



## Psicologia della corporeità nei processi formativi

L'autore del libro, Giampiero Sartarelli, concepisce la formazione come lo strumento essenziale del cambiamento della soggettività delle persone e dei gruppi, come la forza motrice dello sviluppo delle capacità, delle risorse personali e dei sistemi di relazione tra gli

individui e nelle organizzazioni. L'insieme di questi processi ha inizio e passa attraverso il corpo, le sue valenze e i suoi linguaggi. Perciò Sartarelli valorizza la corporeità nell'ambito delle metodologie didattiche attive, proprie della Psicologia della Formazione, partendo dall'analisi del "corpo" così come ci viene proposta da alcune concezioni filosofiche e dalla medicina anatomo-fisiologica.

Emergono con chiarezza i differenti postulati e le diverse implicazioni, in ambito terapeutico e formativo, di una visione del corpo oggetto (o corpo medico) rispetto al corpo vissuto, propria della psicologia contemporanea e dell'antropologia personalistica.

Il libro individua i processi cognitivi e di apprendimento attivati dai metodi psicologici utilizzati nella formazione quali

lo psicodramma, l'analisi bioenergetica, l'outdoor training, la programmazione neurolinguistica.

Arricchito da esercitazioni pratiche, il volume è destinato a vari operatori, medici, psicologi, educatori, comunicatori, counselor, docenti universitari e studenti.

Ovviamente e soprattutto ai formatori. Lo raccomandiamo nella formazione nel trattamento del tabagismo e dei problemi Fumo-correlati, in particolare ai professionisti della salute non-psicologi. In altre parole, Sartarelli offre una importante visione sistemica ed esaustiva delle scuole di pensiero e delle modalità di applicazione nei contesti terapeutici, per operatori sempre più consapevoli e capaci di un approccio complesso ad un problema altrettanto complesso. *(Mariella Guarracino)*

### Note sull'autore

**Giampiero Sartarelli** è specializzato in Psicologia della Formazione, Psicoterapia, e Medicina Psicosomatica. Master in Counselling e in PNL. Ha insegnato "Tecniche di Psicoterapia" presso l'Università di Urbino. Dal 2002 è formatore dei ruoli direttivi del Ministero della Giustizia (DAP) e tiene laboratori sulle formazioni esperienziali nella Facoltà di Scienze della Formazione dell'Università di Roma Tre. Ha scritto "Pedagogia penitenziaria e della devianza" (Aracne Editrice, Roma, 2003).



## Uscire dolcemente dalla trappola

Smettere di fumare non è facile, ma soprattutto è difficile districarsi nel groviglio di emozioni, pensieri, stimoli che determina il passaggio motivazionale dalla fase precontemplativa a quella contemplativa e delle successive.

Franco Riboldi, medico di un servizio per le tossicodipendenze, propone un percorso che il paziente può compiere da sé per recuperare determinazione, incoraggiamento e fiducia nelle proprie possibilità.

Si tratta di tappe fondamentali per "convincersi" a lanciare la sfida alla sigaretta.

Al fine di ottenere la giusta dose di autonomia e autostima sono date informazioni sulla dipendenza da tabacco, ma vengono anche suggeriti percorsi di potenziamento dell'equilibrio interiore, di auto-conoscenza, tecniche di training (rilassamento muscolare, educazione sensoriale, visualizzazione,

esercizi respiratori etc..) e di rinforzo delle suggestioni positive. Tutti strumenti che possono fornire un aiuto, ad integrazione degli strumenti tradizionali, a quanti vogliono superare la dipendenza da tabacco. *(Biagio Tinghino)*

### Note sull'autore

**Franco Riboldi** è medico chirurgo, specializzato in Igiene e Medicina preventiva. Specialista in Criminologia clinica, è psicoterapeuta e responsabile del Servizio territoriale dipendenze del Centro antifumo di Merate. È autore di diverse pubblicazioni nel campo della tossicodipendenza e del disagio giovanile.

Franco Riboldi, "STOP alla dipendenza dal fumo: come uscire dolcemente dalla trappola delle sigarette", De Vecchi Ed., 191 pagg., euro 13,90.