

## **Counseling Esperienziale e Relazionale**

Oltre ad aderire ai principi di base di un buon Counseling, la nostra scuola si pone come obiettivo quello di essere un riferimento di un modello che si basa sull'esperienza oltre che sulla teoria. Inoltre trattiamo in modo esaustivo il tema delle relazioni, il loro funzionamento, la conoscenza teorica e pratica: partiamo dal presupposto che nella vita, così come nel Counseling, ogni aspetto fondamentale vissuto è basato sulla relazione.

All'interno del nostro percorso di tre anni proponiamo un lavoro di crescita personale: partiamo dal concetto che chiunque si appresti a lavorare con gli altri debba prima conoscersi, conoscere i propri meccanismi, aver fatto un buon lavoro su di sé e sulla propria interiorità ed essere in cammino evolutivo.

Diamo molta enfasi alle qualità che deve possedere un Counselor. Insegniamo il modo per espandere quelle qualità che ancora sono sopite. Questo percorso quindi aiuta chiunque a diventare quello che avrebbe potuto essere senza quelle interruzioni della vitalità ed energia che tutti, più o meno, hanno subito.

Rispetto alla professionalità la scuola dona gli strumenti più idonei affinché il Counselor possa attivare la propria ricerca; sappiamo che, in questa come in altre professioni, non finirà mai. Questo principio, che sulle prime può spaventare, alla lunga diventa una modalità di vivere in modo autentico, stimolante e arricchente. Continuando a crescere, evolvere, migliorare si mette in atto, di conseguenza, il processo di attrazione di clienti disposti a mettersi in gioco.

Una delle peculiarità del nostro modo di fare Counseling è che può diventare un processo infinitamente creativo, mai fermo, sempre in movimento grazie al fatto che la vita non è mai la stessa, le persone neppure e noi ci muoviamo e fluiamo in questa corrente piena di risorse e scoperte. Diventiamo testimoni di risvegli emotivi e spirituali a cui mai pensavamo di poter assistere. In una cornice di rispetto e non giudizio. Senza creare etichette è possibile lasciare che il processo fluisca e stupirsi delle meraviglie di cui l'essere umano si dimostra capace, se messo nel giusto contesto.

Al centro del nostro Counseling rimane, infatti, la persona con le proprie infinite possibilità. Appoggiamo il concetto di autorealizzazione e sosteniamo la spinta a muoversi verso la scoperta di un nuovo se stesso che potrà continuamente rinnovare e vivificare.

Abbiamo creato un percorso che affianca antiche discipline orientali alle più moderne scoperte scientifiche.

Come già spiegato in altri punti di questo documento, le nostre lezioni si svolgono in maniera frontale così come in cerchio. Alla spiegazione didattica (spesso supportata da slide e dispense) segue sempre l'esperienza che può cambiare a seconda dell'argomento trattato. Ad esempio possiamo utilizzare lo strumento del disegno, delle mappe, l'uso del colore, così come utilizzare la voce, con il canto o i mantra, oppure ancora l'uso del corpo attraverso esercizi di bioenergetica o di danza terapia. Ancora possiamo utilizzare degli specifici massaggi e soprattutto utilizziamo la respirazione come strumento sia di meditazione che di integrazione dei processi vissuti.

Dal punto di vista dell'insegnamento del Counseling (oltre alla teoria) ci appoggiamo a numerosi esercizi: a seconda del modello insegnato in quello specifico weekend verranno esplicitate e mostrate le tecniche adeguate: sessioni simulate, triangolazioni, esercizi con i cuscini, con i fogli, esercizi sull'ascolto, sulla comunicazione, di comprensione profonda ed immediata di come funzionano le relazioni.

Le parti esperienziali hanno la capacità, infatti, di arrivare immediatamente all'essenza delle persone portando nuova comprensione e delle vere illuminazioni rispetto al punto in cui si è, da dove si arriva e dove si vuole andare.

La parte strettamente relazionale riguarda la comprensione dei paradigmi delle relazioni, quei modelli ripetitivi che continuano a tornare nelle vite di molti.

Questo aspetto viene trattato nel punto seguente.