

C.I.S.S.P.A.T. Centro Italiano per lo Studio e lo Sviluppo della Psicoterapia a Breve Termine Corso di Training Autogeno Superiore - Padova

Padova: P.zza De Gasperi, 41 - 049.650861

www.ciisspat.edu

60 ore

Presentazione

J.H. Schultz aveva dedicato poche decine di pagine al **Training Autogeno Superiore (T.A.S.)**, offrendo comunque degli spunti importanti per la procedura e la tecnica.

Cio' ha prodotto, da una parte una certa ecletticit  e libert  interpretativa del metodo, dall'altra, comunque, una bibliografia ancora limitata.

Il CISSPAT, dal lontano 1972, si' occupa di' divulgare la Psicoterapia Autogena includendovi tecniche quali la **Modificazione Autogena**, la **Neutralizzazione Autogena** e, non ultimo, il **TAS**, incluso nei programmi del corso quadriennale in Psicoterapie brevi.

Il Training Autogeno Superiore (T.A.S.) rappresenta la naturale evoluzione del Training Autogeno di base o somatico (6 Esercizi standard): molte sono infatti le manifestazioni che spontaneamente, gi  a partire dagli esercizi somatici, annunciano fenomeni tipici del Training Autogeno Superiore (immagini, colori, oggetti, vissuti, ecc..).

J.H. Schultz sottolineava che: *"Per poter affrontare l'esecuzione degli esercizi del ciclo superiore e' indispensabile la perfetta conoscenza degli esercizi inferiori e la capacita' di eseguirli in modo completo, rapido e sicuro"*.

E' evidente quindi la necessita' di un buon allenamento autogeno, con la capacita' di realizzare uno stato psicofisico di **"commutazione autogena"** in modo tale da favorire nel soggetto uno stato di abbandono ed un ruolo passivo, definito dall'Autore **"accettazione passiva"**.

Le immagini spontanee prodotte in stato di autogenia permettono di' recuperare materiale che proviene non solo dall'inconscio, ma anche dalla "memoria dell'organico" dove, come dice Schultz *"l'individuo incontra se stesso soprattutto nel mondo delle sue reazioni primitive"*.

Attraverso il concatenamento dei diversi esercizi proposti, il soggetto produce dei vissuti che, opportunamente interpretati, permettono di svelare e quindi analizzare aree profonde della personalita', creando occasioni di **integrazione**, di **sviluppo** e di **armonizzazione**.

Il Training Autogeno Superiore non e' solo una tecnica di psicoterapia, ma, per tutti coloro che desiderano sperimentarla adeguatamente, rappresenta un'occasione di crescita personale e di sviluppo delle potenzialita'.

Obiettivi

Il corso si propone di fornire le conoscenze teoriche e pratiche del metodo in modo da offrire ad ognuno le competenze concrete per poter sia padroneggiare pienamente la tecnica, che sperimentarla su di se' come esperienza formativa.

Saranno fornite le **coordinate** e le **metodologie** per poter adeguatamente interpretare i vari vissuti ed ottimizzare le possibilit  terapeutiche del Training Autogeno Superiore (T.A.S.).

Destinatari

Il corso e' rivolto a Medici, Psicologi, Psicoterapeuti, operatori Psico-Socio-Sanitari dei servizi pubblici e privati, nonche' a tutti coloro che, avendo gia' una buona esperienza nel Training Autogeno di base (6 esercizi somatici), desiderano intraprendere una migliore conoscenza personale.

Metodologia

Il programma e' organizzato in **lezioni teorico-pratiche** con esercitazioni guidate, analisi e discussione dei vissuti dei partecipanti, ed analisi della casistica clinica prodotta dal terapeuta. Tutti gli esercizi permetteranno una sperimentazione ed un arricchimento personale.

Programma

- La psicoterapia Autogena: dal Training Autogeno somatico al Training meditativo o T.A.S.
- Il T.A.S.: rimandi teorici e concetti fondamentali del modello psicoanalitico ed umanistico esistenziale
- L'immaginazione ed il simbolo: loro funzione terapeutica
- Il simbolismo dei colori: introduzione alla psicologia dei colori del Prof. Max Lüscher
- Il T.A.S. nei suoi esercizi superiori
- Esperienza del colore
- Esperienza degli oggetti e delle situazioni evocate
- Esperienza dei concetti (allegorici e simbolici)
- Esperienza del vissuto personale
- Esperienza di visualizzazioni di persone
- Esperienza del dialogo con l'inconscio
- Indicazioni e controindicazioni del T.A.S.