

PROGRAMMA DEL CORSO

PRIMO ANNO: *Presenza e consapevolezza*

Costruzione del gruppo di formazione:

- Fiducia/sfiducia: creazione di uno spazio sufficientemente sicuro per potersi aprire agli altri.
- Imparare a sospendere il giudizio per sviluppare la capacità di osservazione.
- Distinzione tra feed-back, osservazione e interpretazione.
- Sviluppo della responsabilità come capacità di rispondere efficacemente ai propri bisogni e all'ambiente.

Acquisizione dei Principi di base del Gestalt Counseling:

- Il contatto come capacità di cogliere la novità dell'esperienza.
- Il ciclo del contatto: precontatto (sensazione), mobilitazione dell'energia (azione), contatto pieno (emozione), ritiro dal contatto (assimilazione).
- Il processo figura-sfondo: dal bisogno indistinto al bisogno consapevole.
- L'inseparabilità dell'organismo dal suo ambiente: l'individuo consapevole si autoregola in rapporto a ciò che lo circonda.

Sviluppo della consapevolezza di sé e degli altri

- Imparare a distinguere sensazioni, emozioni e sentimenti: Il qui e ora come unico momento nel quale si può fare esperienza.
- I sensi come strumento di consapevolezza e espressione di sé.
- Parole e corpo nella comunicazione interpersonale.
- Ascolto di sé e dell'altro come strumento dell'interazione efficace.

SECONDO ANNO: *Responsabilità*

Evoluzione e crescita del gruppo di formazione:

- Autonomia e interdipendenza: consapevolezza delle differenze individuali e della connessione con persone e ambiente.
- Imparare a sostenere per essere sostenuti: sperimentare l'appoggio del gruppo.
- Dinamiche di gruppo: gestione costruttiva dei conflitti, sviluppo del potere personale e leadership come espressione dei bisogni collettivi.
- Il campo come risultato della co-creazione dell'organismo con il suo ambiente.

Approfondimento dei principi del Gestalt Counseling:

- Il sé come processo: le funzioni Es, Io e Personalità.
- Le interruzioni di contatto: desensibilizzazione, retroflessione, confluenza, introiezione, proiezione, egotismo, deflessione.
- Processo di identificazione e alienazione: mettersi nei panni delle altre persone senza perdere i propri confini.

- Teoria paradossale del cambiamento: accettare di essere ciò che siamo come inizio della trasformazione.

Il counselor nella relazione di aiuto:

- Metodi e tecniche di facilitazione della relazione: la drammatizzazione, la sedia vuota, il continuum di consapevolezza, l'amplificazione di sensazioni e emozioni.
- Sostenere l'altro a trovare soluzioni nuove e creative a difficoltà e problemi.
- Autenticità e spontaneità nell'incontro con l'altro: il qui e ora nella relazione counselor- cliente come strumento di lavoro.
- Prime esperienze di sedute in gruppo sotto supervisione del formatore.

TERZO ANNO: *Crescita e creatività*

Applicazione dei principi del Gestalt Counseling:

- Dallo sviluppo personale a quello professionale: identificarsi con la figura del counselor.
- Sviluppare proprie modalità di ascolto e sostegno al cliente.
- Conduzione di sedute individuali sotto supervisione: imparare ad individuare le interruzioni di contatto.
- Esperienze di conduzione, co-conduzione del gruppo e di sedute di coppia.

Supervisione del lavoro di tirocinio:

- Sostenere il tirocinio: come e dove proporsi.
- Prime esperienze come counselor: punti di forza e di debolezza.
- Etica, deontologia professionale e contratto di counseling.
- I confini dell'intervento di counseling: riconoscere i segnali di sofferenza che esulano dalle competenze del counselor.

Specificità del Gestalt Counseling

- Dal progetto all'intervento: sostegno e auto-sostegno alla professione.
- L'intervento del Gestalt counselor nei diversi ambiti lavorativi: scolastico, socio-sanitario e assistenziale, formativo ecc.
- Come utilizzare la dimensione esperienziale e corporea nei diversi contesti di intervento.