TOMIND

Scuola di Dinamiche Relazionali e Counselling

04-04-2025

La realtà dell’esperienza

L’approccio Fenomenologico - seconda parte

Dott. Matteo Pigato

© Tutti i diritti sono riservati. Qualsiasi riproduzione, anche parziale, senza autorizzazione scritta è vietata.

La realtà dell’esperienza

L’approccio Fenomenologico - seconda parte

Dott. Matteo Pigato
www.matteopigato.com

L'uomo dovrebbe svegliarsi da quel sonno che viene chiamato “Vita”.

Spesso però i **prigionieri** non possono e non vogliono vedere oltre le rassicuranti ombre

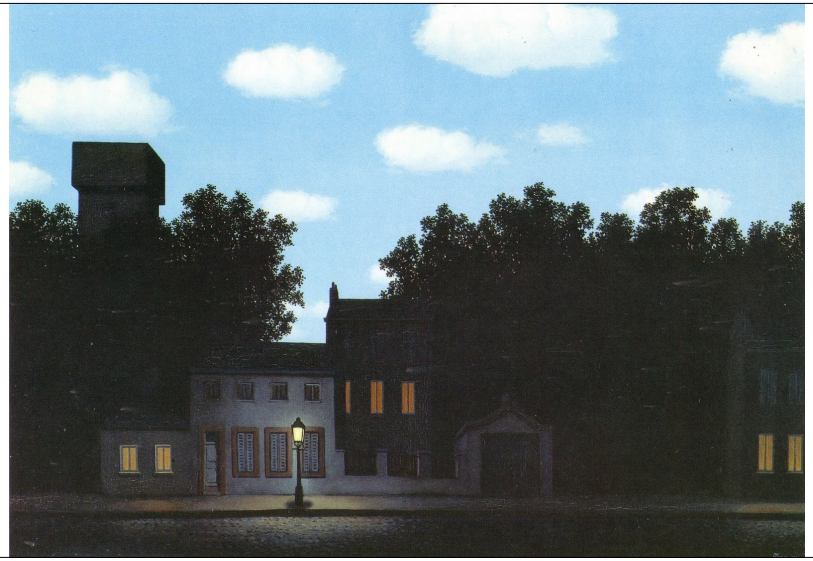
Chi sono i prigionieri?

Fenomenologia

Il comportamento umano dipende dalla nostra percezione del mondo e non dal mondo così com’è.

Orientamento alla comprensione del comportamento e dei processi mentali in termini di **realtà soggettive**, costruite attivamente dalle persone.

Un fatto in se non esiste, ma esiste l’esperienza del fatto.



SFIDA

cos’è reale?

PER CHI?

L’idea è la realtà
più reale che ci sia

Il “mio mondo fenomenico”

↓

mettere tra parentesi
classificazioni, giudizi e pregiudizi

visione del mondo così come appare
alla propria coscienza, accettando la realtà dell’Altro

Comprendere il costruirsi della realtà:

- ESPERIENZA
- OGGETTO
- SOGGETTO
- STRUMENTI CONCETTUALI (TEORIE)

ESPERIENZA

Emozioni

Pensieri

Sensazioni corporee

Azioni compiute volontariamente

Azioni subite da altri

Zona del reale di cui non si è al momento consapevoli, ma che porta gli effetti nel presente dell’individuo

Tutto ciò che accade

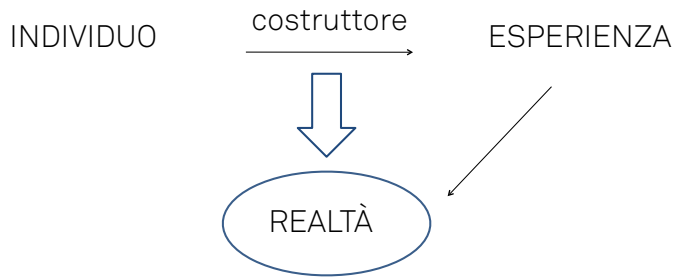
Per comprendere l'altro è necessario "lasciare vivere" il dato cosciente, permettendo che esso si esprima con i suoi linguaggi in tutte le sue sfumature, anche se il dato stesso dovesse presentarsi come apparentemente inatteso, strano o illogico.

Lascia vivere le EMOZIONI

...quello che non c'è (che non si vede)
ma che si sente

L'Esperienza attiva il "mondo interno"

...è come un plettro in grado di
suonare le corde della realtà.



ESPERIENZA

Tutto ciò che accade

PER ME (visione soggettiva)

Il reale e l'esperienza coincidono, è la nostra esperienza che costruisce la realtà.

OGGETTO

Porzione dell'Esperienza che emerge da uno sfondo

Oggetti Fisici: percezione esterna

Oggetti Psichici: percezione interna

Il fenomeno fisico può non esistere (e molto probabilmente non esiste mai come io lo percepisco) ma il fenomeno psichico è senz'altro esistente.

L'auto-percezione è un oggetto interno solido sul piano esperienziale-fenomenico capace di modificare profondamente lo stato psicologico e fisiologico di un individuo.

"Le emozioni muovono il mondo"

Oggetto - Esperienza

L'oggetto del Counsellor non è una porzione di realtà e nemmeno la somma di tanti punti di vista.

È necessario mantenere la complessità dell'oggetto sviluppando **creatività:**

- cogliere tutte le opportunità che il reale presenta.
- accettare che non si può avere sempre una risposta immediata alle proprie domande.

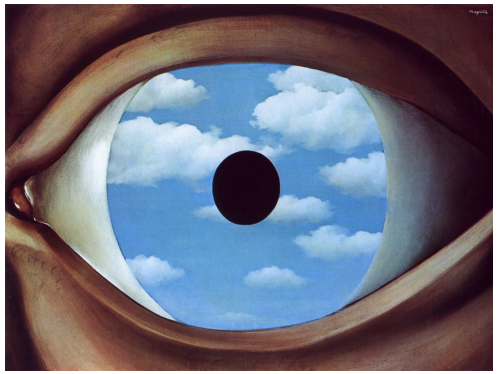
Ciò che si percepisce non è sempre connesso alla realtà esterna.

Il reale non è costruito in base alle condizioni materiali esterne (il tradimento o la malattia), ma in base al risultato del nostro percepire esperienziale.

Quello che si vede noi pensiamo che è quello che c'è

Quello che non si vede sembra che non c'è

Però a volte quello che sembra che c'è non esiste

E quello che non si vede invece esiste

È solo se ti guardi dentro
che vedi davvero il mondo