

TITOLO DEL PROGETTO

LABORATORIO DI CRESCITA PERSONALE "IL GIOCO DELLE PARTI"



Presupposti teorici

Noi siamo una moltitudine. Noi siamo fatti di parti, come se avessimo diverse "maschere". Persona in Latino significa "maschera", inteso come qualcosa che ha a che fare con le varie identità che assumiamo durante la nostra vita. Parti di noi che entrano in scena in base al contesto in cui ci troviamo.

La nostra identità, con le "**parti**" di cui è composta, tende ad organizzarsi intorno a temi simili. Se ad esempio ci sentiamo "un grande esploratore" è facile che molte delle nostre "maschere" gravitino attorno al concetto di "avventura".

Le cose che apprendiamo vengono organizzate in memoria per somiglianza e pertinenza. Se impariamo a suonare la chitarra tutti quegli apprendimenti si organizzeranno attorno alla nostra "idea di musica". E se suoniamo con costanza, via via il nostro concetto principale di musica si modifica in base a ciò che apprendiamo. In base alle "nuove parti" che si sviluppano attraverso l'apprendimento.

Nel mondo dei bambini questo processo è frequente e naturale. A cosa giocano i bambini piccoli? Giocano ad interpretare delle "parti": il super eroe, la mamma, il papà, il cuoco, la maestra ecc. Il **gioco** è una sorta di addestramento alla realtà futura e nasce interpretando dei ruoli e la differenza fra un adulto ed un bambino è che quest'ultimo sa che quei ruoli sono delle interpretazioni.

I bambini giocano con queste “parti” mentre gli adulti sono condotti dal contesto e dalla propria storia di vita, ad interpretarle sempre più spesso. Questo laboratorio vuole stimolare il partecipante a trarre vantaggio e consapevolezza da quelle “interpretazioni”, utilizzando il **teatro** come palestra.

Riprendendo le teorie di Landy (Uno dei più importanti teorici dell’approccio chiamato Drammaterapia) *“Gli attori non diventano i personaggi che stanno interpretando, ma avvicinano se stessi e le loro esperienze alla performance”*. Le tecniche di role- playing (ampiamente utilizzate nell’approccio gestaltico) sono centrali nell’orientamento promosso da Landy. In questo modello gli obiettivi del drammaterapeuta sono tesi ad aiutare i clienti ad incrementare il numero dei ruoli che essi possiedono, per non rimanere legati ad un ruolo rigido, e ad incrementare la capacità di muoversi da un ruolo all’altro.

Il personaggio può essere considerato un ponte che permette il passaggio dalla cristallizzazione di una personalità al mondo della possibilità e della scoperta. (M.Massara. Teatro Terapia. La funzione terapeutica del teatro. Nuove Arti Terapie). Spesso parti e modelli sono stati introiettati dalla realtà esterna. A volte è il contesto in cui ci troviamo, altre volte è un nostro maestro/genitore/mentore che ci guida.

Attraverso il **laboratorio** si possono “giocare le parti migliori” interpretate da “altre persone”, perché noi apprendiamo modellando il comportamento dell’altro e vi entriamo in relazione con il “come se fossimo l’altro”.

Iniziamo imitando un modello e poi via via lo facciamo nostro. Questo diventa una risorsa nella misura in cui l’abbiamo assimilata (automatizzata) ed utilizzata anche in altri contesti (generalizzata).

E’ importante far emergere il proprio “lato oscuro” che rappresenta quella parte di noi che nascondiamo a noi stessi o agli altri , perché poco accessibile. Il lavoro con le parti è un modo interessante per iniziare ad osservarsi in modo sistemico, in un modo che riesca a prendere in considerazione più aspetti di noi.

La crescita personale è un percorso attraverso il quale “incontri te stesso con i propri lati oscuri” e sviluppi la consapevolezza di te stesso, in termini di chi sono, di cosa sento, di cosa faccio e di cosa voglio.

Partendo dall’assunto che il processo di evoluzione personale non può avere una fine, ma è eternamente “in progress”, il counsellor, contestualmente al proprio ruolo, necessita di una buona conoscenza di se stesso nell’incontro con il cliente, per differenziarsi da quest’ultimo e per poter essere efficace nella relazione d’aiuto. Inoltre ...

Contenuti del laboratorio

1. Sviluppare la conoscenza di se stessi attraverso l’emergere delle diverse “parti” che ci compongono.
2. Potenziare le “parti” meno utilizzate nelle relazioni, offrendo la possibilità di creare equilibri più efficaci tra le polarità stesse.
3. “Giocare con le parti” attraverso le tecniche teatrali, acquisendo nuove modalità relazionali o potenziando le modalità “in ombra”

4. Potenziare la competenza relazionale “mettendosi nei panni dell’altro” attraverso l’esperienza di teatro.

Target

Il laboratorio prevede 13 ore di formazione teorico-esperienziale (distribuite in un giorno e mezzo) ed è rivolto ad allievi ed ex allievi dell’Istituto Gestalt di Puglia e a tutti coloro, che a vario titolo, sono interessati a sperimentarsi in gruppo attraverso il teatro.

Numero massimo di partecipanti: 20. Numero minimo: 10.

Obiettivo

Il laboratorio si pone l’obiettivo di potenziare la capacità di relazione d’aiuto attraverso la conoscenza di se stessi.

Materiale didattico

- Lavagna a fogli mobili
- Aula di dimensioni ampie
- Fogli A4
- Pennarelli

Crediti aggiornamento CNCP: 2,5

Per gli allievi del terzo anno del corso di counselling dell’IGP la partecipazione al seminario permetterà il riconoscimento di 13 ore di partecipazione a seminari/convegni, prevista nel programma formativo.

Dove e quando

presso l’Istituto Gestalt di Puglia, via De Simone 29, Arnesano (LE)

Sabato 01 aprile 2017 dalle ore 15,00 alle ore 19,00

Domenica 02 aprile 2017 dalle ore 9,30 alle ore 19,30

Conduttori

Fabiana Gigliola: psicologa, psicoterapeuta

Giorgio Consoli: attore professionista

Costo

110,00 € (iva esclusa)

Informazioni e prenotazioni

- contattare lo 0832.323862,
- o inviare una mail ad info@apuliagestalt.it,
- o compilare il form di prenotazione dal nostro sito: www.apuliagestalt.it