

# **1. Presentazione della struttura**

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

Associazione Oceano Sintesi - Istituto di Metacorporea®. Via S. Giovanna D'Arco 4 – 20124 MILANO Cod. fiscale 97305270155 P. IVA 03703530968

Segreteria 02 / 6704157 – 335 / 6477129

Mail: info@oceanosintesi.it

Siti di riferimento [www.oceanosintesi.it](http://www.oceanosintesi.it) [www.metacorporea.it](http://www.metacorporea.it) [www.accademiadelcounseling.it](http://www.accademiadelcounseling.it)

### **1.1.1 Denominazione della scuola**

Scuola Italiana di Counseling Relazionale Metacorporeo®.

## ***1.2 Rappresentante legale***

Silvia Zanobini

## ***1.3 Responsabile didattico***

Gian Marco Carezzi

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

Silvia Zanobini

## ***1.5 Corpo docente***

### **1.5.1 Gian Marco Carezzi**

Psicologo, Counselor iscritto AssoCounseling, Psicoterapeuta ad approccio biosistemico , Formatore

### **1.5.2 Daniela Silvestro**

Counselor Relazionale – Master in Metacorporea- Life coach metacorporeo. Iscritta ad Aiscon

### **1.5.3 Maria Rita Gentile**

Laurea in Scienze del Servizio sociale - Counselor Metacorporeo, iscritta Assocounseling - Life Coach Metacorporeo

## ***1.6 Presentazione***

L'Associazione "Oceano Sintesi" nasce da una idea di Gian Marco Carezzi che per quasi dieci anni ha viaggiato sperimentando molteplici tipi di intervento e di tecniche nell'ambito dello sviluppo umano e della crescita personale.

Inizia questo suo percorso dopo un periodo di difficoltà personale conseguente alla morte del padre avvenuta quando lui ha solo 17 anni.

A queste esperienze sul campo abbina anche una significativa formazione didattica: è psicologo, psicoterapeuta, counselor trainer, naturopata e dottore in scienze motorie.

E' specializzato in psicologia dell'emergenza e ha sviluppato competenze nell'utilizzo dello psicodramma, delle tecniche attive, della pnl, dell'emdr e di varie tecniche di ipnosi e rilassamento approfondendo in particolare l'utilizzo del respiro e di varie modalità di respirazione guidata.

Questa formazione eclettica, abbinata alle esperienze effettuate, gli ha permesso di mettere a punto una sua personale metodologia che ha chiamato metacorporea in quanto pone la componente corporea – emozionale al centro di ogni intervento.

Il nome Oceano Sintesi sta proprio ad indicare la vastità dell'animo e del sentire umano e il contemporaneo desiderio che ognuno ha di decifrare questa ricchezza rendendola pratica e operativa in una sintesi che unisca le emozioni, il corpo, la mente e lo spirito.

Gian Marco Carezzi collabora con vari enti (118, Vigili del Fuoco, Ministero dell'Interno), per la gestione e prevenzione del disturbo post traumatico da stress, conduce seminari e tiene conferenze in tutta Italia sulle metodiche evolutive ad approccio psicocorporeo.

Storia

Oceano Sintesi nasce nel 1997 ed è un'associazione senza fini di lucro a cui fanno riferimento più attività dedicate al supporto, alla formazione alla crescita personale e alla ricerca nell'ambito del counseling e delle scienze umane. Ha la sede principale a Milano, in un open-space in Via Morandi, nei pressi della Fermata della metropolitana Rovereto.

## **1.7 Costi**

1.600,00 IVA esente

## **2. Presentazione del corso**

### **2.1 Titolo del corso**

Corso di formazione in abilità di counseling metacorporeo

### **2.2 Obiettivi**

Il corso si rivolge a professionisti di varia estrazione tipo operatore sociale, assistente sociale, educatore-animatore di comunità, formatore, educatore professionale, infermiere, insegnante, pedagogista, e a tutti coloro che desiderino acquisire nuove modalità operative.

Modalità utilizzabili in modo trasversale per integrare la loro professionalità e migliorare le capacità di ascolto e di relazione.

Il valore aggiunto del corso è dato dall'apprendimento degli strumenti caratteristici dell'approccio Metacorporeo che è un marchio registrato esclusivamente utilizzabile dagli allievi che completano i percorsi formativi in Oceano Sintesi.

La modalità di apprendimento è unica e sperimentata da oltre 20 anni di attività e si basa su un mix di lavoro didattico, teorico ed esperienziale, che porta ogni partecipante oltre che ad acquisire competenze specifiche sviluppare una profonda e migliore conoscenza di se stesso e delle proprie modalità relazionali.

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

Lezioni frontali, lavori di gruppo, simulazioni con metodologia specifica della Metacorporea.

### **2.4 Struttura del corso**

Durata espressa in anni: 1

Durata espressa in ore: 104

### **2.5 Organizzazione didattica**

#### **2.5.1 Criteri di ammissione**

- a) Possesso del diploma di scuola media superiore o titolo equivalente o titolo equipollente.
- b) Possesso di un titolo professionale idoneo (a titolo esemplificativo e non esaustivo: assistente sociale, educatore-animatore di comunità, educatore professionale, formatore, infermiere, insegnante, maestro, operatore sociale, pedagogista, etc.).

#### **2.5.2 Modalità di ammissione**

- a) Massimo allievi iscrivibili: 20
- b) Per essere ammessi al corso è necessario: colloquio motivazionale.

#### **2.5.3 Valutazione delle competenze acquisite**

Osservazione in itinere da parte del docente

Lettura di almeno due testi consigliati nella bibliografia

Relazione finale inerente il percorso formativo

#### **2.5.4 Assenze**

È possibile effettuare un massimo di ore di assenza pari al 10% del totale delle ore del corso. Le assenze sono sempre recuperabili, frequentando weekend integrativi o attraverso l'invio di dispense online.

#### **2.5.5 Materiale didattico**

Slide e lezioni teoriche

### ***2.6 Documenti da rilasciare al discente***

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

- 1) Attestato finale che riporta gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling, ivi compreso il logo/marchio relativo al riconoscimento di AssoCounseling.
- 2) Un documento integrativo dell'attestato di cui al punto precedente ovvero un certificato in cui vengono esplicitati, in maniera dettagliata: ore, attività e natura degli studi effettuati durante il corso.

### 3. Programma del corso

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling e definizione delle abilità di counseling	8	Gentile Maria Rita
Comunicazione efficace. Teorie e modelli	24	Daniela Silvestro
Le predisposizioni di base dell'operatore e l'ascolto attivo	24	Daniela Silvestro
Comunicazione assertiva e riflessione sul proprio stile comunicativo	24	Daniela Silvestro
La gestione delle dinamiche conflittuali, interventi comunicativi efficaci	16	Gian Marco Carezzi
Verifica delle competenze acquisite	8	Gian Marco Carezzi
Totale insegnamenti	104	\

## 4. Bibliografia del corso

Carkhuff, R.R., (2013) L'arte di aiutare (corso base): guida per insegnanti, genitori, volontari e operatori sociosanitari, Trento, Erickson, ISBN 9788879461085.

□Hough, M., (1999) Abilità di counseling. Manuale per la prima formazione, Trento, Erickson, ISBN 9788879462969.

□May, R., (1991) L'arte del counseling. Il consiglio, la guida, la supervisione, Roma, Astrolabio Ubaldini Editore,. ISBN 9788834010167.

Mucchielli, R., (2016) Apprendere il counseling. Manuale di autoformazione al colloquio di aiuto, Trento, Erickson, ISBN 9788859010173.

Watzlawick, P.; Beavin, J.H.; Jackson, D.D., (1978) Pragmatica della comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi, delle patologie e dei paradossi, Roma, Astrolabio Ubaldini Editore, ISBN: 9788834001424.

Daniele Trevisani (2019), Ascolto attivo ed empatia. I segreti di una comunicazione efficace, Editore: Franco Angeli, EAN: 9788891780294

Eric Schuler (2008) Le tecniche assertive. Come trattare più efficacemente con gli altri: clienti, fornitori, dipendenti, colleghi, superiori, EAN: 9788846492975

Tiziana Fragomeni, (2016), I professionisti e la gestione dei conflitti. Un metodo innovativo per integrare competenze tecniche e relazionali, risolvere conflitti e concludere negoziazioni, Editore: Franco Angeli, EAN: 97888

## **5. Programmi sintetici**

### **5.1 Storia del counseling e definizione delle abilità di counseling**

Origine e significato del nome

I padri del counseling: Carl Rogers e Rollo May

Storia, teoria e ambiti applicativi del counseling

Definizione di counseling

### **5.2 Comunicazione efficace. Teorie e modelli**

Modello base di personalità / identità / immagine.

Il modello di Jacobson.

Il modello di Shannon e Weaver: Teoria matematica della comunicazione.

Il modello del circuito seduttivo di Volli.

Il modello di Watzlawick

Comunicazione verticale, orizzontale e circolare.

Comunicazione interpersonale e sociale.

Comunicazione verbale, non verbale e paraverbale

Tecniche di comunicazione efficace: "Cosa – Perché – E adesso?"; "ELI 5 - Explain it like I'm five years old":

"Steel-manning": "Problema - soluzione - beneficio": "La giustificazione "Perchè..."; "Perchè - Come - Cosa"; "Sei libero a decidere": "Il noi anticipato"; "Creare fili di conversazione"

### **5.3 Le predisposizioni di base dell'operatore e l'ascolto attivo**

Le abilità di relazione fondamentali del Counselor: empatia, ascolto attivo, accettazione incondizionata, umanità

Empatia e Simpatia: fasi dell'empatia, effetti sull'altro, difficoltà dell'empatia

Ostacoli all'ascolto: ansia di prestazione, impazienza, direttivismo

Tecniche fondamentali: rispecchiamento, confronto, riformulazione, personalizzazione, sintonizzazione.

### **5.4 Comunicazione assertiva e riflessione sul proprio stile comunicativo**

Assertività: significato. Differenza assertività e aggressività. Differenza autorevole e autoritario.

I tre stili comunicativi: Stile aggressivo, Stile passivo, Stile assertivo- Teoria, analisi e riflessione.

L'importanza dell'elogio. Genitorialità, educazione e leadership positiva.

### **5.5 La gestione delle dinamiche conflittuali, interventi comunicativi efficaci**

Teoria del conflitto.

Le dinamiche del conflitto e le sue ricadute organizzative e relazionali

Relazioni e dinamica dei gruppi sociali

Le diverse tipologie di conflitto all'interno di un gruppo

Strategie dirette a prevenire le possibili ricadute negative e a facilitare l'elaborazione del conflitto quale opportunità, condividendo metodi e tecniche per gestirlo costruttivamente

Acquisizione della consapevolezza rispetto al proprio modo di gestire e vivere le situazioni conflittuali

Elaborazione e implementazione di un piano di sviluppo personale per il potenziamento della capacità comunicative efficaci mirate alla risoluzione del conflitto.