

Presentazione della struttura

Denominazione dell'ente che eroga il corso

Centro Sarvas, associazione di promozione sociale. Via Monte Prampa 29 – 42123 Reggio Emilia (RE).

Codice fiscale 91153410351. Tel. 0522697383, , centrosarvas@centrosarvas.it, sito internet www.centrosarvas.it.

Rappresentante legale

Annica Cerino

Responsabile didattico

Cristina Borroni

Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Salvatore Norcia

Corpo docente

Annica Cerino, Dottoressa in Psicologia, Arteterapeuta, Counselor a mediazione corporea e conduttrice di esercizi di pratica bioenergetica, diplomata presso la S.I.A.B, ed iscritta ad Assocounseling come Professional Counselor.

Fondatrice della cooperativa Melarossa di Bologna con la quale si è occupata della formazione di educatori ed animatori e dell'organizzazione di attività per bambini. Per anni ha svolto attività teatrali in diverse città italiane.

E' presidente del Centro Sarvas e docente dal 2012 presso il corso triennale di counseling ed il corso triennale di arteterapia, conduce classi di pratica bioenergetica, corsi di scrittura creativa, corsi di massaggio bioenergetico-relazionale, corsi di pratiche meditative e attività di counseling individuale.

Salvatore Norcia Sociologo, assistente sociale iscritto all'albo dell'Emilia Romagna, counselor a mediazione corporea e conduttore di classi di esercizi di bioenergetica, diplomato presso la S.I.A.B. Professional counselor iscritto ad Assocounseling. Ha per anni lavorato nell'ambito del trattamento delle dipendenze patologiche e della disabilità. Esperto di tecniche di rilassamento. Negli ultimi anni si è dedicato, dal punto di vista dell'approccio centrato sulla persona, ai temi della comunicazione efficace e della gestione dei conflitti.

Docente dal presso il corso di counseling del Centro Sarvas dal 2012.

Docente presso cooperative ed Enti di Formazione per caregiver familiari e operatori sociosanitari.

Autore del volume “ Alla ricerca di Sé. Lineamenti di counseling umanistico.” Armando editore, Roma, 2017.

Cristina Borroni, Psicologa, psicoterapeuta, formatasi presso l'IACP (Istituto dell'approccio centrato sulla persona), e specializzata successivamente in mindfulness, training autogeno e analisi bioenergetica. Svolge la libera professione di psicoterapeuta e formatrice. E' docente e collaboratrice all'organizzazione e responsabilità didattica del Corso triennale di Counseling a mediazione corporea umanistico-bioenergetico dal 2013.

Gianfranco Bertagni

Insegna presso la Scuola di Filosofia Orientale (attuali sedi: Bologna, Cagliari, Sondrio). Laureato in filosofia e specializzato in storia delle religioni, ha ottenuto una Borsa di studio dell'Accademia dei Lincei per la specializzazione negli studi storico-religiosi.

Nel campo degli studi si interessa soprattutto di filosofia comparata, del rapporto tra mistiche d'oriente e mistiche d'occidente, di filosofia delle religioni e della mistica, di psicologia transpersonale e del rapporto tra talune correnti spirituali e la psicoterapia. È autore di diversi articoli filosofico- e storico-religiosi, curatore di alcuni volumi e autore di vari testi, tra cui una monografia su Mircea Eliade e un dizionario sullo zen. Già docente all'interno della cattedra di Storia delle Religioni dell'Università di Bologna, del Master in Diritti umani e intervento umanitario (Università di Bologna-Ravenna) e professore di Filosofia delle Religioni e Fenomenologia del Sacro presso l'IFST di Modena, svolge attività di docenza e formazione in diverse realtà aziendali italiane.

Domenico Serranò, Medico psichiatra e psicoterapeuta formato presso l'IACP (Istituto dell'approccio centrato sulla persona), svolge la libera professione.

Linda Faggiano, Arteterapeuta clinica, Danzaterapeuta, svolge la propria attività sia in libera professione che in collaborazione con Enti pubblici e privati, in particolare negli ambiti della salute mentale e della disabilità. Ha maturato una particolare e notevole esperienza nell'area dell'etnopsichiatria.

Presentazione

L'associazione di promozione sociale Centro Sarvas nasce ufficialmente nel settembre del 2010, come integrazione delle diverse esperienze professionali e personali di tutti coloro che collaborano alla vita dell'Associazione. E' stata fondata da Annica Cerino e Salvatore Norcia. Le finalità sono: promozione della personalità umana in tutte le sue espressioni e rimozione degli ostacoli che ne impediscono la libera espressione;

promozione e tutela della salute psicofisica;

promozione e facilitazione dell'accesso ad istruzione, formazione e cultura.

Dal 2012 proponiamo corsi di counseling ad indirizzo umanistico-bioenergetico riconosciuti da Assocounseling.

La sede legale è a Reggio Emilia, ma propone attualmente le proprie attività su diverse aree del territorio emiliano, in particolare nelle città di Bologna e Reggio Emilia. In entrambe le città vi è una sede operativa nella quale vengono sviluppate le attività.

Il Centro Sarvas ha una situazione economica che permette di erogare adeguatamente i corsi di counseling.

Orientamento teorico

Dal punto di vista teorico il nostro corso si propone di integrare la grande tradizione della Psicologia Umanistica, in particolare nella sua versione Centrata sulla Persona o Rogersiana, con un'altra grande tradizione ovvero quella della mediazione corporea, specificatamente nella versione bioenergetica. Il tutto tenendo presente e dando spazio all'ambito creativo, in particolare attraverso elementi di arteterapia

Psicologia Umanistica

A partire dal periodo compreso tra la vigilia e le due decadi successive al conflitto mondiale, si osserva il fiorire di contributi di diversi autori che condividono una decisa opposizione nei confronti di ogni forma di riduzionismo psicologico e si fanno interpreti della necessità di riportare al centro dell'indagine psicologica la sfera della soggettività e dell'esperienza vissuta. Nel 1962, in questa nuova prospettiva di pensiero, s'inscrive la nascita, negli Stati Uniti, di quella che viene definita Psicologia Umanistica o "Psicologia della Terza Forza" vivamente sostenuta da un gruppo di psicologi (Maslow, Rogers, May) riunitesi in un'Associazione Americana della Psicologia Umanistica (AAHP). Questo nuovo approccio costituì uno degli orientamenti più originali esistenti in campo psicologico, sia per la riflessione critico-filosofica sull'essenza dell'uomo sia per i nuovi spunti offerti nella pratica clinica.

Perché "Psicologia della Terza Forza"? Perché ha messo in luce una terza teoria della natura umana rispetto ai due più importanti orientamenti esistenti in quel periodo storico nel mondo accademico e nella pratica clinica: la psicoanalisi classica da una parte e il comportamentismo dall'altra, nei quali veniva tracciata una visione frammentaria e riduzionista dell'essere umano. Entrambi gli approcci operavano una semplificazione dell'uomo: il comportamentismo vi guardava come ad una macchina animata unicamente da meccanismi stimolo-risposta rispetto alle sollecitazioni ambientali, collocandolo in una dimensione storica e preconstituita (il setting sperimentale), trascurandone la dimensione soggettiva ed interiore a favore di una sterile oggettività. La psicoanalisi freudiana dava, invece, un'intonazione biologistica all'uomo dominato da forze pulsionali inconsce, talora distruttive, che lo plasmano.

In entrambe le scuole di pensiero, quindi, venivano trascurati quei fondamentali elementi di una personalità sana e consapevole: l'intenzionalità, la creatività, la volontà, la libertà, la responsabilità.

La Psicologia Umanistica amplia il campo di osservazione dell' essere umano introducendo una serie di atteggiamenti che la caratterizzano:

concentrazione dell'attenzione sulla persona, sull' esperienza quale strumento essenziale degli studi sull'uomo;

particolare interesse su aspetti diversi dell' esperienza umana come la libertà di scelta, la spinta creativa e l'autorealizzazione;

valorizzazione della dimensione etica e della dignità della persona ed interesse allo sviluppo del potenziale in essa latente;

spostamento del focus dall'uomo malato all'uomo sano con un significativo ribaltamento nella concezione di "salute" e di "malattia".

Questi elementi, che vengono considerati nel "qui ed ora" dell'esperienza dell'individuo, ci consentono di poter affermare che la Psicologia Umanistica è da considerarsi una Psicologia della Salute, intesa come sviluppo e accrescimento delle potenzialità della persona.

Il metodo della Psicologia Umanistica è olistico e dinamico con una concezione della persona che cerca di prendere in considerazione gli aspetti corporei, psicologici, sociali e spirituali che contraddistinguono l'esistenza di ogni individuo: l'obiettivo è la **comprensione delle esperienze del soggetto** nella sua totalità individuale, così come egli le vive; l'organismo è un agente attivo che entra in un complesso sistema di relazioni con il mondo, per cui non si può comprenderne un singolo comportamento, se non si colgono, la sua visione del mondo e la sua struttura esistenziale.

L' impianto teorico della Psicologia Umanistica produce degli apporti innovatori anche nella pratica clinica, introducendo un nuovo modo di concepire la relazione d'aiuto in cui il ruolo del non è più

quello del "tecnico-riparatore" di una disfunzione, ma piuttosto una sorta di facilitatore del processo di crescita della persona accompagnandolo nella ri-scoperta delle proprie risorse che lo porteranno a compiere scelte maggiormente libere e consapevoli. Il facilitatore riconosce nel cliente (che smette quindi di essere paziente, cioè etichettato di una malattia) non solo un

essere umano al quale rapportarsi con rispetto ed empatia, ma anche una persona che può essere per se stessa lo strumento migliore di esperienza e di crescita. La Psicologia Umanistica fornisce un'esperienza emozionale correttiva rispetto alle esperienze patogene del passato in direzione di più positivi sviluppi futuri. Si tratta di un approccio in cui la funzione del facilitatore è quella di creare un'atmosfera di empatia e di accettazione comprensiva, dove trova spazio non tanto un'interpretazione quanto una chiarificazione in cui si lascia lavorare il "cliente" nel suo percorso di rivalutazione ed espressione di sé .

I fondatori della Psicologia Umanistica

Tra i principali interpreti di questo nuovo modo di pensare le relazioni umane ci sono soprattutto Abraham Maslow, Carl Rogers e Rollo May.

Abraham Maslow (1/4/1908-8/6/1970)

Nell' opera di quest' Autore traspare una fiducia incondizionata nelle potenzialità della natura umana che ci consente di definire la sua psicologia una Psicologia ottimistica. La malattia non è che l'esito dell'impoverimento e della frustrazione della natura umana.

Dopo aver iniziato la propria carriera come psicologo sperimentale, si interessò in seguito al problema della **motivazione** di cui propose un' interpretazione olistico-dinamica.

Il pensiero di Maslow ebbe non solo in tutto l'ambito delle relazioni d'aiuto, delle ripercussioni fondamentali e

positive, in quanto diede la possibilità di guardare alla psicopatologia, non come a qualcosa di innato e a volte irreversibile, ma come ad una mancata e reiterata non soddisfazione dei bisogni emergenti nel corso dello sviluppo. Pertanto aprì alla clinica, una lettura più ampia del disagio umano, visto non più con atteggiamento oggettivistico o limitato all'interpretazione del sintomo, ma collocandolo nella storia evolutiva dell'individuo in rapporto con i propri bisogni.

Carl Rogers (8/1/1902-4/2/1987)

La concezione di Carl Rogers è sostenuta da un' estrema fiducia nelle possibilità dell'uomo di riscattarsi dai condizionamenti della natura e della società e perciò di ambire alla realizzazione di tutte le potenzialità che abitano in lui. La pratica clinica costituisce la fonte principale da cui scaturisce la sua elaborazione sul funzionamento psichico dell'uomo permeata di ottimismo e di una visione organismica della natura umana che lo condusse a rifiutare l'ipotesi psicoanalitica del "conflitto" di natura sessuale.

Ci preme ricordare che Rogers fu colui che introdusse, nelle relazioni d'aiuto, il termine "cliente" in sostituzione di quello di "paziente", ciò ad indicare la condizione di parità in cui si svolge il processo terapeutico dove il terapeuta non si pone nel ruolo di esperto o di possessore di un sapere oggettivo in grado di stabilire ciò che è "sano" e ciò che è "malato" e dove il "cliente" non subisce un'interpretazione che gli giunge dall' esterno o da un impianto teorico precostituito, ma esprime il suo "stato di incongruenza", partendo dal quale solamente può diventare davvero se stesso lungo le linee di sviluppo dei propri vissuti esperienziali, attivando le proprie capacità espressive e di autoguarigione.

Inoltre nel concetto di cliente vi è anche la sottolineatura dell'assunzione di responsabilità della richiesta di aiuto ed anche del processo di cambiamento.

Tali lineamenti teorici presenti alla base dell'approccio determinarono conseguentemente anche un cambiamento nel *setting*: non più il tavolo del medico, né il distaccato lettino psicoanalitico, bensì la posizione vis-à-vis, di confronto tra due individualità con un pari livello di umanità, pur se con ruoli differenti, in quanto secondo Rogers, l'incontro terapeutico, per essere davvero tale deve svolgersi da persona a persona. In questo senso, Rogers, amava ricordare che "è la relazione che cura".

Rollo May (21/4/1909- 1/10/1994)

Di formazione psicoanalitica non ortodossa, è stato per un certo periodo in contatto con Alfred

Adler, ha molto approfondito il pensiero e le opere di Otto Rank, può essere considerato la mente più filosofica tra i fondatori della Psicologia Umanistica. In questo senso ha avuto l'enorme merito di portare e far conoscere le opere fondamentali dei filosofi esistenzialisti europei (Heidegger, Husserl, Jaspers) negli Stati Uniti, e cercare un continuo ponte tra questi contributi ed il pensiero della nascente psicologia umanistica (tanto che il nome più corretto di tale approccio sarebbe umanistico- esistenziale); come molti psicologi umanisti ha focalizzato il suo interesse sulle possibilità di autorealizzazione dell'uomo, privilegiando la dimensione della consapevolezza personale e della potenza creativa dell'amore e della volontà.

L'atteggiamento fenomenologico è considerato da May necessario, oltre che nella pratica clinica, anche nelle premesse teoriche e di metodo. In particolare, sottolinea l'Autore, per lo studio e per la comprensione della personalità non si può rinunciare alla nozione di intenzionalità e ci si deve accostare al mondo dell' altro sospendendo qualsiasi forma di pregiudizio.

May ritiene la riflessione filosofica fondamentale per l' arricchimento e l' umanizzazione della relazione d'aiuto la quale viene concepita primariamente come un *incontro* umano, data la naturale costituzione relazionale dell'uomo e questa deve rivelarsi appieno nel processo terapeutico. Il *Transfert* non è solo una riedizione di esperienze passate nel presente, bensì consiste anche in una possibilità di un nuovo e più sano terreno relazionale su cui edificare la costruzione di un nuovo Sé. Anche per May, così come per Rogers, l' incontro terapeutico implica l'adesione a tutto ciò che il paziente sperimenta, poiché esso è un evento reale tra due persone che giocano la loro autenticità.

Di questi tre autori solo Rogers fonderà un vero approccio terapeutico chiamato inizialmente Terapia centrata sul Cliente e successivamente modificata, dallo stesso Rogers, in Approccio centrato sulla Persona, a sottolineare il fatto che tale modalità può essere applicata efficacemente non solo nella psicoterapia ma in tutti gli ambiti delle relazioni d'aiuto. Nascendo e sviluppandosi da questo filone di pensiero possiamo dedurre che nel processo di counseling, la relazione che si instaura tra cliente e counselor, oltre ad essere importante, è lo strumento di lavoro per eccellenza, quindi il counselor è un esperto di relazione e

comunicazione e non (come a volte qualcuno, erroneamente, pensa) un esperto risolutore di problemi, né tantomeno un ferrato psicopatologo. Inoltre, possiamo affermare che il counseling è un *processo*, cioè la relazione che si instaura non è statica e definita una volta per sempre, ma essa è dinamica, mutevole, si trasforma nel tempo, ed in tale contesto uno dei compiti fondamentali del counselor è proprio quello di far sì che l'individuo si senta accettato, compreso e libero di esprimere la propria individualità. Infine, possiamo evincere che il counseling non si propone né di curare l'individuo, né tantomeno di affrontare problematiche legate a forme importanti di psicopatologia, ma di aiutarlo nel proprio cammino di crescita favorendo una più adeguata gestione dei conflitti e dei problemi , connessi sia a passaggi evolutivi sia a problemi specifici, che nella normalità odierna un individuo si trova a dover affrontare, spesso, da solo.

Analisi Bioenergetica

L'Analisi bioenergetica viene fondata negli anni cinquanta negli Stati Uniti da Alexander Lowen, basandosi sull'opera e gli studi di Wilhelm Reich di cui Lowen fu paziente e curioso allievo; tale tecnica può essere definita principalmente come <<lo studio della personalità umana dal punto di vista dei processi energetici del corpo>>¹ e parte dal presupposto di interconnessioni profonde e complesse tra lo psichico e il somatico, facendo sì che entrambi si influenzino profondamente e reciprocamente, in altri termini sono, secondo questo approccio, funzionalmente identici, infatti << il concetto di identità funzionale tra psiche e soma apre alla grande scoperta che nel corpo è scritta tutta la storia delle nostre emozioni e dello sviluppo della nostra vita>>². Quindi il lavoro bioenergetico sarà sempre duplice, cercherà di agire sia a livello verbale sia di far cogliere e sciogliere le proprie tensioni a livello corporeo, in quanto ciò che la bioenergetica si propone è << di aiutare l'individuo a tornare ad essere con il proprio corpo e a goderne la vita con quanta pienezza possibile>>³ ricordandoci, al di là di ogni

¹ A.Lowen, *Bioenergetica*, Feltrinelli, Milano, 1983, pag.37.

² L.Rispoli, *Psicologia funzionale del sé*, in L.Cionini (a cura di), *Psicoterapie*, Carocci, Roma, 2001, pag.271.

posizione ideologica, filosofica o religiosa che <<la vita di un individuo è la vita del suo corpo. Poiché il corpo vivente comprende la mente, lo spirito e l'anima, vivere la vita del corpo significa avere una vita mentale, spirituale e sentimentale piena>>⁴.

L'Analisi bioenergetica, quindi, può essere vista fondamentalmente come un approccio terapeutico che mette in stretta correlazione i blocchi emozionali con le tensioni muscolari cercando di lavorare ed analizzare entrambe, ed il metodo è stato storicamente quello individuale (paziente-terapeuta).

Per l'Analisi Bioenergetica non vi è soltanto una memoria della mente, ma ne esiste anche una del corpo sul quale si instaurano i nostri vissuti corporei.

Secondo Lowen, gli esercizi di bioenergetica <<rifuggono il potere e il controllo a favore della grazia, della coordinazione e della spiritualità del corpo. Servono dunque a schiudere la vita interiore del corpo e al tempo stesso contribuiscono alla sua estensione nel mondo. Vogliono aiutare le persone ad entrare in contatto con le tensioni che inibiscono la vita corporea. Ma funzionano solo se diventano un'attività da svolgersi non in modo meccanico ed ossessivo, ma traendone piacere e percependone il significato>>⁵.

Tali esercizi e movimenti, sono atti a sciogliere tensioni e blocchi muscolari nei diversi distretti corporei per aiutare a sbloccare l'energia intrappolata o confinata all'interno del corpo ed accrescere la mobilità ai livelli muscolare ed emozionale, in modo tale che le persone possono entrare in contatto con parti di sé che per ragioni diverse erano state ammutolite, fare ciò significa aumentare la vitalità del proprio corpo abituandosi ad una sempre maggiore

³ A.Lowen, *Bioenergetica*, Op. Cit. pag.35.

⁴ A.Lowen, *Bioenergetica*, Op.cit. pag.34.

⁵ A.Lowen, "Bioenergetica", Op.Cit., pag.60.

percezione di sé e dei propri vissuti corporei (o organismici, come direbbe Rogers).

Inoltre, sintetizzando, possiamo sostenere che quelli di bioenergetica, sono esercizi di percezione corporea, sono fatti per far sentire maggiormente il proprio corpo ed iniziare a sbloccare le tensioni muscolari, essi creano:

- 1) un aumento dello stato di vibrazione
- 2) un aumento del radicamento attraverso il grounding
- 3) aumentano la respirazione
- 4) aumentano la consapevolezza di sé
- 5) aumentano l'autoespressione

L'Analisi Bioenergetica, come detto, è un approccio terapeutico autonomo e che ha avuto, anche in Italia, una certa diffusione.

Oltre ai temi già citati, Lowen è noto per aver strutturato una complessa tipologia caratteriale che mette in relazione un bisogno fondamentale negato nell'infanzia con la strutturazione corporea, psichica e relazionale⁶, questa tipologia caratteriale viene utilizzata dagli analisti bioenergetici come bussola di orientamento nei confronti dei propri clienti.

Nel nostro corso non abbiamo preso ad esempio l'Analisi Bioenergetica tanto per sommarla in maniera pedissequa e un po' forzata all'approccio centrato sulla persona, ma in quanto la riteniamo quella più adatta, per la sua costante attenzione ai processi corporei (o organismici) ad integrare, estrapolandone anche alcune modalità specifiche, il counseling umanistico.

In questo senso, un counselor che utilizza anche la mediazione corporea, oltre ad essere il più possibile congruente, accettante ed empatico (cioè mettere in pratica le condizioni che Rogers ha definito necessarie e sufficienti alla promozione del cambiamento), evitare le barriere comunicative ed utilizzare

correttamente le varie forme di riformulazione per permettere un'adeguata auto esplorazione al cliente, sarà particolarmente attento al linguaggio del corpo dell'altro cercando di coglierne tutti i

messaggi non verbali che permettono, se letti correttamente, di entrare in una relazione più sincera e profonda; sarà molto attento anche ai propri segnali corporei , cioè all' esperienza organismica personale, che arriveranno dal proprio interno per mantenere sempre un'adeguata centratura e congruenza.

Inoltre sarà in grado di utilizzare alcune tecniche (esercizi di respirazione, di percezione corporea, di espressione di sé) per permettere al cliente di aumentare, in un clima di libertà, la propria auto esplorazione.

Definizione sintetica

Umanistico-bioenergetico

Presentazione del corso

Titolo del corso

Corso triennale di counseling a mediazione corporea umanistico-bioenergetico

Obiettivi

Gli obiettivi del corso triennale di counseling sono quelli di permettere agli allievi di compiere un percorso di crescita personale e di fornire gli elementi fondamentali del counseling, con particolare attenzione ai processi corporei e relazionali, per poter svolgere in autonomia la professione di counselor.

Metodologia d'insegnamento

La metodologia d'insegnamento utilizzata sarà fondamentalmente teorico-esperienziale, si farà quindi ricorso a lezioni frontali, simulate, laboratori, esercizi di percezione corporea, lavori di espressività e creatività, lavori in piccolo e grande gruppo.

Percorso personale

E' richiesto un percorso personale ed individuale di almeno 50 ore da svolgersi all'interno del triennio. All'interno di questo percorso l'allievo avrà modo di divenire maggiormente consapevole delle proprie modalità relazionali, cognitive ed emotive in modo da divenire un individuo ed un professionista maggiormente integrato e congruente. Tale percorso, essendo svolto con professionisti coerenti con l'approccio della scuola, avrà anche una valenza didattica e di apprendimento.

Struttura del corso

Durata espressa in anni: 3

Durata espressa in ore: 650

Organizzazione didattica

Criteri di ammissione

a) Diploma di Scuola Media Superiore quinquennale o titolo equipollente (per equipollente si intende un titolo non uguale nella forma, ma nel valore intrinseco: è specifico di titoli di studio di Stati esteri e dunque necessita di un documento ufficiale tradotto)

b) Aver compiuto i 23 anni di età

Modalità di ammissione

a) Massimo allievi iscrivibili: 20

Per essere ammessi al corso è necessario: svolgere un week-end di prova.

Esami

Sono previste due verifiche annuali orali su argomenti specifici atte a verificare le competenze acquisite; inoltre vi è un esame alla fine del secondo anno che abilita alla conduzione dei gruppi

di pratica bioenergetica, costituito dalla discussione di una tesina e da una conduzione di un gruppo di pratica bioenergetica.

Alla fine del triennio, vi sarà un altro esame che consisterà nella discussione di un elaborato personale sugli argomenti trattati durante il corso ed una simulazione di un colloquio di counseling umanistico-bioenergetico.

Assenze

E' consentito effettuare il 20% massimo del monte ore annuale; nel caso questa soglia fosse superata è necessario recuperarle.

Materiale didattico

Dispense a cura dei docenti e bibliografia

Documenti da rilasciare al discente

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

- a) diploma di counseling secondo la denominazione data dalla struttura in cui sia evidenziato il riconoscimento di AssoCounseling con apposizione dello specifico logo relativo al riconoscimento .
- b) certificato contenente nel dettaglio le ore teoriche effettuate e il relativo monte ore nonché le attività esperienziali svolte ed il relativo monte ore con apposizione dello specifico logo relativo al riconoscimento.
- c) certificato di tirocinio contenente nel dettaglio le ore, le attività svolte e i soggetti attori (allievo-tirocinante, ente ospitante, tutor e supervisore).

Programma del corso

Formazione teorico-pratica

Insegnamenti obbligatori

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Storia del counseling	8	Norcia
Fondamenti del counseling	28	Norcia, Cerino
Comunicazione, scelte e cambiamento	28	Norcia, Bertagni
Psicologie	28	Borroni, Cerino
Altre scienze umane	28	Norcia, Cerino, Bertagni, Faggiano
Le professioni della relazione di aiuto: confini ed elementi di psicopatologia	16	Serranò
Etica e deontologia	16	Norcia, Cerino
Promozione della professione	8	Cerino
Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	232	\

Insegnamenti complementari (specifici della scuola)

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Counseling umanistico centrato sulla persona	20	Norcia, Borroni, Serranò
Elementi di analisi bioenergetica	36	Cerino
Arteterapia nel counseling umanistico-bioenergetico	10	Faggiano, Cerino
Teoria e Tecnica del counseling umanistico-bioenergetico	30	Norcia, Cerino
Supervisione	72	Cerino
Subtotale insegnamenti minimi obbligatori	168	\

Totale formazione teorica nei tre anni

Monte ore totale delle materie teorico-esperenziali	450	\
---	-----	---

Formazione esperienziale

Percorso personale (scegliere una sola opzione)

TIPOLOGIA	ORE	DOCENTE
Formazione personale individuale	50	Borroni, Serranò
Subtotale percorso personale	50	\

3.2.2 Tirocinio (minimo 4 convenzioni)

TIPOLOGIA	ORE	ENTE/I CONVENZIONATO/I	SUPERVISORE/I
Trattamento dipendenze patologiche e accoglienza minori in difficoltà	150	Centro Italiano di Solidarietà (Ce.I.S.) di Reggio Emilia, via Codro 1/1 Reggio Emilia	Borroni
Accompagnamento nella maternità di donne che si trovano a vivere una gravidanza inattesa	150	Centro aiuto alla vita (C.A.V), via Kennedy 17 Reggio Emilia	Cerino
Accompagnamento e sostegno di giovani e delle loro famiglie che vivono situazioni di disagio (abuso di sostanze, comportamenti compulsivi, devianti, ecc.)	150	CPS Società cooperativa sociale, Via Dante 7 Reggio Emilia	Borroni
All'interno dell'Istituto scolastico si tiene un sportello di ascolto per gli studenti interessati	150	Istituto Professionale di Stato " Versari Macrelli" via Spadolini 111 Cesena (FC)	Norcia
Eventuale attività di progettazione e/o ricerca	(max 50 ore)		
Subtotale tirocinio	150	\	\

Totale formazione esperienziale nei tre anni

Subtotale percorso personale + tirocinio	200	\
--	-----	---

Totale formazione nei tre anni

Somma di tutte le attività	650	
----------------------------	-----	--

Bibliografia del corso

C. Albanesi, *I gruppi di auto-aiuto*, Carocci, Roma, 2004.

M. Benasayag- G. Schmith, *L'epoca delle passioni tristi*, Feltrinelli, Milano, 2013.

D. Bruzzone, *Carl Rogers. La relazione efficace nella psicoterapia e nel lavoro educativo*, Carocci, Roma, 2007.

V. Calvo, *Il colloquio di counseling*, Il Mulino, Bologna, 2007.

R. Carkuff, *L'arte di aiutare*, Erikson, Trento, 1987.

M.E. Cugini, *Obiettivo Persona*, Ed. Kappa, Milano, 2001

U. Galimberti, *Il Corpo*, Feltrinelli, Milano, 1983

K. Geldard- D.Geldard, *Il counseling agli adolescenti*, Erikson, Trento, 2009

T. Gordon, *Relazioni efficaci*, La Meridiana, Molfetta (BA), 2005

H. Hoffman- U.Gudat, *Bioenergetica*, Red, Milano, 1994

M. Hough, *Abilità di counseling*, Erikson, Trento, 1999

A. Judith, *Il libro dei chakra. Il sistema dei chakra e la psicologia*, Neri pozza, Vicenza, 1998

A. Lowen, *Bioenergetica*, Feltrinelli, Milano, 1983

A. Lowen, *La depressione e il corpo*, Astrolabio, Roma, 1980

A. Lowen, *Il narcisismo*, Feltrinelli, Milano, 1992

A. Lowen- L. Lowen, *Espansione ed integrazione del corpo in bioenergetica*, Astrolabio, Roma, 1977

Lowen, *Il linguaggio del corpo*, Feltrinelli, Milano, 1994

Lowen, *Arrendersi al corpo*, Astrolabio, Roma, 1994

Lowen, *Paura di vivere*, Astrolabio, Roma, 1982

Lowen, *Il piacere*, Astrolabio, Roma, 1984

Lowen, *Amore, sesso e cuore*, Astrolabio, Roma, 1989

Lowen, *Onorare il corpo*, Xenia, Milano, 2011

Lowen, *La spiritualità del corpo*, Astrolabio, Roma, 1991

Lowen, *La voce del corpo*, Astrolabio, Roma, 2009

Lowen, *L'arte di vivere*, Xenia, Milano, 2013

- Lowen**, *Il tradimento del corpo*, Mediterranee, Roma, 1982
- Lowen**, *Amore e orgasmo*, Feltrinelli, Milano, 2005
- G. Manfrè**, *Le radici culturali del disagio contemporaneo*, I libri di Emil, Bologna, 2014
- G. Manfrè**, *Ideazioni del corpo*, I libri di Emil, Bologna, 2012
- L. Marchino**, *La bioenergetica*, Xenia, Milano, 1995
- L. Marchino- M.Mizrahil**, *Il corpo non mente*, Frassinelli, Milano, 2005
- L. Marchino- M.Mizrahil**, *Counseling*, Frassinelli, Milano, 2007
- P. Marmocchi, C.Dall'Aglio, M.Zannini**, *Educare le ilife skills*, Erikson, Trento 2004
- L. Marnati**, *Il rilassamento creativo*, Xenia, Milano, 1997
- A. Maslow**, *Verso una psicologia dell'essere*, Astrolabio, Roma, 1971.
- A. Maslow**, *Motivazione e personalità*, Armando, Roma, 1973
- R. May**, *L'arte del counseling*, Astrolabio, Roma, 1991
- R. May**, *Psicologia esistenziale*, Astrolabio, Roma, 1970
- R. May**, *L'uomo alla ricerca di sé*, Astrolabio, Roma, 1983
- D. Mearns-B. Thorne**, *Counseling centrato sulla persona*, Erikson, Trento, 2006
- R. Molteni**, *L'arteterapia*, Xenia, Milano, 2007
- L. Moschini**, *Arteterapia con pazienti difficili*, Erikson, Trento, 2008
- P. Moselli (a cura di)**, *Il counseling a mediazione corporea e i suoi contesti*, Angeli, Milano, 2011
- R. Mucchielli**, *Apprendere il counseling*, Erikson, Trento, 1987
- S. Norcia**, *Alla ricerca di Sé. Lineamenti di counseling umanistico*, Armando Editore, Roma, 2017.
- C. O'Leary**, *Counseling alla coppia e alla famiglia*, Erikson, Trento, 2013
- R.Panigatti**, *I sintomi parlano*, Tea, Milano, 2003
- G. Piazzi**, *La ragazza e il direttore*, Angeli, Milano, 1995
- G. Piazzi**, *Julie*, Quattroventi, Urbino, 2009
- W. Reich**, *Analisi del carattere*, SugarCo, Milano, 1973
- C. Rogers**, *La terapia centrata sul cliente*, Martinelli, Firenze, 1970
- C. Rogers**, *I gruppi d'incontro*, Astrolabio, Roma, 1975

- C. Rogers**, *Potere personale*, Astrolabio, Roma, 1978
- C. Rogers**, *Psicoterapia di consultazione*, Astrolabio, Roma, 1971
- C. Rogers**, *Libertà nell'apprendimento*, Giunti, Firenze, 1974
- C. Rogers**, *Un modo di essere*, Martinelli, Firenze, 1998
- C. Rogers- M. Kinget**, *Psicoterapia e relazioni umane*, Bollati Boringhieri, Milano, 1977
- M. Sclavi**, *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Mondadori, Milano, 2003
- F. Schulz Von Thun**, *Parlare insieme*, Tea, Milano, 2015
- P. Sanders**, *Counseling consapevole*, La Meridiana, Molfetta (BA), 2003
- U. Sollman**, *Esercizi bioenergetici*, Astrolabio, Roma, 1995
- M. Stallone Alborghetti**, *Bioenergetica per tutti*, Universo editore, 2007

Programmi sintetici

Storia del Counseling

In questo modulo si cercherà di inquadrare storicamente il counseling, le sue radici anglosassoni, il suo incrociarsi inestricabilmente con la Psicologia Umanistica e con i suoi autori di riferimento.

Si passerà poi a vederne la sua strutturazione nel panorama europeo e più specificatamente italiano, come esso si è sviluppato ed evoluto dagli anni '90 ad oggi, quali sono le sue prospettive, alla luce anche degli importanti mutamenti socioantropologici in atto. Inoltre si farà una panoramica sui campi di applicazione più significativi, ad oggi, del counseling.

Fondamenti del counseling

In questo modulo si cercherà di offrire una definizione di counseling, cercando di entrare nelle sue specificità, chiarendo a chi si rivolge, come si struttura ecc.

Verrà inoltre lasciato molto spazio per definire quali sono le caratteristiche centrali che caratterizzano un percorso di counseling e quindi le competenze fondamentali che un counselor deve possedere (accoglienza, sospensione del giudizio, ascolto attivo, fiducia nel potenziale umano, capacità di riattivare le risorse latenti)

Comunicazione scelte e cambiamento

In questo modulo ci si focalizzerà innanzitutto sul processo della comunicazione umana e della sua importanza nel counseling; verrà proposto il modello del quadrato della comunicazione messo a punto dal sociologo tedesco Schulz Von Thun, si darà ampio spazio, avendo scelto un approccio a mediazione corporea, alla comunicazione non verbale, alla sua importanza strategica in un percorso di costruzione di una relazione d'aiuto.

Inoltre verranno analizzate, sia teoricamente sia esperienzialmente quelle che sono state definite barriere alla comunicazione efficace.

Verrà infine messo in luce il legame centrale che c'è fra lo sviluppo di una comunicazione efficace e la possibilità di iniziare un percorso di cambiamento.

Psicologie

Questo modulo viene suddiviso in tre parti: 1) psicologia dello sviluppo, 2) psicologia generale, 3) psicologia dei gruppi

- 1) in questa parte vengono analizzate le fasi di sviluppo psichico e relazionale dell'essere umano, prendendo soprattutto in esame il punto di vista umanistico e corporeo-bioenergetico, sottolineando come a bisogni e diritti reiteratamente negati nell'infanzia si sviluppino le tipologie caratteriali con le loro aree di incongruenza.
- 2) In questa parte vengono prese in considerazione alcuni grandi temi della psicologia generale: la motivazione e i bisogni analizzati a partire dall'importante e nota gerarchia di Maslow; la percezione e le sensazioni viste sia da un punto di vista teorico sia

sperimentate attraverso gli esercizi di bioenergetica; le emozioni e i sentimenti, visti come elementi centrali per puntare ad una vita più piena.

- 3) In questa parte si farà soprattutto una panoramica sulle diverse forme gruppali nelle quali si può strutturare l'aiuto e come storicamente essi si sono sviluppati, facendo soprattutto esperienza dei gruppi a mediazione corporea, dei gruppi di mutuo aiuto e dei gruppi di incontro messi a punto da Rogers.

Altre scienze umane

Sociologia: Lo sguardo sociologico verrà utilizzato soprattutto per definire le caratteristiche del contesto sociale nel quale ci troviamo a vivere ed operare; ciò evidentemente ha delle conseguenze sulla qualità delle relazioni interpersonali e sulle forme di disagio che il counselor si trova ad incontrare.

Filosofia: Verrà trattato, da questo punto di vista, soprattutto il modo con il quale il pensiero occidentale ha sviluppato il rapporto corpo-mente, dal pensiero greco alle neuroscienze moderne.

Pedagogia: In questo ambito verrà presa in considerazione, in particolare, il tema della stretta connessione tra la prevenzione del disagio e la promozione del benessere (tema particolarmente importante per il counseling), andando ad analizzare e proporre come modello quello delle life skills (abilità di vita) così come definite dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

Antropologia Culturale: In questo ambito verrà accennato il grande tema del disagio etnico-culturale; com'è noto, esiste già un'ampia letteratura che tratta questo tema dal punto di vista psichiatrico (etnopsichiatria) e psicoanalitico (etnopsicoanalisi), l'obiettivo di questa materia è quello di iniziare a porre le fondamenta dell'etnocounseling umanistico come tentativo di risposta alla crescente sofferenza, non patologica, delle persone provenienti da culture altre.

Le Professioni delle relazioni d'aiuto: confini ed elementi di Psicopatologia

In questa materia si cercherà di definire in maniera precisa i vari ambiti di competenza di tutte le professioni e professionisti che si occupano di relazione d'aiuto, mettendo in evidenza sia le similitudini ma sottolineando scrupolosamente le differenze, per non incorrere in equivoci ed invasioni di territori professionali.

Successivamente ci si soffermerà a definire e descrivere le più importanti forme di psicopatologia e verrà lasciato ampio spazio alla sperimentazione, anche pratica, dell'invio ad altro professionista (psichiatra, psicoterapeuta, ecc.) quando ciò verrà considerato necessario.

Etica e deontologia

In questa materia si farà particolare riferimento ai temi etici della professione del counselor come fondamentali per strutturare un'adeguata e proficua relazione d'aiuto.

Si terrà in considerazione soprattutto il codice deontologico redatto da AssoCounseling con particolare attenzione ai temi dell'autodeterminazione e libertà dei clienti, del segreto professionale, del consenso informato e di tutta la parte legata al rapporto di aiuto con i minori e le loro famiglie.

Verrà inoltre dato spazio all'analisi della famosa legge n.4 del 2013 sulle professioni non riconosciute.

Promozione della professione

La professione di counseling, ad oggi, in Italia non è ancora particolarmente istituzionalizzata a livello di pubblico impiego al pari di altre professioni, ciò comporta che essa si definisca soprattutto nell'ambito libero professionale o delle collaborazioni.

Questo obbliga i counselor a proporre le proprie competenze e professionalità sul libero mercato e ad Enti già esistenti e strutturati.

In questo modulo si cercherà quindi di fornire delle informazioni ed indicazioni di massima sulle reti di Servizi pubblici e privati che si occupano di disagio a vari livelli, aiutando gli allievi a pensare a come costruire reti di lavoro; li si accompagnerà nel promuovere se stessi attraverso una comunicazione coerente con i criteri etici e deontologici definiti da Assocounseling

Counseling umanistico centrato sulla persona

Questo modulo è focalizzato sull'approccio centrato sulla persona ideato da Carl Rogers, in particolare nella sua applicazione al counseling.

Si farà riferimento alla teoria della personalità ed alla formazione delle aree di disagio, verrà svolto un ampio approfondimento, soprattutto esperienziale, sulle famose condizioni necessarie e sufficienti alla promozione del cambiamento, presenti nel counselor, che Carl Rogers ha via via definito nel corso della sua vita (congruenza, accettazione positiva ed incondizionata, comprensione empatica); si approfondirà sempre esperienzialmente il tema dell'ascolto attivo come modalità principe di costruire una relazione efficace e d'aiuto.

Si insisterà molto sul mettere in evidenza come questa modalità centrata sulla persona, per essere davvero efficace non può essere utilizzata semplicemente come una tecnica ma dovrà divenire un *modo di essere*, ovvero una modalità interiorizzata di vivere le relazioni e non solo una modalità professionale.

Elementi di Analisi Bioenergetica

In questa materia verrà illustrato il modello dell'Analisi Bioenergetica come approccio a mediazione corporea fondato sull'identità funzionale corpo-mente. Oltre a delinearne teoricamente gli elementi fondanti, si accompagneranno gli allievi all'esperienza corporea personale, come viaggio alla scoperta di sé, attraverso gli esercizi di pratica bioenergetica.

In un'ottica integrata con l'approccio centrato sulla persona, tale percorso viene visto anche come essenziale per l'aumento della propria congruenza.

Arteterapia nel counseling umanistico-bioenergetico

In questo modulo si metterà in evidenza l'importanza dell'implementazione degli aspetti creativi insiti in tutte le persone, come modalità di sviluppo e riscoperta delle proprie potenzialità non sempre espresse pienamente; in particolare si offriranno agli allievi strumenti creativi, mutuati dall'arteterapia, che essi potranno utilizzare sia come momento di crescita personale (centrale in un percorso di formazione al counseling) sia come strumento operativo da utilizzare nel setting con eventuali clienti maggiormente in difficoltà nel colloquio verbale.

Teoria e Tecnica del counseling umanistico-bioenergetico

All'interno di questa materia si darà particolare spazio all'integrazione sia teorica sia tecnico pratica dell'approccio umanistico centrato sulla persona e di quello corporeo-bioenergetico.

Per il primo aspetto si prenderà in considerazione soprattutto l'importanza data da entrambi gli approcci agli aspetti emotivi ed ai vissuti interiori, oltre alla fiducia verso le capacità e potenzialità degli esseri umani unite alla tendenza all'autorealizzazione.

Tecnicamente si cercherà di evidenziare come l'utilizzo della corporeità (attenzione al respiro, alla percezione di sé, esercizi di rilassamento) possa sposarsi perfettamente con le condizioni necessarie e sufficienti definite da Rogers, andandone ad amplificare l'efficacia.