

Autore/Autori: Stefano Rossi

Istituto: Fondazione Italiana Gestalt

Titolo lecture: Sé e Consapevolezza: Mind The GAP (Gestalt Awareness Program)

Abstract:

Partendo dal modello processuale del sé con le sue varie fasi del ciclo di contatto¹, si esamina l'apporto delle funzioni del Sè nella co-costruzione² della relazione (zona intermedia³) psicoterapeutica. La consapevolezza (con i suoi oggetti e i suoi vari gradi) della zona intermedia è lo strumento con cui il Sè realizza il contatto e sostiene il processo di cura, cioè una prolungata, esplicita e reciproca esperienza della zona media⁴.

Viene osservato come la consapevolezza sia un fenomeno complesso, graduale, multilivello, instabile ed estremamente sensibile alle forze presenti sia nell'organismo che nell'area di contatto. Grazie ad una cura morbida, gentile e continua, come la pratica di visione profonda (Vipassana⁵), la consapevolezza può acquistare gradi maggiori di stabilità, profondità, acutezza e ampiezza, simultaneamente in più direzioni e in più livelli, esprimendo appieno le sue potenzialità (dall'insight alla contemplazione), e realizzando in profondità gli aspetti di impermanenza e di vacuità del sé.

¹ Perls, F.S., Hefferline, R.F., & Goodman, P. (1951). Gestalt therapy: Excitement and growth in the human personality. New York: Julian Press (trad. It. Teoria e pratica della terapia della gestalt: Vitalità e accrescimento nella personalità umana, Astrolabio: Roma, 1971, 1997), p. 436.

² Shore, A.N. (2003) Affect regulation and the repair of the self. New York: W.W. Norton & Company (trad. it. La regolazione degli affetti e la riparazione del sé, Astrolabio, Roma, 2008).

³ Lobb, M.S. (2001). La teoria del sé in psicoterapia della gestalt. in M.S. Lobb (Ed.), Psicoterapia della Gestalt: Ermeneutica e Clinica (pp. 86-110). Milano: Angeli, p. 88.

⁴ Yalom I.D. (2002). The Gift of Therapy, New York, Harper Perennial (trad. it. Il dono della terapia, Vicenza: Neri Pozza, 2014).

⁵ Wilber K., Engber D., Brown D.P. (1986) Transformations of Consciousness, Conventional and Contemplative Perspectives on development, Berkeley: Shambala. (trad. it. Le Trasformazioni della Coscienza, Psicologia transpersonale e sviluppo umano, Ubaldini, Roma 1989).

cv:

Rossi Stefano (1959) Psicologo Psicoterapeuta, laureato a Roma (prof. Pio Scilligo), iscritto all'Ordine della Toscana (1994), una prima specializzazione in Psicoterapia della Gestalt con Ischa Bloomberg (GTSC), e una seconda con Fondazione Italiana Gestalt (SIG). Cultore della Materia (UniFi, 1999/01). Didatta FIG (dal 2006) e IPI (2007/2009). Nel 1990 inizia la libera professione; nel 2000 cofondatore di IstitutoGIFT (Gestalt Institute Formation)