

Alla ricerca del “MOVIMENTO AUTENTICO”

Esperienza introduttiva alla pratica in piccolo gruppo (6 persone massimo)

Merate, sabato 19 giugno, 4 ore, indicativamente dalle 10 alle 14

La giornata si propone di fornire una sensibilizzazione di base al metodo, e una possibilità per i/le partecipanti di approcciare questa ricerca sulle radici profonde delle proprie modalità espressive attraverso il movimento. Ci sarà una breve parte introduttiva teorico/pratica e la possibilità di sperimentare una o più “ forme” in un piccolo gruppo

La giornata fa parte del gruppo di pratica approvato da Apid come formazione permanente fino ad un massimo di 20 ore

Il Movimento Autentico

Il MA nasce dall'incontro tra DanzaMovimentoTerapia, Psicanalisi e Danza. Trae le sue origini dagli studi junghiani della danzatrice Mary Whitehouse, negli Stati Uniti intorno agli anni '40 del novecento, ed è stato poi ampliato dagli studi di Joan Chodorow e Janet Adler, inizialmente sue allieve; la prima approfondisce il lavoro psicanalitico e la seconda quello psichico meditativo.

Il Movimento Autentico è arrivato in Italia nel 1991, per iniziativa di Rosa Maria Govoni (direttrice del dipartimento di DanzaMovimento Terapia di Art Therapy Italiana), con i primi gruppi tenuti da Janet Adler e Tina Stromsted in Toscana, che erano stati preceduti da quelli iniziati in Svizzera da Joan Chodorow.

Si tratta di una pratica basata su una particolare concentrazione corporea, insieme semplice, ma anche straordinariamente potente nei suoi effetti di consapevolezza, che ha tra i suoi obiettivi lo sviluppo sia del *mover* (nell'esperienza del movimento autodiretto ad occhi chiusi e alla ricerca dell'esperienza di “essere mossi”), sia della propria capacità di testimoniare, (il proprio *witness*, in altre parole quella parte di noi capace di contemplare l'esistenza). Il setting del movimento autentico, semplice, ma chiaro e rigoroso, anche nella parte di parola, permette alle persone di accedere al processo creativo, a scoperte sul proprio mondo interno e sulle proprie relazioni, e mette in relazione vissuto interno e mondo esterno. Come forma di immaginazione attiva attraverso il movimento aiuta a ristabilire il contatto di ognuno/a con il proprio sé, capire il linguaggio del corpo, incrementare la chiarezza di percezione e di espressione dei significati e delle immagini interne. La specificità di questa pratica è nel cercare questi obiettivi rivolgendo l'attenzione recettiva verso il proprio flusso cinestetico, sensoriale ed emozionale nel lasciar fluire, ad occhi chiusi, il proprio movimento spontaneo e autoguidato.

Conduttrice

Francesca Borghese, Laureata in Filosofia, DanzaMovimento Terapeuta (ai sensi della legge 14/01/2013, n°4) e supervisore APID, diplomata presso la scuola di Art Therapy Italiana. Art Psychotherapist riconosciuta dal Goldsmiths' College di Londra, ha iniziato a praticare il Movimento Autentico nel 1997 con Anna Zanolli. Ha studiato in seminari con Tina Stromsted e Janet Adler e continua, da parecchi anni, ad approfondire la sua formazione in questa disciplina con Rosa Maria Govoni. Ha concluso il master di specializzazione in Movimento Autentico di gruppo. E' membro del Peer group internazionale Europeo di Movimento Autentico

Per informazioni e iscrizioni Francesca Telefono 335 6018649 oppure franceborgh@gmail.com

Costo 50€ più tessera associativa Piccoli Idilli (10€). [Associazione Piccoli Idilli](#)

Centro di DanzaMovimento terapia “La Spirale” Merate (Lecco), via S. Maria di Loreto, 11