

INDICE

PRESENTAZIONE	pag. 5
<i>Sigle e abbreviazioni</i>	» 7
INTRODUZIONE	» 9
Capitolo 1	
LA RISPOSTA VOCAZIONALE	
COME PROCESSO FORMATIVO	» 13
1. Risposta vocazionale e formazione continua	» 14
• <i>Scheda di esercitazione</i>	» 16
2. La risposta vocazionale come progetto ecclesiale	
verso la santità	» 18
• <i>Scheda di riflessione</i>	» 20
3. La prospettiva educativa di ogni risposta vocazionale	» 20
4. Alcuni temi biblici per un cammino di conversione	» 23
<i>A immagine di Dio e del Cristo</i>	» 24
<i>L'uomo perfetto in Cristo</i>	» 25
<i>Chiamati alla santità</i>	» 26
<i>La sequela e l'imitazione di Cristo</i>	» 26
• <i>Osservazioni a partire dalla tua esperienza</i>	» 28
5. Dimensione psichica e dimensione spirituale	
armonizzate nello stesso progetto vocazionale	» 28
<i>Lo sviluppo psico-spirituale come meta</i>	
<i>e come cammino progressivo</i>	» 29
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 30
• <i>Scheda di approfondimento e di valutazione personale</i>	» 33

Capitolo 2

LE COMPONENTI INDIVIDUALI E COMUNITARIE

DELLA CRESCITA VOCAZIONALE pag. 35

1. Le componenti individuali della crescita umana e spirituale » 36
 - I momenti di crisi come parte integrante del coinvolgimento individuale* » 37
 - *Osservazioni a partire dalla tua esperienza* » 39
 - Benessere integrale e collaborazione al progetto di Dio* .. » 39
 - *Scheda di riflessione* » 41
2. La dimensione comunitaria della scelta vocazionale » 41
 - Esperienza di comunione come reciproca autotrascendenza* » 42
 - Il dialogo come caratteristica della crescita comune* » 44
3. Progetto vocazionale come scuola di comunione trinitaria » 45
 - *Scheda di approfondimento e di valutazione personale* » 48

Capitolo 3

PROCESSI DI CRESCITA PSICOLOGICA

E SVILUPPO VOCAZIONALE » 49

1. Criteri di osservazione del processo di maturazione » 50
 - *Scheda di riflessione* » 52
2. Il modello psicanalitico come esplorazione del mondo intrapsichico » 53
 - *Scheda di esercitazione* » 56
3. La visione esistenziale della psicologia umanistica » 57
 - *Scheda di osservazione clinica* » 60
4. La motivazione nel processo di crescita e di sviluppo vocazionale » 63
 - Conoscere la gerarchia dei propri bisogni* » 64
 - *Osservazioni a partire dalla tua esperienza* » 67
 - Condizioni necessarie per realizzare le aspirazioni spirituali* » 68
 - *Scheda di riflessione* » 69
 - Realizzare motivazioni profonde che aprono al trascendente* » 69
5. Fare esperienze giuste nella concezione di Rogers » 70
6. Aspetti critici in Maslow e Rogers » 72
 - *Scheda di approfondimento e di valutazione personale* » 74

Capitolo 4

LE FASI DELLA MATURAZIONE

E DELLA CRESCITA PSICO-SPIRITUALE pag. 75

1. Le fasi della vita secondo il modello di Erikson » 76
 - Per uno sviluppo permanente che apre alle novità di vita* » 76
 - Guardare in modo realistico alla propria crescita* » 77
2. Crisi evolutive e ambiente psicosociale,
un binomio indispensabile per la crescita » 79
3. Le prime fasi dello sviluppo, dall'infanzia all'adolescenza » 81
 - Nel periodo dell'infanzia, tra fiducia di base e attaccamento* » 82
 - Le turbolenze della fase adolescenziale* » 84
4. Il tempo di grazia della prima giovinezza » 85
 - *Osservazioni a partire dalla tua esperienza* » 87
5. L'età adulta, tra agio e disagio » 88
 - La crisi dell'età di mezzo in una vita intesa come sviluppo vocazionale* » 89
 - La dimensione affettiva, fermento vitale dell'età adulta* .. » 92
6. La terza età, tra integrità dell'Io e disperazione » 94
 - *Scheda di riflessione* » 96
 - La vecchiaia come periodo di disimpegno
o di coinvolgimento affettivo* » 96
 - *Scheda di approfondimento e di valutazione personale* .. » 98

Capitolo 5

ANALISI ESISTENZIALE E SENSO VOCAZIONALE

DELLA VITA » 99

1. Uno sviluppo vocazionale fondato sulla ricerca di senso .. » 100
2. Tutta la vita è un laboratorio di formazione vocazionale .. » 102
 - *Osservazioni a partire dalla tua esperienza* » 103
3. La coscienza, luogo della scoperta del significato
trascendente delle cose » 103
4. La risposta vocazionale come un compito da ricercare ... » 105
 - *Osservazioni a partire dalla tua esperienza* » 107
5. Liberi e responsabili nella realizzazione del proprio
progetto vocazionale » 107
 - *Scheda di esercitazione* » 109

6. L'amore agli altri, principio educativo per una reciproca autotrascendenza	pag. 109
7. La spiritualità inconscia, luogo di decisioni esistenziali ..	» 111
• <i>Scheda di approfondimento e di valutazione personale</i> ..	» 114

Capitolo 6

MATURITÀ AFFETTIVA

E RISPOSTA VOCAZIONALE	» 115
1. Conoscere le emozioni per orientarsi verso il bene comune	» 117
• <i>Osservazioni a partire dalla tua esperienza</i>	» 120
2. Emozioni parassite e emozioni autentiche	» 120
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 121
3. Imparare a recuperare emozioni più tollerabili	» 124
4. Indicatori di una maturità affettiva in evoluzione	» 125
<i>Nel periodo della prima giovinezza</i>	» 125
<i>L'affettività generativa dell'età adulta</i>	» 130
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 131
• <i>Osservazioni a partire dalla tua esperienza</i>	» 133
<i>Il colpo di grazia della vecchiaia</i>	» 133
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 136
• <i>Scheda di approfondimento e di valutazione personale</i> ..	» 138

Capitolo 7

IDENTITÀ VOCAZIONALE

E DIAGNOSI DEI RAPPORTI INTERPERSONALI	» 139
1. Una crescita realizzata tra individuazione di sé e relazione con l'altro	» 141
2. Costruttori di una comune identità psico-spirituale	» 142
3. La descrizione delle relazioni secondo il modello dell'Analisi Transazionale	» 144
4. Riconoscere gli Stati dell'Io nelle relazioni	» 147
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 148
• <i>Osservazioni sulla tua esperienza</i>	» 152
5. Comportamento interpersonale e comunicazione	» 152
6. Transazioni parallele o complementari	» 153
<i>La prima regola della comunicazione</i>	» 155

7. Transazioni incrociate	pag. 156
<i>La seconda regola della comunicazione</i>	» 159
8. Transazioni ulteriori	» 160
<i>La terza regola della comunicazione</i>	» 163
9. I riconoscimenti interpersonali come scoperta dei doni di Dio.	» 164
<i>Qualsiasi tipo di riconoscimento è meglio di nessun riconoscimento</i>	» 165
<i>Discernere riconoscimenti autentici per arricchirsi reciprocamente</i>	» 167
• <i>Una storia per capire</i>	» 168
10. Come un granello di sabbia che entra nel guscio di un'ostrica.....	» 172
<i>Consapevolezza</i>	» 173
<i>Spontaneità</i>	» 174
<i>Intimità autentica</i>	» 175
• <i>Scheda di approfondimento e di valutazione personale</i>	» 176

Capitolo 8

CONFLITTI COMUNITARI E GIOCHI PSICOLOGICI ..	» 177
1. Conoscere i conflitti per imparare a gestirli	» 178
2. I conflitti psicologici come «giochi» relazionali	» 179
3. Quando i giochi diventano un intrigo di incomprensioni ..	» 181
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 182
• <i>Scheda di riflessione personale</i>	» 185
4. Il triangolo drammatico nei conflitti interpersonali	» 186
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 188
5. Alcune indicazioni per non restare invischiati nei giochi ..	» 189
<i>Proporre all'altro una collaborazione diversa</i>	» 190
<i>Individuare le svalutazioni presenti nel gioco</i>	» 190
<i>Optare per un tornaconto positivo al momento dello Scambio</i> ..	» 191
• <i>Scheda di esercitazione</i>	» 191
6. Il copione: un piano di vita che limita le aspirazioni esistenziali della persona	» 192
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 193
<i>Sempre è possibile migliorare e camminare insieme</i>	» 195
7. Un caso tutto da studiare: la storia di Sister Margareth ...	» 196
<i>Quando il mondo relazionale diventa difficile</i>	» 197

<i>Analisi funzionale dei suoi Stati dell'Io</i>	pag. 198
<i>Confondersi nelle dinamiche del gioco «Dammi un calcio, per favore»</i>	» 199
<i>Quando il gioco si fa pesante: «Ti ho beccato finalmente»</i>	» 200
8. Diagnosi del copione di Sister Margareth	» 202
<i>Le ingiunzioni di Sister Margareth</i>	» 202
<i>Le controingiunzioni di Sister Margareth</i>	» 203
<i>Decisioni di copione e posizione esistenziale</i>	» 204
9. Cambiamento interpersonale come compito vocazionale	» 205
<i>La realtà interpersonale come laboratorio di consapevolezza vocazionale</i>	» 206
• <i>Lettera di una laica consacrata al suo Counsellor spirituale</i>	» 206
<i>Orientati a dare un senso ai conflitti relazionali</i>	» 209
• <i>Scheda di approfondimento e di valutazione personale</i>	» 211

Capitolo 9

IDENTITÀ VOCAZIONALE E CRESCITA INTERPERSONALE NELLE COMUNITÀ E NEI GRUPPI » 213

1. Creazione di legami affettivi e prospettive di crescita	» 214
2. La ricerca di equilibrio tra vicinanza dell'altro ed esplorazione dell'ambiente	» 216
3. Chiamati a integrare psiche e fede in un unico progetto vocazionale	» 218
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 221
4. Identità e maturazione nei rapporti interpersonali	» 222
5. Le dimensioni dei comportamenti interpersonali maturanti	» 224
6. Modellamento reciproco e crescita interpersonale	» 228
7. Scambi relazionali complementari e maturazione interpersonale	» 232
• <i>Scheda di osservazione clinica</i>	» 233
8. Suscitare comportamenti antitetici a quelli che generano sofferenza	» 236
<i>Fare scelte che interrompono i comportamenti logoranti</i>	» 237
9. Uscire da se stessi per entrare in comunione con l'altro e con Dio	» 241
• <i>Scheda di approfondimento e di valutazione personale</i>	» 242

Capitolo 10	
PER UNA FORMAZIONE PERMANENTE	
CHE DURA TUTTA LA VITA	pag. 243
1. L'aspetto trasformativo dei rapporti interpersonali	» 244
2. Uno sviluppo integrale che dura tutta la vita	» 245
<i>Costruire legami positivi con gli altri</i>	» 246
<i>Esplorare creativamente l'ambiente dando un senso</i>	
<i>alle situazioni che vive</i>	» 246
3. Un'identità vocazionale che sa guardare al futuro	» 247
4. « <i>Da questo vi riconosceranno</i> »	» 249
 Appendice	
SCHEDE DI LAVORO PERSONALE	
<i>Portfolio del proprio sviluppo psico-spirituale</i>	» 253
1. Quali motivazioni caratterizzano il tuo stile di religiosità?	254
2. La piramide dei bisogni personali	» 259
3. Significato vocazionale della vita	
nel Meaning in Life Inventory (MILI)	» 261
4. Il termometro della tua empatia	» 262
5. Il profilo dei tuoi Stati dell'Io	» 267
6. La ragnatela delle dinamiche intrapsichiche	» 270
 BIBLIOGRAFIA	» 273