

Dare **parole** al corpo e **corpo** alle parole

Corso di perfezionamento
sull'utilizzo
delle tecniche corporee



“Si può dire che la “mente” è immanente in quei circuiti cerebrali che sono interamente contenuti nel cervello; oppure che la mente è immanente nei circuiti che sono interamente contenuti nel sistema: cervello più corpo; oppure che la mente è immanente nel più vasto sistema: uomo più ambiente” (Bateson, 1972).

Ci sembra importante partire da questa citazione di Bateson per mettere a fuoco cosa noi intendiamo per “mente” ovvero una struttura descrivibile attraverso il complesso sistema di relazioni che connette circuiti cerebrali, corporei e relazionali. La mente in questo senso non si esaurisce nei circuiti cerebrali ma prende forma nel mondo del simbolico, dell’immaginazione, del linguaggio, dei sogni, dell’arte, della creatività plasmando continuamente pensieri e relazioni.

L’obiettivo principale del corso è di esplorare le dis-connessioni “mente”-corpo per generare nuove e possibili ri-connessioni: *dare parole al corpo e corpo alle parole, per curare le ferite dell’anima in un’ottica di complessità.*

Il corso si rivolge a laureandi in psicologia, psicologi, psicoterapeuti e altri professionisti delle relazioni d’aiuto.

La molteplicità delle figure professionali coinvolte nella formazione consentirà di sperimentare lavori esperienziali che tengano conto della specificità dei contesti in cui operano i diversi professionisti utilizzando le differenze come risorse. Sono, infatti, previsti momenti di lavoro in plenaria e momenti di lavoro in sottogruppi. I professionisti potranno, inoltre, usufruire di momenti di supervisione.

Al termine del corso i partecipanti riceveranno il “diario di bordo” dettagliato con teoria e tecniche affrontate durante il percorso.

PROGRAMMA

2016

22 - 23 ottobre dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 18

Modulo 1: L'organizzazione dell'esperienza umana - La relazione mente-corpo e l'unità dell'esperienza

Obiettivi:

La consapevolezza dell'esperienza corporea nel presente degli spazi relazionali.

- Sperimentare il proprio schema corporeo e conoscerlo nelle sue diverse dimensioni (visive, cinestetiche, emotive, cognitive).
- 'Consapevolezza' e stati di coscienza: il campo della esperienza nel flusso del presente.

Tecniche:

- Acquisire la tecnica della "identificazione" con le parti del corpo e la tecnica della "descrizione" di processi fisici.
- Imparare a leggere gli indizi corporei nel comportamento della persona
- Imparare ad usare la respirazione come 'radar' delle proprie percezioni emotive

3 - 4 dicembre dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 18

Modulo 2: Tecniche d'integrazione tra: corpo, piano linguistico e parte di Sè

Obiettivi:

Il processo di individuazione e costruzione dell'identità personale.

La comunicazione con gli "altri" e il colloquio interiore

Tecniche:

- L'ambiguità, l'ambivalenza e il conflitto come risorse da usare in campo professionale
- Tecniche di espressione corporea, tecnica della drammatizzazione e della presentificazione
- La tecnica del dialogo fra le diverse parti polarizzate e radicate nel corpo
- Tecniche per esplorare le emozioni nelle percezioni corporee e nelle dinamiche relazionali
- Come usare la magia del linguaggio e dell'immaginazione per liberarsi dai vincoli autoimposti e inconsapevoli.

2017

21 -22 gennaio dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 18

Modulo 3: Il corpo nel campo intersoggettivo

Obiettivi:

Il corpo che parla, il corpo che ascolta.

Il linguaggio simbolico verbale e corporeo

Tecniche:

- Acquisire la nozione della "difesa corporea"
- Il meccanismo della 'retroazione': come saperlo individuare
- Come connettere i processi corporei individuali con le dinamiche nel campo relazionale

18 - 19 febbraio dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 18

Modulo 4: La vulnerabilità e le tecniche di ricostruzione familiare e del genogramma

Obiettivi:

Il corpo nella famiglia d'origine e nelle relazioni affettive

Comprendere e sperimentare la "vulnerabilità" come sensibilità e risorsa indispensabile per l'adattamento.

Quando la vulnerabilità diventa sofferenza.

Tecniche:

- Tecniche di ricostruzione familiare coinvolgendo le espressioni corporee.
- Tecniche immaginative (e meditazione guidata) sul tema corpo-sofferenza.
- Tecniche di lavoro col genogramma, in sedute individuali, familiari o di coppia.

25 - 26 marzo dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 18

Modulo 5: Il corpo e la propria identità

Obiettivi:

Integrazione dei temi del Corso

Tecniche:

- Come lavorare con coppie con dinamiche difficili attraverso l'uso di tecniche corporee.
- Conoscere e sperimentare diversi stili di comunicazione e il loro radicamento nel corpo.
- Sperimentare l'autostima con un lavoro corporeo simbolico.
- Esplorare la percezione della limitatezza della propria vita.
- Le connessioni fra corpo, creatività e morte
- Corpo, sessualità e il sesso nella relazione