

L'obiettivo dell'associazione è realizzare una struttura per il recupero del benessere corporeo

Non solo psicologia a Ciformaper¹

Centro multidisciplinare per vivere meglio con se stessi e con l'ambiente

PERUGIA - Si chiamano: "Nei panni dell'altro", "Alfabeti per le emozioni", "Meta-visioni", "Danzaliberatutti", "Le maschere dell' identità" , "I percorsi del pensiero", "Ozi d'autore", "Parlami di sé", "Il corpo sa tutto", "Sguardi sul presente", "Libera le ali" , "...forse sognare...", e sono alcune delle tante iniziative messe in campo in cinque anni dall'Associazione Ciformaper, nome difficile da decodificare, frutto di un acronimo complesso di sei parole quali Centro Italiano di Formazione in psicologia-ecologia-relazione. Il progetto dell'Associazione ha tre teste: Rosella De Leonibus di Perugia, Andrea Bramucci di Pesaro e Debora Tamanti di Macerata, tre psicologi e psicoterapeuti con una quindicina di anni di esperienza comune alle spalle come docenti in una scuola di formazione post laurea. "Avevamo un sacco di idee" spiega Rosella De Leonibus, vicepresidente dell'Associazione e responsabile per l'Umbria "Ci siamo chiesti: perché oltre a metterle al servizio della professione non le mettiamo anche al servizio di un rinnovamento culturale della psicologia?".

I tre si sono posti innanzi tutto la domanda base: quali sono i bisogni psicologici della società contemporanea: "Ci siamo resi conto che gli individui sono sempre più in difficoltà, sempre più dentro un' area grigia che non è patologia ma piuttosto disagio, mal di vivere, sofferenza esistenziale diffusa. Abbiamo poi analizzato da cosa questo poteva derivare e siamo giunti alla conclusione che il grosso problema del nostro tempo sono i rapporti interpersonali e la qualità di questi rapporti. La nostra è una società molto competitiva, quindi è facile soffrire per chi non è attrezzato, per chi non aderisce a questo modello , soprattutto i giovani quando escono dal percorso degli studi per entrare nella vita adulta. Alcuni malesseri derivano, quindi, dal mondo in cui viviamo. Come psicologi abbiamo focalizzato la nostra attenzione sul rapporto tra essere vivente e l'ambiente in cui vive. Ci siamo resi conto che esiste un'articolazione, un'angolatura ecologica della psicologia. Un percorso interessante, da un lato ci sono molti studi di psicologia ambientale e dall'altro molte esperienze di approccio ecologico alla qualità della vita. Ma a noi in particolare interessava la psicologia ecologica. E ci siamo messi a ragionare su una psicologia delle relazioni interpersonali. Questo ci caratterizza. Questa è la nostra "mission". Come c'è una ecologia che riguarda i fiumi, i mari, le montagne, le foreste, così c'è una ecologia che riguarda le relazioni interpersonali, in un ambiente interessante, nutriente, non dove ci si distrugge l'uno con l'altro".

Bramucci, Tamanti e De Leonibus si sono messi al lavoro poco dopo la nascita dell'Associazione, nell' aprile del 2005. Ora sono in 7 (la sede umbra è a via Valentini 4 a Madonna Alta) e stanno ridefinendo l'assetto societario. "Nel 2010" precisa la vicepresidente "allargheremo il numero dei soci fondatori, in Umbria siamo già a parecchi tra soci e collaboratori esterni. Altre sedi le abbiamo a Macerata, Porto San Giorgio, Urbino, Pesaro. In Romagna stanno iniziando proprio in questi giorni nuovi progetti." Sin dal principio i convegni si sono susseguiti con regolarità. In quello di presentazione, nel febbraio del 2006, avendo come padrini i professori Seppilli e Segatori, hanno presentato il loro modello di riferimento che si chiama "Gestalt Ecology". Da quel momento in poi è stato un susseguirsi di iniziative, alcune finanziate dal Fondo Sociale Europeo altre a titolo di volontariato. La lista è lunga. Da due convegni sulla legge 180, dal titolo "Follia e Follie" al recente "Nei panni dell'altro. Esercizi di apertura mentale" che si è tenuto insieme con la Pro Civitate Cristiana di Assisi con la quale l'Associazione collabora attivamente. Ma il meglio di sé lo dà nell'attività formativa. E nei percorsi di supervisione dove ci si occupa di operatori sociali impegnati nella riabilitazione psichiatrica e psicosociale e di gruppi che si dedicano all'educazione e alla promozione della salute.

"Tra le altre una cosa a cui teniamo moltissimo" precisa la De Leonibus "è il rapporto delle persone con il corpo." E racconta del sogno nel cassetto dell'Associazione: un centro di benessere psico-corporeo che si chiama Pit Stop, come quello delle corse automobilistiche, "perché la vita è una corsa e invece di arrivare ad una patologia ci dobbiamo ogni tanto fermare e cercare uno spazio di benessere anche a livello psichico, specialmente nelle età di passaggio o dopo momenti drammatici della nostra vita. Un pit stop per occuparci di una riconnessione emozionale, dell'elaborazione del nostro vissuto. Per fare il punto della nostra esistenza. E tutto questo si fa molto bene in una situazione residenziale di gruppo, tre/quattro giorni di rimessa in forma, sia del corpo che della psiche". Se ci si occupa dell'uomo, secondo la Ciformaper, bisogna tener conto dei tanti livelli e delle forme in cui questi si esprime. Il primo livello è il corpo (per chi ha voglia di risvegliare la libertà del corpo, uno spazio adatto è Danzaliberatutti!,

¹ Da un articolo di **Anna Lia Sabelli Fioretti**, pubblicato lunedì 11 gennaio 2010 sul **Corriere dell'Umbria**

movimento-musica-comunicazione, alla palestra Gryphus, per liberare energia creativa): "Se non ci occupiamo del corpo tutto diventa inutile. Come lo percepiamo, come lo curiamo. L'altro livello è la psiche: chi siamo, come la nostra identità cambia nel tempo, come affrontiamo la vita, i progetti che abbiamo in mente, i ricordi, i sogni" Ci sono poi le relazioni intime: la famiglia, il partner, i figli, le amicizie. Come si dialoga con queste persone? E ancora, la nostra comunità, il rapporto che abbiamo con le nostre città, col lavoro, con la scuola, i gruppi di appartenenza, il tempo libero, le attività di tipo sociale. E poi c'è l'ambiente socioculturale che ci circonda. In che rapporto siamo con le idee che circolano nel nostro mondo? Siamo in grado di essere produttori di idee oppure ne siamo solo fruitori passivi? Quale è la cultura che la società ci propone? C'è poi il rapporto che abbiamo con il tempo passato, con le nostre radici e la nostra storia. Abbiamo fatto pace con noi stessi e la nostra storia? "L'ultimo livello è la capacità di progettarci anche in un futuro" e il rapporto che abbiamo con cose più grandi di noi, gli sguardi, l'universo, la trascendenza, conclude De Leonibus, perugina, con alle spalle un'esperienza di vent'anni e più come psicoterapeuta.

Notevole anche l'attività associativa in ambito scolastico.

Il fiore all'occhiello si chiama "Peer Education", un progetto dei comuni dell' assisano, dove si insegna ai ragazzi ad essere educatori dei loro pari. Gli educati che educano. Una bella catena di successi. Il lavoro si svolge in alcuni laboratori fuori della scuola dove i ragazzi in due o tre giorni fanno corsi intensivi dalla mattina alla notte, e poi sono loro a riportare ai compagni ciò che hanno imparato, sia a scuola ma anche nelle discoteche e nei pub.

Per ulteriore informazioni su Ciformaper nel sito www.ciformaper.it. Per un contatto diretto con la sede umbra e mail r.deleon@tin.it oppure 075-5003036