



19°
MEETING
SIB

PROGRAMMA WORKSHOP

SABATO

ORE 11-13

ABITARE IL CONFINE

IL METODO BIOSISTEMICO NELLA SPERIMENTAZIONE DELLA SICUREZZA PERSONALE

ALESSANDRO PESCE

-HOTEL SPLENDID SALA DEI GIGANTI-

DAVANTI AD UNA VIOLAZIONE DEI CONFINI PERSONALI, IL CORPO REAGISCE E TIENE TRACCIA DELL'ESPERIENZA VISSUTA, CONDIZIONANDO - A VOLTE PER SEMPRE - IL NOSTRO SENSO DI SICUREZZA E LIBERTÀ PERSONALE. ATTRAVERSO ESERCIZI PRATICI MIRATI, CI CONCENTREREMO SULLA NEUROCEZIONE, ESPLORANDO COME IL NOSTRO SISTEMA NERVOSO REGISTRI E RISPONDA AI SEGNALI DI PERICOLO E SICUREZZA. UTILIZZANDO TECNICHE DI GROUNDING, RESPIRAZIONE CONSAPEVOLE E MOVIMENTO CORPOREO, I PARTECIPANTI IMPARERANNO A SVILUPPARE UNA MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA DELLE PROPRIE RISORSE SOMATICHE AUMENTANDO COSÌ LA PROPRIA CAPACITÀ DI RISPONDERE IN MODO RESILIENTE E AUTOREVOLE ALLE SFIDE DELLA VITA

L'OSPITE INATTESA:

ACCOGLIERE LA SOLITUDINE SENZA DARLE LE CHIAVI DI CASA.

MARTINA PROVENZI, VALENTINA COPPINI

-HOTEL SPLENDID SALA DEI SIGNORI-

LA PERSONA SI SVILUPPA NELLE RELAZIONI (L. COZOLINO), IN ESSE PUÒ TROVARE SICUREZZA E CONNESSIONE. IL BISOGNO DI AFFILIAZIONE È ISCRITTO NELLA SUA BIOLOGIA (S. PORGES), MA EVENTI DI VITA E/O INFLUENZE SOCIALI POSSONO INCORAGGIARE INDIVIDUALISMO E FORME DI ISOLAMENTO. GLI SCHEMI DI ATTACCAMENTO E LE ESPERIENZE TRAUMATICHE POSSONO ALTERARE SIA LA PERCEZIONE DI RICEVERE COMPrensIONE E SUPPORTO, SIA LA PAURA DI STARE IN LEGAMI SIGNIFICATIVI (K. STEELE): LA SOLITUDINE PUÒ PRENDERE SPAZIO E DIVENIRE UN'OSPITE INDESIDERATA. ESPLOREMO COME IL TERAPEUTA POSSA STARE IN CONTATTO CON LA "PERSONA SOLA" E ACCOMPAGNARLA NELLA RELAZIONE A RICOSTRUIRE GRADUALMENTE UN SENSO DI FIDUCIA E VICINANZA EMOTIVA.

BODYMINDFULNESS

ALESSANDRO FANULI

-HOTEL MAJESTIC SALA PEDROCCHI-

LA BODYMINDFULNESS È L'INTEGRAZIONE DELLA MINDFULNESS UN'ESPERIENZA DI ATTENZIONE AL MOMENTO PRESENTE E A TUTTO CIÒ CHE ACCADE NEL QUI E ORA ATTRAVERSO UNO STATO BODYFULL OVVERO L'ESPRESSIONE VITALE DEL CORPO IN TUTTA LA SUA AMPIEZZA NEL QUI ED ORA. IN UNA PRIMA FASE DELL'INTERVENTO, L'AMPLIFICAZIONE DI MOVIMENTI, GESTI, POSTURE E TENDENZE ALL'AZIONE, RENDE MANIFESTO L'IMPLICITO PARTENDO DALLA FENOMENOLOGIA CORPOREA. IL PRESUPPOSTO BIOSISTEMICO DELLA BODYMINDFULNESS È L'INTEGRAZIONE DELLA BODYFULNESS CON IL PROCESSO DI MINDFULNESS. NELLA DINAMICA TERAPEUTICA L'OBIETTIVO DELLA BODYMINDFULNESS È QUELLO DI PROMUOVERE LA CONSAPEVOLEZZA DEGLI STATI AFFETTIVI LEGATI ALLE MANIFESTAZIONI CORPOREE.

WWW.BIOSISTEMICA.NET



19°
MEETING
SIB

PROGRAMMA WORKSHOP

SABATO

ORE 11-13

I SENTIMENTI DEGLI UOMINI

LA RABBIA DEGLI UOMINI NELLE DINAMICHE DI POTERE TRA I GENERI

FULVIO ZANELLA

-HOTEL MAJESTIC SALA DEGLI SCROVEGNI-

CON QUESTO WORKSHOP DESIDERO CONDIVIDERE QUANTO VISSUTO GESTENDO IL CORSO PSICO-EDUCATIVO "I SENTIMENTI DEGLI UOMINI". SI TRATTA DI UN INTERVENTO RIVOLTO AGLI UOMINI PER LA PREVENZIONE DEL MALTRATTAMENTO PSICOLOGICO E PER L'ACQUISIZIONE DI UNA MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA DELLE DINAMICHE DI POTERE TRA I GENERI. L'OBIETTIVO DI QUESTO INCONTRO È QUELLO DI RIFLETTERE INSIEME SU COME AIUTARE GLI UOMINI A RICONOSCERE E A GESTIRE I PROPRI SENTIMENTI E AD EMPATIZZARE CON L'ALTRO. ATTRAVERSO UN BREVE PERCORSO TEORICO-ESPERIENZIALE CERCHEREMO DI INDIVIDUARE MODALITÀ ALTERNATIVE AL CONFLITTO E CHE PERMETTANO DI ESPRIMERE I PROPRI STATI D'ANIMO SENZA CADERE NELLA TRAPPOLA DELLA RABBIA.

SEMPLICE È PROFONDO

UN VIAGGIO DI ESPLORAZIONE NELLA CONOSCENZA DI SÉ CON L'ALTRO

ANDREA NANNI, ITALO BELLESI

-HOTEL MAJESTIC SALA VERDI-

LA POETESSA ALDA MERINI SCRIVEVA CHE "LA SEMPLICITÀ È LA RAFFINATEZZA DELLA PROFONDITÀ". NELLA PRATICA BIOSISTEMICA UNO DEGLI ASPETTI CENTRALI RIGUARDA LA CONSAPEVOLEZZA PORTATA AL CORPO E ALLE SENSAZIONI FISICHE DALLE QUALI SPESSO SCATURISCONO CONNESSIONI CON EMOZIONI, IMMAGINI E PENSIERI PERMETTENDOCI DI INTEGRARE IN DIREZIONE BOTTOM-UP QUESTI DIVERSI LIVELLI DELL'ESPERIENZA UMANA.

CON IL WORKSHOP, ATTRAVERSO UNA SERIE DI LAVORI ALL'APPARENZA SEMPLICI MA IN REALTÀ DI UNA SEMPLICITÀ CHE PUÒ APRIRE LA PORTA ALLA PROFONDITÀ, SI VUOLE ANDARE AD ESPLORARE ATTRAVERSO ESPERIENZE PRATICHE, LE TEMATICHE DELLA CONNESSIONE MENTE-CORPO ALL'INTERNO DELLA RELAZIONE TERAPEUTICA INDIVIDUALE E DI GRUPPO.



19°
MEETING
SIB

**PROGRAMMA WORKSHOP
SABATO
ORE 15.30-17.30**

**IL CORPO NELLA PSICOTERAPIA CON UOMINI AUTORI DI
VIOLENZA CONTRO LE DONNE**

COME PROMUOVERE RISORSE DI AUTOREGOLAZIONE BOTTOM-UP PER TROVARE
ALTERNATIVE AI COMPORTAMENTI VIOLENTI

PAOLO BALLARIN

-HOTEL MAJESTIC SALA PEDROCCHI-

IL PROBLEMA DELLA VIOLENZA CONTRO LE DONNE È ESTREMAMENTE COMPLESSO, PERCHÉ RIGUARDA FATTORI INDIVIDUALI, RELAZIONALI, SOCIALI, CULTURALI, POLITICI ED ECONOMICI. AFFRONTARE QUESTO TEMA NELLA PSICOTERAPIA CON UOMINI AUTORI DI VIOLENZA RICHIEDE DI AVERE PRESENTE QUESTA COMPLESSITÀ E ALCUNE SPECIFICITÀ CHE RIGUARDANO IL POSIZIONAMENTO DEL TERAPEUTA, OBIETTIVI, METODOLOGIA E SETTING. OCCORRE ANCHE CONSIDERARE CHE LA VIOLENZA INTERPERSONALE, IN QUALSIASI FORMA SI ESPRIMA, COINVOLGE SEMPRE LA DIMENSIONE CORPOREA, SIA DI CHI LA SUBISCE CHE DI CHI LA AGISCE. IN QUESTO WORKSHOP VERRANNO OFFERTI SPUNTI OPERATIVI PER INCLUDERE IL CORPO NELLA RELAZIONE TERAPEUTICA CON UOMINI AUTORI DI VIOLENZA DI GENERE.

IO E TE, INSIEME.

LA CO-REGOLAZIONE

ROBERTO PENNESI

-HOTEL MAJESTIC SALA DEGLI SCROVEGNI-

NELLA PSICOTERAPIA BIOSISTEMICA VIENE DATO MOLTO RISALTO ALLA SINTONIZZAZIONE CON IL PAZIENTE/PROTAGONISTA: MOVIMENTI, POSTURE, CONTATTI, RESPIRO, SGUARDO, TONO E VELOCITÀ DELL'ELOQUIO VENGONO CALIBRATI RENDENDO LA CONNESSIONE PIÙ SICURA, FLUIDA, PROFONDA E PIACEVOLE, COME IN UNA BUONA RELAZIONE CAREGIVER-BAMBINO. LA TEORIA POLIVAGALE HA ARRICCHITO DI BASI SCIENTIFICHE E CLINICHE QUESTO APPROCCIO RILEVANDO L'IMPORTANZA DEGLI STATI NEUROVEGETATIVI NELLA REGOLAZIONE EMOTIVA E NELLE RELAZIONI. AFFINIAMO IL NOSTRO SISTEMA DI INGAGGIO SOCIALE SPERIMENTANDO IN COPPIE ALCUNE MODALITÀ DI SINCRONIZZAZIONE DUALE E DI INFLUENZA BIDIREZIONALE.



19°
MEETING
SIB

PROGRAMMA WORKSHOP SABATO ORE 15.30-17.30

I CONFINI PERSONALI COME INCONTRO CON L'ALTRO

BARBARA BACCO

-HOTEL MAJESTIC SALA VERDI-

LA PAROLA CONFINE EVOCA IN MOLTI DI NOI I CONCETTI DI DISTANZA, ALLONTANAMENTO E RIFIUTO, MA È DAVVERO COSÌ? IMPARARE A CONOSCERE IL MIO CONFINE PER RISPETTARE LA TUA PRESENZA RAPPRESENTA ELEMENTO DI UN "BUON INCONTRO" CON L'ALTRO, DOVE L'IO CONOSCE IL NOI, SENZA DIMENTICARSI. LA RELAZIONE DIVENTA, QUINDI, UN LUOGO SICURO IN CUI LO STARE ASSIEME ATTIVA LA PIACEVOLE POSSIBILITÀ DI UN'ESPLORAZIONE PROTETTA E SINTONICA CON UNO SGUARDO ATTENTO AI BISOGNI INDIVIDUALI. DIVERSAMENTE, QUANDO IL LEGAME È LUOGO DI POTERE E PREVARICAZIONE, IL MIO ESSERE VIENE ANNIENTATO DALL'ESPRESSIONE SOFFOCANTE E CONTROLLANTE DELL'ALTRO.

IN QUESTO WORKSHOP ESPLOREMO IL SIGNIFICATO PERSONALE DEL TERMINE CONFINE NELLA RICERCA CONSAPEVOLE DI CIÒ CHE CI FA SENTIRE RICONOSCIUTI E NON VIOLATI, ASCOLTATI E NON COLPEVOLIZZATI, AMATI E NON ANNIENTATI.

LEGATI ALLE MANIFESTAZIONI CORPOREE.

KINTSUGI: UN'OPPORTUNITÀ DI INTEGRAZIONE E TRASFORMAZIONE

ARIANNA PAGANI, GIULIA FEDEL

-HOTEL SPLENDID SALA DEI SIGNORI-

IL KINTSUGI È UNA TECNICA DI RESTAURO GIAPPONESE IN CUI LE CREPE E LE ROTTURE DI UN OGGETTO VENGONO IMPREZIOSITE CON L'ORO. SEGUENDO QUESTA FILOSOFIA, DA UNA FERITA È POSSIBILE RIDARE VITA A CIÒ CHE È STATO DANNEGGIATO, CREANDO UNA NUOVA FORMA.

LE FERITE EMOTIVE CREANO DELLE ROTTURE NELLA NOSTRA INTERIORITÀ, FORMANDO DELLE PARTI CHE SI SCINDONO E/O DISSOCIANO; QUESTE POSSONO ESSERE DISCONOSCIUTE ED EMERGERE IN SITUAZIONI STRESSANTI. CONTATTARE LE PROPRIE PARTI FERITE PERMETTE DI PRENDERSENE CURA E DI INTEGRARLE NELLA QUOTIDIANITÀ, RICONOSCENDO BISOGNI ED EMOZIONI.

IN QUESTA BREVE ESPERIENZA, OSSERVANDO LE NOSTRE CREPE INTERIORI, DAREMO UNA NUOVA FORMA E VITA AL NOSTRO ESSERE UNICI E INTERI.

ASCOLTO E SINTONIZZAZIONE IN ACQUA ROSANNA DE SANCTIS, MARCO STUPIGGIA

-HOTEL SPORTING PISCINA INTERNA-

GLI ESSERI UMANI SONO CONNESSI UNO ALL'ALTRO, CON COMPLESSI MECCANISMI DI SINTONIZZAZIONE AFFETTIVA E CO-REGOLAZIONE. IL WORKSHOP SI SVOLGERÀ IN ACQUA ALLA RISCOPERTA E RIPRISTINO DI ESPERIENZE DI BASE, PER CREARE UNA NEUROCEZIONE DI SICUREZZA ACCOGLIENZA, SOSTEGNO, ACCUDIMENTO E NUTRIMENTO LE VIE PER TORNARE "CON I PIEDI A TERRA". SPERIMENTEREMO SEMPLICI ESERCIZI PER AUMENTARE LA CONSAPEVOLEZZA DEL NOSTRO FUNZIONAMENTO E TROVARE MODALITÀ PER GESTIRE E AUTOREGOLARE GLI STATI D'ANIMO DEL MOMENTO PRESENTE.

NECESSARIO UN NUMERO PARI PER IL LAVORO A COPPIE



19°
MEETING
SIB

PROGRAMMA WORKSHOP DOMENICA 9.30-11.30

DALLE 8 ALLE 9

DEEP WORKING: CAMMINATA CONSAPEVOLE CON ANNALISA NICOLUCCI

IL TUO CORPO È TUO

UN VIAGGIO TRA CORPO E SESSUALITÀ.

ANTONIETTA DI LEMMA

-HOTEL SPLENDID SALA DEI SIGNORI-

APPROFONDIAMO COME LA SESSUALITÀ INTESA COME "VITALITÀ" POSSA ESSERE UNA DIMENSIONE FONDAMENTALE NELLA NOSTRA CRESCITA E NELLO SVILUPPO DI MAPPE CHE CI GUIDANO NELLA VITA. PER QUESTO, L'EDUCAZIONE ALLA SESSUALITÀ DIVIENE UN TASSELLO FONDAMENTALE PER LA CONSAPEVOLEZZA DI CHI SIAMO, DI COSA DESIDERIAMO E DEI CONFINI CHE POSSIAMO DARE ALL'ALTRO.

GIOCHIAMO, PER(IL)PIACERE?

TORNARE IN CONNESSIONE CON LA NOSTRA PARTE BAMBINA

GIORGIO ANTONIAZZI, AURORA GRECO

-HOTEL MAJESTIC SALA PEDROCCHI-

LA GIOCOSITÀ È UNA CAPACITÀ VARIABILE CHE PUÒ ESSERE ALLENATA: DURANTE L'INFANZIA ESSA RAPPRESENTA UN PALCOSCENICO FONDAMENTALE DOVE POTER SPERIMENTARE COMPETENZE EMOTIVE E SOCIALI, ANCHE ATTRAVERSO LA COREGOLOZIONE CON L'ALTRA PERSONA SIA ADULTA CHE NON...

NON DI RADO POSSIAMO TROVARCI TRAVOLTI DA RITMI E PROBLEMI DEL NOSTRO QUOTIDIANO AL PUNTO DA CHIEDERCI "IO, ADULTO, POSSO E SO GIOCARE?". RISCOPRIRE IL GIOCO PUÒ SIGNIFICARE RITROVARE UNA PARTE DI SÉ, CHE PUÒ EMERGERE QUANDO SPERIMENTIAMO UNO STATO DI BENESSERE VENTRO-VAGALE, DUNQUE DI PIACERE E DI SINTONIZZAZIONE CON L'ALTRO.

DURANTE IL WORKSHOP VERRÀ DATA LA POSSIBILITÀ DI SPERIMENTARSI IN UN'ESPERIENZA DI GIOCO, ATTRAVERSANDO DIVERSE MODALITÀ DI ATTIVAZIONE CORPOREA: CHE TIPO DI ADULTO SEI QUANDO TI RISCOPRI NEL PIACERE DEL GIOCO?

FLUIRE SULL'ONDA DELLA VIBRAZIONE

ILARIA PELLEGRINI, STEFANIA ZAGATTINI

-HOTEL MAJESTIC SALA DEGLI SCROVEGNI-

LE ONDE SONORE SONO IN GRADO DI TRASMETTERE IL PROPRIO MESSAGGIO IN TUTTO IL NOSTRO CORPO, FAVORENDO LA CREAZIONE DI STATI FISIOLGICI SENSIBILI E AFFETTIVI CHE TRASFORMANO QUELLI BLOCCATI ATTRAVERSO LA CONSAPEVOLEZZA DELLE SENSAZIONI CORPOREE. ENTRARE IN RISONANZA CON UNA VIBRAZIONE ARMONICA PERMETTE AL CORPO DI FARE UN'ESPERIENZA PROFONDA CAPACE DI SCIogliere TENSIONI, ABBASSARE I LIVELLI DI STRESS, FAR EMERGERE BLOCCHI E, IN PARTICOLARE, FAVORIRE IL LAVORO DEL SISTEMA NERVOSO PARASIMPATICO.

IN QUESTO WORKSHOP I PARTECIPANTI VERRANNO ACCOMPAGNATI IN UN PERCORSO ARMONICO TRA SUONI E VIBRAZIONI IN CUI SPERIMENTARE UN DIVERSO MODO DI ENTRARE IN CONTATTO COL PROPRIO SENTIRE.

WWW.BIOSISTEMICA.NET



19°
MEETING
SIB

PROGRAMMA WORKSHOP DOMENICA ORE 9.30-11.30

FUNZIONARE O ESISTERE?

LIBERARE IL CORPO PER ESPRIMERE IL SÈ AUTENTICO

MARZIA RISI

-HOTEL MAJESTIC SALA VERDI-

IL CORPO RIFLETTE LE SOLLECITAZIONI TRAUMATICHE SVILUPPANDO STRUTTURE DI SOSTEGNO CHE NE PRESERVANO LA CAPACITÀ DI FUNZIONAMENTO AL PREZZO DI LIMITARNE LA CAPACITÀ ESPRESSIVA. IN QUESTO CONTESTO, PARTE CENTRALE DEL PROCESSO RIPARATIVO RISIÈDE NELL'IDENTIFICARE QUESTE RIGIDITÀ E RESTITUIRE AL CORPO IL SUO TONO NATURALE.

IL WORKSHOP SI CONFIGURA COME LABORATORIO CHE HA L'INTENTO DI EVIDENZIARE IL SIGNIFICATO SIMBOLICO DELLE RIGIDITÀ DEL CORPO E DELLE SUE PARTI, ESTREMAMENTE UTILE NEL SETTING INDIVIDUALE, PER ARRICCHIRE GLI STRUMENTI DI ESPLORAZIONE BIOSISTEMICI CON L'UTILIZZO PRECISO E MODULATO DEL RESPIRO E DELLE IMMAGINI.

L'ACQUA E LA CURA

L'EMERGERE DEI RICORDI TRAUMATICI E L'AFFIDARSI ALL'ACQUA COME ELEMENTO DI ACCOMPAGNAMENTO.

EDVIGE MARINO, FULVIO ZANELLA

-HOTEL SPORTING PISCINA INTERNA-

L'ACQUA COME GREMBO MATERNO DI CONTENIMENTO ED ACCUDIMENTO E L'ACQUA COME ELEMENTO AMPLIFICATORE DELLE SENSAZIONI E DEGLI STATI EMOTIVI LEGATI AD UNA SOFFERENZA, AL RIEMERGERE DI TRAUMI. COME VIVERLA E COME DECIDERE LA PROPRIA GIUSTA DISTANZA, L'ETICA DEL CONTATTO NELLA CURA. RICONOSCERE I SEGNI DEL CORPO, GUARDARLI SENZA GIUDIZIO, NON FORZARLI. STARE NEL PROCESSO.