



International
gestalt
Training
2026

SIAMO IN TEMPO
Il tempo vissuto
della coscienza

VILLA LA STELLA, FIRENZE
27-28-29 novembre

INTERNATIONAL GESTALT TRAINING
V Edizione 2026

SIAMO IN TEMPO
Il tempo vissuto della coscienza

*Gestalt Community Interventions
and Art-based Research Projects*

Venerdì 27, Sabato 28, Domenica 29 novembre 2026

Macarena Diuana



Psicologa, psicoterapeuta, direttrice della Società Luso-Spagnola di Psicoterapia della Gestalt (SLEPG).

Laureata presso l'Università Cattolica del Cile, ha conseguito un master all'Università Cattolica di Lovanio, in Belgio. Ha lavorato come psicologa clinica e di comunità sia in Cile che in Belgio. Attualmente

residente in Portogallo, opera come psicoterapeuta della Gestalt, supervisore e formatrice. È co-fondatrice della Società Luso-Spagnola di Psicoterapia della Gestalt (SLEPG) a Lisbona, nonché membro fondatore ed ex presidente dell'Associazione Portoghese di Gestalt (APG).

PSS | Il tempo che abito

Conduttrice | Workshop Venerdì 27 – 15:15-17:15

Questo lavoro propone un'esperienza esperienziale sul modo in cui viviamo il tempo nella contemporaneità, dalla prospettiva della Psicoterapia della Gestalt e utilizzando la fotografia come strumento di consapevolezza. Il punto di partenza è una domanda: quanto del tempo che viviamo ci appartiene e quanto, invece, risponde a ritmi, richieste e aspettative che provengono dall'ambiente?

Attraverso un percorso fotografico, i partecipanti sono invitati, in primo luogo, a osservare e fotografare qualcosa che rappresenti il loro modo attuale di vivere il tempo e, successivamente, qualcosa che evochi un tempo percepito come esterno, imposto o socialmente organizzato. Le due immagini diventano così figure attraverso le quali esplorare la relazione tra ritmo personale e ritmo sociale, tra ciò che desideriamo e

ciò che ci viene richiesto, tra il tempo che abitiamo e il tempo che semplicemente inseguiamo.

Viene introdotto un racconto come riferimento narrativo e metaforico per avviare una riflessione su una società che ci invita a risparmiare, ottimizzare e utilizzare il tempo, con il rischio di trasformarlo da esperienza vissuta in una risorsa da amministrare.

Dalla prospettiva gestaltica, la persona viene considerata non in modo isolato, ma all'interno del campo di relazioni e delle condizioni in cui vive. Il laboratorio invita quindi a interrogarsi non soltanto su come gestiamo il nostro tempo, ma su come entriamo in contatto con esso, quali ritmi sosteniamo, quali sentiamo come nostri e quali desideriamo trasformare.

La fotografia diventa, in questo modo, un gesto di pausa e di scelta: non ferma il tempo, ma ferma la nostra attenzione abbastanza a lungo da permetterci di incontrarlo nuovamente. Il percorso si conclude con una domanda aperta: quale tempo voglio abitare?