

Accademia Istruttori e Operatori Certificati

# OPERATORE DI BIOENERGETICA

Percorso online certificato  
di alta formazione

---



# BIOENERGETICA

---



La bioenergetica fu fondata negli Stati Uniti negli anni Cinquanta da Alexander Lowen, psichiatra e psicoterapeuta americano. Lowen fu il più brillante allievo di Wilhem Reich, il quale a sua volta fu allievo di Sigmund Freud, e la bioenergetica deriva dall'evoluzione del lavoro di questi due grandi ricercatori. Alexander Lowen coniò il termine «bioenergia» ed introdusse una vera e propria pratica bioenergetica. Oltre alla pressione e manipolazione delle tensioni muscolari croniche, egli fece uso di alcune posizioni di stress che potevano aiutare queste tensioni a rilassarsi. La prova evidente di questo ammorbidimento delle tensioni era l'insorgere, nei muscoli, di una fine vibrazione.

E' di grande importanza una delle sue osservazioni: "una persona il cui flusso energetico è bloccato ha perso una parte della sua vitalità e della sua personalità." La bioenergetica si basa su uno studio approfondito sui tipi caratteriali, mettendo in relazione le dinamiche psicologiche e le dinamiche fisiche degli schemi di comportamento. Poiché il corpo vivente comprende la mente, lo spirito e l'anima, vivere la vita del corpo significa avere una vita mentale, spirituale e sentimentale piena. La bioenergetica è una tecnica che si propone di aiutare l'individuo a tornare ad essere con il proprio corpo e a goderne la vita con quanta pienezza possibile. Questo risalto dato al corpo comprende la sessualità, che ne è una delle funzioni fondamentali, ma comprende anche funzioni ancor più basilari come quelle di respirare, muoversi, sentire ed esprimere se stessi. Una persona che non respira a fondo riduce la vita del corpo. Se non si muove liberamente, limita la vita del corpo. Se non sente pienamente, restringe la vita del corpo. L'elemento fortemente innovativo che contraddistingue l'analisi bioenergetica è il concetto di "grounding", la posizione in piedi assunta dalla persona. La persona dunque non conoscerà soltanto la posizione sdraiata, la quale è funzionale a raggiungere esperienze di tipo regressivo, immaginativo e meditativo, ma anche il lavoro di indagine psicocorporea sulla sua capacità di stare in piedi e di muoversi nell'ambiente. Il primo scopo degli esercizi bioenergetici è aiutare l'individuo ad entrare in più profondo contatto con sé, ascoltando e riconoscendo le proprie sensazioni. Lavorare quindi sul movimento e sulla respirazione in modo graduale permette di sbloccare l'energia intrappolata nel corpo, che si manifesta con il dolore sia fisico che psicologico, malessere generalizzato, depressione, ansia, e di lasciarla fluire in modo più libero.

# GLI OBIETTIVI

---

L'obiettivo di questo corso è diventare Operatore di Bioenergetica, ovvero un professionista in grado di condurre una sessione in completa autonomia, composta da un'analisi bioenergetica preliminare seguita dalla proposta di esercizi mirati in base alle esigenze del cliente, sempre in un'ottica di aumento dello stato di benessere psico-fisico della persona.

Questo è un corso professionalizzante rivolto a coloro che vogliono aiutare gli altri diventando operatori di Bioenergetica. Grazie a questo percorso di formazione, l'operatore diverrà un professionista in grado di accompagnare l'individuo verso un processo di riequilibrio psicofisico e avrà le competenze per avviare una propria attività e gli strumenti per cercare nuovi clienti.

# LE CARATTERISTICHE

---

- Il corso dura 250 ore di studio e si svolge completamente online. Il corso è composto da video lezioni accessibili 24 ore su 24 e da tutto il materiale didattico in digitale da scaricare.
- Al termine del corso si dovranno sostenere delle prove d'esame da svolgere online.
- Il corso è riconosciuto da IICT (International Institute for Complementary Therapist) e fornisce un riconoscimento ufficiale che permette di praticare come Operatore Certificato riconosciuto a livello internazionale.
- Siamo PROVIDER ECP (Educazione Continua Professionale) riconosciuti da Holistica CEPRAO, Associazione di Categoria Professionale, che ne garantisce la qualità e la validità su tutto il territorio nazionale. Il corso permette di ottenere 37,5 crediti formativi ECP per il mantenimento dell'abilitazione degli operatori in campo olistico e del Benessere.
- Il corso rilascia un attestato di partecipazione valido anche all'estero, grazie al riconoscimento dato da un ente internazionale che garantisce la qualità e la professionalità della formazione.
- Il compito dell'Associazione di Categoria è quello di garantire alti standard qualitativi e di qualificazione professionale all'utenza. Per questo motivo abbiamo deciso di far riconoscere i nostri corsi: non solo per garantire ai nostri studenti una formazione seria e professionalizzante, ma per dar modo a loro di presentarsi ai propri clienti con le migliori competenze riconosciute.

# GLI ARGOMENTI

---

- Introduzione alla Bioenergetica
  - Storia
  - Le sedute con Reich
  - Potenza Orgasmica
  - Vari Pensieri
  - Concetti generali
- Fondamenti di Bioenergetica
  - Introduzione
  - A cosa serve la bioenergetica
  - Concetti bioenergetici di base
  - I 3 canali
  - Il linguaggio del corpo
  - Apertura del cuore
  - Ansia
  - Sensazioni
  - Principio del piacere
  - Le 5 tipologie
- Bioenergetica applicata
  - Individuare le tipologie preponderanti
  - Interpretazione per guida delle domande
  - Introduzione lavoro bioenergetica
  - La memoria e L'intelligenza emotiva
  - In che cosa consiste lavorare sulla bioenergetica
  - Rischi del lavoro sulla bioenergetica
  - Sviluppo del lavoro
  - Come impostare il lavoro preliminare
  - Ricerca dei punti preminenti
  - Linee di direzione
  - Gli step successivi
  - Scaletta procedurale operativa
- Esercizi di Bioenergetica
  - Spiegazione Anelli
  - Respirazione Reichiana
  - Pressione Armature
  - Riscaldamento
  - Grounding
  - Orientamento e Focalizzazione
  - Esercizi di riscaldamento
  - Esercizi Posizione Eretta
  - Esercizi anche e bacino
  - Braccia e spalle
  - Testa e collo
  - Posizione Seduta
  - Esercizi in posizione distesa
  - Esercizi espressivi
  - Esercizi sessuali

# IL TEST ONLINE

---

L'esame finale per ottenere la certificazione di Istruttore Certificato si sviluppa in due parti:

## **1 - ELABORATO SCRITTO**

Consiste nel redigere una breve tesina scritta, relativa ad un caso studio presentato dal docente, in cui devono essere applicati i trattamenti studiati durante il corso.

## **2 - TEST INFORMATIZZATO A SCELTA MULTIPLA**

Consiste in un questionario con domande a risposta multipla, da svolgere sulla nostra piattaforma online e sarà composto da 10 domande per ciascun argomento trattato.

# RICONOSCIMENTI

---

- Grazie ai riconoscimenti ottenuti e in ottemperanza alla Legge n.4 del 2013, è possibile esercitare legalmente la Professione di Operatore di Bioenergetica.
- Il nostro percorso formativo è riconosciuto da un attestato. Il documento viene rilasciato da un ente esterno alla scuola ed al corpo docenti che ha contribuito alla tua formazione. Questo ne garantisce AUTENTICITÀ e AFFIDABILITÀ.
- Grazie ai nostri Riconoscimenti, con l'approvazione della Legge n.4/2013 tutti i professionisti senza Ordine, Albo o Collegio professionale hanno l'obbligo di aggiornarsi seguendo la logica europea del Life Long Learning ovvero della formazione continua. Attualmente l'ECP (Educazione Continua Professionale) è valida per i professionisti afferenti all'ambito pedagogico, educativo, della relazione di aiuto non terapeutica (counseling, coaching), per gli operatori olistici, gli operatori del benessere psicofisico tramite il massaggio bionaturale, per gli insegnanti yoga, per i professionisti delle arti terapie, i naturopati, ecc. iscritti ad Associazioni di categoria che rispettano il dettato normativo della Legge 4/2013.