

Autori: Patrizia Moselli, Paola Bacigalupo

Relatori: Patrizia Moselli, Paola Bacigalupo

Istituto: S.I.A.B. - Società Italiana di Analisi Bioenergetica

Titolo: Paura di vivere ed emozioni nascoste: come l'esperienza corporea può aiutarci a ritrovare la connessione autentica con noi stessi, gli altri e il momento presente

Curriculum:

Patrizia Moselli, psicologa, psicoterapeuta, International trainer e membro Faculty e Board of Trustees dell'IIBA (International Institute for Bioenergetic Analysis). È presidente Siab (Società Italiana di Analisi Bioenergetica), Past President Fiap (Federazione Italiana Associazioni di Psicoterapia), membro del Consiglio Direttivo Sipsic (Società Italiana di Psicoterapia). Da più di venti anni si occupa di formazione e supervisione e numerosi suoi saggi sono pubblicati in riviste italiane e internazionali. Ha pubblicato, con FrancoAngeli Editore, "Il guaritore ferito. La vulnerabilità del terapeuta" (seconda edizione 2007).

Paola Bacigalupo, psicologa psicoterapeuta, Supervisore Siab (Società Italiana di Analisi Bioenergetica), particolarmente interessata all'integrazione nella pratica clinica degli approcci psicoterapeutici al trauma complesso e alla dissociazione, in particolare Sensorimotor Psychotherapy ed EMDR che hanno contribuito a portare l'approccio corporeo nel mainstream della psicoterapia.

Tipologia: workshop

Abstract:

"Ma nel cercare di evitare il proprio destino l'uomo se ne crea uno peggiore: vivere con la paura della vita" (Lowen, 1982). Partiremo da questa affermazione per riflettere su come i cambiamenti sociali hanno determinato il culto del falso sé e dell'immagine, generando più che una repressione un congelamento dell'emozionalità, della possibilità di aprire i nuclei profondi, comunicarli e svilupparli. Una delle principali manifestazioni della "paura di vivere" è la vergogna, un'esperienza che nasce essenzialmente nella relazione, una reazione corporea che per sua natura rimane spesso inafferrabile. Come accade con le memorie traumatiche, anche la vergogna può avere come conseguenza una temporanea disconnessione delle capacità cognitive e verbali. Dopo un breve excursus sulle radici della bioenergetica, della sua evoluzione e nei rapporti con le neuroscienze, si darà l'opportunità di sperimentare la possibilità di accettare e ritrovare la propria dimensione corporea, riscoprendo le proprie forze vitali

Bibliografia:

De Young P. A., Understanding and treating chronic shame: a relational/ neurobiological approach, Routledge, New York, 2015.

Helfaer P., Shame in the light of sex and self-respect In Handbook Bioenergetic Analysis Vita Heinrich - Clauer (Ed) Giessen: Psychosozial-Verlag, 2011.

Herman J. L., 1992 Trauma and recovery. New York: Basic Books, 2012.

Lowen A., (1958), Il linguaggio del corpo, Milano: Feltrinelli ed., 1991.

Lowen A., (1967), Il tradimento del corpo, Roma: Ed. Mediterranee, 1990.

Lowen, A. (1970), Il piacere, Roma: Astrolabio, 1984.

Lowen A., (1975), Bioenergetica, Milano: Feltrinelli ed., 1983.

Lowen A., (1980) Paura di vivere, Roma: Astrolabio, 1982.

Lowen A., (1995), Arrendersi al corpo, Roma: Astrolabio, 1994.

Nathanson D., The many faces of shame. New York: Guilford, 1987.

"Shattered Shame States and Their Repair." In Shattered states: disorganized attachment and its repair, John Bowlby Memorial Conference Monograph 2007, ed. J. Yellin and K. White, 157-70. London :Karnak

Schore A., Affect Regulation and the origin of the self. Mahwah, NJ: Erlbaum, 1994.

Siegel D., Mindsight, New York Bantam Book, 2011.