



Linee guida

104_4: Analisi delle immagini interiori

www.symfos.eu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Linee guida

IO4_4: Analisi delle immagini interiori



Titolo:	<i>Analisi delle immagini interiori</i>
Prodotto – IO 4_4	SymfoS – scenari di <i>counselling</i> per il lavoro con i simboli_4
Descrizione:	<p>L'intervento qui proposto si rivolge agli utenti che, a seguito della valutazione iniziale prevista dalla metodologia di SymfoS, hanno manifestato l'esigenza di essere supportati nel processo di individuazione delle proprie risorse e competenze.</p> <p>Il presente documento illustra quattro diversi tipi di intervento con obiettivi specifici:</p> <p>a) mappa delle risorse e delle competenze: utilizzata nel corso delle sessioni di <i>counselling</i> incentrate sugli interessi e sui punti di forza dell'utente;</p> <p>b) piano d'azione: utilizzato all'inizio del processo di <i>counselling</i> al fine di preparare l'utente a un'esperienza di tirocinio o a un colloquio di lavoro;</p> <p>c) le isole delle emozioni: intervento utile per prendere in esame i sentimenti e le sensazioni provate dall'utente, indagarne le motivazioni circa il proprio futuro professionale.</p> <p>d) analisi delle immagini interiori: intervento volto a mostrare e riflettere sulle immagini interiori connesse ad un tema specifico, individuare paure e blocchi emotivi, sviluppare delle strategie per gestire e controllare le proprie emozioni.</p> <p>Tutti gli interventi prevedono l'adozione della seguente procedura. Inizialmente, l'utente ha il compito di selezionare dei simboli da presentare al gruppo di supporto che avrà la possibilità di porre delle domande concrete. Quindi, il gruppo presenterà le proprie percezioni legate al racconto dell'utente. Questa fase precede il momento interpretativo guidato dal consulente. Infine, l'utente e il consulente concordano un piano d'azione realistico.</p> <p>Il presente manuale sarà pubblicato sul nostro sito e reso disponibile in formato sia cartaceo che digitale.</p> <p>Suggeriamo di utilizzare questo documento per coordinare interventi rivolti a giovani svantaggiati e non al fine di aiutarli a valutare e scegliere percorsi educativi e professionali alternativi.</p>
Organizzazione partner:	<i>Hafelekar</i>
Ricercatore che ne ha curato la redazione:	<i>Paul Schober</i>
Data di consegna:	<i>31 agosto 2018</i>
Lingue:	<i>Inglese, italiano, tedesco e spagnolo</i>

Analisi delle immagini interiori

Le immagini interiori non sono altro che visioni e idee che si basano sulla nostra interpretazione della realtà. Sono legate alle esperienze che viviamo nel corso delle nostre vite e al loro potere di plasmare le nostre capacità cognitive. Ci serviamo delle nostre rappresentazioni interne per trovare il nostro posto nel mondo.

Le immagini interiori non evocano soltanto dei ricordi, ma formano la nostra percezione della realtà. Esse divengono delle lenti attraverso le quali osserviamo il mondo e guardiamo all'avvenire. Spesso utilizziamo il termine visione per descrivere il nostro modo di vedere il futuro. Quando tale visione è condivisa, è possibile intraprendere delle azioni che ci aiutano a costruire la realtà che desideriamo.

Parlare delle nostre immagini interiori ci aiuta a rivelare il loro potere trasformativo. È possibile rendere concrete queste immagini attraverso dei simboli che ci motivino ad agire, legittimino i nostri interessi, orientino le nostre azioni, regolino le nostre interazioni con le immagini. Tali rappresentazioni non si limitano, però, a riflettere la realtà, ne creano una nuova.

Poiché queste immagini mettono in relazione aspetti concreti ed emotivi, favoriscono la creazione di nuove prospettive e promuovono l'avvio di processi creativi che investono l'identità personale.

Tali aspetti sono riassunti nell'analisi delle immagini interiori grazie alla quale gli utenti hanno l'opportunità di visualizzare la loro interiorità servendosi dei materiali a disposizione. Così facendo, questi ultimi acquisiscono una maggiore consapevolezza e imparano a sentirsi pienamente responsabili delle proprie azioni.

Immagini interiori

Linee guida metodologiche

Occorrente

Scatola #2



Valore attribuito ai materiali

Spine (pezzi di filo spinato): simboleggiano i sentimenti negativi come la paura, il senso di colpa, il dolore, oppure ferite vere e proprie.

Piume: simboleggiano sentimenti positivi come l'amore, la felicità, la serenità. Possono anche rappresentare un senso di protezione, calore, affetto.

Oro: simboleggia ciò che ci è più caro o desideriamo ardentemente.

Sabbia: simboleggia tutto ciò che ci sfugge, oppure un percorso.

Sabbia per lettiera: simboleggia i momenti estremamente negativi.

Pietre/rocce: rappresentano le difficoltà, la freddezza; in alternativa ciò che ci protegge.

Immagine 1: Materiali utilizzati nel corso dell'intervento

Ovatta: simboleggia la nebbia, e dunque tutto ciò che non riusciamo a vedere o a concepire.

Ai giovani sarà presentato solo il valore attribuito a questi simboli, e non saranno fornite loro altre spiegazioni. Se necessario, potranno dare altri significati ai vari materiali.

Piano di lavoro

I partecipanti ed i consulenti dovranno lavorare sul pavimento o intorno a un tavolo, utilizzando come base dei fogli A4, in modo che i materiali possano essere riposti con facilità al termine dell'attività. All'inizio della sessione, le borse con all'interno l'occorrente per l'attività saranno poste le une accanto alle altre, in ordine sparso.

Descrizione dell'intervento

I.) Inizio: individuazione degli obiettivi personali

Prima che l'utente cominci a creare la propria immagine interiore, è fondamentale mettere a fuoco il tema principale. Dopo aver individuato un argomento chiaro, il consulente mostra all'utente i materiali a sua disposizione



(spine, piume, oro, sabbia, sabbia per lettiera, pietre/rocce, ovatta) e il piano di lavoro (fogli di carta bianchi) e gli/le concede 12-15 minuti per riflettere e creare da solo un'immagine che rifletta il suo mondo interiore. Trascorso il tempo necessario, il consulente chiede all'utente se è pronto/a o se ha ancora bisogno di qualche minuto.

II.) Creazione dell'immagine

Dopo aver familiarizzato con il materiale a disposizione, l'utente inizia a preparare il piano di lavoro.

È lui/lei a scegliere quanti fogli utilizzare e in che forma disporli. A questo punto l'utente ha il compito di creare la sua immagine e a scegliere il materiale che meglio rappresenta il tema prescelto.

Immagine 2: Creazione dell'immagine

Di solito, gli utenti sono piuttosto veloci nel completare questa attività. Una volta ultimato, il consulente può avviare la sessione di *counselling* vera e propria.

III.) **Modalità di svolgimento della sessione di counselling: chiarire i propri dubbi**

1. Presentazione

L'utente introduce il tema di discussione.

Nel caso si tratti di una sessione di gruppo, potrà scegliere due o tre "osservatori" che comporranno il suo gruppo di supporto. Gli altri utenti sono coinvolti attivamente in tutte le fasi della sessione di *counselling*.

L'utente descrive i simboli che ha scelto di mostrare, indicandoli uno per uno (ad es., "questa mano simboleggia [...]"). Comincia col primo simbolo posto sulla mappa delle competenze per arrivare fino al termine del percorso.

Il consulente e il gruppo di supporto ascoltano attentamente ciò che viene detto. Sono consci della presenza dell'utente e ne osservano i gesti, la postura, la frequenza del respiro, il tono della voce. Mostra delle emozioni nel toccare i simboli? Di che tipo?

2. Domande concrete

Il consulente e il gruppo pongono delle domande concrete. Tali domande possono riferirsi unicamente ai simboli posti sul piano di lavoro, a ciò che è visibile. Non possono porre domande volte ad individuare ragioni e motivazioni. Per il momento devono limitarsi a capire, non ad interpretare, il quadro presentato. L'utente risponde alle domande.

3. Percezione

Il consulente e il gruppo di supporto si rivolgono direttamente all'utente per riportare le osservazioni e le sensazioni provate nel corso del racconto. Se qualcuno di loro ha notato delle emozioni dovrà dire in che modo le ha percepite (attraverso la mimica, i gesti, il tono della voce). L'utente si limita ad ascoltare attentamente quanto viene detto.

4. Interpretazione

Il consulente e il gruppo di supporto parlano insieme della situazione presentata dall'utente. Pensano ad alta voce e si pongono delle domande "Qual è il problema?"; "Quali aspetti bisognerebbe cambiare?"; "Qual è il problema che l'utente vorrebbe risolvere, comprendere, superare?"; "Che tipo di difficoltà potrebbero presentarsi? In quale momento?"

L'utente ascolta attentamente, ma non può intervenire.

5. Elaborazione del piano d'azione

In questa fase il consulente e l'utente discutono del tipo di supporto e delle azioni da intraprendere al fine di raggiungere l'obiettivo finale. Al termine dell'attività, l'utente deve impegnarsi a intraprendere le azioni concordate.

Caso studio

- Nome dell'utente: Dora (nome di fantasia)
- Profilo dell'utente: studentessa di 16 anni, frequenta il liceo. Partecipa alle sessioni di gruppo.
- Tipo di intervento: analisi delle immagini interiori.
- Obiettivo: immaginare il proprio percorso formativo.



Immagine 3: Analisi delle immagini interiori (Caso studio - Dora)

Punto di partenza: individuazione degli obiettivi personali

L'obiettivo di Dora è quello di ottenere un diploma e studiare per diventare infermiera.

Sessione di *counselling*

1. Presentazione:

Tutti i partecipanti sono seduti formando un cerchio intorno all'immagine. Fra i partecipanti alla sessione Dora sceglie 4 persone che costituiranno il suo gruppo di supporto.

Dora comincia a raccontare la sua storia:

In questo momento mi trovo qui, la sabbia rappresenta il mio percorso di formazione sino agli esami finali.

Credo che sarà un periodo molto difficile, ecco perché ho utilizzato anche le rocce e il filo spinato. Penso che avrò molte difficoltà e avrò bisogno di aiuto per concentrarmi sullo studio.

Ma, una volta ottenuto il diploma sarà bellissimo, perché poi potrò specializzarmi in scienze infermieristiche. Tuttavia, credo che questa nuova esperienza non sarà molto semplice, ecco perché ho nuovamente utilizzato delle spine. Dovrò imparare tante cose nuove. E poi non so che cosa succederà (ovatta).

Se ce la farò, sarà fantastico (oro) e potrò rilassarmi (piume). Ma se non riesco ad accedere all'università, sarà terribile (sabbia per lettiera) e non so proprio come mi comporterò (ovatta).

2. Domande concrete

Gli osservatori che compongono il gruppo di supporto pongono a Dora delle domande.

"Qual è l'arco temporale che hai descritto?" Dora: " 5-6 anni."

"Che cosa simboleggia l'ovatta?" Dora: "Il mio periodo alla facoltà di scienze infermieristiche. Non so che cosa mi aspetta"

"Dov'è la tua famiglia?" Dora: "Non sono riuscita a rappresentarla. Penso che possa avere un ruolo solo quando sono riuscita a raggiungere il mio obiettivo".

Dal momento che non ci sono ulteriori domande, il consulente ricorda ai partecipanti che di solito questa fase è particolarmente breve perché serve solo a ricevere dei chiarimenti.

3. Percezione

Gli osservatori parlano delle sensazioni che hanno provato durante l'intervento di Dora.

1. Hai toccato la roccia e le spine quando hai parlato del tuo diploma.

2. Ti sei toccata il braccio quando hai parlato della facoltà di scienze infermieristiche.

3. Hai alzato lo sguardo e il tuo tono di voce è cambiato quando hai parlato della facoltà di scienze infermieristiche.

4. Quando hai detto che non sai cosa ti aspetta, il tuo tono di voce si è fatto incerto e hai abbassato lo sguardo.

4. Interpretazione

Gli osservatori a questo punto parlano di Dora esprimendo ad alta voce i loro pensieri. Dora si limita ad ascoltare.

Il consulente presenta così questo momento: *“Adesso diamo voce ai nostri pensieri. Si tratta di un piano realistico? Avete notato delle incertezze? In quale momento pensate che possa avere bisogno di aiuto?”*

- 1 *Crede in se stessa e non ha dubbi.*
2. *Se non ottiene quello che vuole, sceglie di rinunciare (“Se non passerò l’esame finale, non so che cosa farò”).*
3. *Per quale ragione ha toccato esclusivamente la roccia e gli oggetti legati ad elementi spiacevoli, e non ha mai sfiorato gli oggetti che simboleggiano dei momenti positivi?*
4. *Quali sono i suoi punti deboli? Il periodo trascorso a scuola?*
5. *Come si comporta quando non riesce ad ottenere qualcosa?*
6. *La conosco, e so che se ha in mente qualcosa, farà di tutto per ottenerla.*

5. Piano d’azione

Il consulente si rivolge a Dora: *“Hai ascoltato le nostre parole. Adesso parlati delle tue riflessioni.”*

Dora: *“Sì, so di essere molto testarda. Tornata a scuola avrò bisogno di aiuto. Ma i miei genitori saranno sempre lì a supportarmi.”*

Consulente: *“Sì, mostrami in che modo credi che possano aiutarti. Sono contento che tu sappia a chi rivolgerti quando avrai bisogno di aiuto”.*

Dora: *“Sì, lavorerò su un piano d’azione e su un elenco di persone che possano aiutarmi in ambiti specifici”*

Conclusione

Il consulente pone fine alla sessione e chiede a Dora se desidera fotografare il suo piano di lavoro. La invita a mettere in ordine il materiale.

Coordinatore del progetto



Hafelekar Consultancy Schober Ltd, Austria
office@hafelekar.at
www.hafelekar.at

Partner



Center for Migrants in Tyrol (ZeMIT), Austria
office@zemit.at
www.zemit.at



Sozialwerk Düren, Germania
s.henke@sozialwerk-dueren.de
www.sozialwerk-dueren.de



Ballymun Job Centre, Irlanda
bakerr@bmunjob.ie
www.bmunjob.ie



CESIE, Italia
caterina.impastato@cesie.org
www.cesie.org



Asociación Caminos, Spagna
office@asoccaminos.org
www.asoccaminos.org

Ideatore del lavoro con i simboli
Wilfried Schneider, Germania
info@psychologische-symbolarbeit.de
psychologische-symbolarbeit.de

www.symfos.eu