

PROGRAMMA DEL CORSO DI TRAINING AUTOGENO

(valido per l'iscrizione all'Albo I.C.S.A.T.)

1° incontro (4 ore)

Parte teorica.

Iter storico della creazione del T.A. Il concetto di autogenia. Le basi neurofisiologiche del T.A. Le basi psicologiche del T.A. Lo schema corporeo di J.H.Schultz. Concetti di *commutazione*, di *ideoplasia*, di *concentrazione psichica passiva*. Differenze concettuali e operative tra T.A. e ipnosi. Differenze con le altre tecniche di rilassamento. Indicazioni, non indicazioni, controindicazioni. Scopo del T.A. : equilibrio dei sistemi involontari; stato di calma; modifiche funzionali del comportamento. Significato fisiologico, psicologico ed esistenziale del pre-esercizio della CALMA.

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Gaggioli).

2° incontro (4 ore)

Parte teorica.

La serie classica degli esercizi (Schultz). Altre serie (Bazzi; Peresson-Hoffmann; Masi). Le fasi del T.A.: della *reazione riflessa*; della *concentrazione passiva* (CP1, CP2, CP3); della *neutralità emotiva*; della *disintegrazione funzionale*; dell'*accettazione passiva*. Un aggancio alla psicologia dei colori. Significato fisiologico e psicologico dell'esercizio della PESANTEZZA. Vissuti dissociativi nel primo esercizio.

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Gaggioli).

3° incontro (4 ore)

Parte teorica.

Gli effetti del T.A. La sedazione emotiva. Il recupero delle energie consumate. L'aumento dell'efficienza psicofisica. Amplificazione della memoria a breve termine. Miglioramento delle capacità apprenditive, dell'attenzione e della concentrazione. Dal corpo come luogo di sintomi al corpo come "luogo di sensazioni". Significato fisiologico e psicologico dell'esercizio del CALORE. Modalità applicative con soggetti vasolabili e termoretistici.

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Gaggioli).

4° incontro (4 ore)

Parte teorica.

Il fattore chiave del T.A. (deattivazione ergotropica e attivazione trofotropica). Il concetto di lo corporeo. Introduzione al fenomeno delle *scariche autogene*. Le modificazioni elettroencefalografiche nello stato di autogenia. Il T.A. e le altre tecniche commutative. Significato fisiologico e psicologico dell'esercizio del CUORE. Modalità applicative particolari dell'esercizio per le persone sofferenti di sintomatologia cardiaca.

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Gaggioli).

5° incontro (4 ore)

Parte teorica.

Il fenomeno delle *scariche autogene*. Teoria dell'inconscio psicosomatico di W.Luthe. Il sistema centroencefalico di scarica di sicurezza. I meccanismi autoregolatori. La "saggezza biologica". Le scariche autogene come linguaggio corporeo. Le resistenze psicofisiologiche alla commutazione. Funzione abreattiva automatica delle scariche autogene. Significati fisiologico e psicologico dell'esercizio del RESPIRO. Il respiro come *passività*. Il *respiro autogeno*. Scariche autogene tipiche.

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Gaggioli).

6° incontro (4 ore)

Parte teorica. I criteri di analisi delle scariche autogene. La frustrazione d'organo. Memorie di sofferenza somatica. Segnali di sofferenza fisica. Segnali di sofferenza emotiva. Memorie del trauma.. Funzione analitico-catartica della lettura delle scariche autogene. Significato fisiologico e psicologico dell'esercizio del PLESSO SOLARE. I fantasmi inconsci legati al mondo dell'addome. Controindicazioni specifiche per l'esercizio. Scariche autogene tipiche.

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Gaggioli).

7° incontro (4 ore)

Parte teorica.

La teoria di E.Kretschmer sugli strati arcaici dell'Io. Lo strato *iponoico* (immaginario primitivo). Lo strato *ipobulico* (psicomotricità primitiva). L'analisi dei vissuti autogeni come meccanismi ipobulici. La Tiefenperson (personalità profonda). Sintomi autogeni e deflussi autogeni. Significato fisiologico e psicologico dell'esercizio della FRONTE FRESCA. Controindicazioni specifiche. Scariche autogene tipiche.

Parte applicativa (a cura della dott.ssa Gaggioli).

8° incontro (4 ore)

Parte teorica.

La teoria *bionomica* di J.H.Schultz. Concetto di *bionome*. Concetto di *circolo vitale* (Vitalzirkel). L'amplificazione dei confini dell'Io. Concetto di *psicoterapia bionomica*. Esempificazioni di circoli vitali. I sintomi nevrotici come deviazioni abionomiche. Rapporti tra lo corporeo, lo cosciente e lo bionomico. Modulazione degli esercizi del T.A. in base alla patologia del soggetto.

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Gaggioli).

10° incontro (4 ore)

Parte teorica.

La Modificazione Autogena come base per la modificazione comportamentale. I *proponimenti* di J.H.Schultz. Le *frasi-chiave* di Kretschmer. Le *formule intenzionali* e le *formule d'organo specifiche* di Luthe. Le *formule avanzate* di H.Wallnofer e di G.Eberlein. Esempi di applicazione delle formule della Modificazione Autogena.

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Gaggioli).

11° incontro (4 ore)

Parte teorica.

Le applicazioni speciali del T.A. Il T.A. nell'infanzia. Il T.A. nella psicoprofilassi al parto. Il T.A. nei disturbi di coppia. Il T.A. di gruppo. Caratteristiche del gruppo terapeutico. Modalità di conduzione. Psicodinamica di gruppo. Formule di modificazione autogena applicate alle situazioni indicate.

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Gaggioli).

12° incontro (4 ore)

Parte teorica.

Il T.A. in psicoterapia. Indicazioni e controindicazioni. Il T.A. nei disturbi psicosomatici. Il T.A. nei disturbi nevrotici. Concetto di circolo nevrotico. Il T.A. nei disturbi esistenziali. La concezione delle nevrosi secondo Schultz. Nevrosi *esogene, limitrofe, stratificate, nucleari.*

Parte applicativa. (a cura della dott.ssa Giaggioli).

13° incontro (4 ore)

Parte teorica.

Il T.A. nel campo non clinico. Applicazioni del T:A in campo scolastico. Applicazioni del T.A. nel mondo del lavoro. Applicazioni del T.A. nello sport. Formule di modificazione autogena per tutti gli ambiti suddetti.

Parte applicativa (a cura della dott.ssa Giaggioli).

14° e 15° incontro (4 ore)

Interamente dedicati alla strutturazione dei casi clinici per l'esame ICSAT.

Destinatari: Medici e Psicologi

Numero ore 60

Responsabile: Dott. Luciano Masi

Dott. Luciano Masi - Psicologo-Psicoterapeuta.

Docente e Didatta del CISSPAT, nelle sedi di Roma e di Padova, dal 1985 al 1992 e dal 1998 a tutt'oggi.

Didatta dell'ICSAT e dell'ECAAT

Docente presso la Jolla University di S.Diego (California), Campus europeo di Lugano (1988-1990)

Docente di psicoterapia e counseling presso la University of the Islands (USA), Campus europeo di Milano (1992-1997)

Direttore Didattico del corso quadriennale CIPAB di Psicoterapia Autogena (1992-1994)

Direttore Didattico del SINAPSI dal 1993

Dott.ssa Gaggioli Maria Teresa - Psicologa - Didatta E.C.A.A.T. e I.C.S.A.T.

Iscrizione: Per iscriversi contattare la Segreteria della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia nei giorni di Lunedì, Mercoledì e Venerdì dalle ore 15.00 alle ore 19.00 al numero 06-3224818