



Evelina Gialloredo Tiziana Grimaldi

Guida pratica alla
FIABATERAPIA

Corso base

Evelina Gialloreto Tiziana Grimaldi

GUIDA PRATICA ALLA FIABATERAPIA

Corso base

Evelina Gialloreto, Tiziana Grimaldi
Guida pratica alla Fiabaterapia – Corso base
© 2020 Evelina Gialloreto, Tiziana Grimaldi
Tutti i diritti riservati.

Nessuna parte di quest'opera può essere riprodotta in alcuna
forma senza l'autorizzazione scritta delle autrici, ad eccezione
di brevi citazioni destinate alle recensioni.

Prima edizione Luglio 2020

In copertina Bustling Aquarelle di Vasilij Kandinskij 1923.

INCANTASOGNI®
www.incantasogni.it
info@incantasogni.it

INDICE

| | |
|--|----|
| Guida pratica alla Fiabaterapia | 4 |
| Indicazioni per i consulenti del benessere | 10 |
| Esperienze di Fiabaterapia nella consulenza (si consiglia la lettura o la rilettura dopo la terza dispensa) | 12 |

GUIDA PRATICA ALLA FIABATERAPIA

Questa breve guida ha lo scopo di chiarire e rendere immediatamente comprensibile l'utilità pratica della Fiabaterapia.

Il corso si rivolge a coloro che hanno intrapreso un percorso personale spinti dal desiderio o dal bisogno di approfondire la conoscenza di se stessi attraverso nuove chiavi di lettura, e ai consulenti del benessere per acquisire le competenze di base atte a riconoscere le quattro macro dinamiche comportamentali, così da poter fornire in modo semplice informazioni dirette, inusuali ed efficaci.

L'argomento della Fiabaterapia è il comportamento umano, la sua consapevole comprensione e ottimizzazione.

Riportiamo di seguito la definizione di comportamento tratta da Treccani: *Comportaménto s. m. [der. di comportare]. – 1. In generale, modo di comportarsi di una persona, soprattutto in determinate situazioni, nei rapporti con l'ambiente e con le persone con cui è a contatto. In senso più ampio, e riferito a persona singola o a gruppi di persone, il modo di condursi rispetto a decisioni da prendere, a soluzioni da dare a questioni specifiche. – 2. a. Nella psicologia comparata, il complesso degli atteggiamenti che il soggetto (animale o uomo) assume in reazione a determinati stimoli ambientali o a presunti bisogni interni, oppure l'attività globale di un soggetto considerata nelle sue manifestazioni oggettive.*

b. Psicologia del c., altra espressione con cui viene indicato il comportamentismo o behaviorismo.

c. Terapia del c. (o terapia comportamentale), insieme di tecniche, basate sulla diretta modificazione del comportamento, che tendono a ridurre la sofferenza emotiva (ansia, fobie, ecc.) e l'inadeguatezza della condotta in un ampio numero di nevrosi.

La terapia della Fiaba è dunque uno strumento a servizio della conoscenza di sé, attraverso l'osservazione e l'ottimizzazione del proprio comportamento per conquistare la migliore qualità di vita.

Non è volta a far emergere o determinare disturbi da curare, né dare conforto psicologico o produrre suggestioni ancorché positive.

Per la nostra esperienza è il modo più semplice e diretto per avvicinarsi il più possibile a scoprire i significati profondi che determinano il nostro agire.

In tal senso varie discipline che studiano il funzionamento della mente umana hanno da tempo appurato che le azioni, decisioni e scelte non sono determinate da motivazioni esclusivamente razionali.

C'è sempre un motivo più profondo e complesso che le muove.

Per cogliere a pieno lo scopo del corso base è obbligo ricordare che il primo imperativo psicobiologico a cui ogni essere umano deve rispondere è la sopravvivenza e per tale fine esso adotta una serie di modalità operative adeguate.

La gran parte degli individui soddisfa i bisogni fisiologici e di sicurezza apprendendo gli schemi comportamentali in modo per lo più automatico ed inconsapevole.

Ma al pari della forza esercitata dalla sopravvivenza, altrettanto inderogabile è soddisfare il bisogno della realizzazione di sé.

Per quest'ultimo è necessario acquisire la consapevolezza dello schema di condotta utilizzato, verificarne l'efficacia e altrimenti ottimizzarlo.

Ma non è uso comune addestrare, ossia insegnare a conoscere ed ottimizzare consapevolmente il comportamento.

Per raggiungere la realizzazione è necessario un addestramento o preparazione consapevole, una prospettiva a cui sembrano destinati pochi fortunati.

In realtà, proprio studiando le Fiabe che di fatto sono la narrazione più popolare mai esistita, risulta evidente come il bisogno di realizzazione sia essenziale, al pari della sopravvivenza, e come esso sia una prospettiva condivisa e non preclusa.

Le Fiabe sono un veicolo per soddisfare il bisogno di conoscenza del comportamento, perché in maniera naturale lo mostrano nel dispiegarsi del racconto.

E anche se nel corso del tempo sono state più volte storpiate a favore di questo o quel significato "politically correct", esse sono riuscite a conservare il loro tesoro più prezioso: dinamiche comportamentali ottimizzate e complete.

Come dicevamo, in quanto esseri umani siamo sottoposti a leggi naturali, ma raramente veniamo educati alla consapevolezza che gli schemi di condotta adottati determinano il nostro benessere.

E' luogo comune che ad occuparsi di questo argomento in modo consapevole, analizzando e definendo le tipologie comportamentali umane, siano prevalentemente le scienze psicologiche e che spesso tali conoscenze siano destinate a diagnosticare patologie o a classificazioni strumentali (definizione del profilo per la selezione in ambito lavorativo). Ma ciò che è sotto gli occhi di tutti, e che solitamente non riceve adeguata attenzione, è che abbiamo il bisogno naturale di prendere consapevolezza e ottimizzare la modalità operative per raggiungere le migliori condizioni di vita.

A tal proposito, è ormai consuetudine per un numero sempre maggiore di individui partecipare ad eventi di massa in cui personaggi di successo consegnano le proprie ricette, ritenute a prescindere valide per tutti.

Il corso proposto si distanzia dalla modalità in uso, sicuramente più accessibile, di ammaestrare limitandosi ad impartire e far acquisire senza consapevolezza regole, rituali e precetti.

Si pone l'obiettivo di soddisfare la necessità appurata e sempre crescente di addestramento o auto-addestramento, includendo necessariamente la partecipazione attiva e consapevole delle figure in gioco.

Partendo da questi presupposti, nel corso base si analizzano le dinamiche espresse in quattro specifiche Fiabe in cui sono raccolte le modalità generali di comportamento ottimizzate, inclusive dell'intera umanità.

Esplorare in maniera essenziale lo svolgersi del proprio o altrui comportamento è altrimenti molto difficile.

L'indagine consapevole di una dinamica consente di poterla affinare e ottimizzare nell'ottica di un consistente miglioramento di interazioni e relazioni.

Nella terza dispensa sono esposte le peculiari sequenze raccontate nelle Fiabe di Cenerentola, Biancaneve, Il Gatto con gli stivali e la Bella addormentata.

Le chiavi di lettura acquisite permettono di riscontrare nella quotidianità le movenze tipiche di ogni Macro gruppo di appartenenza, e sarà immediato osservare come ogni persona esprime nel suo modo di fare una funzione Antagonista, ma anche una Donatore, una Dono, etc., sulla base dei quattro schemi di condotta.

Tale conoscenza è estremamente utile per la comprensione del proprio modo di comportarsi, inteso come l'agire in base a peculiari risorse e capacità, o all'agire/non agire sotto la spinta di una specifica convinzione. Nella Fiaba, quest'ultima movenza si osserva nelle azioni compiute dall'Antagonista.

Per ognuna delle quattro dinamiche esiste una specifica funzione capace di arrestare il dilagare della convinzione.

La funzione che inizialmente richiede maggiore sforzo e attenzione è proprio la funzione antagonistica.

Ogni individuo tende inconsapevolmente a nascondersela a se stesso e agli altri, ma solitamente è proprio quella in eccesso.

Solo conoscendo le dinamiche generali di riferimento, sarà semplice sollecitare la funzione che naturalmente la controbilancia.

La Fiabaterapia ha come obiettivo la ricomposizione bilanciata delle sette componenti della dinamica comportamentale.

Ciò consente di recuperare le migliori strategie di azione che appartengono naturalmente ad ogni dinamica, ma di cui non possiamo vedere la massima espressione finché persiste lo sbilanciamento tra le funzioni.