

PETRARIA 2015 - TEMI E ABSTRACT

1^ ANNO - CORSO A

TEMA: *Le origini affettive: attivazione delle risorse personali e della creatività*

TUTOR: **Fabio Specchiulli**

ALEX LOMMATZSCH: RICOSTRUZIONE SIMBOLICA DELLE ORIGINI AFFETTIVE (25 ore)

La caratteristica peculiare di questo lavoro è l'immediata inclusione e focalizzazione dei traumi originari o comunque precoci nella dinamica psicoterapeutica. Considera come cruciali i vari aspetti della vicissitudine 'dell'amore' nella costruzione dei legami affettivi riconoscibili nella storia familiare. La culla, la scuola, la famiglia a volte sono il teatro delle esperienze più dolorose e spesso dannose che avvengono nelle relazioni che pretendono di essere di aiuto e di supporto. In questo workshop i partecipanti avranno come obiettivo il riconoscere e l'ascoltare gli effetti delle situazioni traumatiche precoci così come si manifestano nel corpo e nei propri vissuti emotivi. Il gruppo parteciperà alla creazione di antidoti simbolici che funzionino da strategie neutralizzanti l'effetto negativo di queste esperienze di sofferenza emotiva traumatica. Ogni partecipante avrà l'opportunità di lavorare su se stesso in maniera intensiva attraverso un percorso semi strutturato di esperienze in gruppo che possano sviluppare l'alleanza emotiva e cognitiva necessaria per esplorare i temi proposti. Gli elementi principali dell'intervento cioè il contatto e la comprensione che possono soddisfare i bisogni dello sviluppo, emergeranno dalle esperienze di role-playing e di drammatizzazione tra i membri del gruppo. Saranno forniti gli elementi che supportino la possibilità di una 'ridefinizione della propria mappa affettiva/cognitiva'. Attraverso il role-playing, i membri del gruppo suppliscono simbolicamente, verbalmente e non verbalmente - attraverso l'interazione -, ai desideri e ai bisogni affettivi finora non ascoltati. Questo è di estrema importanza nel rendere il cliente capace di sperimentare consciamente ed accettare parti represses della propria verità emotiva. Con l'aiuto di figure contenitive il cliente inizia gradualmente ad integrare ciò che sembrava inintegrabile. In questa maniera, noi facilitiamo la possibilità di sperimentare nel gruppo una contro esperienza sia fisica che psicologica, che simbolicamente innesca un processo di ristrutturazione e trascendenza dalla storia affettiva 'tossica'.

PSICOTERAPIA CON ALLIEVI DEL IV ANNO (7 ore)

LAURA QUATTRINI: SE IL LINGUAGGIO NON ESISTESSE COME POTREI RACCONTARE LA MIA STORIA? (12 ore)

Il linguaggio dei suoni ha la capacità di permettere alla persona di cogliere il senso emotivo delle esperienze e di esprimerle senza doverle descrivere o spiegare. La nostra memoria un enorme serbatoio di esperienze sonore, di cui alcune più significative di altre. Recuperarle può aiutare a ritrovare frammenti importanti della propria storia e utilizzarle in maniera creativa può significare modificarne il senso, cambiarne il sapore. Quando poi il lavoro con i suoni diventa costruzione di musica, la comunicazione e la collaborazione diventano ineludibili e contemporaneamente le specificità di ogni individuo vengono rispettate e valorizzate...

CATERINA TERZI: DURO COME LA PIETRA!! (12 ore)

Incontro/scontro attraverso il lavoro creativo e la scultura, con le parti cristallizzate, dure del carattere, presenti come li- mite ma anche come punto di forza: la pietra come metafora del modo di esistere e relazionarsi con se stessi e il mondo: dura, resistente, pesante, antica, ma anche fragile, friabile e disponibile nel contatto a prendere nuova e inaspettata forma.

DOMENICO DELLA PORTA: DALL' IDEA ALL'AZIONE (8 ore)

Il percorso di fine giornata vuole raccogliere e testimoniare la possibilità di ognuno, reali o fantasticate, di poter intervenire sull'ambiente, di vivere e sperimentare attraverso l'azione una realtà esistenziale da protagonista. Partendo dall'attivazione corporea, dagli insight, dalle consapevolezze acquisite e dalla volontà che emerge in figura, il laboratorio cercherà di promuovere e avallare azioni capaci di generare soddisfazione personale e buon umore.

4^ ANNO - CORSO B

TEMA: *Con i miei sensi e la mia fantasia costruisco la mia realtà.*

TUTOR: Laura Virgili

SERGIO MAZZEI: LOOSE YOUR MIND AND COME TO YOUR SENSES (Abbandona la tua mente e ritorna ai tuoi sensi) – F. Perls (12 ore)

L'orientamento centrale nella psicoterapia della Gestalt è il ritorno al qui e ora, ovvero al "ciò che c'è", ma da sempre, una delle più frequenti resistenze alla terapia è la paura di vedersi e di rendersi conto della propria condizione. Con la mente si ragiona, ci si giustifica, si trovano spiegazioni, si inventano teorie e filosofie, pur di evitare di stare con ciò che è vissuto come troppo scomodo o doloroso: si è in piena fuga da se stessi, ma anche se il tempo passa, se i giorni passano, la verità rimane. Come cita l'esagramma 48 dell'I King: "Si cambi pure di città, ma non si può cambiare il pozzo" ed evidentemente ciò si riferisce alla nostra interiorità, al come ci viviamo, alle idee che abbiamo di noi stessi che rimangono sempre le stesse anche in mezzo alle distrazioni. Una via diretta e non menzognera che può aiutarci a riprendere contatto con la nostra reale condizione e a lavorare per integrarsi con la sua verità è attraverso la consapevolezza del respiro. Il lavoro in questo gruppo consisterà di sedute individuali con il metodo del Gestalt Body Work con lo scopo di andare aldilà della mente e di ritornare al reale vissuto sensoriale, base di partenza per la chiusura delle proprie gestalt aperte.

SANDRA SALOMAO: CON CHI SEI SPOSATO? RICERCA REALIZZATA ATTRAVERSO LE STORIE DI COPPIE E FAMIGLIA (11 ore)

Questo workshop tratterà di una ricerca/lavoro sulle difficoltà affettive e/o professionali che utilizza come contesto il congelamento nel tempo familiare e i modelli di coppie e di famiglia che sono stampati in ogni partecipante. Per la tua vita personale e il tuo lavoro come psicoterapeuta è rilevante conoscere le tue concezioni sui rapporti di coppia e le tue fantasie sulla famiglia ideale. Il mito dell'amore romantico, lo scontro delle idee, i patti e segreti nella formazione della coppia, quello che è successo o no, la differenziazione dalla famiglia di origine e quanto rapporto ci sia ancora con essa, fanno parte del dramma della coppia. Argomenti prediletti nei dissensi della coppia: sesso e figli sono molte volte pretesti per le situazioni incompiute intergenerazionali. Nei modelli di famiglia e nella formazione della coppia le questioni di genere e le forme disfunzionali di contatto come la confluenza, la deflessione, l'introiezione, la proiezione e la perdita di sensibilità e il distanziamento e perdita di intimità e vulnerabilità costituiscono la tipologia di coppie disfunzionali. Lo stile di sessualità mantiene connessioni con la famiglia di origine ed è anche importante conoscere il ciclo vitale della coppia: come si è data la formazione della coppia, la nascita dei figli, come hanno trattato i genitori con il nido vuoto e come si è dato o vissuto l'invecchiamento della coppia e anche l'interruzione nello sviluppo della coppia per via di separazione e vedovanza sono temi che dotano di dramma la trama delle coppie, delle famiglie e dei loro terapeuti. L'obiettivo dello workshop è suscitare l'awareness sulla relazione fra i modelli di coppia e famiglia e le difficoltà personali o professionali. Il lavoro fra i membri del gruppo sarà fatto attraverso incollature, lettere, immagini, foto e la partecipazione del gruppo come attori nel teatro familiare. Anche se si desidera raggiungere la capacità per il lavoro con coppie e famiglie a partire dall'esperienza con il lavoro emozionale del tema personale familiare.

ALEX LOMMATZSCH: (2 ore con I anno)

SUPERVISIONE: SERGIO MAZZEI (8 ore), ALEX LOMMATZSCH (8 ore),

PSICOTERAPIA con allievi del I anno (7 ore)

BOOM UBOLWANNA PAVAKANUN: MEDITAZIONE TAILANDESE (8 ore)

SILVIO OLIVA: 'NEL MEZZO DEL CAMMIN DI NOSTRA VITA ...' (8 ore)

.....una messa in scena dei contrappassi, in cui ognuno "patisce" fisicamente le pene del proprio o di altri caratteri per poi liberarsene anche fisicamente.

Gli studi sull'enneagramma si prestano ad un facile parallelismo con la Commedia di Dante. Approfondendo il testo, si scoprono moltissime metafore e similitudini che accomunano l'opera alla psicoterapia della Gestalt, e non soltanto in senso teorico, ma anche in un campo pratico e applicativo. L'Iliade, l'Odissea e la Divina Commedia sono probabilmente i libri più importanti della letteratura mondiale, prima di tutto perché portatori di un messaggio che mette in metafora la vita intera di tutti gli uomini. Il primo ci dice che la vita è una battaglia, mentre il secondo ci mostra che

la vita è un lungo e difficile viaggio. Dante ci dice, gestalticamente, che la vita è soprattutto desiderio. Il lavoro in terapia della gestalt si basa proprio sullo spostare l'attenzione su ciò che il paziente considera bello e buono, su ciò che desidera. In quanto possessore del libero arbitrio, soltanto scegliendo il paziente potrà muoversi dalla sua posizione di impasse. Così come Dante decide di muoversi dalla sua "selva oscura". Talvolta il carattere diventa un ostacolo tra noi e i nostri orizzonti e i contrappassi danteschi sono perfetti nel rappresentare le varie "zappe sui piedi" che ci tiriamo. Sperimentare drammaticamente questi contrappassi può diventare un'esperienza molto potente nella direzione del "cambiare ciò che si fa".

4^ ANNO - CORSO C:

TEMA: *Io narro, Tu narri con me: Facciamo psicoterapia.*

TUTOR IGP: Anna Pizzileo

PILAR O'CAMPO: 'EL SER Y EL HACER DEL TERAPEUTA: LA MÍSTICA DEL ENCUENTRO GESTÁLTICO' (12 ore)

Objetivo: El participante explorará la importancia de su Ser en su Hacer terapéutico, pondrá en práctica herramientas para lograr la profundidad relacional y desarrollará estrategias que le permitirán ser un terapeuta más centrado en su aquí y su ahora al momento de proponer estrategias de intervención gestáltica.

Metodología: El curso está diseñado para llevar al alumno a recorrer cada una de las áreas de su ser actual y tomar conciencia de la relación de cada una de ellas en su hacer como terapeutas.

G. PAOLO QUATTRINI: LA FANTASIA (11 ore)

Una ragione per cui agli inizi della professione gli operatori d'aiuto durante le sedute si perdono, è che questo lavoro si svolge contemporaneamente su due livelli: un livello meccanico e un livello non meccanico. E' difficilissimo rendersi conto di cosa succede sul piano concreto e contemporaneamente stare in rapporto con la persona: il mero livello meccanico non basta, capire quello che succede senza stare in rapporto con la persona non serve a nulla. Però è anche vero il contrario: se si sta con la persona ma non si vede cosa succede materialmente, ugualmente ci si perde. L'addestramento comporta imparare a tenere contemporaneamente l'attenzione sia sul livello meccanico che sul livello non meccanico: se si guarda esclusivamente alle sequenze meccaniche, la relazione difficilmente sarà trasformativa, perché non si vede la persona nel suo insieme, ma solo un aspetto di essa.

ALEX LOMMATZSCH: 2 ore con il I anno

SUPERVISIONE: ALEX LOMMATZSCH (8 ore), SERGIO MAZZEI (8 ore),

PSICOTERAPIA CON ALLIEVI DEL I ANNO (7 ore)

VIRGILI LAURA: ACTIVE MEDITATION (8 ore)

"Meditazione é una lezione di consapevolezza, di assenza di pensiero, di spontaneità, di essere totalmente nella tua azione, all'erta, consapevole."

N.B. Vestire con abiti comodi e portare una stuoia o un telo

FERNANDO DE LUCCA: "EL TRABAJO GESTÁLTICO CON SUEÑOS - TEATRO ESPONTANEO E IMPROVISACIÓN" (8 ore)

Este trabajo se inspira en la forma pedagógica en la que Fritz Perls mostraba a sus grupos su peculiar manera, creativa e improvisada, de experimentar la Gestalt-terapia.

Los participantes tendrán un doble rol; el de vivenciar sus propios sueños en grupo y el de teorizar acerca de lo que allí ocurra desde el abordaje gestáltico (figura y fondo) creando así un marco donde formación y experiencia van juntos. Perls fue un buen actor y un psicoterapeuta innovador; se ven en sus ideas y en su técnica la expresión del cuerpo y su talento para captar mínimos movimientos y gestos en la búsqueda de la salud. Estos 5 talleres intentan esta visión integradora entre el teatro, lo espontáneo y la autorregulación orgánica respecto al trabajo con sueños. En Uruguay he creado a través de lo que he expresado, una forma de trabajo con los sueños y con toda situación conflictiva en la vida. La he llamado: "escenas transformadoras".

2^ e 3^ ANNO - CORSO D

TEMA: *Rinascere, Ricomporre: Tradizione e Innovazione*

TUTOR IGP: *Domenico Della Porta*

ANNA R.RAVENNA/LEONARDO MAGALOTTI:CONTINUAR...NASCENDO (Rebirthing) (22 ore)

Sperimentare la profonda ed inconscia paura dell'incontro e della separazione che può generare insensibilità e violenza in momenti fondamentali della professione. Si ripercorreranno i momenti rituali della nascita, essenziali per ogni atto creativo e dunque anche per quell'atto creativo che è il processo terapeutico. Risperimentare e trasformare il ricordo attraverso il movimento, la respirazione, il vissuto del dolore e del piacere, apre spazi più ampi in cui è possibile affrontare il cambiamento con disponibilità, fiducia e consapevolezza.

SANDRA SALOMAO: "MASCHERE DI FAMIGLIA -TRADIZIONE CON L'INNOVAZIONE" (12 ore)

La famiglia è un sistema di interazioni e connessioni basate in collaborazioni, complementazioni e aggiustamenti che con il passare del tempo creano uno stile di funzionamento. In tutte le famiglie ci sono comportamenti funzionali e disfunzionali che modellano tipi di rapporti che rendono possibile o invece, molto complessa la vita familiare. Diverse volte, gli aspetti disfunzionali e "negativi" o i conflitti, le differenze e le discordie familiari diventano più evidenti e mascherano la base di supporto – il self della famiglia che è lì come sfondo e nello sfondo, avvolgendo una serie di comportamenti collaborativi basati in affetti, lealtà invisibili o visibili, come la responsabilità con i bambini o membri più fragili o nei momenti delicati come malattie prolungate o invecchiamento, momenti divertenti e di festa, comprensione, o ancora avere pazienza e compassione per gli altri. La Gestalt familiare o il self familiare permettono attraverso i comportamenti di sostegno che tutta una serie di esperimenti siano fatti nella vita. Evidentemente situazioni familiari complesse generano anche sintomi e situazioni dolorose o critiche che esigeranno adattamenti, in cui ogni membro costruirà una maschera personale con la quale farà connessione o confine con altre maschere per comporre la trama familiare. A partire da questo è possibile che una maschera costruita con una trama e uno script puntuale sembri necessaria per un tempo più lungo e una cristallizzazione familiare di condotte ripetitive crea maschere personali permanenti. Difese vengono preparate e la connessione con il self familiare crea maniere di contatto abbastanza disfunzionali. L'idea di questo lavoro è scomporre l'idea o percezione dei problemi esistenziali e emotivi come individuali. Il portatore di una maschera personale – i problemi e i sintomi sono connessi con la trama familiare. Le difficoltà capite come individuali ad essere contestualizzate come una relazione di aiuto al self familiare fornisce una nuova prospettiva di quello che si è perso nel tempo. Si desidera anche stimolare la creazione di alternative davanti alla percezione e valorizzazione della sua funzione familiare e del suo sentimento di appartenenza. La tradizione con innovazione si riferisce a poter creare una nuova Gestalt per se stessa considerando le caratteristiche familiari e la sua funzione complementare. Oltre le difficoltà e limiti creati dalle storie familiari c'è il sentimento di appartenenza e la possibilità di creare una nuova Gestalt ampliando le forze di rapporto e l'aggiustamento creativo. Il lavoro si darà con la costruzione di maschere della famiglia e personali, fantasia condotta e lavoro terapeutico fra il gruppo e la coordinatrice del workshop.

GIANNI CAPITANI: RICOMPORRE (20 ore)

"Non ci sono cambi nelle caratteristiche ma nella configurazione totale. Esistono gli stessi ingredienti però formando un'altra figura. Le tendenze negative continuano, però in un mosaico differente, al servizio di un'intenzione superiore". Gurdjieff

Creatività non è solo realizzare qualcosa di nuovo, è anche ricomporre quello che c'è in un altro modo. Il primo passo per ricomporre qualcosa è scomporla. Scomporre, ricomporre, scomporre, ricomporre fino ad incontrare una forma che ci piaccia di più che quella da cui siamo partiti.

DILETTA SALTARA:DAL MIO RITMO INTERIORE AI MIEI PASSI NEL MONDO...ECCOMI (10h)

Il movimento è la lingua madre dell'uomo, in ogni attimo della nostra vita ci muoviamo, anche solo per respirare. Tanto più intensamente entriamo in contatto con il nostro corpo ed il nostro respiro, tanto più profondamente saremo in grado di conoscere noi stessi e di esprimerci, rispettando e valorizzando le nostre potenzialità come anche avendo cura dei nostri limiti. Il corpo e il respiro ci permettono di poter sentire il nostro ritmo interiore, abitarlo e manifestarlo...e così ogni gesto, pian piano, diventa una danza. Esploreremo il nostro muoverci nel mondo e l'incontro con il movimento ed il ritmo dell'altro. Utilizzeremo come mediatori artistici la danza, alcune nozioni della Capoeira (arte marziale afro brasiliana) e la musica.

2^ e 3^ ANNO - CORSO E

TEMA: *Il dialogo degli opposti*

TUTOR: *Silvio Oliva*

G. PAOLO QUATTRINI: APPARTENENZA E PARTECIPAZIONE (16 ore)

Risulta all'osservazione, clinica e non, uno dei bisogni fondamentali dell'essere umano: ci sono innumerevoli forme di appartenenza, ma nessuna esente da un tasso più o meno alto di illusione. Kohut elaborò la teoria degli oggetti-Sé, in cui il bambino utilizza i personaggi familiari come componenti architettoniche della cinta di mura della cittadella della sua persona: se, data la loro funzione, per lui gli appartengono e lui appartiene a loro, queste persone non partecipano necessariamente all'illusione di appartenenza del bambino, che non necessariamente anche per loro lui è un oggetto-Sé. Lui comunque si illude che gli appartengano, e se si comportano in modo da non convalidare questa fantasia, il bambino lo interpreta come colpa sua, o roba del genere.

N.B.: Si tratta di una base per il lavoro per cui può essere utile anche chi ha partecipato con Paolo Quattrini ad un percorso simile nel 2014.

ANNA R.RAVENNA: IL PROCESSO TERAPEUTICO DAGLI AUTOMATISMI CARATTERIALI ALLA CREATIVITA' (12 ore)

L'esistere, il vivere nel tempo è dato da un continuo 'divenire in relazione'. Percepire i processi che in questo divenire si generano richiede una specifica formazione. Si è abituati, infatti, a guardare alle persone ed alle relazioni come se fossero oggetti fissi e immutabili, quantitativamente descrivibili e manipolabili secondo i propri desideri. Nel setting terapeutico, l'agire gestaltico, attraverso il primato del sentire nel 'qui e ora', tende a generare continui e specifici processi di conoscenza e trasformazione indotti dalle persone in relazione. Obiettivo ultimo del processo terapeutico è la creatività individuale che nasce nel trasformare i tratti caratteriali della specifica persona da cristallizzazioni ingabbianti in risorse dinamiche.

PILAR O'CAMPO: "TRABAJO CON SUEÑOS: DE LOS SÍMBOLOS LA AMPLIACIÓN DE CONCIENCIA" (12 ore)

Objetivo: El alumno conocerá un esquema gestáltico sobre el trabajo con sueños, así como una Clasificación de los símbolos y la manera de trabajarlos.

Descubrirá la riqueza existencial del mundo onírico y la manera de incluirlos en el proceso terapéutico.

Metodología: El curso se desarrollará en tres partes, una parte teórica, una parte vivencial y una parte de modelaje.

LEONARDO MAGALOTTI: L'ECCELLENZA DELLA MEDIOCRITA' (8 ore)

....Il duca gliela calzò, ed il piede naturalmente entrò senza fatica... e tutti poterono constatare che era proprio lei la bella sconosciuta che aveva conquistato il cuore del principe al ballo. Cenerentola fu accompagnata al palazzo reale con la carrozza del re. Là, fra grandi feste ed al suono di tutte le campane del reame, Cenerentola sposò il suo principe. E da quel giorno vissero felici e contenti si ma poi da domani chi butta l'immondizia???

ANNA PIZZILEO: PERCORSO DI CONSAPEVOLEZZA DI SE' E DEI PROPRI CONFINI CORPOREI (8 ore)

Il percorso si snoda in una serie di incontri centrati sulla consapevolezza corporea, sulla percezione del confine del Sé (inteso come processo psicofisiologico in cui il corpo invia dei segnali al Sistema nervoso centrale) e dell'immagine di Sé, attraverso una serie di esperienze immaginative e di danza-movimento-terapia, che mirano ad esplorare i vissuti: "come sono", "come mi sento" "come mi immagino" "come mi muovo in relazione all'altro". L'idea centrale del lavoro è che all'immagine di Sé a livello Centrale corrisponda una rappresentazione di Sé a livello corporeo. Esplorare dunque l'armonica coerenza o incoerenza funzionale dell'organizzazione corporea ci permette di esplorare l'auto-rappresentazione di Sé, in parte conscia in parte inconsapevole.

PIERLUCA SANTORO: LA NARRAZIONE POLIFONICA DI SE' (8 ore)

Un viaggio attraverso il senso della scelta, la multiformità dei desideri e dei conflitti che ne derivano. Un incontro tra le polarità dei nostri vissuti al confine tra le scelte della nostra esistenza. Nel presupposto che ogni voce nella nostra testa possa diventare un personaggio vivo e che, abbandonando l'idea del destino, possa riappropriarsi del libero (umano)arbitrio. I partecipanti al workshop, attraverso tecniche di sviluppo della creatività (drammatizzazione ed espressione vocale), verranno quindi condotti nella costruzione di un immaginario narrativo di stampo drammaturgico e poetico, al fine di evocare il senso della scelta, del desiderio e del conflitto con parole e configurazioni nuove.

2^ e 3^ ANNO - CORSO F

TEMA: *Disfatevi di voi stessi*

TUTOR: *Federica Paragona*

MIRKO ANTONCECCHI: INTERRUZIONE DEL CONTATTO E ALFABETIZZAZIONE EMOTIVA NELLA CURA DELLE DIPENDENZE CON E SENZA SOSTANZA (12 ore)

La dipendenza da stupefacenti, da alcool, da gioco d'azzardo da internet sono sempre più frequentemente portate alla nostra attenzione dai mezzi di comunicazione e costituiscono fenomeni sociali tristemente entrati di prepotenza nella nostra quotidianità. I casi di cronaca raccontati rappresentano però una minima parte di un fenomeno più ampio che si consuma dolorosamente anche in realtà celate, dove il vissuto di "impotenza" di chi cerca di aiutare chi è caduto nella rete delle dipendenze costituisce il primo ostacolo alla protezione del Sé contro tutto ciò che può mettere a rischio non solo il benessere dell'individuo, ma anche la sua stessa vita. Le risorse comuni su cui ogni uomo può contare sono le emozioni che forniscono gli individui delle energie fondamentali e che permettono di tenersi in contatto con il contesto e l'ambiente, realizzare azioni e interagire con gli altri. Nella cura delle addiction ho introdotto un laboratorio di "alfabetizzazione emozionale" intendendo la capacità di esprimere le proprie emozioni, riconoscere le emozioni di qualcun altro, lasciando spazio ai sentimenti oltre che alla ragione. Quando emozioni e pensieri, soprattutto se disagiati, non sono gestiti in maniera adeguata, quando non si è in grado di riconoscere i propri bisogni e i propri desideri si crea un'escalation che peggiora sempre più ogni rapporto e rende gli individui dipendenti, poco autonomi e soggetti -dunque- a violenze e ricatti affettivi. Al contrario, esprimere le proprie emozioni ed opinioni, prendendosene le responsabilità, aumenta l'efficacia della comunicazione - e quindi del contatto con l'ambiente circostante- portando con sé enormi vantaggi in termini di vitalità e benessere. L'importanza di essere in grado di riconoscere prima ed esprimere poi emozioni e bisogni diviene maggiormente evidente se pensiamo come ciò permetta all'individuo di mettere in atto strategie di coping e sviluppare resilience, ovvero quella capacità di fronteggiare eventi stressogeni e conquistare così esiti evolutivi positivi.

Da circa un decennio mi occupo di dipendenze e facendo riferimento al modello della spirale del contatto secondo Paolo Quattrini, sto lavorando sullo sviluppo di un modello gestaltico basato sulla mappatura delle emozioni, l'individuazione dell'interruzione del contatto e il suo conseguente ripristino per una soddisfazione dei propri bisogni e desideri.

In questo Workshop vorrei guidarvi attraverso questi procedimenti partendo dall'esperienza per comprendere i presupposti teorici che la sostengono.

GIANNI CAPITANI: LEGGEREZZA (12 ore)

"Prendete la vita con leggerezza, che leggerezza non è superficialità, ma planare sulle cose dall'alto, non avere macigni sul cuore" Italo Calvino

Un insieme di dinamiche per incontrare la pesantezza e la leggerezza perché l'una scaturisce dall'altra.

"... la mia operazione è stata il più delle volte una sottrazione di peso, ho cercato di togliere peso ora alle figure umane, ora ai corpi celesti, ora alle città; soprattutto ho cercato di togliere peso alla struttura del racconto e al linguaggio". Italo Calvino

Il work-shop attraverso lavori con il corpo, i sensi, la meditazione, la performance si propone di esercitare quello stato della via di mezzo tra flusso e riflessività indispensabile nell'attenzione fluttuante. Venire al corso con vestiti comodi e che si possono sporcare.

PAOLO QUATTRINI: LIBERTA' (14 ore)

La prima fase del ciclo del contatto è cosa sento, la seconda è cosa penso, che stranamente coincide con cosa voglio, in quanto pensare è strumentale alla soddisfazione di bisogni, e dietro c'è quindi i desideri che lo indirizzano. Se il sentire è un intero mondo da scoprire, anche volere è un intero universo che si dischiude, sia che si lavori con se stessi, e quindi si tratti del proprio mondo interno, sia che si lavori con gli altri. La persona che dice "non so cosa voglio" in realtà sta puntando i piedi di fronte alla scelta, di fronte alla sua libertà specifica, quella che distingue l'essere umano da tutti gli altri esseri viventi.

N.B.: *Si tratta di una base per il lavoro per cui può essere utile anche chi ha partecipato con Paolo Quattrini ad un percorso simile nel 2014.*

LEONARDO MAGALOTTI: 'NAKED: NUDI ALLA META' (10 ore)

Psiche e corpo coincidono pur non essendo la stessa cosa: la Gestalt è una terapia della psiche che localizza i processi nel corpo e tratta quindi le tematiche psichiche come realtà corporee. Quindi per inverso spogliarsi tra metafora e realtà, farsi vedere per poter vedere, è un'esperienza un piccolo viaggio attraverso le nostre difficoltà di essere accettati e poter essere autentici.

VALENTINA F. BARLACCHI: VOCI DI DRAGHI E PRINCIPESSE. VOCE E CONTATTO NELLO SPAZIO DELLA RELAZIONE (16 ore)

Il seminario propone un percorso di esplorazione e consapevolezza sulla propria voce, come manifestazione unica e plasmabile del proprio essere nel mondo. Con gli strumenti di ascolto, respiro, contatto, immaginazione, improvvisazione vocale e corporea, permettiamo all'intenzione espressiva che emerge di prendere la sua forma. Draghi, principesse e altri personaggi che ci popolano, si raccontano, ci rispecchiano e, quando gli diamo spazio con la voce, ci sorprendono. Suono-gesto-parola prendono vita nel corpo che si muove e risuona, come prolungamento del proprio respiro, tra desideri ed emozioni della propria voce naturale.