

## **Altre scienze umane**

Fin dalla fondazione della nostra scuola, alla fine del duemila, avevamo compreso l'importanza di passare dalle nozioni di scienze umane piuttosto che insegnare troppe materie legate alla psicologia. Abbiamo sempre pensato che se un Counselor avesse avuto il desiderio di studiare più a fondo la psicologia avrebbe potuto iscriversi all'Università. Che motivo avremmo di sostituirci agli psicologi? Che motivo avremmo di studiare a fondo le stesse materie proposte dalle Università? Abbiamo trovato sempre più sensato (e le nuove correnti delle associazioni ci danno conferma delle nostre idee pionieristiche) insegnare le scienze umane.

Ad esempio la pedagogia che studia le fasi di vita dell'uomo dalla nascita alla morte. Si occupa dell'educazione e della formazione dell'uomo nella sua interezza, così come noi ci occupiamo della formazione di Counselor possibilmente interessati proprio all'interezza dell'esistenza in tutte le sue forme.

Oppure la filosofia, quella materia che si pone domande e riflette sull'uomo, sulla vita, sull'esistenza tentando di analizzare e definire la natura umana. L'amore per la sapienza (il significato della parola filosofia) che è proprio quello che dovrebbe contraddistinguere chi si occupa di relazione d'aiuto.

O ancora la sociologia la scienza che studia e descrive la dinamica dei comportamenti umani, delle istituzioni e dei fenomeni sociali.

Ci occupiamo di educazione relazionale e affettiva e di intelligenza emotiva. I più comuni blocchi delle relazioni, sia in ambito di coppia, di famiglia così come rispetto alle relazioni lavorative, vengono approfonditi con l'intento di comprendere come si posiziona il Counselor quando il cliente chiede un intervento sul mondo relazionale. La nostra scuola si chiama esperienziale e relazionale proprio perché ci siamo resi conto che la maggior parte dei nostri clienti si sono spesso rivolti a noi con dei temi e delle domande proprio sulle relazioni. Un mondo non facile da decifrare e se il Counselor studia, approfondisce e sperimenta su di sé la teoria e la pratica che offriamo, avrà più strumenti con i quali affrontare tale tematica.

Counseling narrativo: insegniamo a comprendere la narrazione di sé come un aiuto intelligente per far emergere risorse e parti di sé fino a quel momento inesplorate. Chiunque, in qualche momento della vita, è stato in grado di attingere a risorse interiori o esteriori, così come è stato in grado di prendere decisioni o vivere cambiamenti importanti per la propria vita, aumentando così il proprio senso di resilienza. Con la narrazione di sé

e della propria storia è possibile riprendere tali sensazioni e momenti passati possono diventare utili e produttivi se portati nel momento presente. Insegniamo quindi la narrazione, utilizzando metafore, racconti, disegni, mappe mentali, sculture e teatro in modo che la descrizione di un problema possa chiarirsi offrendo nuovi spunti per decisioni e cambiamenti possibili. Le posizioni diventano più chiare e meno emotive e ciò potrebbe aiutare ad andare verso soluzioni invece che farsi bloccare dagli ostacoli, come spesso succede. La narrazione per noi è un'arte che si può imparare e dalla quale si possono trarre innumerevoli stimoli.

Oltre alla narrazione, nella nostra scuola, viene utilizzata la scrittura di scoperta in tutte le sue forme. Il riferimento per questo tipo di esercizi è il manuale della nostra scuola, il libro "Vivi la tua vita al meglio" scritto dalla Direttrice della Scuola, Daniela Zicari.

Come approccio esperienziale nella nostra scuola, oltre a quanto detto in precedenza, vengono utilizzati altri strumenti quali il colore, il disegno, il gioco, la musica, la danza espressiva, le meditazioni in movimento, la visualizzazione, l'uso della voce, il movimento corporeo, il canto di mantra. Tutto questo vissuto e osservato in modo fenomenologico e privo di giudizio.