

ACCORDO SCRITTO PER STUDENTI - PI

Una volta accettata la sua partecipazione alla nostra formazione, comincerà per lei un programma intensivo, che può, con il suo impegno e la sua disciplina, iniziare il suo cammino, per diventare un terapeuta corporeo professionale.

1) Preparazioni alla formazione:

Come preparazione alla presente formazione, ogni apprendista dovrà prestare particolare attenzione ai suoi seguenti punti deboli:

FORZA. La manipolazione profonda di tessuti connettivi richiede forza e resistenza in tutto il corpo. Sviluppi la sua energia prima di cominciare la formazione, tramite aerobica ed esercizi isometrici. Un programma minimale di aerobica include un esercizio di 25 a 40 minuti, tre volte la settimana, in attività che esercitano tutto il corpo, come correre, ballare e nuotare. Con gli esercizi isometrici deve essere prestata attenzione a non sviluppare eccessivamente i muscoli o creare un disequilibrio tra i gruppi di muscoli, lavorando con dei pesi esagerati. Al contrario è necessario sviluppare particolarmente le dita, i polsi, le braccia superiori e la schiena. Possono essere una buona preparazione i pesi medi e fingers in clay. Un massaggio leggero è eccellente, ma solo una pressione forte e decisa rinforzerà veramente le sue mani per il lavoro profondo.

EQUILIBRIO E COSCIENZA DEI MOVIMENTI. Il controllo ed il flusso del nostro lavoro dipendono dalla nostra energia, proveniente da tutto il corpo, e dal fatto di essere in equilibrio nel bacino. Tai Chi, Yoga, ginnastica acrobatica e ballo possono aiutarla a trovare questo centro. La tecnica Alexander e il metodo Feldenkrais possono aiutare ad usare tutto il corpo, attorno a questo centro.

SENSO DEL TATTO. Ogni persona, con cui lavora, necessiterà di una pressione, di un tocco e di un ritmo diverso. Faccia esperienza di contatto sensitivo, con quante persone differenti possibili. Le tocchi con varie prese e pressioni. Noti il grado di morbidezza delle membrane interiori ed esteriori del tessuto corporeo. Noti quali aree del corpo sono più ferme, quali più flaccide e non ricettive. Usi tutte le tecniche di massaggio, che ha acquisito, ma non provi ad esercitare lavoro profondo col tessuto connettivo, prima di avere cominciato la formazione.

RESPIRAZIONE. Useremo la respirazione ricaricante e scaricante, assieme alfa manipolazione del tessuto. Ogni pratica di Yoga, di lavoro Reichiano e di bioenergetica, che può utilizzare, può essere di aiuto. Osservi gli schemi di respirazione dei differenti tipi corporali.

EMOZIONI. Visto che lavoriamo con il corpo, vengono scaturite delle vecchie emozioni e nuovi sentimenti e attitudini cominciano a svilupparsi. Quale apprendista accettato, lei ha già fatto esperienza di lavoro corporeo su sé stesso, ma è tuttavia molto importante che ricevi quanto lavoro emozionale possibile e allo stesso tempo presti attenzione alle emozioni che vengono a galla, durante questo lavoro. La Postural Integration, il lavoro Lomi e quello Reichiano, la bioenergetica, e la Gestalt

orientata al corpo, tutte queste discipline sono preziose. Anche la Polarity, lo Shiatsu e il Rolfing possono aiutare, se viene prestata attenzione all'evacuazione emozionale. Non si sottoponga ad alcun lavoro profondo di tessuto, un mese prima della sua formazione, senza consultare il suo insegnante. Dopo questo arco di tempo, qualsiasi lavoro emozionale dovrebbe avere come scopo l'integrazione, piuttosto che la rottura di blocchi di protezione profondi. Lei ed il suo corpo necessitano un periodo di riposo. Così, quando si tratterà di far fronte al programma estremamente intenso, che sta per cominciare, sarà fresco e ricettivo.

ANATOMIA. Durante la formazione, verrà usata una terminologia anatomica tradizionale, per localizzare e descrivere le strutture del corpo. Per poter seguire questi discorsi, è importante per lei cominciare ad imparare questo vocabolario basilare. Il lavoro in sé è intuitivo e quando entriamo nel tessuto, non cerchiamo di certo di analizzare le strutture anatomiche. Piuttosto le descrizioni, spiegazioni ed analisi ci servono come supporto di base nel lavoro attuale, cosicché sia dato un quadro, nel quale la nostra intuizione può essere efficace. Alcuni apprendisti potrebbero ritenere superflue le direttive verbali. Altri necessiteranno invece di maggiore orientamento anatomico, per sviluppare autofiducia.

LISTA DI LETTURA. La lista di lettura (bibliografia) non è esauriente, e non viene neppure preteso da lei di conoscere tutto questo materiale. Questa è una lista di referenze, che probabilmente vengono menzionate durante la formazione e che possono servire non solo alla preparazione, bensì pure ad ulteriori ricerche.

2) Accordi individuali:

La formazione è un processo di gruppo. Dobbiamo continuamente lavorare e cooperare l'uno con l'altro. Oltre agli accordi, che il gruppo intero accetta di rispettare, lei accetta, diventando un apprendista, i seguenti punti:

FINANZE. Lei offre il suo deposito quale impegno a cominciare la formazione. Questioni riguardanti deposito, pagamenti e restituzioni dovrebbero essere sempre chiare tra lei e il suo insegnante.

FREQUENZE. È obbligatoria la frequenza alle ore regolari del corso, per ottenere il diploma. Ore di ripetizione opzionali sono designate come tali. Ogni assenza di un apprendista può disturbare il completamento di qualsiasi fase del processo di gruppo. Ci si aspetta da ogni apprendista, che questi si impegni a recuperare ogni ora di classe persa, in concordanza con l'insegnante. Anche la puntualità è importante per il processo di gruppo.

INTERAZIONE. La formazione è sperimentale. Impariamo insieme, facendo il lavoro in comune. Ci si aspetta interazione da lei, non solo accettando che qualcun-altro lavori su di lei, ma anche di lavorare sugli altri. Come gruppo cercheremo sempre di mettere in coppia persone, che vogliono lavorare insieme, ma viene richiesto d'altra parte di riconoscere i limiti di numero, grandezza, peso, tempo e spazio. Può esserle chiesto di lavorare in momenti, in cui preferirebbe riposare.

A formazione avanzata e quando i nostri corpi hanno ricevuto maggior lavoro corporeo, possono venire a galla frustrazione, paura e confusione. Durante ogni sessione, ci si prenderà del tempo, per poter lavorare con questi problemi e, se necessario, sarà messo a disposizione del tempo addizionale.

INSEGNANTI. Ogni gruppo di lavoro ha bisogni differenti. È meglio comunicare continuamente le sue aspettative agli insegnanti, piuttosto che aspettare fino alla fine del corso. A volte queste aspettative non possono essere realizzate, all'interno della struttura del corso, ma i limiti possono essere riconosciuti più facilmente. A formazione avanzata, gli insegnanti daranno normalmente meno assistenza, aspettando che siano gli studenti a chiedere aiuto. Questo è un modo, per eliminare la sua dipendenza e per darle la possibilità di sviluppare la propria intuizione ed il proprio stile. Sia lei stesso responsabile di ottenere ciò che necessita.

3) Professionalismo:

Lei sta per entrare in un gruppo di professionisti, devoti a guidare gli altri allo sviluppo del proprio sapere e della propria sensibilità. Può aiutare a migliorare la qualità del suo gruppo, non criticando dietro le spalle la formazione e i colleghi praticanti, buttando giù le tecniche di lavoro corporale degli altri, o reagendo con un atteggiamento difensivo di fronte alle critiche inevitabili di altri gruppi, bensì essendo cosciente delle proprie virtù e debolezze. Esprimendo direttamente ciò che proviamo, possiamo continuamente migliorare e rispondere a mutevoli bisogni. Quanto più ha fiducia in sé stesso e quanto più è convinto del valore del suo lavoro, tanto più attirerà energie positive, incluso clientela pagante. Farà meno attenzione alle critiche di coloro, che hanno paura dei profondi cambiamenti, che avvengono durante il lavoro corporeo e di coloro, che considerano l'efficacia professionale quale risultato di valutazione "elitaria". Lei può, in quanto a praticante, essere fiero della sua professione, e può aiutare tutti noi, praticanti ed insegnanti, comunicando ciò ad ogni occasione.

Le seguenti sono alcune delle qualità di professione, che possiamo condividere e alle quali aspiriamo:

AUTORESPONSABILITÀ ED AUTOVALUTAZIONE. Le forniremo informazioni, esempi ed il beneficio della nostra esperienza. Solo lei può prendere l'iniziativa a gestire i sentimenti di malessere, che possono sorgere. Spesso riceverà degli esempi di come lavorare. In effetti, però, non esiste alcuna formula. Verrà guidato al di là di vecchi schemi di apprendimento, nei quali ha imparato i dettagli, prima di essere in grado di lavorare con il tutto. Spesso si troverà in situazioni, dove può solamente confrontarsi con la persona, con la quale sta lavorando, nel suo insieme, per quanto confuso lei possa essere. A questo punto forse non ci sarà alcuna informazione, che possa aiutarle, a parte la sua volontà a stare all'interno del gruppo, a concentrarsi su sé stesso e a rimanere nel processo.

UNICITÀ. Il nostro lavoro non è una copia di un altro tipo di lavoro corporeo, né una mescolanza eclettica di tecniche differenti. Esistono forme di lavoro corporeo, che riconoscono l'importanza di muovere il tessuto, liberare la respirazione, o lavorare con entrambi, corpo e mente. Nella Postural Integration tuttavia il cambiamento umano si manifesta in tutti questi aspetti della nostra energia simultaneamente. In realtà non muoviamo le fasce, a meno che la respirazione stia allo stesso tempo caricando o scaricando, a meno che la memoria, il pensiero e il sentimento vengano in qualche modo espressi, a meno che la persona nel suo insieme stia creando a vari livelli i cambiamenti, ai quali noi, in quanto praticanti, la stiamo guidando. Non cerchi di descrivere ciò che facciamo, comparandolo a qualcosa d'altro. Parli a partire dalla propria esperienza. In effetti, se qualcuno domanda "Si tratta di Rebalancing? Rolfing? o di terapia Reichiana?" dica di no e parli di ciò, che lei stesso ha realmente provato e visto.

APERTURA. Le nostre formazioni attraggono apprendisti, che vogliono imparare facendo, sperimentando, usando metodi, che funzionano, sebbene non possano essere spiegati. Questa apertura sta in contrasto con l'elitarismo, la pedanteria, la segretezza e gli approcci limitati emozionalmente, o con il ristretto sapere intellettuale. Gli studenti che cominciano con il nostro programma hanno o non hanno una base accademica o esperienza professionale. Ciò che conta veramente è la volontà ad interagire con altri e ad usare la propria forza ed intuizione. Se il suo è un incontro aperto con le persone, con le quali lavora, incoraggiando le loro osservazioni, dando loro in regalo i suoi sentimenti, addirittura il senso della propria limitazione, i risultati parieranno da sé.

CRESCITA. La formazione è un processo. Non solo imparerà e praticherà nozioni, durante un lungo periodo di formazione, bensì riceverà lei stesso molte di più sessioni di lavoro profondo. Avrà la fortuna di confrontarsi e di lavorare con i propri schemi di difesa (corazza) e con il "lavoro irrisolto", e di aprirsi a nuove energie per sé stesso e gli altri.

CONFIDENZIALITÀ. Nella formazione condividerà sentimenti ed esperienze intime con altri. Come protezione di sé stesso e delle altre persone, all'interno del gruppo, non esprima informazioni o sentimenti di terzi, senza il loro esplicito permesso. Sarà incoraggiato a chiarire e poi esprimere sentimenti all'interno del gruppo nel suo insieme, e non separatamente in sottogruppi, al di fuori del locale comune.

ETICA. In quanto a studente, ci si aspetta da lei che segua il Codice Etico, stabilito dal Concilio Internazionale per gli Insegnanti della PsychoCorporal (Bodymind) Integration (ICPIT), che può essere richiesto al suo insegnante.

DIVERSITÀ. Abbiamo studenti, praticanti ed insegnanti di diverse formazioni di base, appartenenze etniche e nazionalità. Le nostre tecniche, il nostro sapere e i nostri stili di lavoro si sono sviluppati dall'interazione e la comunicazione tra vari tipi di individuo: terreni, intelligenti, seri, simpatici, maschili, femminili, bianchi, neri, colorati, aggressivi, passivi, ecc. Questa ricchezza di energia ci dà la possibilità di continuare ad evolvere e rendere ancora più raffinato il nostro lavoro, comparando caratteri e strutture corporali divergenti.

STUDENTE NON INSEGNANTE. La nostra formazione si è sviluppata dalla formazione di tanti studenti in tutto il mondo. Rispetti la sua unicità e complessità, realizzando che ci vuole un lungo processo di formazione, per essere in grado di insegnarla. Diventare un apprendista è un impegno a non voler insegnare ad altri queste tecniche e questi approcci.

Firmi e invii una copia di questo documento all'insegnante e ne tenga una copia quale documento personale.

Ho letto il documento di cui sopra e sono d'accordo con le condizioni e le direttive riportatevi. Capisco lo spirito, con il quale sono invitato a fare parte del presente gruppo di lavoro.

Firma

Data

pdf May 2009