

C R E A

Formazione triennale integrata per la
relazione d'aiuto e la crescita
personale: Gestalt Counselling,
Arteterapia e approccio
Somatico-Relazionale





CHI SIAMO

L'Istituto Crea è uno spazio dedicato alla crescita personale e alla relazione d'aiuto. Un luogo dove si incontrano e si integrano la cura di sé, l'arte e la ricerca spirituale. L'attenzione al benessere psicofisico, alla creatività e allo sviluppo del potenziale umano caratterizzano la nostra offerta e i nostri programmi. La crescita personale e la relazione d'aiuto sono per noi strettamente interconnesse tra continuità e innovazione, sperimentazione e cura, creatività e competenza professionale.

IL METODO INTEGRATIVO CREA

I nostri programmi si fondano sui principi **della Gestalt integrativa, le Artiterapeutiche, l'Analisi Bioenergetica, la visione sistemica, la meditazione e le tradizioni spirituali..**

È un approccio integrato, nel senso che:

- mira a rispondere in modo efficace e adeguato all'unicità di ognuno
- si riferisce al processo di integrazione della personalità, capace di renderla più coesa e aperta
- si pone lo scopo di recuperare spontaneità e pieno contatto col mondo, per una vita più autentica, sana, aperta alle relazioni e pronta a un cammino anche spirituale.



STRUTTURA GENERALE DEL PROGRAMMA FORMATIVO CREA

La Formazione è articolata in un biennio comune a tutti gli allievi finalizzato alla crescita e alla formazione professionale, all'acquisizione di saperi specifici e delle competenze basilari sulla gestione della relazione di aiuto, e in un terzo anno di supervisione e tirocinio. Al termine del biennio l'Istituto Crea rilascerà un attestato di partecipazione al corso, comprovante le ore e le competenze raggiunte. Il terzo anno di perfezionamento prevede lo svolgimento del tirocinio con supervisione, e moduli di approfondimento relativi all'indirizzo professionale prescelto (Arteterapia o Counselling). Il terzo anno è obbligatorio per il raggiungimento del diploma di Gestalt Counsellor o Arteterapeuta. Il diploma di Arteterapeuta rilasciato al termine del terzo anno risponde alle caratteristiche richieste dalla Legge UNI 11592 del 2015; il diploma di Gestalt Counsellor soddisfa i requisiti dell'AICo (Ass. It. Counsellor). Attualmente in attesa di approvazione.

L'acquisizione delle competenze necessarie sarà raggiunta grazie a una metodologia che punta sull'apprendimento diretto, attivo ed esperienziale dei contenuti teorici e pratici all'interno di una dimensione grupppale. Tali competenze di arteterapia e counselling consentiranno di collaborare con altri professionisti nell'ambito della relazione d'aiuto nei diversi contesti.

I nostri diplomati saranno in grado di lavorare mediante il nostro approccio integrato e di ricorrere flessibilmente a differenti prassi, in funzione del tipo di intervento richiesto e delle concrete esigenze dei clienti e anche delle sue personali inclinazioni.

Monte ore biennio

- 312 ore di moduli in presenza (18 incontri)
- 67 ore laboratori e gruppo terapeutico
- 50 ore workshop residenziale (2 incontri)
- 120 di autoformazione
- 20 ore di counseling individuale
- 90 ore tesi biennio

Monte ore perfezionamento terzo anno:

- 250 ore tirocinio
- 72 ore moduli in presenza (8 incontri)
- 64 ore di supervisione di gruppo (8 incontri)
- 30 ore autoaddestramento (online), di cui 18 con tutor
- 25 ore workshop (1 incontro)
- 100 ore tesi di diploma

Articolazione del programma

Biennio: il programma nell'arco dei due anni è articolato in 18 week end formativi con inizio il sabato o il venerdì a seconda dell'argomento trattato, più due incontri residenziali della durata di 4 e 3 giorni. A questi si aggiungono 35 ore di laboratori infrasettimanali (laboratorio integrativo; laboratorio di gestalt e carattere; laboratorio arteterapeutico) e 20 ore di counseling individuale.

Terzo anno

Nell'ultimo anno il programma è articolato in 8 weekend formativi più un nono di workshop monografico o residenziale. A questi si aggiungono 6 incontri online di autoformazione con tutor.

È inoltre possibile frequentare singoli weekend creando un percorso personalizzato che darà diritto a un attestato di frequenza.



LINEE SPECIFICHE DI APPROFONDIMENTO

GESTALT INTEGRATIVA

È la linea centrale e base comune di tutto il programma. È un approccio che ha come sua struttura di base la Gestalt fondata da Fritz Perls, gli sviluppi di Claudio Naranjo e l'integrazione di differenti correnti e pratiche contemporanee riguardanti la relazione d'aiuto come: il lavoro somatico-relazionale, la visione sistemico-familiare, le artiterapie, il modello transpersonale e in generale l'approccio umanista. La Gestalt integrativa è una pratica che ci invita a risolvere le crisi collegate ad ogni momento esistenziale che la vita ci pone davanti, a relazionarci al mondo e agli altri in modo aperto, diretto e responsabile, qui e ora, con tutto il nostro potenziale: corpo, emozioni, mente e spirito. È un atteggiamento di vita e di lavoro fenomenologico, che mira allo sviluppo della capacità di essere consapevoli ristabilendo il contatto con il Sé profondo, la sua saggezza intrinseca, organismica e creativa.

ARTITERAPEUTICHE

Questa linea coniuga i modelli teorici dell'Arteterapia, della Gestalt e delle Belle Arti con l'apprendimento pratico nei laboratori, favorendo la comprensione profonda dei contenuti, utile tanto alla crescita personale che professionale. Per noi l'arte è un'esperienza ed è parte del processo naturale della vita. Per questo la metodologia della formazione propone l'insegnamento delle diverse forme d'arte innanzitutto come esperienze artistiche, prima che come discipline, in cui ricercare i germi del processo creativo. Crediamo che nelle arti si esprima la capacità umana di restituire un'idea, una visione, un sentimento che dalla realtà si sposta in un territorio altro governato dal principio assoluto di libertà. Percorrere questo territorio è parte importante della nostra mission.

SOMATICO-RELAZIONALE

In questa linea ci dedicheremo alla comprensione delle dinamiche psichiche, affettive, energetiche e corporee; approfondiremo il contatto con il Sé e con l'altro da sé, attivando e sviluppando le risorse naturali e organismiche per affrontare i passaggi esistenziali che la vita richiede; sbloccheremo la forza vitale in direzione dell'incontro con l'istinto, la spontaneità e la spiritualità della persona. Il lavoro integrativo sul corpo sarà una via di trasformazione, liberazione, accompagnamento e guarigione della parte più profonda, autentica e sottile dell'essere. Nel corso dei moduli si farà esperienza diretta e in modo approfondito di differenti pratiche psicocorporee in una visione integrativa che unisce, in modo organizzato e sistematizzato, approcci terapeutici che hanno come base comune il lavoro con il corpo come via di sviluppo personale, collettivo e spirituale: la pratiche psicocorporee e somatico-relazionale, la pratica del Movimento Autentico e l'immaginazione creativa, la respirazione e il modello Transpersonale, il movimento espressivo.



DUE INDIRIZZI PROFESSIONALI A SCELTA DELLO STUDENTE:

Gestalt Counselling

Il Counselling è un processo di apprendimento attivato dall'interazione tra Counsellor e cliente (individui, famiglie, gruppi o istituzioni), che affronta in modo olistico problemi legati alla sfera sociale, culturale, personale. Il Counselling è una professione che ha la finalità di elevare la consapevolezza dei clienti per facilitarne le scelte coscienti e il vivere responsabile. E' una formazione efficace per chiunque sia nella posizione di dare aiuto (personale medico e sanitario, insegnanti, genitori, psicologi e operatori sociali) ma anche per chi intenda affacciarsi sul mercato del lavoro forte di una nuova professione. Il Gestalt Counsellor ha come riferimento il modello di Gestalt Integrativa dell'Istituto Crea, che permette di favorire in modo flessibile e personalizzato il processo di auto-aiuto e di ricerca del benessere dei clienti. Il Counsellor facilita la soluzione di problemi specifici aiutando a prendere decisioni, a gestire difficoltà, migliorare relazioni, sviluppare risorse.

Arteterapia

L'Arteterapeuta opera in ambito sociale, educativo, riabilitativo o clinico (pubblico o privato) utilizzando metodologie, tecniche, strumenti proprie del linguaggio arteterapeutico. Può lavorare in équipe con medici, psicologi, psicoterapeuti e infermieri all'interno di cliniche, ospedali, case di cura, case famiglia e altre strutture assistenziali; in progetti educativi, di sostegno all'apprendimento, di prevenzione dell'abbandono scolastico tramite progetti in scuole pubbliche e private, autonomamente e in collaborazione con le altre figure educative e formative; come figura professionale autonoma in contesti di sviluppo e crescita personale e di supporto alla persona; nell'aggiornamento professionale aziendale.





A CHI È RIVOLTO

A tutte le persone che sono interessate ai processi di crescita personale e sviluppo del proprio potenziale attraverso il lavoro sul Sé e le sue risorse.

A professionisti della relazione d'aiuto, psicologi, terapeuti ed educatori che sono interessati ad apprendere e\o approfondire questa metodologia di lavoro integrativo.

A cercatori, persone in cammino e viaggiatori del profondo che, inquieti, continuano giorno dopo giorno il viaggio di conoscenza e ricerca per sé e al servizio dell'altro nella propria professione e nel quotidiano.

A chi ricerca e vuole una formazione seria, approfondita, critica e non dogmatica, priva di facili suggestioni e dannose scorciatoie.

PROGRAMMA BIENNIO DIVISO PER LINEE

GESTALT INTEGRATIVA; ARTITERAPEUTICHE; APPROCCIO SOMATICO-RELAZIONALE; RESIDENZIALE CREA

PRIMO ANNO

Fondamenti e atteggiamento della Gestalt Integrativa

- Fondamenti teorici ed epistemologici della Gestalt integrativa: fenomenologia, esistenzialismo e spiritualità
- Postura e prassi della Gestalt integrativa: la centralità dell'esperienza diretta
- Qui e ora, consapevolezza, responsabilità e spontaneità
- La confrontazione: dall'io ideale all'io reale
- Coscienza in azione e azione cosciente

La relazione io-tu

- La fenomenologia dell'incontro
- Stati dell'io e l'incontro adulto-adulto
- Intrattenimenti e passatempi: l'evitamento del contatto
- Pulire lo spazio e accorciare le distanze: la costruzione dell'intimità
- Autenticità e spontaneità

Il Ciclo dell'esperienza e i meccanismi di difesa

- Aprirsi all'esperienza del presente: il ciclo di contatto
- Autoregolazione organismica e movimento vitale
- Interruzioni e meccanismi difesa
- Dalla difesa alla costruzione della maschera
- Bisogno negato, bisogno illusorio e bisogno reale

Polarità Gestaltiche

- Il modello gestaltico delle polarità della personalità
- Il dramma delle polarità e il teatro terapeutico
- La costruzione del personaggio: tiranni e vittime
- Dar voce al conflitto: Il dialogo degli opposti
- L'integrazione e la liberazione dall'oppressore

Trame relazionali: la visione sistemica nella Gestalt Integrativa

- Il tutto è più della somma delle singole parti: fondamenti sistemico-familiari
- Legami che creano: l'approccio sistemico e stili d'attaccamento
- L'evoluzione dell'identità: individuazione e appartenenza
- L'articolazione intersistemica: la famiglia e i pari
- Il genogramma fotografico e la scultura della famiglia

Le artiterapeutiche integrate e il counselling a mediazione artistica

- Le artiterapeutiche dalla storia alla pratica laboratoriale
- L'Arteterapia in senso stretto
- Musicoterapia, Teatroterapia, Danzaterapia
- Definire il Counselling
- Il Counselling e le arti

La lettura del segno

- Come leggermi nel mio segno
- Raccogliere il messaggio che l'altro ci sta mostrando
- Il colore: percepire, osservare e creare
- La lettura del segno tra visione e corpo: ripetere, scomporre e amplificare
- La traccia dell'incontro tra il bambino e l'adulto

Il Sé: principi energetici e confini corporei

- La dimensione psicocorporea e il principio energetico
- Aprirsi alla sensazione: attenzione interna, respiro e contatto profondo
- Radicamento, autosostegno e unità
- Vitalità ed energia: flussi interruzioni, carica e scarica
- abitare il corpo: esplorare, sanare e ricostruire i suoi confini

Movimento autentico I: il riscatto della spontaneità e lo sviluppo della presenza

- Lo sviluppo dell'esperienza del Movimento
- La fiducia di base il recupero della spontaneità del muoversi
- attendere il presente e seguire l'impulso organico
- Lo sviluppo dell'esperienza del Testimone
- Il ruolo del testimone, la presenza e la creazione del campo
- Il contenimento, il riflesso e il silenzio

Processo di risanamento delle figure genitoriali interiorizzate - workshop residenziale integrativo



SECONDO ANNO

Punto Zero: tecniche gestaltiche integrative

- Il primato dell’atteggiamento gestaltico al di là della tecnica
- Il punto zero e l’indifferenza creativa
- Le tecniche gestaltiche: sopprimere il superfluo, esprimere quello che c’è ed integrare
- La pratica di creare il vuoto e dell’essere completi
- L’incontro con lo stile personale

Possedere l’ombra: il lavoro con la negatività e le nostre parti escluse

Le parti escluse della personalità: contributo energetico e integrazione

La comprensione del carattere alla luce dell’ombra

Il potenziale vitale delle introiezioni genitoriali negative

Lavorare con l’ombra, i demoni e la negatività

La paura della pazzia vs la libertà di essere vivi

Tecniche espressive e artiterapie: emozioni, creatività e comunicazione

- Il paesaggio interiore e la sua narrazione: immagini, gestalt e colori
- Dallo spazio interiore allo spazio esteriore
- Comunicazione ed espressione nelle artiterapeutiche
- Connettere il mondo emozionale e la creatività per una nuova comprensione di sé
- Il lavoro arteterapeutico con le risorse: l’estetica della relazione d’aiuto

Dall’improvvisazione alla mis-en-scène

- L’improvvisazione musicale e artistica
- L’improvvisazione come metodo
- Qui e ora, improvvisazione e Gestalt
- Il legame tra improvvisazione e vivere la vita creativamente
- Tra progetto e improvvisazione nella teatroterapia

Il Dono: si mostra in quanto si dona

- Esplorazione del sé
- Creatività ed espressione emotiva attraverso il simbolo
- Corpo e performance
- Donare come creazione di significato
- La costruzione del senso di comunità nell’arte performativa

Gesti sonori

- La musicoterapia gestaltica
- Il corpo che risuona: il respiro, la voce
- La musica del corpo e il cambiamento
- Danza, rito e stati emozionali profondi
- Danza e azioni artiterapeutiche

Movimento autentico II: le forme dell’inconscio

- L’immaginazione attiva di C. G. Jung
- L’inconscio personale, collettivo, primordiale e il Sé
- Archetipi in movimento
- Lo sviluppo della disciplina del Movimento Autentico
- Il silenzio e la presenza contemplativa

Corpo, energia e sessualità: aprirsi al piacere

- Riconoscere e sanare le ferite
- Il cuore e il sesso: sblocco corporeo e integrazione dell’energia sessuale
- Sperimentare il piacere nel contatto con sé e nel contatto con l’altro
- L’estasi come via di liberazione
- Porre l’energia sessuale al servizio della vita e del cammino

Workshop monografico

Creatività spontanea: respirazione circolare, movimento autentico e arteterapia – workshop residenziale integrativo

TERZO ANNO

Tirocinio in counselling

Tirocinio in arteterapia

L’intervento individuale nel counselling

L’intervento individuale nell’arteterapia

Il lavoro in gruppo nel counselling

Il lavoro in gruppo nell’arteterapia

Il laboratorio: struttura e processo

Arteterapia e disabilità

Counselling: ambiti di intervento

Arteterapia, creatività e apprendimento: il contesto scuola

Giornata aperta supervisionata I

Giornata aperta supervisionata II

Workshop monografico con docente internazionale