

Scuola di cura di sé

Programma Corso triennale di counseling

Presentazione della struttura

Denominazione

Dià – Associazione Dialogico-Dialettica - Scuola di Cura di sé – Bergamo, Via del Polaresco, 24; C.F.: 95167770163 - www.diacounseling.it Tel +393493162413 ; segreteria@diacounseling.it

Rappresentante legale

Tullio Carere-Comes

Responsabile didattico

Nicoletta Freti

Responsabile della segreteria (primo contatto con gli allievi)

Nicoletta Freti

Corpo docente

Tullio Carere-Comes

Tullio Carere-Comes, psichiatra e psicoterapeuta. Ha lavorato all'Università di Milano e ai Servizi Psichiatrici della Provincia di Bergamo negli anni Settanta. Negli stessi anni ha curato la sua formazione in psicoanalisi e in altri approcci psicoterapeutici. Conclusa la fase istituzionale, ha lavorato come libero professionista a Milano e a Bergamo. Impegnato sin dall'inizio della sua carriera nella ricerca sull'integrazione in psicoterapia, ha scritto o curato diversi testi e articoli, tra i quali la trilogia pubblicata in rete *Il nuovo sciamano, Il modello a quattro vertici, Paura*. Ultime pubblicazioni presso l'editore Lubrina di Bergamo: *La cura di sé nella relazione di aiuto* (II ed, 2014). *Il cammino del risveglio*, 2012. *La scienza della cura*, 2013. *La seconda nascita e la scienza originaria*, 2014. E' stato sino al 2014 il coordinatore per l'Italia della SEPI (Society for the Exploration of Psychotherapy Integration) ed è co- fondatore e presidente della Dià (Associazione Dialogico-Dialettica), co-fondatore e condirettore della Scuola di cura di sé di Bergamo. E-mail: tucarere@gmail.com

Nicoletta Freti

Nicoletta Freti svolge attività artistica, didattica e di counseling. Ha partecipato a numerosi eventi di arte contemporanea, mostre, concorsi. E' socio fondatore dell'associazione artistica Ovali mancati, ha organizzato e curato mostre ed eventi di arte. E' cofondatrice della Dià - Associazione Dialogico- Dialettica e della Scuola di cura di sé di Bergamo. Si è diplomata in Pittura (Accademia di Belle Arti) ed è stata poi docente presso l'Accademia di Belle arti di Bergamo, Bari e Palermo. È counselor ad approccio nonterapeutico, diplomata presso la Scuola Superiore di Counseling di Nonterapia. E' formatrice presso la Scuola di Cura di Sé. E-mail: nico.freti@gmail.com.

Paolo Gilardi

Counselor Trainer e Supervisor, Analista dialogico-dialettico, esperto di Bioenergetica e musicista, dal 2004 è responsabile dell'area Counseling e docente presso la Scuola di counseling integrato con tecniche corpo-mente-energia (CoMeTE) dell'Associazione REF. Tiene seminari presso istituzioni quali l'Università degli studi di Milano, l'Istituto di psicologia somatorelazionale, la Scuola di artiterapie di Lecco e lavora con sedute individuali, di coppia e di gruppo.

Valentina Folla

Counselor Trainer, Analista dialogico-dialettico, Fisioterapista esperta in Psicologia Somatica e Bioenergetica. Dal 2009 è docente di Bioenergetica e di Counseling presso la Scuola di Counseling Integrato con tecniche corpo-mente-energia (CoMeTE) presso l'Associazione Ref di Milano. Dal 2013 ha un incarico di docenza presso l'Università degli Studi di Milano, nell'ambito del master in "Cure palliative e Terapia del dolore". Conduce seminari collaborando con strutture pubbliche e private e lavora con sedute individuali, di coppia e di gruppo.

Presentazione

La Scuola di Cura di Sé ha iniziato la sua attività nel 2008 a Bergamo. La scuola propone:

- *Un corso di Counseling di durata triennale ad orientamento integrativo* (psicoanalitico, filosofico, artistico) al termine del quale è possibile ottenere, dopo aver superato un esame e discusso una tesi, il diploma di *Counselor Professionista*.
- *Corso superiore di Analisi dialogico-processuale*. Corso biennale rivolto a chi, già Counselor Professionista, vuole ulteriormente approfondire le proprie competenze di cura con approccio dialogico-processuale. Al termine del corso è possibile ottenere il diploma di *Analista dialogico- dialettico*.
- *Corsi e laboratori* sul processo creativo, *seminari e incontri esperienziali* rivolti a persone interessate a sviluppare la creatività e ad avvicinarsi agli elementi essenziali della cura di sé.

Orientamento teorico

Il modello di riferimento è quello *dialogico-processuale*. Attraverso un lavoro dialettico-integrativo tra la prospettiva psicoanalitica (Freud, Ferenczi, Rank, Winnicott e Bion), quella fenomenologico-esistenziale (Husserl, Heidegger, Jaspers, Binswanger e Sartre) e quella artistica i fondatori della scuola, guidati dalla ricerca di Tullio Carere, sono giunti all'elaborazione di un modello dei fattori comuni, il *Modello a sei vertici*, che gli allievi sono incoraggiati a utilizzare criticamente per orientarsi.

Molte ricerche, a partire da Rosenzweig (1936), hanno dimostrato che in qualsiasi relazione di cura si attivano dei *fattori comuni* a tutte le relazioni di aiuto, indipendentemente dall'orientamento teorico del curante. Questi fattori si rendono tanto più evidenti ed efficaci quanto più il curante (il counselor, nel nostro caso) rinuncia a condizionare il processo con le sue aspettative teoriche, ma lascia che questo sia regolato il più possibile dalla sua logica interna, pur nei limiti degli obiettivi definiti che orientano il lavoro del counseling.

In questa prospettiva la nostra scuola, piuttosto che trasmettere un sapere, addestra l'allievo ad adottare una posizione di *non sapere*, uno spazio interiore di silenzio e di ascolto che rende possibile il dialogo e alimenta il processo di crescita e trasformazione. In tal modo la relazione è strutturata dai fattori che sono comuni a ogni processo di cura, e che vengono attivati dai bisogni evolutivi che emergono e trovano accoglimento e risposta nella relazione tra counselor e cliente.

L'approccio proposto è scientifico nel senso della *scienza eidetica o fenomenologica*. Il metodo consiste nell'osservazione e l'ascolto di tutto ciò che si presenta a una coscienza che pratica la riduzione fenomenologica, vale a dire che sospende o mette tra parentesi per quanto è possibile ogni sorta di presupposti e aspettative (o di memoria e desiderio, nella formula di Bion), liberando e attivando in tal modo la funzione intuitiva che dà accesso ai dati immediati del processo. La validazione di tali dati avviene a più livelli: a) nella dialettica intrapersonale noetico-dianoetica, cioè intuitivo-argomentativa; b) nel dialogo interpersonale che si sviluppa nella relazione di cura; c) nel confronto intersoggettivo con altri ricercatori attivi nel campo. Tutti e tre questi livelli di validazione dei dati sono indispensabili, perché non si dà scienza che non sia basata sul rigore dell'approccio personale e sul confronto continuo all'interno di una rete intersoggettiva aperta a tutti i ricercatori del campo.

Definizione sintetica

Dialogico-processuale

Presentazione del corso

Denominazione

Corso triennale di counseling integrativo

Obiettivi

Per cura di sé intendiamo la cura di sé come persona immersa in un tessuto di relazioni interpersonali, e quindi anche la cura di questo tessuto. Non ci si può prendere cura di sé senza prendersi cura anche degli altri sé con cui siamo in relazione. E se si è capaci di prendersi cura delle altre persone, lo si deve poter fare anche professionalmente, se si vuole. Quindi, il primo obiettivo della Scuola è quello di *mettere le persone in condizione di prendersi cura di sé e della rete di relazioni in cui si vive, in una prospettiva di formazione personale e interpersonale permanente*. Il secondo obiettivo è quello di fornire una preparazione adeguata per fare il counselor *anche a livello professionale*.

Metodologia d'insegnamento

Il lavoro è basato sull'integrazione di metodiche sviluppate in ambito psicoanalitico, sugli insegnamenti della filosofia e su un costante riferimento alla dimensione artistica per accedere al potenziale creativo di cui ogni essere umano dispone.

La formazione personale del counselor si realizzerà attraverso la frequenza ai seminari esperienziali, alle lezioni, il confronto con i docenti e il gruppo, lo studio e discussione dei testi segnalati, la pratica del co-counseling, il tirocinio e le supervisioni, simulate, role-playing, il tutoraggio per la creazione di progetti di intervento in situazioni esterne e lo sviluppo di progetti realizzati in piccoli gruppi, attività artistica, pratiche filosofiche, lavoro corporeo e meditativo, terapia personale di un minimo di 50 ore nei tre anni.

Percorso personale

Terapia personale di un minimo di 50 ore nei tre anni con psicoterapeuti della scuola o approvati dalla scuola.

Struttura del corso

Durata espressa in anni: 3 Durata espressa in ore: 700

Specifiche

Per ottenere il diploma sarà necessario effettuare un totale di 700 ore suddivise fra *seminari (attività in aula)* e *attività extra-seminariali* in non meno di tre anni.

I seminari si svolgono il sabato-domenica e comprendono lezioni, esercitazioni in aula e supervisioni didattiche in gruppo.

Le attività formative extra-seminariali comprendono: il percorso di terapia individuale, il lavoro di co-counseling, la partecipazione a conferenze, corsi, convegni, le attività di lavoro in gruppo, attività inerenti il tirocinio, supervisione individuale e di gruppo riferita alle attività di tirocinio.

Le attività formative extra-seminariali dovranno essere certificate da materiale documentativo accompagnato da brevi relazioni sul lavoro svolto ad eccezione di quando è stato presente all'attività almeno uno dei docenti.

Monte ore totali richieste.

60 giornate seminariali (7,30 ore per giornata) per un totale di 450 ore.

Le 450 ore sono così suddivise : 350 ore di lezioni e 100 ore di esercitazioni in aula e supervisioni in gruppo.

2) Attività extra-seminariali per un totale di 250 ore così suddivise:

150 ore di tirocinio (che possono includere anche gli incontri di co-counseling e le ore di supervisione delle attività di tirocinio).

Il tirocinio è personalizzato e va concordato con il tutor di riferimento che darà il suo supporto nelle fasi d'individuazione e progettazione. Chi è interessato a sviluppare o creare progetti particolari in ambiti diversi da quelli indicati dalla scuola avrà il supporto del tutor per contattare eventuali organizzazioni. Il tirocinio consiste essenzialmente in pratiche di cura di sé nella coppia, nel gruppo e nelle istituzioni.

100 ore di attività che includono:

un minimo di 50 ore di percorso di terapia individuale.

50 ore per partecipazione a conferenze, corsi, convegni e laboratori esperienziali;

attività in gruppo; attività studio e ricerca.

Al termine del percorso formativo, per ottenere il diploma di Counselor Professionista l'allievo dovrà sostenere un esame orale sulle materie del corso e discutere una tesi.

Organizzazione didattica

Modalità di ammissione/requisiti

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). Dal 2020 Diploma di laurea.

b) Aver compiuto i 23 anni di età

a) Massimo allievi iscrivibili: 25

b) Per essere ammessi al corso è necessario: un colloquio e un seminario di prova.

Esami

Esame orale al termine del corso e discussione tesi.

Assenze

E' possibile effettuare un massimo di ore di assenza pari al 10% del totale del corso.

Materiale didattico

a) Per ogni insegnamento verrà individuato un testo bibliografico obbligatorio e due testi di consultazione opzionali

b) I docenti forniscono periodicamente le dispense delle lezioni tenute.

Documenti rilasciati all'allievo

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

Programma del corso

INSEGNAMENTO	ORE	DOCENTE
Elementi di Psicologia Generale	26	Tullio Carere
Elementi di Psicologia Sociale	20	Tullio Carere
Elementi di Psicologia dello Sviluppo	16	Tullio Carere
Elementi di Psicologia Dinamica	24	Tullio Carere
Elementi di Psicologia dei Gruppi	22	Nicoletta Freti
Teoria e Tecniche della Comunicazione	32	Nicoletta Freti
Elementi di psicopatologia	6	Tullio Carere

Materie specifiche (di indirizzo)

INSEGNAMENTO		DOCENTE
Elementi di Counseling (fondamenti)	30	Tullio Carere- Nicoletta Freti
Storia del Counseling	8	Tullio Carere
Etica e Deontologia Professionale	16	Tullio Carere
Il Counseling nelle organizzazioni	10	Nicoletta Freti
Il modello a sei vertici	20	Tullio Carere
Esercizi e procedure.	20	Nicoletta Freti
Psicologia della creatività	20	Nicoletta Freti
Tecniche artistiche	20	Nicoletta Freti
Arti visive e cura di sé	18	Nicoletta Freti
Filosofia come pratica di vita.	20	Tullio Carere
Fenomenologia ed ermeneutica. La filosofia perenne.	30	Tullio Carere

La pratica del co-counseling	20	Tullio Carere - Nicoletta Freti
Supervisione didattica	72	Nicoletta Freti, Paolo Gilardi, Valentina Folla

Totale formazione teorica nei tre anni

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

Formazione esperienziale

Percorso personale

Tirocinio

TIPOLOGIA	ORE	DOCENTE
Formazione personale individuale (terapia individuale)	50	Tullio Carere-Comes
TIPOLOGIA	ORE	ENTE / RIFERIMENTO / TUTOR
Il tirocinio consiste essenzialmente in pratiche di cura di sé nella coppia, nel gruppo e nelle istituzioni. Può essere realizzato in strutture pubbliche o private. Le ore di tirocinio possono includere anche gli incontri di co-counseling e le ore di supervisione delle attività di tirocinio.	150	

Totale formazione esperienziale nei tre anni

Attività varie

Percorso personale + tirocinio	200	
TIPOLOGIA	ORE	DOCENTE
Partecipazione a conferenze, corsi, convegni e laboratori esperienziali, attività in gruppo, attività di studio e ricerca.	50	
Totale attività varie	50	

Totale formazione nei tre anni

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

Bibliografia del corso

Elementi di Psicologia Generale

Feldman, R.S (2008) *Psicologia generale*. McGraw-Hill. Anolli, L; Legrenzi P. (2012) *Psicologia generale*. Il Mulino. Vicario, G. (2005) *Psicologia generale. I fondamenti*. Laterza.

Elementi di Psicologia sociale

Palmonari A, Cavazza N., Rubini M. (2012) *Psicologia Sociale*. Il Mulino. Canetti E. *Massa e potere*. Adelphi
 Freud, S (1921). *Psicologia delle masse e analisi dell'Io*. Boringhieri.

Elementi di Psicologia dello Sviluppo

Grazzani Gavazzi I. (2009). *Psicologia dello sviluppo emotivo*. Il Mulino.
Krishnananda (2004). *Uscire dalla paura*. Feltrinelli.
Vegetti Finzi, S. (1994). *A piccoli passi*. La psicologia dei bambini dall'attesa ai 5 anni. Mondadori.

Elementi di Psicologia Dinamica

Mitchell, S; Black, M. (1995). *L'esperienza della psicoanalisi*. Trad. it 1996. Bollati Boringhieri. Vegetti Finzi, S. (1990). *Storia della psicoanalisi*. Mondadori.
Gabbard, G. O. (2005). *Introduzione alla psicoterapia psicodinamica*. Raffaello Cortina.

Elementi di Psicologia dei Gruppi

Dispense fornite da Nicoletta Freti
Yalom, I. (2005). *Teoria e pratica della psicoterapia di gruppo*. Bollati Boringhieri.
Di Petta, G. (2006). *Gruppoanalisi dell'esserci*. Franco Angeli.
Quaglino, G.P.; Casagrande, S; Castellano, A. (1992) *Gruppo di lavoro lavoro di gruppo*. Cortina.

Elementi di Counseling (fondamenti), Teorie e tecniche della comunicazione, Counseling nelle organizzazioni

Dispense fornite da Nicoletta Freti
Carere-Comes, T. (2014). *La cura di sé nella relazione di aiuto*. II edizione, Lubrina Editore. Carere-Comes, T. (2012). *Il cammino del risveglio*. Lubrina Editore
Carere-Comes, T. (2013). *La scienza della cura* Lubrina Editore.
Carere-Comes, T. (2014). *La seconda nascita e la scienza originaria*. Lubrina Editore. Hough, M. (1996). *Abilità di counseling*. Manuale per la prima formazione. Erickson.

Rogers, C. R. *La terapia centrata sul cliente*. Edizione 2013. Giunti
Rogers, C. R. (1971) *Psicoterapia di consultazione*. Astrolabio.
Edelstein, C. (2007). *Il counseling sistemico pluralista*. Edizioni Erickson.
Wachtel, P. (2000). *La comunicazione terapeutica*. Bollati Boringhieri.
Nanetti, F. (2009). *Counseling ad orientamento umanistico-esistenziale*. Pendragon.

La pratica del co-counseling Esercizi e procedure

Carere-Comes, T. (2004). *Il laboratorio di cura di sé*. Sezione Testi e Articoli- Dià. Associazione Dialogico Dialettica. <http://www.dialogicodialettica.it/Manualetto.htm>

Carere-Comes, T. (2007). *Bodily holding in the dialogic-dialectical approach*. Journal Psychotherapy Integration. Vol 17 : 93-110.

Dispense fornite da Nicoletta Freti e Tullio Carere
Goldstein, J. (1995). *La pratica della libertà*. Ubaldini. Roma.
Krishnananda (2006). *A tu per tu con la paura*. Universale Economica Feltrinelli.
Giusti, E; Germano, F (2003). *Etica del contatto fisico in psicoterapia e nel counseling*. Sovera.

Modello a sei vertici

Carere-Comes, T. (2012). *Il cammino del risveglio*. Lubrina Editore.

Carere-Comes, T. (2006) *Il principio dialogico-dialettico*

<http://www.dialogicodialettica.it/testi/il%20principio.htm>

Carere-Comes, T. (2002). *La logica della relazione psicoterapeutica*. Psicoterapia e Scienze Umane, 2002, XXXVI, 3: 83-99. <http://www.dialogicodialettica.it/testi/la%20logica.htm>

Storia del Counseling

Edelstein, C. (2007). *Il counseling sistemico pluralista*. Edizioni Erickson. May, R. (1991). *L'arte del counseling*. Astrolabio.

Dispense fornite da Nicoletta Freti

Etica e deontologia professionale

Il codice deontologico dei counselor di AssoCounseling

Carere-Comes, T. (2011). *La cura di sé nella relazione di aiuto*. Dià book Carere-Comes, T. (2012). *Il cammino del risveglio*. Lubrina Editore.

Hough, M. (1996). *Abilità di counseling*. Manuale per la prima formazione. Erickson.

Ermeneutica, fenomenologia. Filosofia perenne

De Monticelli, R. (2005). *La fenomenologia come metodo di ricerca filosofica e la sua attualità*. Parte prima. http://www.swif.uniba.it/lei/pdf/biblioteca/readings/fenomenologia_SWIF.pdf

Gadamer, H. G. *Verità e metodo* (1960). Bompiani, Milano 1996. Huxley, A. *Filosofia perenne*. Adelphi, Milano 1995.

Mancuso, V. *La vita autentica*. Raffaello Cortina Editore, Milano 2009. Nisargadatta Maharaj, *Tu sei quello*. Rizzoli, Milano 1981.

Gidley, J. The Evolution of Consciousness as a Planetary Imperative: An Integration of Integral Views. *Integral Review*, 5, 2007.

<http://researchbank.rmit.edu.au/eserv/rmit:3641/g2006012275.pdf> Binswanger, L. Per un'antropologia fenomenologica. Feltrinelli, 2007. Tolle, E. *Il potere di adesso*. Armenia, 2004.

Filosofia come pratica di vita

Hadot, P. (2005). *Esercizi spirituali e filosofia antica*. Einaudi. Torino. Jaspers, K. (2005) *La fede filosofica*. Raffaello Cortina. Milano. Mortari, L. (2006). *La pratica dell'aver cura*. Mondadori.

Aa.Vv. (2006). *Pratiche filosofiche e cura di sé*. Mondadori. Balistreri, A.G. (2006). *Prendersi cura di se stessi*. Apogeo.

Jaspers, K. (1965). *Piccola scuola del pensiero filosofico*. Trad. italiana 1998. SE. Corradi Fiumara, G. (1985). *Filosofia dell'ascolto*. Jaca Book.

Elementi di psicopatologia

Dispense fornite da

Gabbard, G. (2007) *Psichiatria psicodinamica*. Raffaello Cortina. Galanti, M.A (2007). *Sofferenza psichica e pedagogia*. Carocci.

Psicologia della creatività, Tecniche artistiche, Arti visive e cura di sé

Dispense fornite da Nicoletta Freti.

- Freti, N. (2014) Il respiro dell'arte, Il processo creativo nella ricerca di sé. Lubrina Editore, Bergamo
- Cinque M. (2010) Agire creativo. Teoria e prassi dell'innovazione personale. Franco Angeli.
- Casadio, L. (2004). Le immagini della mente. Per una psicoanalisi del cinema, dell'arte e della letteratura. Franco Angeli.
- Munari, B. (2006). *Fantasia*. Laterza.
- Di Napoli, G. (2011). I principi della forma. Natura, percezione e arte. P. B. Einaudi. Torino.
- Osborn, A.F. (2003). L'arte della creativity. Principi e procedure di creative problem solving. Franco Angeli.
- De Bono, E. (2000). *Il pensiero laterale*, BUR
- Demetrio, D. (1996). *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*. Raffaello Cortina.
- Berman, L. (1993). La fototerapia in psicologia clinica Metodologia e applicazioni. Erikson
- Rodari, G. (2001). Grammatica della fantasia. Introduzione all'arte di inventare storie. Einaudi, Torino.
- Kandel Eric K. (2012). L'età dell'inconscio. Arte, mente e cervello dalla grande Vienna ai nostri giorni. Cortina.

P. Mottana, La visione smeraldina. Introduzione alla pedagogia immaginale. Mimesis.

Programmi sintetici

Materie specifiche

Elementi di Psicologia Generale

Psicoanalisi, comportamentismo, cognitivismo. La psicologia umanistica. Il metodo scientifico e le terapie empiricamente supportate. Ricerca qualitativa e quantitativa. Ricerca sperimentale e ricerca sul campo. I due paradigmi della conoscenza. Cartesio, il padre dei due paradigmi: intenzionale e rappresentazionale. Logica della scoperta e logica della prova. Metodo osservazionale-induttivo, metodo ipotetico-deduttivo. Ricerca fenomenologica e ricerca empirica. Le strutture fondamentali della relazione d'aiuto. Quale scienza per il counseling? Per una scienza eidetica. Il sogno e le teorie sul sogno. Psicologia transpersonale. Meditazione e stati non ordinari di coscienza. Approcci stereotipati e approcci euristici. L'intelligenza emotiva. La gerarchia dei bisogni di Maslow. La psicologia del benessere: l'esperienza di flusso.

Elementi di Psicologia Sociale

Comportamentismo. Psicologia della Gestalt. La conoscenza sociale. Prospettiva cognitivista. Prospettiva socio-culturale. La prospettiva socio-costruttivista. Stereotipi. Pregiudizi. L'identità personale, lo sviluppo sociale del sé. Le relazioni sociali, i fenomeni comunicativi, le forme dell'influenza sociale. Inganno e autoinganno. Potere e controllo.

Elementi di Psicologia dello Sviluppo

La mente del bambino. La relazione madre-bambino. Essere figli e essere genitori. La Strange Situation e i pattern di attaccamento (sicuro, ansioso-resistente, evitante, disorientato-disorganizzato). Il gioco e il disegno. Il bambino e l'adulto dislessico. Il mondo dell'adolescente. Dal bambino reale al bambino emozionale. Il lavoro di Krishnananda sul bambino emozionale. Esercizi di meditazione. Il bambino ferito, le sue reazioni e compensazioni: paura, vergogna, vuoto, sfiducia e rabbia. Aspettative e pretese, reattività, controllo, compromessi, assuefazioni e pensiero magico. La meditazione e il nostro bambino interiore. Il ciclo di vita secondo Erikson. Vecchiaia: verso il decadimento o verso la saggezza?

Elementi di Psicologia Dinamica

Psicoanalisi come scienza dell'inconscio. Il concetto di difesa. L'offerta di base sicura come rimedio relazionale all'ansia. Necessità di un equilibrio tra accettazione e confronto. Convergenze tra psicoanalisi e buddismo. Il sogno nella psicoanalisi di Freud e di altri psicoanalisti.. Dalla teoria della seduzione al complesso di Edipo. La nozione allargata di transfert. Il transfert: eros e logos. Eros nella relazione di cura. Rank e Ferenczi. Winnicott. Gioco e realtà. Il vero e il falso sé. I cambiamenti di paradigma nella scienza della psicoterapia. Evoluzione in senso relazionale della psicoanalisi. Il modello medico da Freud alla terapia evidence-based. Ribaltamento del rapporto tra procedura e processo nella cura relazionale.

Elementi di Psicologia dei Gruppi

Il gruppo e le sue dinamiche. I ruoli. Il rispecchiamento. Il campo gruppale. La complessità. La circolarità. Relazioni tra pari. I gruppi interni. Periodica analisi ed elaborazione delle dinamiche gruppali all'interno del gruppo della scuola. Psicogenealogia: la famiglia come sistema. La ricerca di A. Schutzenberger e di Langlois & Langlois. L'approccio transgenerazionale. Il triangolo drammatico: vittima, persecutore, salvatore. Il segreto e il non detto. Lo psicodramma.

Teoria e tecniche della comunicazione

La comunicazione terapeutica. Il silenzio: l'arte del non dire. La comunicazione non verbale. Fare domande: domande chiuse, retoriche, multiple, aperte, di scandaglio, ipotetiche, ecc. Rinforzi verbali. Riformulare. Riassumere. Identificare gli ostacoli. Mantenere l'autostima del cliente. Karl Jaspers: la comunicazione esistenziale. Il processo del manifestarsi nella comunicazione. Rivelarsi e mettersi in questione. Ostacoli e condizionamenti. Sulle tracce della verità. Supervisione della comunicazione nel lavoro a coppie e nel lavoro in gruppo.

Elementi di psicopatologia

La necessità di riflettere sulle tematiche della sofferenza psichica. Il significato della sofferenza psichica all'interno della totalità dell'esistenza del soggetto. Cosa succede quando si entra in contatto con una persona malata di mente. L'esperienza psicotica. Il campo della psichiatria e i suoi confini. Idee di normalità e patologia. La psicopatologia nei differenti contesti storico-culturali. Psichiatria biologica. Psichiatria dinamica. Psichiatria fenomenologica. Psichiatria sociale. Per una psichiatria integrativa. La psichiatria istituzionale: dal manicomio al territorio. Il gruppo curante. Il ruolo degli psicofarmaci nella cura del paziente.

Materie specifiche

Elementi di counseling (fondamenti)

Rogers, Rosenzweig e il counseling. La differenza tra psicoterapia e counseling. Counseling procedurale e processuale. Dialogo e dialettica nel counseling. L'approccio centrato sulla persona. I tre fattori facilitanti la crescita personale: la congruenza, l'accettazione incondizionata e la comprensione empatica. La ricerca empirica e il verdetto di Dodo. I fattori comuni. Dai tre fattori di Rogers al nostro modello. Il setting e i primi colloqui. La natura collaborativa della relazione di cura. L'alleanza di lavoro.

Storia del counseling

Le coordinate storiche del counseling. Curare e prendersi cura: Carl Rogers. Rollo May. Essere Dià – counselor: ambiti di competenza. I fattori comuni delle relazioni di cura. Conoscere il proprio dolore, coltivare il proprio potenziale. Il counseling in Italia, Europa e negli Stati Uniti. Formazione personale e professionale.

Etica e deontologia professionale

Definizione di deontologia. Il codice deontologico di Assocounseling. Etica e morale. Stadi di sviluppo dell'etica: pre-convenzionale, convenzionale, post-convenzionale. I due principi basilari della deontologia del counseling: non oltrepassare i limiti delle competenze acquisite, non commettere abusi. La differenza tra psicoterapia e counseling. Il modello della scuola e la costruzione del modello personale dell'allievo.

Il counseling nelle organizzazioni

Counseling scolastico, sanitario, aziendale.

Il modello a sei vertici

I bisogni di cura dell'essere umano. La logica interna delle relazioni di cura. Una mappa per orientarsi: il modello a quattro vertici. Accoglimento (A), Confronto (C), Conoscenza (K), Fiducia nel processo (O). La natura dialettica dei processi di formazione e trasformazione. La reciprocità nella pratica di cura: il lavoro a coppie e le regole di base. La posizione dialogico-. Gestire o subire il conflitto. Lo schema GAB dell'analisi transazionale. Revisione della mappa a due assi. Il terzo asse: l'axis mundi. Eros e logos. Il lavoro della cura sul terzo asse. La logica interna del modello a tre assi.

Esercizi e procedure

Conoscere e abitare il corpo. Esplorare il movimento. Blocchi e condizionamenti psicomotori. La funzione del contatto corporeo nel processo di sviluppo dell'essere umano. La travagliata storia del contatto fisico in terapia. Il contatto corporeo nelle sedute di counseling. Contatto nutritivo e catalitico. Etica del contatto. Il Focusing: Gendlin e l'approccio centrato sulla persona. L'esperienza della meditazione. Governare l'attenzione: pensieri, emozioni e sensazioni corporee. Esercizi di meditazione nella natura. Poesia e meditazione come strumenti formativi. Un fare di tipo speciale: il non fare. Lo sguardo essenziale. L'arte del respiro. La respirazione profonda e la respirazione ologica.

Psicologia della creatività

Pensiero divergente e convergente, pensiero razionale e simbolico. Problem solving. Il processo creativo e le sue fasi. Come pensiamo e come risolviamo i problemi. Counseling e affidamento al processo. La sospensione del giudizio e il Repressore. La soluzione creativa dei problemi secondo il Creative Problem Solving Process di Osborn e Parnes. Pratiche simbolo-immaginali. Pensiero visivo e counseling. Il pensiero per immagini. Mondo onirico, simbolico, archetipico. Pensiero visivo e pensiero creativo. L'uso di tecniche immaginative nel counseling.

Tecniche artistiche

L'intimo legame che unisce colore e visibilità. Colore, percezione, affettività - Le potenzialità espressive del colore. Parola e immagine. Tecniche per favorire il flusso creativo. Tecniche pittoriche. La scrittura autobiografica: accogliere la parola, raccontare/raccontarsi. Il disegno come rinforzo. Disegno automatico, scrittura automatica, rievocazione e composizione. Sensibilizzazione percettiva.

Arti visive e cura di sé

Pratiche immaginative e cura di sé. La pagina bianca come luogo di rispecchiamento. Rispecchiamento e formazione del sé. La fotografia nella cura di sé. L'uso della fotografia nella relazione terapeutica. La lettura dell'immagine. Incongruenze ed errori. Lettura iconografica e lettura iconologica di Erwin Panofsky. Percezione di sé e dell'arte. Praticare l'arte contemporanea. Art counseling e arteterapie.

La filosofia come pratica di vita.

Filosofare come urgenza esistenziale. Per una accezione integrale del logos. La tradizione filosofica. Filosofia come modo di vivere. Hadot: filosofia antica ed esercizi spirituali. La terapeutica stoica ed epicurea. La pratica dell'attenzione. Rappresentazioni e false credenze. Il rapporto con la totalità. La filosofia come esperienza comunitaria. Apprendimento come processo bidirezionale. Filosofia della liberazione. La condizione umana e il filosofo. L'area dell'illusione e quella della consapevolezza. Dall'abbandono dell'illusione all'angoscia esistenziale. Le quattro nobili verità del Buddha.

Fenomenologia ed ermeneutica. La filosofia perenne.

Il dialogo. La condizione umana. Il meccanismo mentale. Gettatezza e progettualità. Dipendenza del giudizio dalla scala di priorità. La resistenza e la fine della cura. Liberare il respiro dall'affanno. I tre gradi del Dasein. Liberazione e illuminazione. Accettare e volere. Liberazione e realizzazione. Fenomenologia del dolore. Scienza eidetica come scienza di essenze o di significati. Da Platone a Husserl. L'essere vivente come naturalmente ermeneutico.. Trovare il proprio essere. K. Jaspers: le situazioni limite. La fede filosofica. L. Binswanger: essere nel mondo. Sartre: La questione del rapporto tra essere e tempo. La concezione cosmoteandrica di Panikkar. La tripartizione di Steiner. La corrispondenza micro- macrocosmica. La *noluntas* di Schopenhauer e il sì alla vita di Nietzsche. Freud e la roccia basilare. La filosofia perenne. L'etica del finito. La prospettiva postnietzscheana e postfreudiana. Eraclito e la voce del Logos. Il Logos come logica intrinseca del processo. Relativismo e contestualità. Tre parole chiave: consapevolezza, relazione, Logos. L'esperienza della mancanza essenziale. Prestare attenzione ai segni. Diventare l'autore della propria storia. Paradigma intenzionale e rappresentazionale. Il momento presente. La dialettica del visibile e dell'invisibile. I due approcci all'essenziale: riflessivo-meditativo e relazionale-dialogico. Integrità e integrazione del sé. Cura di sé e del sé.

La pratica del co-counseling

L'esercizio base: ascoltare, accogliere, empatizzare. Curare e prendersi cura. Il counseling come cura di sé e del sé. L'asse orizzontale della relazione: accettazione e confronto. Integrazione come maturità psicologica, integrità come maturità etica. Approccio problem- oriented e process-oriented. La cura come sviluppo della logica interna della relazione. La cura come storia unica tra due persone. I bisogni di cura dell'essere umano. La logica interna delle relazioni di cura. Una mappa per orientarsi: il modello a quattro vertici. Accoglimento (A), Confronto (C), Conoscenza (K), Fiducia nel processo (O). La natura dialettica dei processi di formazione e trasformazione. La reciprocità nella pratica di cura.