

CIG NEWS 2020



NON RESTIAMO SOLI

WEBINAR

18 APRILE

Ore 10.00 - 12.30

Formazione a distanza



*Nell'incontro con l'Altro si gioca
l'essenziale, l'assoluto.*

E. Lévinas

a cura di Raffaele Appio

Il Centro Italiano Gestalt "Comunità Scientifica di Ricerca e Formazione" propone il primo *Seminario Specialistico di formazione a distanza* con l'obiettivo di approfondire i nuovi aspetti fenomenologici e processuali che stanno emergendo nella co-costruzione dell'esperienza dell'incontro. Cercheremo di esplorare le dimensioni soggettive legate all'io e al Tu per giungere a definire meglio la nuova dimensione emergente del Noi e della relazione. Il tema di ricerca che stiamo approfondendo come scuola verte sul contatto come fenomeno emergente dall'incontro con il Tu e con l'ambiente. Pensiamo che l'incontro sia uno spazio nuovo da definire

responsabilmente insieme con l'altro, uno spazio inedito, da ripensare, dove le dimensioni soggettive possano predisporre secondo nuove forme di apertura e di accoglienza. È importante salvaguardare queste due dimensioni intersoggettive affinché la progettualità umana possa continuare a fiorire. Vedremo come oggi ha più senso parlare di micro progettualità intesa come la capacità di fare contatto con l'altro e con la propria storia (intercorporeità). Seguendo questa prospettiva l'incontro rivela la sua autentica natura fatta di carne poiché la spinta dell'intenzionalità risiede nel corpo. Grazie alla bellezza dell'incontro la persona diventa capace di modificarsi, la dimensione identitaria soggettiva dell'io retrocede sullo sfondo e inizia

a prendere forma una nuova identità legata alla dimensione del noi. Durante il seminario approfondiremo questi aspetti legati alla dinamica della figura/sfondo che caratterizzano l'incontro, l'apertura e l'accoglienza. Capiremo meglio come queste semplici dimensioni svelano il segreto dell'epifania dell'umanità, della scoperta e dello stupore. L'incontro dunque è stupore, nuova possibilità, occasione di sentire con l'altro la densità del qui ed ora. Vedremo come, seppur queste dimensioni siano legate alla conoscenza e al senso di responsabilità, diventano successivamente un processo che si autoregola e vive di vita propria.

Segue a pag. 3

I temi del seminario

Responsabilità

Nuove forme di contatto

Nuova grammatica delle emozioni

Nuovi stili relazionali

Uscire dall'isolamento

Avere fiducia

Come cambiare le nostre abitudini

Psicologia - Intervista al Dott. Paolo Greco sull'emergenza Covid 19

A cura di Nicola Santoro *Marketer*

1. Qual è la prima conseguenza psicologica dell'attuale emergenza anti virus?

Senza una prospettiva non possiamo determinare il nostro presente, cosa dobbiamo fare, come ci

dobbiamo muovere. Quando tutto si ferma, tutto abbiamo tranne che una visione chiara del futuro. Questa assenza di prospettiva genera uno stato di angoscia e di disorientamento, le persone,

quindi, iniziano a reagire nei modi più diversi, dalla negazione (vedasi lo slogan #andratuttobene) alla proiezione, come nel caso di tutti coloro che non potendo farlo si immaginano fuori di casa

Quando tutto si ferma, tutto abbiamo tranne che una visione chiara del futuro.



oppure si convincono che il virus possa colpire solo “gli altri”. Diciamo che il futuro determina il presente, nel senso che immaginarlo attiva una progettualità qui e ora.

2. Cosa hai notato come fenomeni emergenti, anche in base alle notizie?

Un altro effetto, purtroppo evidente di situazioni quali quella che stiamo vivendo è lo sviluppo della *aggressività*: non potendosi muovere né costruire una esperienza nel *qui ed ora*, le persone tendono ad attivare facilmente processi *distruttivi* perché ciò permette loro di rompere la situazione di stasi. Discussioni, agitazioni, vizi e cattive abitudini.

Altri atteggiamenti purtroppo piuttosto comuni sono quelli di natura *depressiva*, che fortunatamente, se *accompagnati* e seguiti da *specialisti*, possono *evolvere* sino ad assumere la forma di veri e propri *compromessi* che consentono di riconoscere lo stato del problema e, quindi, di porre le basi per un *attivazione creativa* volta al *superamento* di questa fase.

3. Suggestimenti?

Lo sviluppo di una micro *progettualità* consente di bypassare il momento di stasi; facendo delle cose di natura *pratica* nel proprio quotidiano, iniziandole e finendole, possiamo recuperare la *soddisfazione* dell'incontro tra pensiero e azione, tornare a vedere i risultati del *nostro intervenire sulla realtà*. Attività di una o due ore come pulire e sistemare casa, prendersi cura delle piante o anche disegnare, dipingere, scrivere o dedicarsi al *fai-da-te*, consentono di *scandire il tempo*, mantenere la propria capacità creativa e di pianificazione, *sentirci attivi* e superare così il senso

di impasse e disorientamento.

4. Cosa va evitato?

Va evitato assolutamente tutto ciò che ci può generare *frustrazione*, come nel caso del persistere in attività lavorative che evidentemente non possono andare come vogliamo o comunque generare i risultati attesi a causa della situazione contingente.

5. Qual è l'elemento-chiave per mantenersi psicologicamente sani e attivi?

L'intenzionalità. Dal chi siamo, al voler fare delle cose sino alla dimensione dell'esserci, è importante che questa sia *attiva*, anche per avere una *vera percezione di noi stessi*, non offuscata dal contingente. Affinché ciò accada, essa deve essere sostenuta da *fatti concreti*, come nell'esempio delle attività prima citate. Attività pensate, definite, avviate e concluse rappresentano esempi di intenzionalità che produce *risultati*, a conferma della nostra *individualità* e capacità. Bastano anche cose semplici, di breve durata. Conta l'*attivazione* dell'intenzione e la sua realizzazione, verificata e verificabile.

6. Qual è l'atteggiamento, la postura mentale più corretta in casi estremi come questo che stiamo vivendo?

Non pensare a lungo termine, a ciò che succederà *dopo* ma, piuttosto pensare a portare a termine, chiudere quanto iniziato nel (breve) tempo previsto. Pensare secondo una prospettiva immediatamente verificabile. Non vuol dire che non ci sia spazio per un pensiero al *futuro* ma al momento questa *proiezione* andrebbe *contenuta* a breve termine per i motivi anzidetti.

7. Come consigli di gestire le relazioni sociali, per chi è in quarantena insieme per esempio?

Il tema delle relazioni sociali è molto complesso, difficile riassumerlo. In estrema sintesi, consiglio di starsi *vicino* e *condividere*, chiedendo come ci si sente, come si sta, se ci sono delle difficoltà e, soprattutto, *coinvolgersi reciprocamente* nelle cose che si fanno. Come le pratiche di team-building dimostrano, condividere attività pratiche e fattive crea e alimenta un senso di *appartenenza* e *fiducia* reciproca, soprattutto quando in funzione di un *risultato* verificabile, anelato e raggiunto *insieme*.

8. E chi sta da solo?

Anche chi sta da solo può attivare piccole forme di micro-progettualità e, comunque darsi da fare per *mantenere delle relazioni* con gli altri. Telefonare o andare in una stanza virtuale per sentire e vedere come stanno i nostri *amici*, familiari o anche *parenti* lontani che non si sentono spesso, restituisce una *dimensione allargata* capace di restituirci tanto un'immagine di noi che di un *contesto* sociale, per quanto *circoscritto* dal mezzo nelle sue possibilità di espressione e interazione. A tutti suggerisco di attivare, lì dove possibile, un *attività sportiva*, anche in *casa*; il movimento, la ginnastica, lo sport danno modo di *percepire* il proprio *corpo* e il *cambiamento* in atto su di esso a seconda dei movimenti, degli sforzi, dell'impegno, restituendo un senso di partecipazione attiva alla vita e anche l'emersione del bisogno del riposo. Evitare le riflessioni e cercare più *azioni*. Per quanto possibile.

RESPONSABILMENTE INSIEME

Verso una nuova grammatica relazionale

Riteniamo che sia fondamentale comprendere profondamente l'esperienza dell'incontro perché nella relazione di aiuto siamo costantemente chiamati a incontrare l'altro per diventare attivatori del cambiamento.

Nel setting la dimensione dell'incontro, dell'apertura e dell'accoglienza fatta secondo il nostro modello della Gestalt Esperienziale, aiuta le persone a ricomporre il proprio processo relazionale.

L'obiettivo finale del seminario è quello di fornire strumenti con cui ognuno può implementare le proprie competenze nell'ambito della comunicazione, della relazione d'aiuto, della relazione affettiva, del counselling e in tutti quei contesti dove si lavora per il benessere della persona

Destinatari

Il seminario è gratuito ed è aperto a tutti coloro che vogliono formarsi sui nuovi sviluppi in ambito relazionale ed affettivo.

Come partecipare

Compilare il modulo online presente sul sito della scuola www.centroitalianogestalt.it oppure inviare la richiesta di adesione alla segreteria didattica: segreteria@centroitalianogestalt.it

PROGRAMMA

10:00 Accoglienza

10:15 *Verso quale grammatica relazionale ci stiamo orientando, a cura di Paolo Greco e Raffaele Appio*

11:15 *Pausa caffè*

11:30 Panel con i didatti della scuola

12.30 Chiusura dei lavori

Direzione Scientifica

Paolo Greco *Non andrà tutto bene*

Raffaele Appio *Continuum di consapevolezza e aggiornamento dell'identità*

Didatti

Claudia Trotta *La bellezza dell'ascolto*

Daniela Maggiorano *Il corpo come fedele narratore della nostra storia*

Domenica Pietrucci *La scintilla del contatto nelle sue molteplici espressioni*

Ilaria Martelli *Una grande crisi porta ad una grande opportunità, se la si accoglie con consapevolezza e responsabilità*

Maurizio Giusto *Essere con*

Michela Della Bella *Ascolto Attivo ✓*

Patrizia Miracco *In ascolto di ciò che tace*

Raffaele Bifulco *Chiunque sia vivo, produce luce*

Serena Baldassarre *Qui ed ora noi nell'incontro*

Tema di ricerca dell'Anno Accademico 2020

L'emergere del contatto nell'esperienza dell'incontro

"Un incontro di sguardi è uno scambio di emozioni, una relazione di luce o di ombra che va oltre il visibile e racconta in silenzio qualcosa di noi."

In Gestalt Therapy il contatto è quell'evento che accade al confine dove l'esperienza umana s'incontra con il suo ambiente e con l'altro. È lo spazio della relazione e della ricerca della novità. È il nutrimento che ci fa crescere attraverso un costante adattamento dove le forze presenti nel campo si alternano nei processi di esplorazione ed assimilazione, generando l'emergere di nuove esperienze orientate verso

una configurazione di equilibrio e armonia.

È facile capire come nel mondo esista sempre qualcuno che attende qualcun altro, e quando questi due esseri s'incontrano e i loro sguardi s'incrociano, passato e futuro non ha più alcuna importanza. Esiste soltanto questo momento insieme alla straordinaria certezza di esserci e di esistere. Le singole soggettività si riconoscono in uno spazio nuovo e creativo, dove la dimensione del Noi inizia ad emergere e a definire i legami e l'appar-

tenenza.

In questo nuovo anno accademico vogliamo condividere la nostra visione e il nostro metodo che si poggia su uno stile di relazione dialogica finalizzata ad incontrare l'altro e costruire insieme il percorso che meglio si adatta al proprio modo d'essere.

La sfida oggi è quella di salvaguardare le relazioni, trovando responsabilmente un modo nuovo che ci permetta di superare l'isolamento e ci orienta verso un nuovo ritmo del Noi.

Organigramma

Centro Italiano Gestalt

Assemblea dei soci

Consiglio Direttivo

- *Presidente* Raffaele Appio
- *Vice Presidente* Paolo Greco
- *Consiglieri*

Organigramma Scuola di Formazione CIG

Direttore del Centro di Formazione

Paolo Greco

Direzione Scientifica

Paolo Greco

Raffaele Appio

Didatti e consulenti

Segreteria di coordinamento

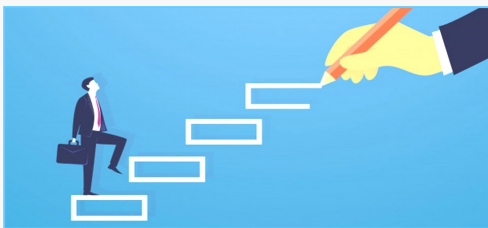
Accreditamenti

Ministero dell'Università e della Ricerca Scientifica e Tecnologica con delibera del 4 Luglio 2002, con il Codice 62321FXF, a norma degli artt. 63 e 64 del D.P.R. 11 Luglio 1980 n. 382

C.N.C.P. Coordinamento Nazionale Counsellor Professionisti

Università di Roma La Sapienza

L'Università Niccolò Cusano



Sedi

Roma via Barletta 29

Milano via G. Tiraboschi 8

Partita IVA 005547260876

C.F. 93210900879

Registro Imprese

PEC direzione@pec.centroitalianogestalt.it

Codice SDI: PZIJH2V

OFFERTA FORMATIVA 2020

Riconosciuti dal CNCP a norma della Legge N.4 del 14 gennaio 2013, per l'iscrizione al Registro Nazionale dei Counsellor.

Master Esperienziale in Comunicazione e Relazione®

Il Master si svolge in 10 weekend a cadenza mensile e un seminario intensivo residenziale per un totale di 225 ore.

Corso Triennale in Counselling "Livello Professionista"

Il Master si svolge in 10 weekend a cadenza mensile e un seminario intensivo residenziale per un totale di 225 ore.

Inizio dicembre 2019 Roma Milano

Formazione Specialistica

BUSINESS COACHING

COUNSELLING SOCIO-EDUCATIVO

COUNSELLING IN RELAZIONI AFFETTIVE

La formazione specialistica è suddivisa in 3 moduli indipendenti. Si svolge in 3 weekend ed un seminario per un totale di 50 ore.

Formazione Continua e aggiornamento

Seminario specialistico 18 aprile 2020 *Webinar*

4° Meeting Esperienziale 2/5 luglio 2020 Roma

Seminario specialistico 10/11 ottobre 2020 Roma

Seminario specialistico 24/25 ottobre 2020 Milano

Supervisione e formazione continua in gruppo
Roma Milano

Attività e servizi

Centro clinico e di Counselling Psicosociale

Psicoterapia individuale, di coppia e di gruppo

Colloqui di Counselling

Coaching individuale e per le aziende

Supervisione individuale