entità energetiche esiste. La malattia e la guerra, l'isolamento e l'ostracismo sono solo alcune tra le categorie che ostacolano la possibilità dell'unificazione creativa dell'uomo: secondo il pensiero coreenergetico siamo noi stessi a causare questo dolore, sbilanciando il flusso dell'energia reciproca attraverso il nostro particolare centro vitale universale (il “core”).

Un passo importante nella definizione della teoria e metodo di counseling Spi.Co® è stato l'incontro con Jean Yves Desjardins (1931-2011), durante i suoi seminari “Vivere in amore”, e il confronto successivo con il lavoro di suoi collaboratori (con la figlia Lise Desjardins e la dott.ssa Patrizia Guerra). In sintesi, abbiamo integrato nel nostro percorso di studi gli insegnamenti dell'approccio sesso-corporeo di Desjardins, poiché esso costituisce un contributo assai prezioso rispetto all'esperienza di una mancanza di dicotomia fra il corpo e gli altri livelli (in particolare la mente). Di seguito analizzeremo i principi fondamentali dell'approccio sesso-corporeo integrati con il contributo della Core Energetica e con il tema, per noi fondamentale, dell'empatia come possibilità di processo cognitivo di crescita con caratteristiche di reciprocità secondo il pensiero di Laura Boella.

Primo Principio: l'unità indissociabile corpo-mente

Desjardins distingue un corpo “esplicito” (che tiene in sé tutte le reazioni fisiologiche che si possono percepire e osservare) e un corpo “implicito” (che governa l'inosservabile: percezioni, emozioni, ecc.).

In Core Energetica a livello del corpo implicito operano due grandi forze dinamiche, energia e coscienza, che plasmano il corpo e creano la personalità. Le emozioni scorrono nel nostro corpo, i pensieri nella nostra mente. Nella volontà risiede il movimento con cui orientiamo le nostre esperienze di vita verso la realizzazione.

Il lavoro che proponiamo è un allenamento verso il riconoscimento del nostro movimento implicito, perché riuscire a sentire la nostra muscolatura interna e il battito del cuore possono fornirci indicazioni precise del nostro stato d'animo.

Energia e coscienza operano a tutti i livelli della realtà personale. Questo aspetto non è scontato, ancora oggi si tende a relegare la coscienza alla mente e l'energia al corpo, inducendo ad una percezione distorta delle emozioni e offrendo una prospettiva che restringe la comprensione e limita la creatività.

Le discipline orientali si sono focalizzate sul corpo e la spiritualità, trascurando forse un po' le emozioni e con il rischio di condizionare la nostra percezione della realtà. Le religioni occidentali invece si sono concentrate sullo spirito trascurando il corpo e inducendo, in qualche misura, a una percezione distorta delle emozioni. In Core Energetica è importante integrare le potenzialità di tutte le dimensioni della realtà individuale: ecco dunque per noi l'utilità dei tavoli interdisciplinari che portano i contributi differenti della filosofia, scienza, religione, educazione etc.

Secondo Principio: il corpo specchio.

Secondo gli insegnamenti di Desjardins "tutto ciò che è vissuto sul piano cognitivo o emozionale (corpo implicito) trova il suo specchio nel corpo esplicito e viceversa. E' quello che chiamiamo il "corpo-specchio". Così ogni emozione suscita una reazione del corpo e ogni modificazione del corpo esplicito modifica la percezione".

A proposito di ciò, possiamo pensare all'empatia come la possibilità di sviluppo di un processo cognitivo di crescita reciproca che mette in gioco emozioni. Queste emozioni suscitano una reazione del corpo che modifica la percezione.

L'empatia è un processo di vicinanza e ascolto, una possibilità enorme per le buone relazioni dell'essere umano. E' qualcosa di complesso, perlomeno nell'accezione posta da Laura Boella che propone l'empatia come un'avventura in una sorta di viaggio a tratti doloroso. Nella fatica di vivere è facile chiudersi, dice la Boella: ci sentiamo isolati e angosciati, il corpo e la mente si organizzano per proteggerci rendendoci "insensibili" alla possibilità di "vedere" e "sentire" l'altro, evitando di correre rischi, di essere feriti, di lasciarci toccare da problemi, ferite e dolori che non ci riguardano direttamente. Per lavorare sull'empatia occorre invertire rotta e decidere consapevolmente di avvicinarci all'altro. L'empatia può risultare una prospettiva chiave per crescere, poiché si configura come una possibilità per sviluppare la capacità umana di comprendere un'altra persona in ciò che pensa, sente, vuole: più l'altro si lascia "vedere" più noi ci avviciniamo alla possibilità di sentire le nostre emozioni in reciprocità con l'altro per effetto dei neuroni specchio (per Desjardin il "corpo-specchio"). Empatia è comprensione dell'altro, delle sue sensazioni e dei suoi pensieri, a partire dalla presa di coscienza che non solo io, ma tutti abbiamo una mente, un corpo, emozioni, conoscenze. Non è solo partecipazione emotiva, ma apprendimento cognitivo di sé e dell'altro.

L'empatia ha una valenza relazionale: è una capacità umana da conoscere a fondo per poi poterla praticare, occorre allenarsi. Chi empatizza verso una persona lascia le proprie difese con un atto di volontà, si apre all'altro e crea un movimento al quale l'altro è richiamato e può rispondere aprendosi a sua volta. Le emozioni arrivano quando riusciamo a sentire che l'altro esiste e prendiamo atto della sua esistenza fuori di noi, distinto da noi, eppure insieme a noi.

Non è sufficiente la conoscenza per essere empatici. Bisogna chiedersi se il senso interiore che attribuiamo all'incontro con l'altro riguarda il nostro privato e se è governato da rappresentazioni legate al sostegno e alla protezione contro "la vita difficile". Il "salto" avviene quando nell'incontro attribuiamo un significato che ci permette di rivelare pienamente chi siamo noi in un presente in cui vivono altri e in cui mettere in gioco idee, valori, miserie. In questo "salto" il corpo-specchio può aiutarci. Dopo l'iniziale sentire, mossi da curiosità, si accendono risonanze fra gli esseri umani che consentono di far spazio all'altro dentro di sé: a questo punto l'altro diventa un centro vivente di esperienza al pari di se stessi. Le esperienze sono diverse ma sono esperienze umane per entrambi.

Il sentire l'esistenza dell'altro, pur sapendo che tutti siamo parte della stessa umanità, è una capacità complessa da realizzare che non coinvolge solo le emozioni: è un aprirsi all'ignoto, sintonizzarsi con una esperienza diversa

dalla nostra, è la scoperta del valore del nostro esistere insieme ad altri.

Assume inoltre rilevanza etica, poiché diventa assunzione di responsabilità verso qualcuno che soffre o gioisce, che ama, odia, e che attraverso l'immaginazione si può vedere compiere un percorso di emancipazione e crescita.

Esiste quella che Laura Boella definisce l'empatia negativa: quando ci imbattiamo in qualcosa che definiamo "disumano" è comunque necessario provare a comprendere, mantenendo la sospensione di ogni conclusione precostituita. Qui mettere in gioco il corpo-specchio è complicato, perché difficilmente saremo disponibili a sentire sentimenti "inumani" (per esempio forme di sadismo o grande crudeltà) come qualche cosa che riguarda anche noi: penseremo che noi non siamo così, che la questione non ci riguarda. Ci serve invece un coraggio che ci aiuti a vedere anche la parte di coscienza "nera" che pure abbiamo. Dobbiamo lasciare andare la paura, alimentare la fiducia, vivere nel qui ed ora l'esperienza di attraversare l'animo umano assieme a un altro anche se si tratta di un viaggio doloroso, nell'umanità inumana. Riconoscendo che tutti siamo soggetti di esperienze umane e che anche le parti oscure ci riguardano, allora ci assumiamo la responsabilità del nostro cammino in percorsi diversi, e perfino sperimentare la trasformazione di una nostra "zona d'ombra" diventare "luce".

Terzo Principio: il corpo ha le sue leggi.

E' una nozione fondamentale dell'approccio di Desjardins. Sono le leggi del corpo che ci permettono di vivere in un mondo a molte dimensioni: regolano le nostre azioni, dalla nostra nascita alla nostra morte, e influenzano volontariamente le nostre emozioni e percezioni nella vita e nell'esercizio della sessualità. Le leggi del corpo sono:

1. Tono muscolare (che va da ipertonico a ipotonico)

2. Ritmo (da rapido a lento)

3. Utilizzo dello spazio, che a sua volta si distingue in:

- utilizzo dello spazio esterno: tramite i movimenti (da ampi a ridotti)

- utilizzo dello spazio interno: tramite la respirazione (toracica, diaframmatica e addominale).

Grazie a queste leggi è possibile secondo la Core Energetica influenzare volontariamente la carica e scarica energetica che mantiene in equilibrio il corpo nel suo insieme (quindi anche la mente). Una persona può migliorare la qualità della propria vita e del piacere di viverla imparando a utilizzare le leggi del corpo.

Quarto Principio: la possibilità di apprendimento dal riflesso alla coscienza.

Desjardins spiega che già nell'utero materno è presente nel bambino il riflesso dell'eccitazione genitale: la vasocongestione degli organi genitali si realizza in modo involontario. Crescendo, il ragazzo o la ragazza faranno diversi apprendimenti che permetteranno loro di portare questo riflesso al campo della coscienza. Tramite il gioco delle leggi del corpo, il bambino prenderà poco per volta coscienza delle sensazioni legate alla sua eccitazione genitale. In seguito, sotto l'influenza di più fattori (la personalità, il sistema di pensiero, l'ambiente familiare, sociale e culturale) proseguirà il suo sviluppo sessuale.

Questa realtà è vera in tutte le sfere della nostra vita. Man mano che il cervello si sviluppa, il bambino fa diverse acquisizioni: per esempio, quando impara a camminare deve essere cosciente dei movimenti che fa con i piedi e le gambe, ed essere cosciente dell'equilibrio che deve mantenere. Con la ripetizione di questo apprendimento, il camminare diventa un automatismo e passa nella non coscienza.

Gli automatismi sono comportamenti che facciamo senza pensarci (es.: camminare, parlare, mangiare, scrivere...). Intorno agli automatismi possono inserirsi a volte dei limiti. Ora, è possibile agire su questi limiti riportando l'azione

nel campo della coscienza (ad esempio rendendo l'azione più lenta) e facendo nuovi apprendimenti.

Quinto principio: Tutto nell'umano è interattivo

Il corpo e il cervello costituiscono un tutt'uno: ogni emozione suscita una reazione corporea ma ogni modificazione nel corpo (respirazione superficiale o profonda, tensioni muscolari, ecc.) modifica la nostra percezione della realtà.

E' più difficile sentirsi felici mentre si mantiene il corpo rannicchiato su se stesso, respirando a mala pena, con gli occhi chiusi. Così come è più difficile sentire la tristezza mentre ci si guarda intorno con gli occhi ben aperti, respirando profondamente, stirandosi in tutte le direzioni.

Nell'essere umano, tutto è interattivo e interdipendente. Le cognizioni colpiscono le emozioni che a loro volta colpiscono le azioni. Tutte le emozioni hanno il loro riferimento sensoriale.

Il nostro orientamento teorico inserisce nell'obbligatorio studio della psicologia evolutiva del percorso, la teoria dei sistemi familiari e il tema dell'intergenerazionalità. Ampio spazio viene dato alle diverse fasi della vita, con l'attenzione al corpo che cambia nel corso della nostra storia in relazione alla fase di vita che stiamo vivendo, il che porta con sé crisi esistenziali da affrontare e conoscere, dalla fase prenatale ("primale" come coniato da Odent) alla morte. La teoria dei sistemi familiari considera la famiglia come unità emotiva, una energia che sembra muoversi con un ordine ed una prevedibilità (vedi gli studi di Selvini Palazzoli legati ai casi di psicosi a cadenza trigenerazionale e la correlazione con i segreti familiari).

La teoria dei sistemi familiari dice che il funzionamento di questa unità emotiva, la famiglia, riflette un'interazione tra due forze vitali contrapposte – individualità e coesione -; inoltre stabilisce che lo sviluppo di disfunzioni fisiche, emotive e sociali hanno una notevole relazione con gli adattamenti che le persone determinano in risposta ad uno squilibrio tra individualità e coesione in un sistema relazionale (tra come io sto e come sto nella coppia/famiglia). L'equilibrio di una relazione non è mai statico, ma è in una condizione di equilibrio dinamico. Bowen definisce che la durata di una relazione è legata a quanto io riesco a differenziarmi nella coppia e all'effetto dei miei comportamenti mirati a mantenerla stabile (adattamenti e compromessi diretti a eliminare o assorbire l'ansia all'interno della coppia). L'ansia matura all'interno di risposte apprese (un bambino tende a sviluppare un livello base di ansia cronica simile a quello medio della famiglia nucleare in cui cresce). L'ansia si nutre di un sistema o processo di azioni e reazioni che, una volta messo in moto, si avvia rapidamente da solo e diventa in gran parte indipendente dagli stimoli iniziali. La nostra personalità si costruisce attraverso ansie e compromessi costruiti sulla pressione esercitata socialmente, in primis dalla famiglia, perché si pensi, si senta e si agisca come altri vogliono e si segua la "direzione del gruppo". Le relazioni sono interconnesse fra più persone attraverso modelli prevedibili.

Per concludere questo breve excursus del nostro percorso formativo in relazione all'orientamento teorico a cui fa riferimento, aggiungiamo che la parte esperienziale, ugualmente importante e da integrare a quella teorica, si avvale da un punto di vista metodologico della pedagogia, intesa nel suo significato di accompagnamento alla crescita (formazione), poiché essa, fra le scienze umane è quella che deve il proprio esistere al necessario e continuo dialogo con le altre scienze umane, persino con quelle più inusuali e innovative, come la Core Energetica per il valore posto alla Spiritualità e all'Amore come esperienze e processi di crescita nella vita degli individui.

Si lavora dunque con questo approccio integrato per favorire l'esperienza spirituale che trova spazio nella concretezza del corpo, nel suo rispetto e nella possibile apertura di cuore verso gli altri. Il counseling in questo senso è orientato alla crescita personale in termini di ben-essere come possibilità di amare e di essere amati, è volto ad accompagnare l'individuo nel tornare ad essere con il proprio corpo, abitarlo, comprenderne il

funzionamento e il senso personale, grazie anche al contributo e lo studio delle neuroscienze, e sentire ed esprimere se stesso in relazione a sé, agli altri e ai diversi contesti in cui vive.

1.9 Definizione sintetica

Relazionale spirituale corporeo

1.8 Costi

Costo del corso triennale (quote di iscrizione, materiali, rette, assicurazione tirocinio, esclusi: percorso personale, spv didattica individuale, testi in bibliografia, eventuali trasporti e spese alberghiere in proposte formative residenziali fuori sede): € 4.900,00 + IVA

2. Presentazione del corso

2.1 Titolo del corso

Corso triennale di counseling relazionale Spi.Co (spirituale-corporeo)

2.2 Obiettivi

Sono obiettivi del corso offrire alle persone uno spazio di ricerca e di riflessione, un laboratorio, da cui intraprendere un percorso utile alla crescita personale e professionale e alla co-costruzione di strumenti professionali in relazione al counseling:

- apprendere l'empatia: il processo per essere e stare con l'altro
- vedere, riconoscere e valorizzare se stessi; riconoscere le possibilità e risorse umane specifiche di ogni singola persona con cui si intraprende un percorso di counseling;
- promuovere l'autonomia e la realizzazione di sé, ognuno per le proprie possibilità e risorse
- promuovere la responsabilità personale
- promuovere il ben-essere attraverso la possibilità di amare e sentirsi amati e accolti
- riflessione su dati di realtà
- ricerca di dati altri meno evidenti
- riflessione sulle soluzioni già tentate o scelte
- ricerca su possibili nuove trasformazioni delle soluzioni individuate
- facilitare l'emergere di nuove soluzioni
- accrescere autonomia e discernimento

Offrire spazi di riflessione alla scoperta delle potenzialità umane (anche in condizioni di disagio), integrare con attività esperienziali come "messa a frutto" dei riferimenti teorici appresi nel percorso formativo. Sostenere la capacità insita nell'uomo di apprendere continuamente dall'esperienza e produrre cambiamenti positivi nella propria vita; offrire spazi di esplorazione delle difficoltà umane nei momenti di crisi ed individuare gli strumenti specifici e personali per superarli accompagnando e sostenendo l'autodeterminazione personale.

Obiettivo formativo del corso è la formazione all'ascolto empatico, alla disponibilità ad ascoltare integralmente con quanto più possibile sospensione del giudizio, in quanto in qualunque situazione relazionale propriamente umana ciò che risulta essenziale e determinante non consiste tanto nella possibilità di ricevere qualcosa, ma piuttosto nella necessità di esprimere un bisogno, in coincidenza con l'esperienza costruttiva di sentirsi compresi ed ascoltati. E' l'esperienza stessa di essere visti ed ascoltati che rappresenta il fulcro dinamico che consente la via, la possibilità per ognuno di esprimersi creativamente ed individuare le proprie soluzioni.

2.3 Metodologia d'insegnamento

Ogni docente porta il proprio stile e metodo di insegnamento, tuttavia il filone unico che accompagna il percorso formativo è caratterizzato da un metodo di lavoro integrato teorico-esperienziale e a "palla di neve" in grado di produrre sapere a partire dalla riflessione sulla propria esperienza e sulle proprie premesse teoriche di riferimento. Come un laboratorio creativo e in crescita, tale metodologia si propone di coinvolgere in tempi e modi diversi saperi ed esperienze favorendone la crescita in una evolutività utile ad ampliare riflessioni aperte sulle proprie matrici

culturali ed operative attraverso l'esplicitazione e il confronto con le cornici e i saperi che sostengono le esperienze in atto nell'intervento di counseling professionale con le persone.

La costruzione di ipotesi insature sul senso delle relazioni umane, dell'accompagnamento, del sostegno introspettivo e nell'esame di realtà e sulle prassi che caratterizzano un processo di crescita personale, rappresenta il punto di partenza su cui costruire e dare vita ad un percorso di crescita di un soggetto che diviene collettivo: il corpo docente insieme ai partecipanti al corso.

Sono previsti insegnamenti teorici, esperienziali, lavori di gruppo, simulate e lavori corporei.

2.3.1 Percorso personale

Il percorso formativo prevede un processo di crescita individuale a valenza didattica, da realizzare attraverso formazione personale di gruppo per un totale di 100 ore. Il processo è accompagnato da un Supervisor Counselor, Alessandro Balzan, per tutta la parte inerente l'esperienziale sulle strutture caratteriali in relazione a ciascun partecipante al percorso formativo; Piera Levorato, psicoterapeuta, per tutta la parte esperienziale legata alle tematiche familiari e all'intergenerazionalità, Patrizia Guerra, psicoterapeuta-sessuologa, per la parte esperienziale legata ai cambiamenti nei diversi cicli di vita in relazione anche alla sessualità. Il tipo di percorso personale previsto dal corso prevede attività a mediazione corporea ad integrazione dei temi affrontati sul piano teorico (del "sapere") affrontati nei diversi moduli formativi, quindi si farà esperienza più sul piano del "sentire" la comunicazione derivante dai messaggi del corpo, al fine di integrare le parti e raggiungere maggior riconoscimento e consapevolezza di sé. Nel percorso sono proposte anche in media 30 ore di esperienza di crescita personale individuale da realizzare in relazione al proprio piano di sviluppo specifico ed individuale e con terapeuti a mediazione corporea o coreenergetisti o counselor a mediazione corporea a scelta personale dello studente con l'unico vincolo che la scelta sia coerente con l'approccio del corso Spi.Co. Gli allievi devono aggiungere due incontri annuali, da utilizzare come verifica sul proprio percorso formativo attraverso la supervisione didattica individuale.

2.4 Struttura del corso

Durata espressa in anni: 3

Durata espressa in ore: 700

2.5 Organizzazione didattica

2.5.1 Criteri di ammissione

- a) Diploma di laurea triennale oppure
- b) Diploma di scuola media superiore quinquennale e dimostrazione di avere svolto attività lavorativa per almeno 60 (sessanta) mesi effettivi, anche non continuativi, nei seguenti ambiti: educativo, giuridico, organizzativo, sanitario, scolastico, sociale.

2.5.2 Modalità di ammissione

- a) Massimo allievi iscrivibili: 20
- b) colloquio motivazionale
- c) partecipazione ad un work-shop introduttivo.

2.5.3 Esami

Sono previste verifiche intermedie a metà anno e a fine di ogni anno attraverso la compilazione di test sui contenuti via via affrontati per la parte teorica e simulazioni sugli stessi per la parte esperienziale. Un esame finale al termine del corso comprensivo di parte teorica comprendente i temi di tutti i tre anni di formazione, che prevede la compilazione di un questionario composto da domande chiuse (con scelta limitata fra più risposte possibili predeterminate) e aperte (senza risposte predeterminate tra cui scegliere, in cui il corsista deve esprimersi liberamente attraverso una breve esposizione scritta rispetto ai concetti e ai contenuti appresi nel corso dei tre anni). L'esame finale, sia per la parte teorica che per l'esperienziale prevede la presenza di formatori e/o counselor anche esterni alla scuola. La parte teorica è composta da prova scritta e da prova orale; La parte esperienziale da simulata con cliente esterno di un incontro di counseling e da successivo incontro orale di confronto sull'esperienza con la commissione d'esame.

2.5.4 Assenze

Le assenze non possono superare il 10% del monte ore della didattica, è responsabilità del corsista pianificare con i tutor del corso un recupero studio rispetto alle assenze, rispetto alle quali sono previste conseguenti verifiche di apprendimento da parte della scuola.

2.5.5 Materiale didattico

- a) Per ogni insegnamento è previsto un testo bibliografico obbligatorio ed altri testi di consultazione opzionale
- b) E' previsto l'utilizzo di dispense interne.

2.6 Documenti da rilasciare al discente

Alla fine del percorso formativo, espletato tutto quanto richiesto, la struttura rilascia all'allievo:

- a) Diploma di counseling secondo la denominazione data dalla struttura in cui sia evidenziato il riconoscimento di AssoCounseling con apposizione dello specifico logo relativo al riconoscimento.
- b) Diploma supplement (DS, per info vedi: https://it.wikipedia.org/wiki/Diploma_Supplement): certificato contenente nel dettaglio le ore teoriche effettuate e il relativo monte ore nonché le attività esperienziali svolte ed il relativo monte ore con apposizione dello specifico logo relativo al riconoscimento
- c) Certificato di tirocinio contenente nel dettaglio le ore, le attività svolte e i soggetti attori (allievo-tirocinante, ente ospitante, tutor e supervisore)
- d) Relazione iscrizione in ingresso del discente solo per i casi previsti da dall'art. 9, comma b), punto 4) del Regolamento R01.

3. Programma del corso

3.1 Formazione teorico-pratica

3.1.1 Insegnamenti obbligatori

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling	8	Adriana Sumini
Fondamenti del counseling	28	Stefania Melissari
Comunicazione, scelte e cambiamento	28	Alessandra Bortolami
Psicologie	28	Simona Bortolai
Altre scienze umane	28	Adriana Sumini Sara Rossi
Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia	16	Piera Levorato
Etica e deontologia	16	M. Silvia Lo Sardo
Promozione della professione	8	Alessandra Bortolami
Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	160	\

3.1.2 Insegnamenti complementari (specifici della scuola)

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Counseling ad approccio Spirituale-Corporeo (Spi.Co®)	78	M. Silvia Lo Sardo Stefania Melissari
Pedagogia dei gruppi	8	Adriana Sumini
Counseling dei gruppi	8	Flora De Benedittis
Famiglia e Intergenerazionalità – Counseling e sessualità: pratiche e confini del counseling negli incontri individuali e di coppia	16 16	Piera Levorato Margherita De Martini
Sviluppo sessuale approccio sesso-corporeo di Desjardins	16	Patrizia Guerra
Cicli di vita: il venire e l'essere al mondo, esperienze di rinascita	16	Margherita De Martini
Elementi di Core Energetica ^{ooo}	60	Alessandro Balzan

Subtotale insegnamenti complementari	218	\
--------------------------------------	------------	---

3.1.3 Totale formazione teorica nei tre anni

Monte ore totale della formazione teorico-pratica	378	\
---	------------	---

3.2 Formazione esperienziale

3.2.1 Percorso personale (scegliere una sola opzione)

TIPOLOGIA	ORE	TRAINER
Formazione personale di gruppo	100	Alessandro Balzan
Subtotale percorso personale	100	\

3.2.2 Supervisione didattica

TIPOLOGIA	ORE	SUPERVISORE
Supervisione didattica	72	M. Silvia Lo Sardo
Subtotale supervisione didattica	72	\

3.2.3 Tirocinio (minimo 4 convenzioni)

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Counseling educativo-relazionale in ambito disabilità e psichiatria adulti		Cooperativa Sociale San Donato	M. Silvia Lo Sardo
Counseling educativo-relazionale in ambito giovani adulti e famiglie		Cooperativa Sociale Mirafiori A	M. Silvia Lo Sardo
Counseling di gruppo in attività di promozione sociale		Associazione La Locanda	M. Silvia Lo Sardo
Counseling individuale con adulti		Istituto RES	M. Silvia Lo Sardo
Eventuale attività di progettazione e/o ricerca		Cooperativa Sociale Mirafiori B – Progettazione e Sviluppo	Referente e/o tutor: Stefano Martino Stefania Melissari
Subtotale tirocinio	150	\	\

3.2.4 Totale formazione esperienziale nei tre anni

Subtotale percorso personale + supervisione + tirocinio	322	\
---	-----	---

3.3 Totale formazione nei tre anni

Somma di tutte le attività	700	\
----------------------------	-----	---

4. Bibliografia del corso

- C. Rogers (1970) *Terapia centrata sul cliente*, Firenze, Giunti Editore
- P. Watzlawick, J. H. Beavin, Don D. Jackson (1971) *Pragmatica della comunicazione umana*, Roma, Astrolabio
- S. Messina (1973) *Senza rancori rimpianti rimorsi*, Cantalupa (Torino), Effatà Editrice
- Elisabeth Kubler_Ross (1976) *La morte e il morire*, Assisi, Cittadella Editrice
- A. and L. Lowen (1979) *Espansione e integrazione del corpo in Bioenergetica*, Roma, Astrolabio
- A. Lowen (1983) *Bioenergetica*, Milano, Feltrinelli Editore
- A. Lowen (1980) *La depressione e il corpo*, Roma, Astrolabio
- A. Lowen (1984) *Il piacere*, Roma, Astrolabio
- A. Lowen (1991) *La spiritualità del corpo*, Roma, Astrolabio
- A. Lowen (1994) *Arrendersi al corpo*, Roma, Astrolabio
- J. Pierrakos (1994) *Corenergetica*, Spigno Saturnia (LT), Edizioni Crisalide
- J. Pierrakos (2007) *Eros, Amore e Sessualità*, Spigno Saturnia (LT), Edizioni Crisalide
- S. Messina (2000) *Vivere il morire*, Cantalupa (Torino), Effatà Editrice
- G. Bateson (1981) *Mente e natura*, Milano, Adelphi Edizioni
- M. E. Kerr e M. Bowen (1990) *La valutazione della famiglia*, Roma, Astrolabio-Ubaldini Editore
- R. May (1991) *L'arte del counseling*, Roma, Astrolabio
- W. Reich (1994) *Analisi del carattere*, Gallarate (VA), Sugarco Edizioni S.r.l.
- A cura di M.G. Contini (2000) IL GRUPPO luogo di scontri e di apprendimenti EDUCATIVO*, Roma, Carrocci Ed.
- M. G. Contini (2001) *Per una pedagogia delle emozioni*, Milano, NIS
- G. Colombo (2001) *Manuale di psicopatologia*, Padova, Edizioni CLEUP
- B. Ann Brennan (2002) *Mani di Luce*, Milano, Casa Editrice Corbaccio
- M. Sclavi (2003) *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Milano, Bruno Mondadori
- Anne Ancelin Schutzenberger (2004) *La sindrome degli antenati*, Roma, Di Renzo Editore
- Adam e Victor (2006) *Principi di Neurologia*, Education Italy s.r.l., McGraw-Hill
- Jean Paul Sartre (2006) *L'esistenzialismo è un umanismo a cura di M. Schoepflin*, Roma, Armando Editore
- P. Zimbardo (2007) *Effetto Lucifero*, Milano, editrice Cortina Raffaello
- A. Miller (2008) *Il dramma del bambino dotato e la ricerca del vero sé*, Torino, Universale Bollati Boringhieri
- W. Maurer (2008) *La prima ferita*, Firenze, Editrice Aam Terra Nuova
- W. Maurer (2009) *Il senso di appartenenza*, Firenze, Editrice Aam Terra Nuova
- A cura di P. Campagnoli (2011) Professione counseling*, Santarcangelo di Romagna (RN), Maggioli Editore
- A cura di P. Moselli (2011) Il counseling a mediazione corporea e i suoi contesti*, Milano, Franco Angeli
- Eysenck-Keane (2012) *Manuale di psicologia cognitiva*, Milano, ed. Sorbona
- R. Fenoglio, L. Nardi, A. Sumini, A. Tassinari (2012) *L'aggressività nei servizi sociali*, Santarcangelo di Romagna (RN), Maggioli Editore
- D. Kalsched (2013) *Il trauma e l'anima*, Bergamo, Moretti e Vitali Editori

Bessel Van Der Kolk (2015) Il corpo accusa il colpo, Milano, Raffaello Cortina Editore

Erica Francesca Poli (2015) Anatomia della coppia, Novara, Anima Edizioni

Maria Cristina Koch (2017) Counseling un modo di abitare il mondo, Milano, Guerini Next srl

Laura Boella (2018) Empatie, Milano, Raffaello Cortina Editore

Francesca Caputo (2018) Pensare la pedagogia in prospettiva fenomenologico-esistenziale Husserl, Heidegger, Jaspers, Noventa Padovana, Asterios Editore

Eugenio Borgna (2019) La follia che è anche in noi, Torino, Giulio Einaudi Editore

5. Programmi sintetici

5.1 Titolo dell'insegnamento: storia del counseling

Adriana Sumini

Pedagogista, ricercatrice e formatrice in counseling ad approccio sistemico relazionale. Docente universitaria nella formazione per gli studenti dell'Interfacoltà Educazione Professionale presso l'Università di Torino.

Obiettivi del corso

Apprendimento e confronto sulla storia del counseling

Contenuti

Rivoluzione industriale e capitalismo, gli asylums e il primo sistematico coinvolgimento dello Stato nella cura e controllo degli insani in Europa. La professione medica. Potere politico e la scienza che rimpiazza la religione come cornice di riferimento per comprendere la pazzia. Fine 800 e nascita della psichiatria con la classificazione dei disturbi psichiatrici. L'emergere della Psicoterapia dalla Medicina e dalla Psichiatria, il ruolo centrale di Freud. La crescita della Psicoterapia negli USA.

Ruolo delle chiese protestanti negli USA nel diffondere forme di counseling negli anni '20 e '30 (pastoral care).

Negli stessi anni il counseling veniva utilizzato nelle scuole per l'orientamento alla carriera.

Il counseling che emerge negli anni '40 con Carl Rogers. Le sue evoluzioni fino ai nostri giorni nel contesto nazionale e internazionale.

Metodologia

Lezioni frontali e confronti critici interattivi

Strumenti

Talvolta utilizzo di slides

5.2 Titolo dell'insegnamento: fondamenti del counseling

Stefania Melissari

Counselor a mediazione corporea ad indirizzo Core Energetico. Educatrice Professionale (n. 348 dell'albo della professione sanitaria di E.P.) Responsabile Area Ambientale in progetti di educativa territoriale ad alta intensità sanitaria sostegno scolastico per bambini e adolescenti, accompagnamento delle famiglie in periodi di criticità clinica all'interno del nucleo. Orientamento e accompagnamento tirocini lavorativi

Obiettivi del corso

Apprendere e confrontarsi sui fondamenti del counseling

Contenuti

Il counseling professionale è un'attività che si pone come obiettivo il miglioramento della qualità di vita del cliente. Il counselor accompagna quest'ultimo nel sostenere i suoi punti di forza e le sue capacità di autodeterminazione.

Le diverse fasi dell'incontro di counseling. I diversi spazi di ascolto e riflessione relativi a fasi di transizione e stati di crisi. Rinforzo della capacità di scelta e/o di cambiamento. I processi empatici come possibilità di crescita cognitiva reciproca nell'incontro di counseling.

I diversi interventi e accompagnamenti che utilizzano varie metodologie mutuare da diversi orientamenti teorici. A chi si rivolge: i destinatari. In quali contesti può essere erogato un servizio o accompagnamento di counseling. Lo specifico dei fondamenti del counseling Spi.Co® che si configura come un processo di apprendimento relazionale finalizzato alla scoperta delle risorse peculiari possedute da ciascun individuo, risorse che possono essere utilizzate per apportare cambiamenti positivi nella propria vita, sostenendo e affrontando i momenti di crisi e difficoltà che inevitabilmente accadono nel corso di ogni storia umana.

Metodologia

Consentire ai corsisti di fare essi stessi esperienza di uno spazio di ascolto e riflessione durante la formazione, uno spazio ed un tempo per esplorare anche le loro difficoltà in relazione ai processi evolutivi in corso d'opera.

Strumenti

Confronti ed esperienze di ascolto reciproco, osservazione partecipata, mappe di orientamento, ascolto attivo, simulate.

5.3 Titolo dell'insegnamento: comunicazione, scelte e cambiamento

Alessandra Bortolami

Professional Counselor, laureata in Letteratura Italiana all'Università di Torino, ha conseguito un Master in Risorse Umane alla George Washington University di Washington D.C. Ha ottenuto il diploma triennale in counseling psicosintetico e relazionale, Master in Counseling Transpersonale e Counseling a Mediazione Artistica.

Programma

Titolo "Comunicazione scelte e cambiamento" – 1° anno

Il primo anno di lavoro sul tema della "comunicazione, scelta e cambiamento"

ha come obiettivo che gli studenti prendano consapevolezza della loro modalità relazionale, delle loro paure e condizionamenti e di quanto questi incidono nelle loro scelte di vita.

Contenuti, metodologia, strumenti:

- 1. Differenza tra DEVO e VOGLIO attraverso una condivisione teorica e esperienziale.**
- 2. Lavoro teorico e esperienziale sulla definizione dei propri CONFINI relazionali. Attraverso questa esperienza i partecipanti mettono in luce le loro modalità relazionali e le loro eventuali difficoltà nel fare delle scelte e affrontare dei cambiamenti dovuti a paure, condizionamenti etc.**
- 3. Lavoro esperienziale sulle PAURE**
 - a. Differenza tra paura reale e immaginaria**
 - b. Riconoscimento delle proprie paure**
 - c. Lavoro sulla zona ombra e sulla zona luce delle paure**
 - d. Come accettare e/o trasformare le proprie paure**
- 4. Lavoro sul CORAGGIO come qualità della volontà per superare le paure e gli ostacoli a favore del cambiamento. Attraverso un lavoro creativo con il collage i partecipanti rappresentano il loro coraggio. Il coraggio come possibilità di azione attiva e di cambiamento e possibilità di superare le abitudini/resistenze che ci imprigionano nella convinzione di non avere coraggio.**

Programma "Comunicazione scelte e cambiamento" – 2° anno

Il secondo anno di lavoro sul tema della “comunicazione, scelta e cambiamento” è incentrato principalmente sul tema della volontà. L’obiettivo è che gli studenti comprendano il ruolo della volontà come funzione psicologica regolatrice di tutte le altre funzioni, che può essere allenata e rinforzata. Il programma si articola prendendo come riferimento principale il testo l’Atto di Volontà di Roberto Assagioli e il concetto di Volontà di John Pierrakos.

Contenuti, metodologia, strumenti:

1. La volontà come scelta e cambiamento. Qui vengono ripresi alcuni concetti già visti nel primo anno rispetto al significato profondo della volontà.
2. I simboli della volontà: attraverso una esperienza vengono condivisi e scelti dagli studenti i simboli che più rappresentano la volontà per loro.
3. La stella come espressione delle diverse funzioni psicologiche. I partecipanti colorano e danzano la stella delle funzioni per riconoscere quali delle funzioni sentono maggiormente sviluppata e quale meno dentro di loro. Questo gli permetterà di lavorare su quelle meno espresse e di utilizzare con consapevolezza quelle che sono maggiormente espresse in loro.
4. Gli aspetti della volontà; forse, saggia, buona, transpersonale. Tutti gli aspetti della volontà vengono descritti a livello teorico e viene poi fatta esperienza dei vari aspetti.
5. Le qualità della volontà. Vengono descritte in modo teorico le qualità e successivamente i partecipanti lavorano in modo creativo su quella che sentono meno espressa.
6. La volontà nella Core Energetica. Viene approfondito il concetto di volontà nella Core Energetica.
7. Il terzo chakra. Una parte è dedicata al terzo chakra che è associato al potere personale, alla fiducia in noi stessi e in generale a tutto ciò che ha a che fare la realizzazione dei propri desideri e delle proprie scelte.
8. L’atto di volontà. Viene descritto a livello teorico l’atto di volontà per poi permettere ai partecipanti di descrivere un loro atto di volontà al fine di riconoscere quale dei passaggi è per loro più difficoltoso e quali ostacoli o paure interferiscono nella realizzazione dell’atto stesso.

5.4 Titolo dell’insegnamento: psicologie

Psicologia generale

Simona Bortolai

Psicologa perfezionata in neuropsicologia, si occupa di formazione, di valutazione e riabilitazione neuropsicologica, valutazione e riabilitazione DSA – Disturbi Specifici dell’Apprendimento – Inquadramento psicodiagnostico C.T.P. – Consulenze Tecniche di Parte, perizie medico-legali.

Obiettivi

Fornire la basi della psicologia generale, spesso anche chiamata psicologia sperimentale, essa rappresenta la corrente principale della ricerca scientifica sulle funzioni psicologiche di base, e si prefigge di studiare con metodologia sperimentale la mente e il comportamento.

Contenuti

I temi della psicologia generale che verranno trattati riguardano

- mente e cervello
- la sensazione

- la percezione
- le emozioni
- la coscienza
- il pensiero
- il ragionamento
- l'intelligenza
- la memoria

Uno sguardo sarà destinato all'approccio sistemico relazionale, si prenderà in considerazione la teoria dei sistemi familiari elaborata (a partire dagli anni '50) da Murray Bowen. I diversi motivi per ritenere importante lo sviluppo di questa teoria. Il funzionamento dell'emotività umana secondo tale approccio.

Metodologia e strumenti

Lezioni frontali con il supporto di slides, proposte esperienziali e confronto sulle esperienze

Psicologia dello sviluppo

Introduzione

La psicologia dello sviluppo tenta di dare una risposta a tre domande fondamentali relative al processo evolutivo umano: "Quando", "Come" e "Perché".

Quando: esistono delle traiettorie comuni che, in assenza di patologie, ogni individuo, nell'infanzia, percorre fino a giungere a tappe di sviluppo ben precise. È assodato che alcune competenze come per esempio il linguaggio, vengano sviluppate in sequenze temporali piuttosto precise (dalla lallazione). Scopo della psicologia evolutiva è trovare queste tappe di sviluppo comuni a tutti gli individui.

Come: seguire il progresso di ogni singola competenza degli individui e studiarne i meccanismi di sviluppo. Esistono due diversi tipi di differenze tra le abilità degli individui: le differenze di ritmo (diversi periodi di apprendimento per le stesse abilità) e di stile (per esempio, nel linguaggio, apprendere più velocemente vocaboli o più la sintassi). L'ambiente esterno ha una notevole influenza sull'ordine di apprendimento delle competenze.

Perché: cerca e spiega i processi che stanno alla base di ogni competenza, distinguendo ancora una volta tra fattori genetici e ambiente esterno.

OBIETTIVI:

- SVILUPPO E CRESCITA

Lo sviluppo è un cambiamento incrementale e si compone di due fattori principali: la maturazione e l'apprendimento. Per maturazione si parla della modificazione innata della specie, mentre per apprendimento si parla dell'insieme di esperienze vissute dall'individuo. Premesso che le tappe maturative nei bambini sono uguali in tutto il mondo, si può affermare che entro l'adolescenza lo sviluppo cerebrale si porta al termine. A questo punto, un certo numero di abilità vengono dimenticate,

pur mantenendo una certa plasticità (possibilità di imparare nuove abilità nel corso del tempo). Allo sviluppo si contrappongono cambiamenti decrementali come il Deterioramento, la Perdita, il Declino e la Regressione. Durante lo sviluppo possono verificarsi dei fenomeni assimilabili alle perdite (es. Audiomutismo Fisiologico), ma che in realtà fanno parte della maturazione del soggetto. I traumi possono condurre a delle regressioni a periodi dello sviluppo precedente (fissazioni).

CONTENUTI:

- *fasi dello sviluppo dell'età evolutiva*
- *metodi di osservazione*

Esistono diversi metodi di osservazione dei soggetti nell'ambito di sviluppo. Tra questi, i principali sono:

- Osservazione naturalistica
- Osservazione strutturale
- Osservazione psico-fisiologica

Distinzione degli aspetti della psicologia dello sviluppo da quelli della psicologia dell'età evolutiva.

I cicli di vita.

Contributi di:

Spitz, René Arpad

Jean Piaget

Donald Woods Winnicott

Il punto di vista della teoria energetico-emozionale.

Strumenti

Utilizzo di slides di supporto alla parte teorica

5.5 Titolo dell'insegnamento: altre scienze umane

La pedagogia come scienza umana per il counseling

pedagogia dei gruppi e counseling dei gruppi

Adriana Sumini

Pedagogista, ricercatrice e formatrice in counseling ad approccio sistemico relazionale. Docente universitaria nella formazione per gli studenti dell'Interfacoltà Educazione Professionale presso l'Università di Torino.

Flora De Benedittis

Counselor ad orientamento relazionale espressivo, educatrice professionale e supervisore educativo. Formatrice, Responsabile d'area ambientale in servizi alla persona, per il ben-essere personale e il sostegno alle famiglie.

Obiettivi

Costruire una matrice pedagogica utile all'allenamento concreto al dialogo e all'ascolto attivo, all'empowerment personale e di gruppo.

Contenuti

Il counseling è legato a molte discipline che trattano da sempre le questioni relative all'esistenza umana.

Confrontarsi con svariati ambiti culturali e disciplinari è una necessità per sviluppare nella formazione del counselor una sensibilità verso le problematiche che possono emergere nel lavoro con i clienti, le organizzazioni e il territorio. Le questioni legate all'esistenza possono essere trattate in modo trasversale dalla pedagogia che deve la propria esistenza proprio al dialogo con le altre scienze umane.

Verrà trattato il tema dei gruppi nel dialogo tra due formatrici, la prima per la costruzione della cornice teorica, la seconda per l'esperienziale che riguarda i gruppi di counseling.

I contesti in cui si sono sviluppati gli interventi di aiuto a impostazione "non clinica" sono di matrice pedagogica, intendendo per pedagogia tutto ciò che ha a che fare con l'apprendimento e lo sviluppo delle risorse personali, in ogni età della vita.

Nella cura ad orientamento pedagogico si gioca l'intervento di un professionista che facilita e incoraggia l'apprendimento e l'autonomia; questa è la matrice pedagogica fondamentale nell'atteggiamento del counselor. Le competenze che occorrono al counselor per favorire questo processo.

Metodologia

Lezioni frontali e di confronto critico

Attività di counseling espressivo di gruppo

Strumenti

Utilizzo di slides, attività ludiche ed espressive, mediazione corporea

Sara Rossi

Il tema delle immagini in Core Energetica

Counselor a mediazione corporea ad indirizzo Core Energetico. Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica. Arteterapeuta, responsabile delle risorse umane presso cooperativa sociale Mirafiori.

Obiettivi:

Si ritiene fondamentale nella formazione al counseling lo sviluppo di una sensibilità relativa alle scienze

umane utili a fornire un arricchimento culturale e personale.

La proposta è di unire le conoscenze relative al funzionamento cerebrale legato alle neuroscienze a quelle della ns mente in un'ottica di "galleria di immagini" (Vittorino Andreoli) che soprattutto nel primo periodo dell'età evolutiva costruisce. Il confronto culturale sarà integrato con l'esperienza personale e la proposta teorica della Core Energetica rispetto al condizionamento nei ns comportamenti che le immagini acquisiscono. L'obiettivo è il riconoscimento delle nostre immagini utile ad una maggiore consapevolezza di sé.

Contenuti

L'argomento delle immagini è un tema molto complesso ed è stato trattato sia dal punto di vista scientifico che dal punto di vista psicologico che spirituale.

E' un tema che forse per la sua complessità affascina sempre molto e più si ricerca e studia nelle diverse aree questo tema più ci si rende conto che le diverse discipline si intrecciano per sostenere le stesse teorie; magari cambiando la terminologia ma la sostanza resta la stessa.

Un primo dato è che le immagini stanno nel sistema delle credenze.

Molte teorie ormai convergono sul fatto che i bambini vengono al mondo con delle loro proprie caratteristiche. Si è anche d'accordo sul fatto che la prima interazione, il primo legame significativo, avviene di solito con la madre. Quando nasce il bambino è totalmente dipendente dalla madre, si percepisce come un suo prolungamento senza distinguere ciò che appartiene a lui e cosa appartiene alla madre.

Freud durante i suoi studi sull'elaborazione del lutto aveva teorizzato la nascita di "un fantasma" proprio in questa fase.

Prima dei 10 anni generalizziamo molto gli eventi e sul piano emozionale le esperienze vengono percepite in modo molto concreto. Dove qualcosa si è fermato a livello di sviluppo si è formata un'opinione che nell'infanzia era adeguata ad una specifica situazione, in seguito, nell'età adulta, si generalizza questa stessa opinione ad altre situazioni.

Il "fantasma" di Freud in Core Energetica è il concetto di immagine.

L'immagine si presenta come uno scatto fotografico di un'esperienza o di un insieme di esperienze, e su questo "fermo immagine" creiamo una credenza che condiziona generalmente la nostra vita.

Metodologia e strumenti

Esercitazioni volte all'individuazione delle proprie immagini, attraverso l'utilizzo della scrittura autobiografica, lavori espressivi di arteterapia e strumenti a mediazione corporea ad approccio core energetico.

5.6 Titolo dell'insegnamento: le professioni della relazione di aiuto, confini ed elementi di psicopatologia

Pierina Levorato

Psicologa, Psicoterapeuta ad approccio sistemico relazionale, counselor ad approccio core energetico, diploma di Istruttore di MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) MBCT (Mindfulness Based Cognitive) e MBI (protocolli Mindfulness based).

- **Introduzione del corso:**

L'insegnamento di elementi di psicopatologia si colloca nel percorso di formazione del counselor come base per conoscere e poter discernere le situazioni di cui potersi prendere carico, pone le basi razionali per la comprensione del concetto di confine professionale come necessità di differenti competenze a tutela del cliente e del counselor stesso. Nella sua attività il counselor può incontrare molti soggetti che possono presentare situazioni cliniche sfumate e, soltanto la conoscenza di alcuni dei temi trattati nella lezione, porrà il professionista nella condizione di poter capire la necessità di un invio o identificare l'emergere di situazioni che lo richiedano nel proseguo degli incontri

Obiettivi

Fornire al futuro counselor elementi per conoscere e districarsi nel lavoro con il disagio psichico in modo da essere in grado di riconoscere le situazioni di cui prendersi carico.

- **Contenuti**

- Salute mentale come insieme di capacità dell'individuo
- Il pensiero di Freud
- Psicopatologia descrittiva e eziologica
- Processi patologici
- Disturbi psicopatologici da cause organiche e non organiche
- Sintomo, sindrome, malattia
- Organizzazione psichica, personalità e temperamento
- Carattere e stile cognitivo
- Strutture nevrotica, psicotica e borderline
- Cosa tenere presente nell'incontro con il cliente
- Compiti dell'io - lo funzionale e disfunzionale,
- Meccanismi di difesa e stili difensivi
- Disturbi di personalità
- Funzionamento normale e patologico

- **Metodologia**

- Lezioni frontali su aspetti teorici, anche con l'ausilio di slide e/o filmati
- Lavoro di gruppo
- Role playing
- Lavoro sul singolo

- **Strumenti**

- Osservazione partecipata (per sollecitare nel futuro counselor capacità di lettura di ciò che emerge e l'abilità a porre domande)
- Mappe per orientarsi su cosa tenere presente nell'incontro con il cliente per comprenderne

gli aspetti funzionali e disfunzionali

- **Mappe per orientarsi sull'individuazione dei meccanismi di difesa**

5.7 Titolo dell'insegnamento: etica e deontologia

Maria Silvia Lo Sardo

Supervisor Counselor ad orientamento Core Energetico. Educatrice Professionale (n. 544 dell'albo della professione sanitaria di E.P.) specializzata in Supervisione Educativa. Responsabile Settore Formazione della Cooperativa sociale Mirafiori di Torino. Presidente della società cooperativa Spi.Co (spirituale-corporeo).

Introduzione del corso:

Il corso prevede moduli di etica in termini di mappe di orientamento circa le possibilità per l'essere umano di fare scelte buone per sé inclusive delle relazioni esterne e dei contesti di vita. Si tratta di un insegnamento trasversale all'intero percorso di formazione legato al tema della reciprocità. In relazione alla deontologia professionale verrà condivisa la conoscenza del codice etico e deontologico di Assocounseling.

Obiettivi:

- **Educarsi all'ascolto interiore**
- **Utilizzo concreto degli apprendimenti teorici circa i comportamenti coerenti nel rapporto di counseling con il cliente e la società**
- **Apprendimento e messa in pratica di comportamenti coerenti con il c.d. Assocounseling**
- **Costruzione di strumenti concettuali per muoversi nel campo etico e deontologico**

Contenuti:

Le mappe di orientamento all'interno dell'approccio ecologico (Bronfenbrenner), i rapporti tra i diversi livelli di relazione diretta e indiretta; tematiche inerenti la professione nei suoi diversi aspetti e livelli; dal consenso informato al lavoro con le famiglie e i minori, i livelli legislativi delle dgr nei diversi Servizi, e la legge 4/2013.

Metodologia:

ci si avvale di una metodologia di lavoro interattiva di coinvolgimento diretto dei corsisti, attraverso simulate, di scrittura creativa, giochi di ruolo al fine di favorire l'apprendimento dei diversi livelli che attengono l'etica con la necessaria attività di una costruzione di strumenti personali che arricchiscano la capacità del counselor di guidare il cliente nella sua personale dimensione etica.

Counseling ad approccio Spirituale-Corporeo (Spi.Co®):

Introduzione del corso

Il corso si configura come un processo di apprendimento relazionale finalizzato alla scoperta delle risorse peculiari possedute da ciascun individuo, risorse che possono essere utilizzate per apportare cambiamenti positivi nella propria vita, sostenendo e affrontando i momenti di crisi e difficoltà che inevitabilmente accadono nel corso di ogni storia umana.

Obiettivi

Fare esperienza di come il counseling Spi.Co® possa aiutarci:

- A ritrovare fiducia in noi stessi, imparando da esperienze concrete cosa è bene e cosa no per noi, riconoscendosi la massima competenza riguardo alla propria vita;**
- ad affrontare passo passo momenti esistenziali difficili, evitando di sentirsi schiacciati per individuare oltre alla sostenibilità dei problemi anche vie di uscita;**
- ad allenarci al dialogo con noi stessi e all'interconnessione con altri esseri e contesti di vita, all'individuazione di comportamenti per il bene comune;**
- a sperimentare il confronto, anche con l'utilizzo della conflittualità, per consentirci esperienze umane trasformative che rendono capaci di scelte etiche, libere, spirituali.**

Contenuti

Ogni individuo che lavora con le persone potrebbe interessarsi a questo approccio perché può integrarlo nella propria esperienza, per approfondire e fare pratica del senso dell'esercizio della volontà personale come scelta di libertà esistenziale. In tal senso non potrà che potenziare e arricchire la propria formazione già presente. Questa esperienza formativa integra infatti le conoscenze delle diverse discipline umanistiche a cui fa riferimento senza sentirsi mai esaustiva, e cresce nel dialogo affrontando criticamente e creativamente la realtà della persona alla scoperta di sé e di come essere parte attiva nello stare al mondo.

Un counselor ad approccio spirituale corporeo è dunque un operatore dell'area educativa relazionale che affronta con le persone i contenuti che queste portano come bisogni esistenziali propri.

Gli insegnamenti del Laboratorio Spi.Co® per l'integrazione specifica la spiritualità del corpo derivano per lo più dai principi della Core Energetica.

La Core Energetica è una pratica, una educazione alla realtà interiore dell'uomo, fondata da John Pierrakos ha come destinazione il nucleo più profondo dell'essere umano, dove scorre la nostra energia vitale. Si tratta di un processo evolutivo che aiuta le persone a riconoscere da quale spazio interiore si muovono, comunicano e si relazionano con l'esterno, un aiuto per percepire ed agire a partire dal proprio nucleo, per attivare il proprio potere creativo ed un più grande stato di coscienza. E' stato fondatore della Core Energetica.

Metodologia

Confronti teorici, esperienze corporee dirette all'ascolto di sé con l'utilizzo di strumenti e mappe proprie della Core Energetica integrati da strumenti educativi di espressione creativa di sé.

5.8 Titolo dell'insegnamento: Promozione della professione

Alessandra Bortolami

Professional Counselor, laureata in Letteratura Italiana all'Università di Torino, ha conseguito un Master in Risorse Umane alla George Washington University di Washington D.C. Ha ottenuto il diploma triennale in counseling psicosintetico e relazionale, Master in Counseling Transpersonale e Counseling a Mediazione Artistica.

Titolo "Promozione della professione" – 3° anno

Il terzo anno verte sul tema "La promozione della professione" e ha come obiettivo quello che gli studenti acquisiscano gli strumenti per promuoversi come counselor al termine della scuola e intraprendano l'avviamento dell'attività professionale che comprende specificatamente

"le modalità con cui ci si presenta ai potenziali clienti, ai colleghi, alla comunità scientifica e alla società in generale. Modalità di utilizzo dei loghi e dei marchi di AssoCounseling.

Costruzione della propria immagine professionale nel rispetto dei dettami normativi, dei confini previsti dal codice deontologico di AssoCounseling e in relazione alle specificità del proprio modello.

Costruzioni di reti di professionisti sul territorio (psicologi, psicoterapeuti, medici, psichiatri, avvocati, mediatori familiari, etc.) e di rapporti con i servizi territoriali (SerT, assistenza sociale, etc.). Marketing professionale: siti web, social media, realizzazione di biglietti da visita, brochure, locandine, etc."

Inoltre è un momento di verifica rispetto alla loro idea di che cosa significa esercitare la professione di counselor e dove si trovano rispetto a questo.

Contenuti, metodologia, strumenti:

1. Definizione dei confini del counselor e degli ambiti di intervento del counseling a livello teorico.
2. Quali metodi e strumenti si possono utilizzare per promuoversi come counselor a livello teorico.
3. Lavoro esperienziale attraverso il movimento e la realizzazione creativa di una mappa per individuare sia limiti, ostacoli e paure che qualità, capacità e strumenti che ogni studente riconosce rispetto all'esercitare la professione del counselor.
4. Lavoro sull'atto di volontà "esercitare la professione di counselor". Gli studenti compilano un atto di volontà seguendo i vari passaggi per mettere a fuoco su quali aspetti, sia sul piano emozionale che pratico, possono ancora mettere l'attenzione per migliorare prima di iniziare a esercitare la professione di counselor.
5. Preparazione, da parte di ogni studente, di una presentazione scritta e orale di che cosa è il counseling e di sé stessi come counselor.

5.9 Titolo dell'insegnamento: intergenerazionalità e counseling con coppie e famiglie

Pierina Levorato

Psicologa, Psicoterapeuta ad approccio sistemico relazionale, counselor ad approccio core energetico, diploma di Istruttore di MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) MBCT (Mindfulness Based Cognitive) e MBI (protocolli Mindfulness based).

Titolo della formazione:

Famiglia e intergenerazionalità

Introduzione del corso

Ogni individuo nasce all'interno di un sistema che diventa il suo microcosmo di riferimento. In questo microcosmo imparerà a sapere chi è, cosa ci si aspetta da lui, cosa può fare e cosa no, quali sono le lealtà familiari, come stare nella vita, come instaurare e condurre le relazioni. Le modalità acquisite finiscono per determinare lo stile di comportamento e vengono messe in atto in modo automatico e inconsapevole.

Nel percorso di crescita personale è importante portare consapevolezza a questo processo per riuscire a differenziarsi sempre più dalla propria famiglia d'origine per perseguire maggiormente il proprio piano di vita.

Nessuno è un'isola e, in questo senso, il counselor che si appresta ad accompagnare il cliente nel suo percorso evolutivo è opportuno tenga conto del back ground del soggetto per aiutarlo ad individuare gli elementi di base che hanno caratterizzato la sua crescita e che condizionano il suo sviluppo

- **Obiettivi:**

Fornire al futuro counselor

- una mappa per poter leggere la propria storia individuale/familiare individuandone i punti di forza e di criticità
- un allenamento per una visione (almeno) trigenerazionale per imparare a considerare il cliente non un'isola ma un soggetto che si trova nell'intersezione di storie
- elementi per riconoscere le principali problematiche familiari che rendono difficile, se non impossibile, una sana evoluzione (es. triangolazione, figlio genitoriale, figlio sostitutivo, linguaggio di doppio legame, segreti di famiglia, ecc...)
- strumenti per rendere più chiaro al counselor e al cliente elementi della propria storia di cui c'è scarsa consapevolezza

- **Contenuti**

- L'individuo nel sistema – appartenenza – separazione
- La famiglia - un'organizzazione complessa di relazioni interpersonali, che ha una storia e che crea storia
- La famiglia una varietà di sistemi e sottosistemi
- La famiglia: stabilità e cambiamento, coesione e adattabilità
- Caratteristiche dei legami familiari
- La famiglia e il suo ciclo vitale
- I livelli dello scambio familiare
- Sistema emotivo familiare
- Trasmissione da parte dei genitori di diversi gradi di maturità e immaturità attraverso più generazioni
- Gli individui e i loro sistemi relazionali sono, nel presente, il frutto della loro storia passata e della tensione verso il futuro
- Grado di differenziazione del sé
- La coppia – l'in-contro e la scelta del partner
- L'uso di strumenti specifici nel lavoro sulla famiglia (uso delle immagini e delle foto)

- **Metodologia**

- Lezioni frontali su aspetti teorici, anche con l'ausilio di slide e/o filmati
 - Lavoro di gruppo
 - Role playing
 - Lavoro sul singolo
- Strumenti
 - ❖ Osservazione partecipata (per sollecitare nel futuro counselor capacità di lettura di ciò che emerge e l'abilità a porre domande)
 - ❖ Genogramma storico geografico
 - ❖ Genogramma fotografico
 - ❖ Collage
 - ❖ Scultura familiare

Margherita De Martini

Ostetrica, Counselor psico-corporeo ed Art counseling, Counselor ad approccio Core Energetico, Esperta in sessuologia clinica, Psicogenealogia, formatrice, accompagnamenti individuali, coppie e gruppi.

(professionista disciplinato ai sensi della legge 4/2013)

Programma

Titolo dell'insegnamento:

Counseling e sessualità: pratiche e confini del counseling negli incontri individuali e di coppia

Introduzione:

La sessualità è un aspetto rilevante dell'essere umano rappresentata nell'insieme psico-somato-relazionale ciò caratterizza la persona dirigendo desideri, emozioni, sensazioni, affetti e si manifestano nella relazione.

Obiettivi:

L'insegnamento intende fornire degli strumenti agli allievi, che consentano di affrontare alcuni aspetti sulle tematiche sessuali nel corso di colloquio di counseling con il cliente.

Contenuti:

I temi affrontati in questa sessione riguardano:

- alcuni cenni storici della sessualità per comprenderne meglio il significato che è intriso nelle nostre cellule poiché la sessualità ha avuto nel tempo una storia umana e sociale che non può essere compresa solamente analizzando le singole parti;
- fisiologia della risposta sessuale fondamentale per avere una conoscenza del corpo in relazione all'energia sessuale;
- identità di genere ed il sesso poiché si nasce maschio o femmina e si diventa uomini o donne;
- la costruzione dell'identità per riconoscere la dimensione del proprio essere sessuati in quanto non va considerata come un'entità a sé stante ma inquadrata in un contesto globale della personalità;
- le disfunzioni sessuali nel suo riconoscimento per poter accedere ad un intervento di armonizzazione o di indirizzo ad uno specialista;
- cenni sulle perversioni dando agli allievi la dimensione di perversione e normalità;
- counseling sessuologico

Metodologia:

L'insegnamento è composto da una parte di lavoro con lezioni frontali, una parte di lavoro esperienziale nella dimensione individuale di coppia e di gruppo. Gli argomenti proposti risultano essere centrati per lavorare sull'ascolto del proprio sé ed in particolare la consapevolezza corporea in risposta alle tematiche sessuali.

Strumenti:

L'insegnamento si attiva attraverso tecniche empatiche, ascolto e accoglimento dei propri sentimenti ed emozioni.

Il lavoro corporeo individuale e di gruppo ha lo scopo di far emergere i nostri nodi le nostre disarmonie rispetto la sessualità con il fine di essere in grado di mantenere una relazione d'aiuto efficace con il cliente.

6.1 Titolo dell'insegnamento: cicli di vita e sviluppo sessuale

Patrizia Guerra

Medico di base, specialista in gastroenterologia, psicoterapeuta-sessuologa. Formatrice in percorsi di educazione sessuale, approccio sesso-corporeo del Prof. Desjardins per adolescenti e adulti, supervisione per gli operatori.

Programma:

un modello di sviluppo sessuale

Introduzione del corso:

Lo sviluppo sessuale umano dura dalla prima infanzia alla vecchiaia. E' simile allo sviluppo delle capacità motorie, dell'affettività, dell'intelligenza, o del linguaggio (una varietà di passi di apprendimento personale). La maturazione del cervello gioca anche un suo ruolo, così come l'interazione con l'ambiente.

Lo sviluppo sessuale inizia con il riflesso dell'eccitazione già visto nel periodo prenatale, che si collega nel corso dello sviluppo al crescere della motricità, delle funzioni sensoriali, delle funzioni simboliche, cognitive e comunicative. Pertanto troveremo delle appropriazioni genitali presenti che si rinforzano grazie alla ripetizione e consentiranno di accedere alla funzione del piacere.

A partire dall'esplorazione del proprio sesso così come il gioco genitale tra pari e con il sesso opposto, si costruisce la percezione del proprio genere e della differenza di genere.

La socializzazione insegna i concetti di "pubblico" e "privato", cioè della sessualità come intimità con se stessi e con gli altri.

Come ogni sviluppo anche lo sviluppo sessuale procede ad onde con nuove scoperte e la stabilizzazione di ciò che è già imparato ripetendo o riprendendo precedenti fasi di sviluppo.

Nessuna capacità umana è così poco sostenuta nel proprio sviluppo dai genitori e dalla società, come la sessualità: mentre i primi passi sono ampiamente promossi e accompagnati con un sacco di emozioni e di incoraggiamento, parlare delle prime esplorazioni a livello genitale produca ancora sentimenti piuttosto contrastanti, di incertezza o di rifiuto. I genitori sono preoccupati di eventuali ritardi nello sviluppo motorio e del linguaggio, in quanto sono ben informati su questi processi. Al contrario, si sentono più sollevati quando il loro bambino non si occupa particolarmente della propria genitalità. Secondo l'OMS: "La salute sessuale è l'integrazione degli aspetti fisici, emotivi, intellettuali e sociali

dell'essere umano nel senso di arricchimento a livello personale così come di comunicazione e di amore".

Obiettivi:

Apprendimento del modello Sessocorporeo del Prof. Jean-Yves Desjardin a cui si fa riferimento nei contenuti.

Il Sessocorporeo nasce c/o il Dipartimento di Sessuologia dell'Università di Quebec a Montreal, unica facoltà sessuologica del mondo, che ha fondato insieme con il Prof. Claude Crépault nel 1968.

Sulla base delle osservazioni cliniche e studi scientifici ha elaborato fino al 1988, un modello di sviluppo e di funzione sessuale, ampliato in base alle nuove conoscenze scientifiche.

Contenuti:

questo modello permette una valutazione sessuologica dettagliata di tutte le componenti che interagiscono nello sviluppo sessuale umano.

Ciò è essenziale al fine di fornire ai pazienti, a partire dai loro problemi sessuali, le abilità che consentono loro di migliorare la salute sessuale.

Uno dei capisaldi è che il corpo ed il cervello sono un'unità funzionale inseparabile.

La dicotomia corpo-mente è una divisione artificiale che permette di esaminare a fondo ogni area come parte di un tutto inscindibile.

C'è grande attenzione alle leggi del corpo (tono muscolare, ritmo, e spazio interno ed esterno) che reggono ogni nostra azione ed è grazie all'azione volontaria su queste componenti che si impara a influenzare volontariamente, le nostre percezioni, e le nostre emozioni nella vita e nell'esercizio della sessualità.

Grazie a queste leggi del corpo è possibile migliorare volontariamente l'eccitazione sessuale che parte da un riflesso, ma che con gli apprendimenti è possibile portare dalla non coscienza alla coscienza .

Il Sessocorporeo è un approccio sessuologico che parte dal concetto di salute sessuale, cioè da una realtà osservabile e analizza tutte le componenti che interagiscono e si integrano nell'esperienza sessuale

*le componenti fondamentali (pre-iscritte),

*le componenti fisiologiche: (riflesso di eccitazione genitale, fonti di eccitazione sessuale, curve di eccitazione genitale, modi di eccitazione sessuale), * le componenti cognitive (conoscenze, convinzioni, ideologie, giudizi di valore, sistemi di pensiero),

*le componenti personali: (sentimento di appartenenza al proprio sesso biologico, piacere sessuale, desiderio sessuale, immaginario sessuale, codici di attrazione sessuale, assertività sessuale, intensità sessuale),

*le componenti relazionali: (sentimento d'amore, comunicazione, seduzione, abilità erotiche)

Questo costituisce il quadro di riferimento per la valutazione. Con ogni persona in primo luogo vengono valutate le competenze esistenti cioè i punti di forza. In Sessocorporeo i limiti non sono sinonimo di mancanza o patologia, ma danno senso alla vita, ed incoraggiano a nuove esperienze.

Il modello di sviluppo sessuale o per meglio dire il processo di sessualizzazione preso a riferimento è il modello di Piaget (modificato) che procede per tappe a spirale

Alcune dipendono dal sistema neurovegetativo (i riflessi) e da automatismi che agiscono inizialmente al di fuori del campo della coscienza.

- * La spirale dello sviluppo sessuale parte dal riflesso della vasocongestione genitale già presente alla nascita, a 6-8 mesi (senso-motorio), il bambino apprende con i giochi le leggi del corpo e comincia ad esplorare i ritmi e le tensioni muscolari.
- * Può riprodurre un movimento che gli procura delle sensazioni genitali (es. premere sul pannolino, saltare sulle ginocchia di qualcuno) senza che in questo stadio ci sia un'associazione simbolica
- * Appaiono dei giochi con le differenti leggi del corpo (differenti ritmi, tensioni muscolari), a 18 mesi -2 anni il bambino è sempre più curioso rispetto ai suoi genitali.

*Comincia a percepire le differenze tra gli uomini e le donne ed inizia lo sviluppo del senso di appartenenza al proprio sesso biologico.

*l'apparire dei giochi di esplorazione del proprio corpo,

a 3-4 anni il bambino scopre i propri genitali in termini di esplorazione sessuale con gli sfregamenti genitali, con i giochi di scoperta del proprio sesso e/o del sesso dell'altro.

- * C'è l'appropriazione del proprio sesso anatomico e l'evoluzione del senso di appartenenza al proprio sesso biologico
- * A 5-6 anni compaiono dei giochi più elaborati tra bambini dello stesso sesso e/o del sesso opposto.
- * Questi giochi costituiscono un sostegno all'orientamento sessuale futuro.
- * L'interesse sempre più marcato per i giochi di scoperta sessuale con gli altri bambini inclusi i giochi di ruolo (giocare al dottore, al papà e mamma ecc.)

A 8-10 anni il bambino discute e negozia le regole del gioco man mano che gioca.

- * Prova diverse strategie per piacere e si cimenta nei giochi di seduzione.
- * E' lontano dall'essere un periodo di latenza
- * Può apparire l'esplorazione del pene o della vagina

La pubertà arriva con le mestruazioni per le ragazze e le prime eiaculazioni nei ragazzi (le modificazioni corporee importanti a livello dei caratteri sessuali secondari (pelosità, timbro della voce, seni ecc) fanno nascere una forte intensità emotiva e rispetto alle altre tappe, influenzano ancor di più il sentimento d'appartenenza al proprio sesso biologico (rinforzando o fragilizzando)

A seguire la fase post puberale.

Metodologia:

insegnamenti teorici del modello, metodologie attive di lavoro, role play, esperienze corporee ed emozionali, condivisioni di gruppo.

Strumenti:

L'insegnamento si attiva attraverso l'utilizzo di slides per i contenuti teorici, tecniche esperienziali a mediazione corporea con lo scopo di ampliare strumenti di riconoscimento e consapevolezza.

Margherita De Martini

Ostetrica, Counselor psico-corporeo ed Art counseling, Counselor ad approccio Core Energetico, Esperta in sessuologia clinica, Psicogenealogia, formatrice, accompagnamenti individuali, coppie e gruppi.
(professionista disciplinato ai sensi della legge 4/2013)

Titolo dell'insegnamento:

Cicli di vita: il venire e l'essere al mondo, esperienze di ri-nascita

Introduzione del corso:

Ognuno di noi porta in sé delle informazioni acquisite sia dalle esperienze vissute che dalla trasmissione genealogica, inducendo movimenti nella vita spesso involontari e malsani. Il lavoro corporeo ci insegna che tutto ciò che l'essere umano vive nel periodo che va dal concepimento ai primi tre anni di vita, viene impresso nella sua memoria cellulare, creando un modello proprio che impregna la nostra matrice condizionandoci nelle scelte di vita.

Obiettivi:

Il lavoro corporeo-emozionale sulla propria nascita permette di poterci ritrovare nella nostra unicità, portando alla luce le impronte della matrice modificandone l'esperienza e quindi la forma; in tal modo le emozioni che tanto vengono percepite spaventevoli, possono essere dichiarate, ascoltate e sciolte.

Contenuti:

I temi affrontati in questa sessione riguardano

- il legame tra venire al mondo e dare alla luce appreso come l'esperienza materna - neonatale come unica;
- il ruolo dei componenti familiari all'interno della singola persona, la visione globale della famiglia di origine come trasmissione genealogica di "compiti e doveri" attraverso un concetto di lealtà familiare;
- cenni di fisiologia ostetrica, il periodo di endogestazione esogestazione, con la lettura di cambiamenti di atteggiamenti e corporei nel legame madre-figlio;
- la conoscenza dei tempi del travaglio/parto;
- l'importanza dell'imprinting;

Metodologia:

Il lavoro proposto ha solide fondamenta basate sull'integrazione tra Core-energetica e Psicogenealogia.

La Core-energetica, fondata da John Pierrakos, è uno metodo di lavoro che agisce su tutti i nostri livelli: corpo, emozione, mente, volontà, Sè Spirituale.

Nella Core-Energetica il corpo è lo strumento principe per contattare tutti i livelli dell'essere, ciò dà la possibilità di entrare in contatto con le le energie infantili in modo adulto, sciogliere i conflitti consapevoli/inconapevoli in sospeso con i genitori e liberarsi dei pesi che ci sono stati consegnati.

La psicogenealogia, lavora sulle connessioni relazionali relative al trigenerazionale e al ciclo di vita, consente di contattare, riconoscere e dissolvere le programmazioni dolorose che impediscono di esprimere in libertà il nostro potenziale individuale. Strumento principe di questi approcci è la ricostruzione e la lettura dell'albero genealogico.

L'integrazione fra Core-Energetica e Psicogenealogia permette alla persona di entrare in contatto con l'energia del cuore riconoscendo e nutrendo i propri bisogni più profondi.

Strumenti:

L'insegnamento si attiva attraverso tecniche empatiche di ascolto ed accoglimento dei propri sentimenti ed emozioni con lo scopo di fornire strumenti di consapevolezza. Il lavoro individuale ha lo scopo di far emergere emozioni e sensazioni "dimenticate" per dare spazio anche a ciò che nascondiamo.

Nel corso di questa materia l'allievo ha la possibilità di ripercorrere il proprio processo di nascita, ed assistere i compagni presenti, portando medicamento alle ferite subite durante il periodo pre-peri-postnatale attraverso il processo di ri-nascita.

6.2 Titolo dell'insegnamento: elementi di core-energetica

Alessandro Balzan

Supervisor Counselor ad orientamento Core Energetico, docente scolastico e formatore per operatori in contesti educativi, accompagnamenti per bambini e genitori, musicoterapeuta e fondatore della disciplina di meditazione in movimento "Core Dance". Conduttore di Supervisioni professionali per counselor in gruppo e individuali.

Titolo della formazione:

Il processo di Carica e Scarica energetica nell'essere umano

Introduzione:

Descrizione del processo di carica e scarica energetica seguendo le scoperte fatte da Wilhelm Reich. Descrizione della funzione dell'orgasmo quale meccanismo per ripristinare il normale equilibrio energetico e la salute fisica ed emozionale delle persone

Obiettivi:

saper riconoscere in sé stessi se si è carichi o scarichi; saper riconoscere se un cliente è carico o scarico energeticamente; saper abbinare degli esercizi per lavorare sulla carica e sulla scarica e in particolare per mantenere il personale equilibrio energetico;

Contenuti:

Carica e scarica energetica nell'uomo; perché non siamo in equilibrio energetico e che cosa lo impedisce; la funzione dell'orgasmo per ripristinare la pulsazione unitaria del corpo; le emozioni e loro relazione con il processo di carica e scarica.

Metodologia:

metodologie attive di lavoro, role play, drammatizzazione, esperienze corporee ed emozionali, intervallate da spiegazioni teoriche e condivisioni di gruppo.

Strumenti:

Strumentazione audio per le esperienze con la musica.

Titolo della formazione:

Fasi dello sviluppo legati rispettivamente alla costruzione delle strutture corporee:

- 1) "la struttura frammentata"

e ricadute, anche in età adulta, dei comportamenti difensivi legati alla struttura.

Introduzione:

Descrizione del “Carattere Frammentato” e delle cause della sua formazione

Obiettivi:

saper riconoscere in sé stessi elementi della struttura frammentata e relativi comportamenti difensivi; saper riconoscere nelle fattezze di un corpo una “struttura frammentata”; saper rapportarsi con un cliente che presenta elementi riconducibili a questa struttura caratteriale, tenendo conto dei suoi bisogni fondamentali

Contenuti:

aspetti fisici, condizioni energetiche, Maschera, Sé Inferiore e Sé Superiore, i bisogni prevalenti del Carattere Frammentato, comportamenti difensivi legati alla struttura, le qualità del Core della struttura Frammentata.

Metodologia:

metodologie attive di lavoro, role play, drammatizzazione, esperienze corporee ed emozionali, intervallate da spiegazioni teoriche e condivisioni di gruppo.

Strumenti:

Strumentazione audio per le esperienze con la musica.

2) “la struttura sottocaricata”

e ricadute, anche in età adulta, dei comportamenti difensivi legati alla struttura.

Introduzione:

Descrizione del “Carattere Sottocaricato” e delle cause della sua formazione

Obiettivi:

saper riconoscere in sé stessi elementi della struttura sottocaricata e relativi comportamenti difensivi; saper riconoscere nelle fattezze di un corpo una “struttura sottocaricata”; saper rapportarsi con un cliente che presenta elementi riconducibili a questa struttura caratteriale, tenendo conto dei suoi bisogni fondamentali

Contenuti:

aspetti fisici, condizioni energetiche, Maschera, Sé Inferiore e Sé Superiore, i bisogni prevalenti del Carattere Sottocaricato, comportamenti difensivi legati alla struttura, le qualità del Core della struttura Sottocaricata.

Metodologia:

metodologie attive di lavoro, role play, drammatizzazione, esperienze corporee ed emozionali, intervallate da spiegazioni teoriche e condivisioni di gruppo.

Strumenti:

Strumentazione audio per le esperienze con la musica.

3) “la struttura sovraccaricata”

e ricadute, anche in età adulta, dei comportamenti difensivi legati alla struttura.

Introduzione:

Descrizione del “Carattere Sovraccaricato” e delle cause della sua formazione

Obiettivi:

saper riconoscere in sé stessi elementi della struttura sovraccaricata e relativi comportamenti difensivi; saper riconoscere nelle fattezze di un corpo una “struttura sovraccaricata”; saper rapportarsi con un cliente che presenta elementi riconducibili a questa struttura caratteriale, tenendo conto dei suoi bisogni fondamentali

Contenuti:

aspetti fisici, condizioni energetiche, Maschera, Sé Inferiore e Sé Superiore, i bisogni prevalenti del Carattere Sovraccaricato, comportamenti difensivi legati alla struttura, le qualità del Core della struttura Sovraccaricata.

Metodologia:

metodologie attive di lavoro, role play, drammatizzazione, esperienze corporee ed emozionali, intervallate da spiegazioni teoriche e condivisioni di gruppo.

Strumenti:

Strumentazione audio per le esperienze con la musica.

4) “la struttura spiazzata”

e ricadute, anche in età adulta, dei comportamenti difensivi legati alla struttura.

Introduzione:

Descrizione del “Carattere Spiazzato” e delle cause della sua formazione

Obiettivi:

saper riconoscere in sé stessi elementi della struttura spiazzata e relativi comportamenti difensivi; saper riconoscere nelle fattezze di un corpo una “struttura spiazzata”; saper rapportarsi con un cliente che presenta elementi riconducibili a questa struttura caratteriale, tenendo conto dei suoi bisogni fondamentali

Contenuti:

aspetti fisici, condizioni energetiche, Maschera, Sé Inferiore e Sé Superiore, i bisogni prevalenti del

Carattere Spiazzato, comportamenti difensivi legati alla struttura, le qualità del Core della struttura spiazzata.

Metodologia:

metodologie attive di lavoro, role play, drammatizzazione, esperienze corporee ed emozionali, intervallate da spiegazioni teoriche e condivisioni di gruppo.

Strumenti:

Strumentazione audio per le esperienze con la musica.

5) “la struttura rigida”

e ricadute, anche in età adulta, dei comportamenti difensivi legati alla struttura.

Introduzione:

Descrizione del “Carattere Rigido” e delle cause della sua formazione

Obiettivi:

saper riconoscere in sé stessi elementi della struttura rigida e relativi comportamenti difensivi; saper riconoscere nelle fattezze di un corpo una “struttura rigida”; saper rapportarsi con un cliente che presenta elementi riconducibili a questa struttura caratteriale, tenendo conto dei suoi bisogni fondamentali

Contenuti:

aspetti fisici, condizioni energetiche, Maschera, Sé Inferiore e Sé Superiore, i bisogni prevalenti del Carattere Rigido, comportamenti difensivi legati alla struttura, le qualità del Core della struttura rigida.

Metodologia:

metodologie attive di lavoro, role play, drammatizzazione, esperienze corporee ed emozionali, intervallate da spiegazioni teoriche e condivisioni di gruppo.

Strumenti:

Strumentazione audio per le esperienze con la musica.