



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

ABSTRACT RELATORI

Title: THE OBSERVATION OF PASSIVITY TO ACCESS THE DIMENSION OF THE COMPLEX: A PERSPECTIVE FROM THE AUTOGENIC PSYCHOPHYSIOLOGY

Author: Frank Suzzoni, MD

Abstract : We examine whether a psychophysiological approach could contribute to suggest a relation between the most generic feature in the Autogenic experience, passivity, and some findings within the science of Complexity.

Title: AUTOGENIC THERAPY AND PLACEBO: METHODS AND CONSIDERATIONS FOR HARNESSING THE POWER OF PLACEBO IN PRACTICE

Authors: Helen and John Gibbons

Presenter: Helen Gibbons

Affiliation: Autogenic Training and Therapy Institute of Australia - Australian Autogenic Society
Creative thinking about environmental challenges is at the heart of human evolution and bringing into existence something that leads to successful adaptation as a result of creative thinking is part of the creative process of nature.

Abstract: Autogenic Therapy is a vehicle or tool for the purposeful self-regulation of the biochemical, neurological and psychophysiological mechanisms that tap into the innate ability of the mind and body to heal spontaneously. The placebo response also consists of a dynamic process that leads to this innate healing response. While the stimulus or 'trigger point' may vary, Autogenic methods and placebo must be tapping into similar biological pathways to achieve the same outcome of self-healing. Could Autogenic Therapists enhance outcomes in practice by understanding methods for harnessing the power of placebo? This presentation will examine the above proposition by looking at research into the trigger points and biological pathways of the placebo response and explore possible methods and considerations for applying this knowledge to the Autogenic Methods. A case study where an Autogenics session was combined with methods to enhance placebo effects with positive outcomes will also be presented.



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

Title: L'AUTOGENIA NELLE MALATTIE PSICOSOMATICHE: CASI CLINICI

Author: Carmine Grimaldi - centro psicoterapia dinamica – ancona (Italy) vice – presidente ICSAT

Abstract: Il training Autogeno (T. A.) è un metodo psicoterapeutico indicato, in modo elettivo, per il trattamento delle malattie psicosomatiche. In questo convegno presento il trattamento psicoterapeutico con il T. A. di due pazienti: il primo affetto da Asma Bronchiale, il secondo da Colite emorragica cronica.

Il percorso clinico seguito è costituito da tre momenti fondamentali: 1- L'approccio medico-psicologico classico; 2 – Il T. A. applicato al caso specifico; 3- Il metodo per interpretare (dare senso) al vissuto emerso durante la pratica del T. A.

Descrivo: 1- la raccolta dell'anamnesi psico - medica classica nella quale si persegue il raggiungimento della diagnosi e la motivazione del paziente ad intraprendere il percorso psicoterapeutico; 2- l'apprendimento del T. A. somatico e meditativo secondo J. H. Schultz; 3 – formare(educare) il paziente a dare un significato(senso) al suo vissuto. Per questo fine utilizzo il metodo di M. Liebl: *il Senso nella Psiche*.

Il primo paziente soffriva di Asma Bronchiale dall'età di undici anni. IL trattamento farmacologico aveva dato temporanee soluzioni, ma con ricorrenti riacutizzazioni. Dopo 2 anni di Psicoterapia il paziente è guarito e non utilizza più farmaci.

Il secondo caso tratta di un paziente di 45 anni affetto da Colite Ulcerosa Cronica dall'età di 30 anni. Il trattamento di tre anni con il T. A. ha migliorato la sintomatologia: non ha più perdite ematiche anche nei rari casi di acuzie della colite.

BIBLIOGRAFIA

Grimaldi C. *La Psicoterapia Autogena nella dimensione del sentire*, ed. L'orecchio di Van Gogh, Chiaravalle, 2002.

Liebl M., *Evoluzione della Psiche*, ed. Giardini, Pisa, 1995.

Schultz J. H. , *Training Autogeno 1 – 2 vol.* ed. Feltrinelli, Milano, 1996

Title: I.D.E.A “INTERVIEW OF ESPLICITATION BY AUTOGENIC TRAINING”

Author: Dr. Luciano Palladino - Progetto Divenire

Summary: The focus of this research is the neurophenomenological perspective of F. Varela. To study mental activity according to the concept of "emergent property" it is fundamental to take the subjective perspectives in the way they are experienced internally. The description of a



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

process in the first person, expressed by the person who experiences it, is much more precise and rich.

Autogenic Training is a combination of a subjective experience of self-awareness (IH Schultz) together with the evocatory practice of Entretien d'Explication (P. Vermersch). Following the learning of the basic exercises of Autogenic Training (calm, heaviness and heat) individuals live a subjective, individual and group experience with the explication interview.

The emergence of a rapid stream of images, sensations and details accompanied by moods and moderately intense and immediate emotions, are manifested in an opening transition from the outside world to the interior world, which is made more permeable thanks to the autogenic state of consciousness. Entretien d'Explication uses a method in the second person, via the presence of an operator who collects the first person data of the subject. It is an essential and rigorous method, which allows the study of the subjective experience in detail and allows an individual to be conducted to awareness of a personal and critical episode and to describe this episode with great accuracy.

The definition of "intuitive experience" is to go from the "what" to the "how." This is the transition from what is generally called the pre-reflective state (ordinary consciousness) to the reflective state (perception of the conscious state) which occurs and transforms the questions from "what?" to "how"? It is a shift of attention from the content to the process. This allows a switch from a direct consciousness to a reflective awareness and assumes the sense of an intuitive experience.

Abstract: *I.d.e.a. "From implicit to explicit, the autogenia as a tool to access the complexity of the mediant uncomfortablethe interview of explication.*

Neurophenomenology of Francisco Varela, as a case study of the mind, proposes a synthesis of the findings of neuroscience and of the subjective experience. One of the key ideas underpinning the neurofenomenological perspective is represented by the concept of "emergent property", and in this perspective, also changes the meaning of the word consciousness. It, as a globally emerging phenomenon, is not a simple epiphenomenon because plays a causal role in the coordination of many activities of the body. This means that the concept of emergence allows the consideration of mental causality. In fact, the consciousness as well as being a phenomenon that emerges from the brain, it is also something clear and demonstrable, not only at the level of "conscious" subjects, but also in terms of their concrete and observable brain activity. For some researchers, the concept of "emergence" is set up as sort of sham to indicate the surprise that captures the observer in the face of behavior which is completely unexpected and, at first sight, unexplainable according to common scientific laws. The autopoietic network is modified in response to changes or to environmental stimuli and the cognitive process is not seen as the representation of the world that exists independently, but becomes the generation of a world. According to Maturana and Varela, the material world exists and does not possess any predetermined characteristics, but always depends on the interaction between the structure of the aware organism and the



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

environment. The world draws the mind and the mind draws the world. Consciousness then emerges from the connections between organism and environment. Francisco Varela puts the following question at the center of theoretical neurophenomenology: "How can we put neuronal description and experience together?" In fact, when you consider the experience as the foundation of knowledge and awareness, neurophenomenology goes towards a development of the "science of consciousness." Taking the concept of consciousness as something explored and interacting with the environment and the world, one can now face the same manifestation of consciousness through two basic techniques: Autogenic Training and Entretien d'Esplicitation. Various studies were made by using of the technique of autogenic training as a tool to explore the world of life experience. This working methodology allows a powerful psycho-corporeal consciousness that integrates emotional and cognitive aspects. Just as neuroimaging techniques have enabled the evolution from neuroscience to cognitive neuroscience, so the approach of Varela allows an additional step to "empiric neuroscience". F. Varela, and other authors, found in the practice of Buddhist meditation a pragmatic means; it has been demonstrated that Autogenic Training produces states of consciousness similar to those referenced by Varela in Vipassana meditation that was adopted by him. Varela asked a second question: how can you pass "from talking about something known objectively to something known personally, and then from the third to the first person? He conceived and created the method in the second person, a technique of explicit phenomenological inspiration interview to highlight the description of subjective experience that accompanies the occurrence of intuition. Intuition, according to the author, is an idea or spontaneous knowledge that appears without a deductive process. It is the inversion of attention and attitude that goes to the "subjective process" (subjective experience). In this perspective, Autogenic training becomes essential and it is considered useful to encourage personal experience of self-awareness (IH Schultz) using this together with the practice of Entretien d'Esplicitation (P.Vermersch). With these two methods, in addition to basic exercises of Autogenic Training (calm, heaviness and heat) an individual lives, a subjective experience, which is recalled and explained through the interview in the group. The emergence of a rapid flow of images, sensations and details, accompanied by moods and moderately intense and immediate emotions, concretize the opening to the transition from the outside world to the inner and interior world, thanks to the permeability of borders between the states of consciousness. With the Entretien d'Esplicitation a method is used in the "second person", through the presence of an operator who collects the data "in the first person" of the subject. It is an essential and rigorous method that allows us to study in detail the subjective experience and lead the individual to the knowledge of a personal critical episode, and to describe it with great accuracy, according to the definition of "an intuitive experience" moving from "what" to "how". This step is typical of the pre-reflective (ordinary consciousness) and moves towards the reflective (perception of the conscious state) that occurs, transforming the question "what?" to "how"? It 'a shift of attention from



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

content to process, which allows one to move from one direct to one reflected consciousness, assuming the sense of intuitive experience. Entretien d'Explicitation takes shape from the consideration of the human being as a self-poietic according to the neurophenomenology of F. Varela. The body is considered a network of continuous processes of creation, of transformation and destruction of components that interact with each other and that support and regenerate the same system. In fact, the system defines itself from the domain of existence of an autopoietic system, which coincides with the topological domain of its components. Autogenic Training and in particular the Autogenia is expression of a bionomic approach which takes care of mind, body and spirit (IH Schultz). Beyond these aspects, the most important thing is the characterization of a principle called processuality, and Schultz believes that it is a fundamental principle of life. The adaptability of the organism is given by innate ability for auto-regulation of organisms to develop self-corrections continuously and actively. Underlying the process is a reversal, or a status change in things that are permanently structured. The experiences that occur in the definition of the two methods point out one autogenic state and one intuitive state. Both experiences have a posture where attention and observation come together in a concentrative process of "letting go". The intuitive state is a mental activity that has a slow function. In the intuitive experience, one reaches a kind of "internal peripheral and involuntary attention." This needs a real or imagined object on which to focus one's perception. The Autogenic attention focuses on the theme of calm and the slowdown of the brain, assuming a spontaneous attitude and a "passive concentration" to devote oneself to a deeper inner listening and turn away from the ordinary experiences of everyday life.

Title: DES TRAUMATISMES, DES TEMPS, DES RYTHMES ET DES CRÉATIVITÉS

Author: Annie Thomasson, psychothérapeute, Limoges; DU Relaxation psychothérapique; EMDR Toulouse; DIU sexualité humaine, Paris. EFTA, Ecole Française du Training Autogène

Abstract: Après des temps de régulations plus ou moins créatifs, l'entrée dans la cure rompt la voix silencieuse du corps et de l'ouoboros pour bien des victimes d'agressions sexuelles.

La résonance vocale du son, cette autocréation initie le changement avant les mots et le sens.

Les rythmes liés au Training Autogène Progressif, et particulièrement à l'élément rythmique de la parole créent des actions en soi et pour soi.

Les temps de l'EMDR, permettent de traiter le blocage de l'information lié aux traumatismes.

La synergie de ces expériences et de ces modes d'actions potentialisent des possibles.

Cette résonance « patient-relaxateur » aide à une perception cohérente du temps et du corps.

Si la cure constitue la rencontre de plusieurs temps, sa mise en acte ouvre à des savoirs, des pratiques et des positions politiques qui questionnent le « faire avec l'autre » et les créativité.

Mots clés : Traumatismes. Training autogène. Temps. Voix .EMDR. Corps. Emotions.



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

Title: BIONOMIC-AUTOGENIC PSYCHOTHERAPY AND CREATIVITY: FROM THE THEORETICAL TO THE PRACTICAL ASPECT

Author: Walter Orrù - Scuola Superiore di Psicoterapia Bionomica – FORMIST – Cagliari (Italy)
(recognized by the University Ministry, D.M. 09/10/2001)

Abstract: *The report illustrates the fundamental role of the concept of vital circle in the creative process. The concept of vital circle is used in bionomic-autogenic psychotherapy to explain the change in the patient; this change does not take place according to whichever direction, but following a predetermined direction suggested by the patient's life plan. Therefore, changing means to conform behaviors and external and internal attitudes to the patient's life plan itself. In this sense autogenic processes, with their characteristics of circularity and creativity, play a fundamental role in letting the subject grow up free along a path already potentially determined by its internal plan.*

Title: Il training autogeno e i suoi archetipi

Author: Anna Scelzo

Abstract: la tendenza di ognuno di noi di fronte alle cose è a lungo andare quella di darle per sicure, per “scontante”, come se fossero sempre esistite. Tale “credenza” molto spesso induce ad essere superficiali o addirittura chiude la possibilità di farsi delle domande, di continuare quella ricerca interiore che ci permetta di comprendere se quanto stiamo portando avanti nella nostra esistenza sia ciò che ci conduce in ultima istanza verso un' evoluzione, una crescita ed una maturazione.

Come Hilman disse è la capacità di farsi delle domande, più che di trovare delle risposte, che ci permette di trovare il significato di quanto ci accade, anche quando quello che sentiamo ci appare mostruoso, incomprensibile, ingiusto, indesiderabile. Tutto ciò fa parte di ciò che Jung chiamò la nostra parte Ombra, quel lato di noi che molto spesso non tendiamo ad accettare perché giudicato negativamente come “cattivo”, “distruttivo” sia che abbia connotazioni di rabbia, sia depressive. Ma è proprio l'incontro con tale parte di noi che ci può far rendere conto di quanto le nostre emozioni e i nostri stati psico-fisici possano essere stati colpiti da eventi, traumi, parole, pensieri che hanno determinato, anche inconsapevolmente, delle “rotture” interne tali da provocare manifestazioni psicosomatiche che inducono molto spesso a pensare che in noi stia covando un “male oscuro”. Ed è così che si fa avanti quella sensazione sgradevole che molti chiamano ansia e che tanto spesso è demonizzata perché viene sentita pervasiva, vale a dire che non si manifesta più solo nei momenti in cui essa ha una normale funzione di attivazione e/o protezione, bensì in tutte le occasioni in cui la persona si trova davanti a qualcosa che per qualche motivo decodifica



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

come stressogeno e a volte addirittura in assenza di tutto ciò. La persona può dunque sperimentare sensazioni di pericolo e di smarrimento, oltre che di panico e questo può indurla a mettersi in cammino, alla ricerca del senso del proprio “sentimento”, vale a dire soprattutto nel momento in cui, guardandosi intorno, essa sente il timore di non potersi più rispecchiare in coloro che la circondano. In questi momenti il bisogno di ritrovare delle tracce, dei segnali che indichino un sentiero, è forte e molto spesso la persona intraprende dei percorsi che la portano a comprendere quanto ciò che prova non sia molto dissimile da quanto altri hanno provato e ancora provano nel loro animo quando sono in contatto con emozioni forti come la paura, l'angoscia o l'amore. Come scriveva il noto psichiatra svizzero C.G. Jung, tutti noi possediamo gli elementi di ciò che egli aveva denominato “inconscio collettivo”. Nel 1927 egli scrisse: *“L'inconscio collettivo è un patrimonio ereditario di possibilità rappresentative non individuali ma comuni a tutti gli uomini e forse a tutti gli animali, e costituisce la vera e propria base della psiche individuale [...] con questo termine intendo un funzionamento della psiche inconscia, comune a tutti gli uomini”*. Ed è proprio nell'idea dell'inconscio collettivo che è contenuto il concetto di *archetipo*. Secondo Jung ogni uomo ha in sé la spinta ad evolvere e possiede già i codici della conoscenza onnisciente a priori. I codici di tale conoscenza sono gli *archetipi*, forme o simboli che si manifestano in tutti i popoli di tutte le culture e che quindi appartengono ad ognuno di noi. Jung definì gli archetipi come “modelli più profondi di funzionamento psichico, come le radici dell'anima che governano le prospettive attraverso cui vediamo noi stessi e il mondo. Essi sono le immagini assiomatiche a cui ritornano continuamente la vita psichica e le teorie che formuliamo su di essa”. Lo psichiatra svizzero aveva individuato in essi le forme primarie delle esperienze vissute dall'umanità nello sviluppo della coscienza. Noi non riusciamo ad entrare in diretto contatto con un archetipo se non attraverso forme e simboli che sono condivisi da tutta l'umanità, sedimentate nell'inconscio collettivo di tutti i popoli, senza alcuna distinzione di luogo e di tempo e quando lo incontriamo – il che può avvenire anche attraverso la lettura di una storia, la visione di un film, l'ascolto di una canzone o in una situazione di rilassamento indotto – sentiamo di essere entrati in contatto con qualcosa che appartiene anche a noi, che ci è familiare. Lo *comprendiamo* perché fa parte dell'*inconscio collettivo*, del contenitore psichico universale che contiene immagini, simboli e forme comuni a tutti gli esseri umani. La presentazione di oggi proporrà un tentativo di esplorare l'archetipo, il principio vitale, la scintilla, ma anche la matrice che può essere all'origine del training autogeno e in qualche misura dunque anche di gran parte delle discipline che afferiscono alla psicanalisi e alle psicoterapie.



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

Title: CHANGES IN THE ORAL ENVIRONMENT DUE TO ACQUISITION OF AUTONOMOUS TRAINING METHOD

Authors: Kazuyoshi Koike¹), Keiko Narishima²), Ayaka Hiraki¹).

1)Nihon University College of Dentistry Dental Hospital Psychotherapy Dentistry

2)Nihon University College of Dentistry Dental Hospital Dental Hygienist Office,

Abstract: The autogenic training method is one of psychotherapy which physical changes tend to appear.

The intraoral environment is susceptible to psychosocial stress.

Many patients complaining of mouth dryness are less likely to have physical disorders. Many are thought to be caused by psychological stress.

Dry mouth have been affected by the salivary secretion. Salivary secretion is regulated by autonomic nerves.

We measured blood adrenaline, noradrenaline, saliva secretion and saliva viscosity at psychological stress load. The result showed a significant correlation of -0.6 to the blood Noradrenaline amount and the saliva secretion after psychological stress loading.

We measured the saliva viscosity and secretion when learning the autogenic training method to the second formula.

The results showed that the viscosity of resting saliva decreased significantly after learning the autogenic training method.

The amount of saliva secretion increased significantly after acquiring the autogenic training method.

From the above, it was considered that acquisition of the autogenic training method second formula may be effective for suppressing sympathetic nerve function.

This research was conducted with permission of Nihon University Dental School Ethics Committee

Title: THE CREATIVE BRAIN WITH LUTHE'S CREATIVITY MOBILISATION TECHNIQUE

Author: Dr Lucy O'Hagan, British Autogenic Society

Background: This presentation examines current theories of creativity and investigates how Wolfgang Luthe's little known Creativity Mobilization Technique (CMT) can be used to improve psycho-physiological wellbeing.

We will explore how CMT fits in with modern understanding of the neuroscience of creativity.

The technique of CMT is explained and case studies given to demonstrate its wide-ranging effects.

Findings: Undertaking a course of CMT can provide a quick and prescriptive self-regulatory balancing of brain functions, allowing self actualization. By practicing the technique, individuals report dramatic improvement in their creative abilities, little seen via other attempted means to



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

creativity.

Discussion: There are a multitude of psychotherapeutics approaches to working towards self actualization and living a creative life. Practice of Luthe's CMT with no thought passive concentration, facilitates insights and understandings of the self. It encourages process-oriented behavior and attitudes that assist the whole brain thinking that is characteristic of creativity.

Title: ACCESSO ALLE EMOZIONI E ALLA CREATIVITA' CON LA PSICOTERAPIA AUTOGENA

Author: Marilla Malugani, Antonia Deganello

Abstract: La Psicoterapia Autogena rende possibile l'accesso alle emozioni e alla creatività procedendo dal vissuto corporeo al vissuto psicologico. I vissuti emotivi si esprimono attraverso le vie somatiche. Il Sistema Nervoso Autonomo ne è coinvolto, in particolare l'ipotalamo (che controlla le emozioni, gli stati d'animo e l'umore), il sistema limbico e l'ipofisi. L'allenamento alla tecnica autogena disattiva l'area diencefalica ergotropica con la riduzione dell'attività reticolo-corticale favorendo l'attivazione dell'area ipotalamica trofotropica, permette l'instaurarsi di condizioni particolari, come ad esempio l'autogenia, la commutazione autogena, la neutralità mentale, l'accettazione passiva delle sensazioni corporee e psichiche: il soggetto vive uno stato di 'coscienza non abituale'. Studi neurofisiologici hanno evidenziato una maggiore integrazione e interconnessione tra gli emisferi destro e sinistro. Tutto questo permette sia un lavoro psicoterapeutico profondo sulle emozioni ma anche una maggiore espressione della creatività, che aiuta ad uscire dagli schemi ripetitivi legati alle difficoltà e alla sofferenza, in quanto si viene a creare un particolare stato dato dalla non interferenza dell'attività volitiva. Ciò facilita un pensiero originale capace di nuove soluzioni e di produrre risposte o associazioni non comuni, di ridefinire ciò che conosciamo e di riorganizzarlo, dandogli una nuova forma o interpretazione. Nelle personalità artistiche può rappresentare uno spazio per ritrovare la propria ispirazione, il proprio impulso creativo ed entrare meglio in contatto con sé stesso per portare alla luce contenuti profondi, ma anche per incanalare e scaricare la tensione creativa, favorendo così un rapporto tra immaginario e realtà. L'utilizzazione a fini psicoterapeutici del T.A. consente di creare una relazione in cui il paziente si sente sostenuto, compreso, valorizzato, stimato e, contemporaneamente, un'attenuazione del bisogno di difendersi promuovendo l'accesso al nucleo centrale delle emozioni, alle loro potenti proprietà curative e trasformative del paziente.

PAROLE CHIAVE: PSICOTERAPIA - AUTOGENIA - COMMUTAZIONE AUTOGENA - NEUTRALITA' MENTALE - ACCETTAZIONE PASSIVA - NEUROFISIOLOGIA - EMOZIONI - CREATIVITA' - CONSAPEVOLEZZA - POTENZIALE TRASFORMATIVO.



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

MARILLA MALUGANI - Direttore C.I.S.S.P.A.T. - Padova
(Centro Italiano Studio Sviluppo Psicoterapie A breve Termine)
Direttore E.C.A.A.T.
(European Committee for the Analytically Advanced Autogenic Training)

ANTONIA DEGANELLO - Psicologa, Psicoterapeuta, Didatta ECAAT, Docente scuola C.I.S.S.P.A.T. - Padova.

Title: RISVEGLIARE E SVILUPPARE IL NOSTRO POTERE CREATIVO
(LABORATORIO MANDALA- MANDALA INTERATTIVO)

Author: dott.ssa Nicoleta Tudor

Abstract: Premessa: il nostro cervello lavora con la velocità di circa 60.000 pensieri al giorno! I piccoli vuoti di memoria, sono dovuti alla velocità con cui passiamo da un pensiero ad altro, senza permetterci di essere presenti e focalizzati su un preciso obiettivo. Un metodo basato su tre elementi essenziali della vita umana(il silenzio, i colori, le forme) potrebbe “rieducare” il nostro cervello e migliorare lo stato di salute.

L’obiettivo generale: prevenire lo stress e mantenere uno stato di salute biopsicosociale attraverso gli schemi della “didattica laboratoriale”.

Gli obiettivi specifici:

- prendere coscienza dei comportamenti e atteggiamenti; delle credenze, reazioni e delle emozioni che si provano in relazione con il propri sé e con gli altri;
- attivare un processo riflessivo che congiunge il sapere, il saper fare e il saper essere.

Le attività : rimanere in silenzio focalizzati su un unico obiettivo; colorare i mandala e interagire con gli altri attraverso lo scambio e prendere nota delle proprie emozioni.

Il numero massimo di partecipanti: 11/12.



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

Title: L'EDUCAZIONE DELLA PERSONA CON L'IMMAGINE ED IL T. A.

Author: Dr.ssa Dolcetti Maria - CENTRO PSICOTERAPIA DINAMICA - ANCONA

Abstract: Il lavoro che io presento è come pedagoga. Stare bene è l'obiettivo. Il Training Autogeno (T. A.) e la rappresentazione artistica sono mezzi educativi per conseguire la salute. L'elaborazione dei problemi personali è evidente nei disegni delle persone che hanno l'educazione alla conoscenza di sé con il T. A.

Con il metodo di Maya Liebl, mio maestro, la particolarità della rappresentazione sta nel cogliere la qualità del contenuto creativo. Ogni opera che la persona presenta è un atto creativo che manifesta un movimento di conoscenza dell'esistenza.

Il lavoro personale è un trattamento terapeutico, ma è anche educazione. Il lavoro di gruppo propone l'analisi dei problemi sociali come formazione della persona per una corretta relazione.

Title: TECNICHE DI RILASSAMENTO E STATI D'ANSIA

Author: Giovanna Are

Abstract: Si sostiene con sempre maggiore convinzione scientifica che l'ansia è la madre di tutte le emozioni e questo vale anche per la psicopatologia: non esiste disturbo nel quale non compaia una componente ansiosa. Depressione e forme maniacali sono caratterizzate da intense esperienze d'ansia: i disturbi correlati all'uso di sostanze si sviluppano, spesso, come un tentativo di automedicazione rispetto a una forte ansia e il DSM-V ne classifica un gruppo sull'Asse I e i disturbi di personalità del gruppo C sull'Asse II.

Nelle fobie semplici e negli attacchi di panico, nel disturbo ossessivo-compulsivo, e in quello post-traumatico in tutte quelle forme in cui la "preoccupazione" recita un ruolo fondamentale nelle sue variabili l'ansia è la protagonista per eccellenza.

Prove sperimentali dell'importanza della relazione terapeutica sono state fornite da vari autori e se il "Fattore Umano" si è rivelato uno dei più efficaci predittori del buon esito di una terapia abbiamo comunque molteplici definizioni di questo termine.

Il terapeuta deve esprimere empatia, attenzione e rispetto ed efficacia nello spiegare il sintomo e su questo convergono molti pareri. Relativamente al paziente ansioso restano aperte le ipotesi teoriche di come attuare concretamente una buona alleanza terapeutica.

Farsi Amico il Corpo.

Poiché avere paura significa vivere in un corpo sempre in allarme, essere arrabbiati in un corpo arrabbiato; poiché un fobico è quasi sempre teso e sulla difensiva..

Per cambiare è necessario prendere coscienza delle proprie sensazioni e del modo in cui il corpo interagisce con il mondo circostante.



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

Un iter terapeutico che aiuta i pazienti a descrivere il vissuto del loro corpo, cioè le sensazioni sottostanti alle emozioni (pressione, calore, formicolio e tanto altro) e che li induce alla conoscenza e alla coscienza dei propri gesti e movimenti è un processo che può bloccare la spirale ansiosa e portare tranquillità.

Bibliografia:

Damasio, 2000

Lorenzini, 2006

B.van der Kolk 2015

Title: Counselling bionomico-autogeno: i fondamenti

Author: Pierluigi Pezzotta - Medico Specialista in Psicologia Clinica e Psicoterapia - Presidente IPSE srl (Istituto Psicologico Europeo) - Direttore Corso Triennale Counselling Bionomico - Autogeno - Segretario Nazionale ICSAT

Abstract: Sono ormai più di vent'anni che anche in Italia proliferano e si diffondono scuole di formazione in Counselling. In questi ultimi la figura del counselor è fortemente contrastata dal mondo degli psicologi che vedono nella professione un inadeguato concorrente. È quindi importante chiarire le peculiarità specifiche del counselor e la potenziale forza promotrice che può rivestire anche per i professionisti psicologi. Il modello integrato che viene proposto nella scuola di IPSE si è arricchito negli ultimi anni grazie all'introduzione di principi e strategie bionomico-autogene che ne delineano una assoluta specificità. Parimenti a molte correnti teoriche anche la nostra sta sviluppando un proprio approccio al counselling che viene in questa sede descritto nelle sue forme comuni e peculiari.

I fondamenti del counselling bionomico-autogeno poggiano le basi sulle leggi bionomiche di Schultz e sulla efficacia dei presupposti della crescita autogena e dell'individuazione non direttiva delle strategie individuali utili ad affrontare le quotidiane difficoltà della vita. Il counselling si occupa dei problemi e dell'identificazione e attuazione delle risorse utili a risolverli. Il processo di empowerment si può avvalere delle indicazioni di Schultz e allievi in un ottica autogena.

La presente relazione è un' iniziale presentazione del modello attualmente "in fieri" presso la sede Lombardia di ICSAT.



12th.13th.14th May 2017
Third Spring Meeting

Auditorium San Francesco
Via Entella, 7 - Chiavari (GE) - Italy

Title: Essere responsabili del proprio stato di benessere o malessere

Author: D.SSA BARBARA BARBANTI

Abstract: Concetto di salute come scelta, come attribuzione di significato della realtà

Rapporto pensieri/stato di salute

Salute come armonia e creatività: essere se stessi. Vivere nel qui e ora e amore verso se stessi: il training autogeno.

Vivere nel qui e ora e amore verso se stessi: l'uso della Floriterapia. Il riequilibrio emozionale.

Stress e ambiente

Training autogeno come prevenzione e gestione dello stress

Condivisione di esperienze con il training autogeno