

ANTONELLA MOTTA

Psicologa e psicoterapeuta
ad orientamento analitico-bioenergetico

Mi chiamo Antonella Motta, ho 47 anni, il mio percorso formativo ha avuto inizio in adolescenza. A 16 anni, durante i primi anni 80 ero inserita all'interno dell'associazione **VigevanoPiù** che si occupava di problematiche legate alla tossicodipendenza e che proponeva un'idea innovativa in quegli anni: un centro semiresidenziale di cura del disagio giovanile.

Nella cura del disagio giovanile parto dal presupposto che, per poter modificare le logiche che portano una persona a sviluppare un malessere psicologico, occorra intervenire all'interno delle relazioni interpersonali e del contesto allargato.

Questa esperienza di volontariato mi ha fortemente stimolato nel maturare la decisione di intraprendere una formazione di tipo educativo. Così a conclusione della scuola superiore, mi sono iscritta alla scuola ESAE di Milano. E, nel 1991 ho ottenuto il diploma di educatrice professionale, nello stesso anno ho vinto il concorso presso la ex USSL della mia città ora Asl di Pavia. Sono stata assegnata al Centro Psico-Sociale, nel reparto di Psichiatria Adulti, ed ho iniziato così la mia carriera professionale vera e propria. Ho comunque continuato a prestare anche attività di volontariato, mentre l'associazione VigevanoPiù si trasformava in associazione Sonda focalizzando le proprie finalità sulla prevenzione del disagio comunicativo, evoluzione che mi ha offerto l'occasione di potermi formare presso il Centro di Ricerche in Scienza della Comunicazione di Roma. Non più solo cura quindi, ma soprattutto "prevenzione". L'idea di base divenne dunque: arrivare prima che qualcosa di spiacevole potesse accadere e fare in modo che non accadesse.

Sul territorio ho iniziato così ad occuparmi di sensibilizzazione e di formazione intorno al tema della prevenzione primaria del disagio giovanile, attraverso corsi ai genitori, agli insegnanti ed a tutti gli operatori del Sociale.

Dal 1993 mi occupo di interventi educativi sugli adolescenti e sulle loro famiglie in ambito di Consultorio familiare. Sono entrata anche nelle scuole superiori occupandomi per alcuni anni della gestione dello spazio di ascolto.

Dal 2012 sono passata al servizio delle dipendenze, in particolare nel settore carcerario.

L'esperienza professionale si è arricchita di una importante competenza aggiuntiva acquisita attraverso la laurea in Psicologia, conseguita nel 2004 presso l'Ateneo dell'Università degli Studi di Pavia, e la successiva Specializzazione in Analisi Bioenergetica conseguita presso l'Istituto SIAB di Milano.

La mia passione per le Arti Espressivo-corporee mi ha inoltre consentito di integrare l'esperienza formativa come educatrice prima, e come psicoterapeuta più di recente, con le potenzialità dell'espressione artistica: danza, meditazione, teatro....in una miscela che propongo nei percorsi di formazione e crescita personale da me tenuti.

Sono conduttrice di attività di classi di esercizio di bioenergetica per molte Associazioni della mia città.

Attività Preventiva e Clinica si intrecciano così in un laboratorio di idee condivise e di compagni di viaggio: colleghi, amici, pazienti.

Nei percorsi che così si creano non è sempre e per forza tutto semplice ed in equilibrio, ma ho imparato che: "la salute è la possibilità di essere "squilibrati" come nelle favole o nei miti. Perché una qualunque storia cominci vi deve per forza essere qualche squilibrio: al re manca qualcosa, l'eroe ha una voglia ecc. Se non c'è squilibrio non c'è storia. Le storie sono stupendi laboratori pratici che ci spiegano come funziona la mente umana." La passione per le storie, per le persone mi accompagna da sempre ed insieme anche il desiderio di esserci nel cammino di crescita mio in relazione agli altri.