

# Scuola di Specializzazione in Analisi Bioenergetica

## Programma didattico

**Destinatari: Laureati in Medicina e Psicologia**

**Sedi del Corso: Roma, Milano**

**Numero massimo di allievi per corso: 20**

**La Siab è la società di più antica tradizione nella formazione in analisi bioenergetica ed è stata fondata da Alexander Lowen** (vedi qui di seguito la lettera inviata al Ministero da Lowen stesso).

E' da sempre impegnata e attenta all'evoluzione dell'analisi bioenergetica in campo nazionale ed internazionale. Ha integrato il modello di bioenergetica relazionale, restando però fedele ad un concetto fortemente identitario del lavoro energetico corporeo e sui caratteri sviluppato da Alexander Lowen.

Annovera infatti tra i suoi docenti, teorici come Robert Hilton, che per primo ha sviluppato il concetto della bioenergetica come terapia somatico-relazionale, e Bennett Shapiro che ha portato il suo lavoro sulle resistenze e difese caratteriali oltre che quello sull'alta carica energetica.

Aperti all'evoluzione del mainstream della psicoterapia ma profondamente radicati nella tradizione bioenergetica è ciò che quindi ci caratterizza.

**La nostra scuola è stata riconosciuta dalla legge italiana come Scuola di specializzazione post-laurea in psicoterapia dal Ministero dell'Università e della Ricerca Scientifica e Tecnologica** con decreto ministeriale 20.3.98.

I nostri corsi di formazione sono attivi dal **1978**, anno di fondazione della Siab. Tra i soci fondatori c'era lo stesso Lowen, al quale chiedemmo una lettera da inviare al Ministero quando fu fatta richiesta di riconoscimento. Tale lettera è datata 30 aprile 1993 e ve la riportiamo, nella sua traduzione italiana, qui di seguito:

**Il programma dei corsi Siab** è organizzato in base alle norme dell'International Institute for Bioenergetic Analysis (Iiba), che abbiamo contribuito a formulare. Gli allievi vengono accompagnati nella formazione curando il loro sapere, saper fare e saper essere.

Nei primi due anni viene favorito il processo di accoglienza e di personalizzazione della formazione anche attraverso il lavoro del tutor, nei secondi due anni viene favorito il processo di autonomizzazione e capacità di impegnarsi nella libera professione. La Siab forma gli allievi dei training come terapeuti individuali, di gruppo e conduttori di classi di esercizi in base ai tre setting previsti dall'approccio.

## Come si svolge il corso

### Incontri:

Sono previsti **11 incontri l'anno**. Sette si svolgono nei weekend (dal venerdì alla domenica). Tre incontri sono intensivi della durata di cinque giorni. Due maratone (sabato e domenica)

I nostri insegnamenti sono prevalentemente teorico-esperienziali, in particolare gli intensivi in cui gli allievi vengono prima introdotti alla consapevolezza corporeo-emotiva della propria realtà personale e alla comprensione del modello, per poi essere accompagnati a trasformare la propria risonanza corporeo-emotiva in ipotesi diagnostiche e interventi bioenergetici.

In sette weekend l'accento è maggiormente posto sull'aspetto cognitivo della formazione anche se l'aspetto esperienziale è sempre presente. Il weekend termina con un gruppo in cui vengono elaborati i vissuti degli allievi in modo da favorire la formazione di una comunità di apprendimento. Negli anni abbiamo verificato l'importanza di questo momento che, aiutando a elaborare le eventuali difficoltà o dinamiche degli allievi, favorisce la costruzione di un clima positivo tra gli allievi stessi e gli allievi e la Scuola.

Le due **maratone** sono dedicate all'apprendimento nella conduzione del gruppo, partendo, secondo la nostra modalità, dalla propria esperienza.

Nei primi due anni gli allievi vengono introdotti alla **classe di esercizi di bioenergetica**. La classe di esercizi introduce l'allievo in un processo di cambiamento che non è terapeutico, non si occupa dei processi inconsci della persona, ma del suo benessere psicofisico.

Il conduttore guida il gruppo ad ampliare la consapevolezza corporea attraverso una serie di esercizi sequenziali che lo stimolano ad allentare le tensioni, migliorare la respirazione, incrementare l'energia personale, la propria capacità espressiva e il proprio radicamento nella realtà (**grounding**).

Per incrementare l'apprendimento della classe di esercizi, oltre all'esperienza e alla teoria fatta a scuola viene richiesta la partecipazione a 40 incontri l'anno (organizzati a titolo gratuito nelle città sedi dei corsi)

Al termine dei due anni, se ritenuti idonei, sono abilitati alla conduzione delle classi bioenergetiche e possono così iniziare a proporsi professionalmente.

## Terapia personale:

**Terapia individuale:** nel quadriennio l'allievo è tenuto a partecipare a 160 ore di terapia individuale con un terapeuta riconosciuto dalla SIAB.

**Terapia di gruppo:** l'allievo è tenuto a fare una terapia di gruppo dal terzo anno in poi, per un totale di 160 ore. La maggior parte del monte ore, pari a 148, è inserita nel training di formazione. Le restanti 12 ore sono a carico dell'allievo e potranno essere completate partecipando ad una o più maratone esterne, condotte da soci della Siab.

## Tirocinio

Durante i quattro anni di Formazione è previsto un Tirocinio presso strutture o servizi pubblici o privati accreditati

**Il primo biennio** è destinato ad introdurre gli allievi al modello bioenergetico. La formazione, attraverso una modalità fortemente esperienziale, è mirata ad approfondire la conoscenza e la comprensione dell'Analisi Bioenergetica e a stimolare la crescita personale degli allievi.

**Il secondo biennio** introduce gli allievi alla pratica clinica attraverso l'approfondimento degli aspetti della relazione e del processo terapeutico. Nei lavori in diadi e triadi, gli allievi, con la supervisione dei docenti, vengono invitati a misurarsi con l'esperienza terapeutica.

Alla fine del quarto anno viene rilasciato il diploma che conferisce agli allievi il titolo di "**Terapeuta individuale ad indirizzo Bioenergetico**".

## Primo anno

Viene sviluppata la capacità di 'leggere' la storia della persona attraverso l'osservazione del suo corpo: l'espressione, la qualità dell'energia, l'atteggiamento che traspare dalla postura e il messaggio profondo relativo alle strutture caratteriali.

Si apprendono aspetti della Psicologia generale e dell'Età evolutiva e della Psicologia dinamica.

Viene focalizzato lo studio dei processi respiratori connessi con l'espressione della voce, dell'energia e della vitalità sessuale, il grado di integrazione psicocorporea.

Vengono introdotte le tecniche bioenergetiche funzionali alla mobilitazione e all'espressione dell'energia.

## **Materie specifiche di studio**

- Analisi Bioenergetica.
- Classi di Esercizi bioenergetici: teoria ed esperienza.
- Psicologia generale.
- Psicologia dell'Età evolutiva.
- Anatomofisiologia.
- Seminario integrativo
- Dinamica di gruppo.

## **Secondo anno**

Continua lo studio del carattere come adattamento culturale.

Le varie strutture caratteriali vengono trattate sotto il profilo della psicologia dello sviluppo e ne viene sottolineata l'espressione difensiva e funzionale sia a livello psico-emotivo, corporeo che comportamentale.

Particolare attenzione viene data alle prime fasi evolutive del bambino, anche attraverso il confronto con le principali teorie che si occupano di tale sviluppo, al processo di attaccamento e al concetto di equilibrio vitale bio-emozionale tra madre e bambino.

## **Materie specifiche di studio**

- Analisi Bioenergetica.
- Classi di Esercizi bioenergetici: teoria ed esperienza.
- Integrazione e comparazione con la terapia reichiana.
- Psicologia generale.
- Psicologia dell'Età evolutiva.
- Psicologia dinamica.
- Anatomofisiologia e Fisiologia delle emozioni.
- Psicopatologia applicata: disturbi alimentari.
- Dinamica di gruppo.

## **Terzo anno**

Ha inizio la fase clinica della formazione.

Gli allievi vengono incoraggiati a proporsi come terapeuti, all'interno del gruppo di formazione, supervisionati dai docenti.

La relazione terapeutica è al centro della didattica.

Il Transfert e il Controtransfert, nella loro accezione psico-corporea più ampia, vengono introdotti e approfonditi.

Particolare attenzione viene prestata all'integrazione del lavoro corporeo con quello verbale e alla diagnosi che si avvarrà non solo degli strumenti tipici dell'Analisi Bioenergetica, ma anche di quelli che fanno riferimento alla Psicopatologia e al DSM.

## **Materie specifiche di studio**

- Analisi Bioenergetica e Supervisione individuale e di gruppo
- Psicologia e terapia analitica.
- Psicoterapie comparate.
- Psicopatologia.
- Psicodiagnostica.
- Psicopatologia clinica: disturbi alimentari.
- Teoria sui gruppi.
- Seminario sulla conduzione di gruppo.
- Dinamica di gruppo.

## **Quarto anno**

Si pone l'attenzione sull'approfondimento del processo terapeutico, enfatizzando le problematiche relative alla prassi terapeutica.  
Si introducono gli allievi alla supervisione sottolineando l'aspetto psicosomatico, psicodiagnostico e deontologico.

## **Materie specifiche di studio**

- Analisi Bioenergetica e Supervisione individuale e di gruppo.
- Elementi di Psichiatria e Farmacologia.
- Elementi di Psicosomatica.
- Seminario di Sessuologia clinica.
- Psicodiagnostica.
- Psicologia dinamica.
- Esperienza di supervisione individuale e di gruppo.
- La deontologia professionale.
- Dinamica di gruppo.

Attività seminariali, anche di diverso approccio terapeutico, consentono agli allievi l'ulteriore maturazione del proprio stile terapeutico

## **Quinto anno, facoltativo e di approfondimento**

In base al modello dell'Iiba, la Siab propone agli allievi un quinto anno facoltativo per riprendere e approfondire alcuni temi in merito alla supervisione e alle tecniche di conduzione dei gruppi e accompagnarli alla professione con il sostegno della supervisione individuale e di gruppo.

Solo per chi s'iscrive al **quinto anno** vi è la possibilità di accedere al Progetto di sostegno, centro clinico della Siab, attivo in diverse città italiane. Il Progetto è un'opportunità per il giovane professionista che inizia la propria carriera per dare un servizio sociale e di essere seguito da una supervisione di un didatta esperto. Negli anni questo accompagnamento all'inizio della professione si è rivelato molto efficace.

La frequenza del quinto anno è condizione necessaria per accedere al titolo internazionale di CBT (terapeuta bioenergetico certificato riconosciuto a livello internazionale) e ottenere lo status di Socio effettivo S.I.A.B., propedeutico alla carriera interna di formatore.