



ISTITUTO HESKOUHER

Percorsi per la Vita che evolve

**IAC Conference
2015
Verona, Italia**



International Association
For Counselling



continuando
a crescere



Organismo
di Ricerca
per l'Università,
la Ricerca e la Cultura



Commissione Nazionale
Università per l'ENI



Scuola di Counseling
Voice Dialogue



COUNSELING PER UN EMPOWERMENT AL FEMMINILE

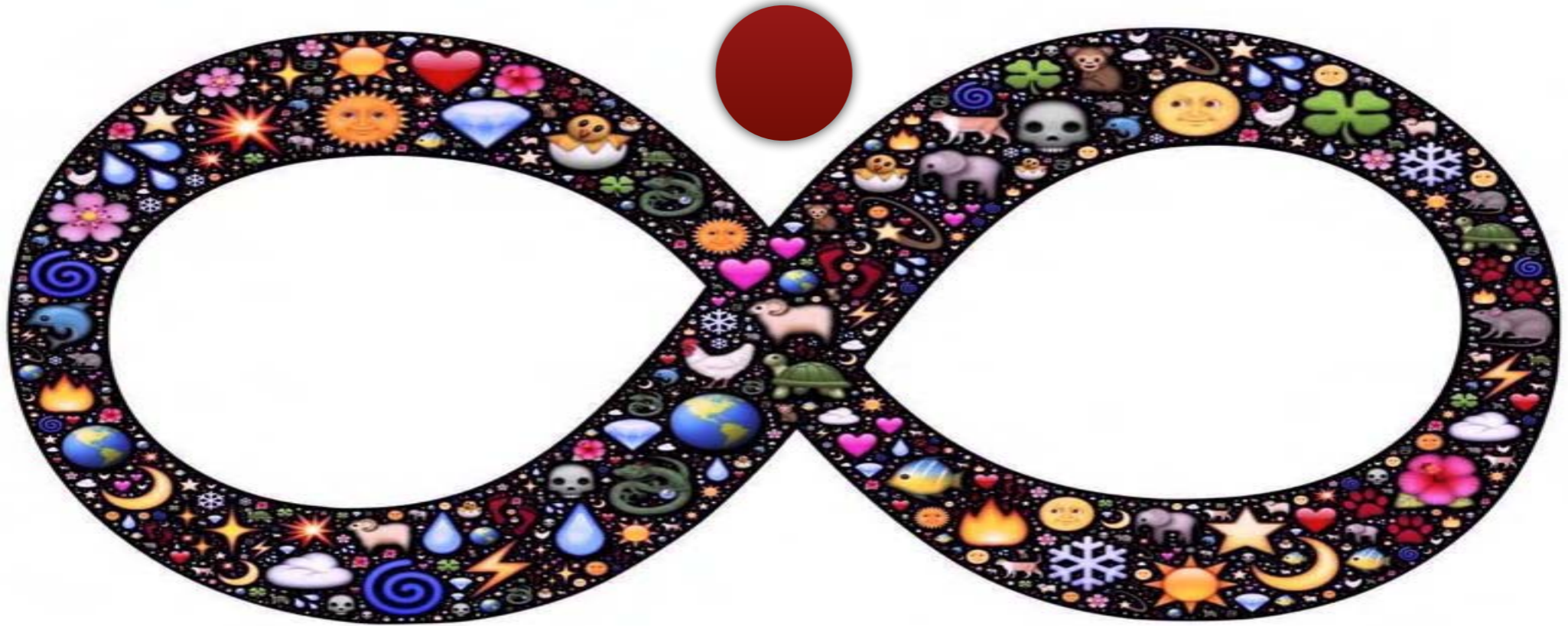
L'autostima e il valore della "Ciclicità"

Dott.ssa Elena DDV Dragotto



PSICOLOGIA DEISE' E VOICE DIALOGUE

- Nascono negli anni '70 negli U.S.A.
- Ideatori Hal Stone, Ph.D., e Sidra Stone, Ph.D.
- Approccio psico-spirituale



PSICOLOGIA DEISE'

- L'“IO” è costituito da una molteplicità di Sé interiori, organizzati in polarità di opposti
- In base alla Legge dello specchio, tutto ciò che è nel mondo è un riflesso del nostro mondo interiore
- Per proteggere la vulnerabilità ci identifichiamo in alcuni Sé, Sé primari, che ci permettono di essere accolti e amati, e rinneghiamo i loro opposti, Sé rinnegati, che sono giudicati da chi si prende cura di noi
- Identificati nei Sé primari non abbiamo libertà di scelta, andiamo nella vita in automatico, ridimensionando la nostra ricchezza/complessità interiore

VOICE DIALOGUE

Il **Voice Dialogue** è una tecnica sofisticata di “**intervista ai Sé**” che ha l’obiettivo di sviluppare un “**processo di Ego Consapevole**” che porta alla **disidentificazione** dai Sé primari e **permette di scegliere**, di volta in volta, quali aspetti attivare nelle diverse situazioni.

Conseguenze di questo processo sono:

- **Aumento del libero arbitrio;**
- **Maggiore creatività;**
- **Crescita della responsabilità con conseguente empowerment;**
- **Sviluppo della compassione e diminuzione del giudizio/separazione;**
- **Crescita spirituale: la resa a se stessi e al proprio processo personale.**



Questo processo porta
gioiosamente e
inesorabilmente
all'espressione della
propria **“Unicità”**!





L'esperienza di counseling con le Donne ha permesso di rilevare alcune criticità/trappole:

- Necessità di aderire a modi di essere e di fare che appartengono molto di più a un modello maschile, per avere apprezzamento, riconoscimento, pari dignità e valore nella società.
- No “emancipazione” ma “allineamento” al modello maschile che costringe la donna a rinnegare i propri valori femminili
- La grande contraddizione per le Donne tra l'agire con un'energia maschile nel mondo e ritrovare poi la propria energia femminile per essere se stesse e dare spazio comunque alla propria profonda natura

L'INTERVENTO DEL COUNSELING A INDIRIZZO VOICE DIALOGUE

1. Riconoscimento del Sé Patriarca interiore e dei valori patriarcali distorti; come hanno inciso e incidono nella vita della donna, nelle sue relazioni con gli uomini e nella propria realizzazione sia personale che professionale
2. Riconoscimento dei Sé maschili e femminili
3. Accoglienza del Femminile giudicato/rinnegato
4. Passaggio dal “corpo estetico” al “corpo ciclico”. Valorizzazione della Ciclicità come tempo Vita/Morte/Vita, del ciclo mestruale e della maturità/Menopausa

I. IL PATRIARCA INTERIORE E I VALORI PATRIARCALI

Il Patriarca nelle donne è inconscio e agisce nell'ombra

Per il Patriarca fra uomo e donna esiste una gerarchia: i valori maschili (razionalità, volontà, azione ecc.) sono migliori e più importanti di quelli femminili (accoglienza, condivisione, sensibilità, ecc.)

Le donne devono essere “contenute” (nell'emotività; nella sessualità; ecc.)

Vittime di un Patriarca interiore inconscio e distorto, le donne “**si devono guadagnare**” il posto nel mondo e **dimostrare** continuamente di averne il diritto

La trappola del Patriarca: la donna deve essere femminile; se una donna non è femminile, non è una vera donna; se una donna è femminile è inferiore all'uomo, perché le qualità tradizionalmente femminili sono inferiori a quelle tradizionalmente maschili



2.

I SÉ MASCHILI E FEMMINILI



- In tutti gli esseri umani convivono aspetti maschili e femminili
- La cultura patriarcale predilige modi di essere e di agire legati alle energie Maschili:
 - Volontà vs. Immaginazione/Creatività
 - Azione vs. Sentire/Introspezione
 - Individuazione vs. Condivisione
 - Razionalità vs. Empatia/Emozioni o Intuizione
 - Forza vs. Vulnerabilità
 - Linearità vs. Ciclicità

3.

ACCOGLIENZA DEL FEMMINILE GIUDICATO/RINNEGATO

- Disidentificazione dal punto di vista del Patriarca interiore
- Riconoscimento della Matriarca interiore, trasformazione, e accoglienza del dono dell'apprezzamento dei valori femminili
- Riequilibrio degli aspetti maschili e femminili
- Riconoscimento del potere del femminile e non averne paura



IL POTERE E I DONI DEL FEMMINILE PER LA DONNA



- Il potere della sua sessualità
- La sua capacità di attrarre gli altri
- L'intensità del suo bisogno di relazione
- La sua capacità di sostenere e prendersi cura degli altri
- La sua capacità riproduttiva.
- La Ciclicità

4.

LA CICLICITÀ: IL POTERE VITA/MORTE/VITA

- Dal corpo “estetico” al corpo “ciclico”
- La “CICLICITÀ” (Vita/Morte/Vita, stagioni, cambiamento, mutamenti) è spesso confusa con l’inaffidabilità e ribattezzata come incostanza o lunaticità
- Vissuta come minacciosa dalla società e dall’economia del profitto a oltranza, rispetto alla rassicurante “LINEARITÀ” (costante efficienza, focalizzazione, razionalità, ecc.)
- Ritrovare il potere del ciclo mestruale, Vita/Morte/Vita, e portarlo nella vita quotidiana, nelle relazioni e nella società
- Il sangue mestruale crea una speciale connessione fra le Donne e la Terra
- L’atteggiamento e l’approccio al proprio sangue mestruale, che è sangue di Vita, fa parte del proprio potere di Donna





Le Donne possono sanguinare tutti i mesi.
Questo è parte della loro forza vitale.

RISULTATI DEL COUNSELING A INDIRIZZO VOICE DIALOGUE



- Riconoscimento e disidentificazione dal Patriarca interiore e sua trasformazione da Energia maschile abusante e sminuente a **paladino/protettore del Femminile** attraverso il quale esprimere anche il proprio potere
- Nelle relazioni interpersonali e affettive, accettazione del proprio potere e della propria vulnerabilità di Donna, trasformazione da Matriarca-Bambina a Partner/Compagna
- Riappropriazione del diritto di godere dei Doni del Femminile, senza vergognarsi o sentirsi sminuite
- Empowerment al Femminile



“Donne non si nasce, lo si diventa”
Simone de Beauvoir



ISTITUTO HESKAIHER

Percorsi per la Vita che evolve

www.heskaiher.com

info@heskaiher.com