



# Sarabanda

Scuola di formazione in Danzamovimentoterapia riconosciuta APID con D.D. del 27.01.02 prot. n. 12/02/S

---

## STRUTTURA DEL CORSO DI FORMAZIONE SARABANDA

Il corso di formazione in DanzaMovimentoTerapia (DMT APID®) con il Metodo **DMT tra Oriente ed Occidente di Elena Cerruto** si articola in **tre anni** di frequenza in week end mensili e giornate intensive.

**Totale ore 1200** di cui Tirocinio: 350 (secondo normativa APID)

Al termine del triennio inizia un periodo che lo studente svolge in autonomia (6 mesi/ un anno) per concludere la Tesi durante il quale si può già lavorare sotto Supervisione.

Il totale delle ore di **Supervisione** è (secondo normativa APID):

100 ore in gruppo (durante il triennio, comprese nei week end)

20 ore minimo individuali su appuntamento (dal primo anno fino al termine del percorso)

Gli aspetti esperienziali sono fondamentali ed il numero di ore di pratica è almeno l'80 % rispetto alla Teoria.

Il percorso permette di fare esperienza di diversi aspetti della *DMT tra Oriente e Occidente* rappresentati dalle materie:

**Teoria e pratica del Setting**

**Processi e Funzioni Simboliche**

**Gruppi esperienziali**

**DMT applicata alle diverse utenze**

**Crescere con la danza**

Aspetti più generali della DanzaMovimentoTerapia APID® ed internazionale sono sempre contemplati e integrati.

La materia **Storia e Modelli (della Danza e della DMT)** corredata di ampia Bibliografia e Sitografia viene svolta in diverse modalità:

- Lezioni Frontali comprensive di presentazioni video (ora anche in Smart Learning)
- Gruppi di studio con presentazione da parte degli studenti e condivisione di materiale
- Workshop con Docenti ospiti.

Uno spazio importante viene dedicato anche alle attività di **Programmazione e Progettazione**

Caratteristica della Scuola è un percorso Oriente e Occidente che viene svolto nella pratica:

**DMT gruppi esperienziali**

**DMT applicata**

**DMT Processi e Funzioni Simboliche**

Specifiche materie appositamente riviste in funzione della formazione in *DMT tra Oriente e Occidente*:

**Shiatsu e Danza Contemporanea applicata alla DMT**

**Setting Orientale: la pratica di Zazen**, meditazione seduta e camminata, s'inserisce con continuità applicata alla capacità di osservazione del paesaggio terapeutico.

Ciò implica consapevolezza e autorivelazione del terapeuta rispetto a se stesso .

**Psicologia:**

- Occidentale (si sottolinea l'approccio umanistico)
- Medicina Tradizionale Cinese e Taoismo
- Visione Buddhista della Mente anche con Docenti Ospiti

Numerose materie complementari: (come da normative APID® e EADMT ma caratterizzanti la scuola Sarabanda)

**Feldenkrais®.**

**Arteterapia**

**Scelta delle Musiche per la DMT**

**Simbolo e Musica**

**Ascolto corporeo della Musica**

**Musicoterapia**



## PRESENTAZIONE ANNUALITA' E PROGRAMMI

La Scuola di Formazione Sarabanda, riconosciuta APID® dal 2002, propone un percorso mirato ad una comprensione diretta del Metodo attraverso gruppi esperienziali tematici unito all'apprendimento delle basi teoriche fondamentali della *Danzaterapia tra Oriente e Occidente*.



**Il 1° anno, *Crescere con la danza*, è aperto anche a chi lavora nella relazione d'aiuto ma non lavorerà come DanzaMovimentoTerapeuta**, è dedicato a chi desidera trovare il piacere del movimento unito ad un percorso di crescita personale. Contatto con la fisicità delle emozioni per ritrovare attraverso il movimento la capacità di trasformare anche i momenti di inadeguatezza, ansia, rabbia, paura in studi emotivi gestiti con creatività.

Questo processo porta ad avere una fiducia autentica nel percorso e una maggior autostima.

La **formazione *Crescere con la danza*, 1° livello, ha la durata di 1 anno** ed è dedicata a:

- **Educatori, Psicologi, Insegnanti, Danzatori** che dimostrino nel loro curriculum una buona preparazione e una chiara inclinazione per una professione nella relazione d'aiuto. Le competenze acquisite saranno un utile complemento alla formazione di base. In modo particolare a Educatori e a Psicologi potrà inoltre fornire quell'approccio alla corporeità che garantirà una relazione di aiuto che si basi sull'*embodiment* e quindi su una comunicazione autentica e diretta, fondata sul sé corporeo.
- Ai Danzatori e Insegnanti di Danza la formazione di base in *Crescere con la danza* darà le competenze necessarie a migliorare l'approccio con utenze che possono avere difficoltà motorie e/o di apprendimento.

.....  
**La formazione di 1° livello in *Crescere con la Danza* permette l'accesso diretto al secondo anno della Scuola di formazione in DMT Sarabanda per chi ha i pre-requisiti necessari (<http://www.apid.it/associazione/iscrizione/>).**

**Il Metodo *Crescere con la Danza* di 2° livello può essere applicato solo da DanzaMovimentoTerapeuti Diplomati.**

La pratica della danzamentoterapia è riservata ad uno specifico profilo professionale, con precisi requisiti formativi e operativi, in linea con quanto l'APID® ha elaborato e elaborerà in merito alla formazione, alla clinica e alla ricerca, articolandosi con la comunità scientifica internazionale.

.....



# Sarabanda

Scuola di formazione in Danzamovimentoterapia riconosciuta APID con D.D. del 27.01.02 prot. n. 12/02/S

---

## PROGRAMMA 1°anno: *Crescere con la Danza*

Comprensione delle principali unità didattiche della metodologia attraverso i gruppi esperienziali rielaborati anche a livello teorico. (Processi e funzioni simboliche)

La progressione nella programmazione segue lo schema del Chörten<sup>1</sup> inteso in questo caso come griglia di osservazione e mezzo per facilitare la comprensione delle dinamiche di Terra/Acqua/Fuoco/Aria/Vuoto.

Le unità didattiche si sviluppano in successione da quelle più semplici, chiare, basilari (Terra) a quelle che permetteranno alla DMt formata di trovare creativamente una forma personale di lavoro con il Limite che qui è inteso rispetto all'ElementoVuoto: trasformare il Limite in possibilità creativa.

A Oriente ritroviamo la delicatezza dell'approccio introspettivo ma anche la precisione nel metodo di osservazione. Si accentua la dimensione realmente ecologica dell'uomo inserito nel Cielo/Terra, in un continuo processo analogico di riferimento interno/esterno, sé/mondo. Riconoscere la polarità permette di vedere le dinamiche nella loro continuità e possibilità di trasformazione.

Attraverso la pratica dello Shiatsu si osserva la relazione operatore-ricevente e si esaminano le caratteristiche dei due ruoli.

E' fondamentale definire che *Crescere con la Danza* è una formazione di base che, sviluppandosi attraverso l'esperienza personale pratica, consente un effettivo cambiamento di prospettiva e atteggiamento. Si rivolge ad ogni persona andando a stimolare l'apertura di una profonda dimensione interiore. Pertanto non necessariamente le applicazioni saranno rivolte all'infanzia. A partire dalla riattivazione della sensibilità personale l'approccio a qualunque utenza sarà arricchito.

**Al termine del primo anno** gli studenti saranno in possesso di alcuni Elementi di *DMT tra Oriente e Occidente* e avranno compreso il senso di alcune unità didattiche del Metodo Maria Fux che potranno sviluppare all'interno della professione che praticano.

Gli studenti potranno poi scegliere se continuare terminando il triennio e conseguire il Diploma di DanzaMovimentoTerapeuta (DMt) APID® o concludere conseguendo l'attestato di *Crescere con la Danza*.

Nel II e III anno, mano a mano che viene compreso il concetto di *cura*, intesa anche come capacità di lavoro empatico e congruente ad un percorso di continuità (rif: Rogers e Brazier), si approfondisce lo studio della **Medicina Classica Cinese** nella sua applicazione alla *DMT tra Oriente e Occidente*.

**Esami** (nel secondo semestre):

Pratica: Danza Contemporanea; Shiatsu (sequenza in posizione prona)

Teoria: Storia e Modelli della Danza e della DMt  
Valutazione relazioni tematiche assegnate

Relazione finale del percorso riguardante:

Comprensione delle possibili applicazione degli Elementi di DMt appresi alla propria professione.  
Riflessioni e compilazione schede di tirocinio.

---

<sup>1</sup> Progressione Chörten descritta ampiamente nei libri di testo: Cerruto, E.1994/2008/2017/2018 e nei testi Ngakpa Chögyam *Le energie Elementari del Tantra* e altri.

---





# Sarabanda

Scuola di formazione in Danzamentoterapia riconosciuta APID con D.D. del 27.01.02 prot. n. 12/02/S

---



**Il secondo anno, *Danzare per gli altri*** è proposto unicamente a chi desidera dedicarsi alla professione di DanzaMovimentoTerapeuta.

Il corso permette di proseguire la ricerca iniziata verso un approfondimento di consapevolezza per acquisire capacità e competenze nel campo della comunicazione e della relazione. La motivazione all'apprendimento diviene profonda grazie alla risoluzione personale di dubbi o disagi e alla comprensione delle dinamiche in un'ottica di accoglienza e di integrazione che sarà poi applicata con l'utenza.

## PROGRAMMA 2° Anno *Danzare per gli altri*

Continua in direzione professionale il cammino di comprensione iniziato con i gruppi esperienziali. Gli Elementi della *DMT tra Oriente e Occidente* diventano bagaglio fondamentale per svolgere tirocini mirati con le diverse utenze nella direzione della Danzaterapia vera e propria.

Si studiano e approfondiscono:

- **Basi delle Scienze Psicologiche occidentali:**

Psicologia buddhista, Psicologia Rogersiana, Workshop e gruppi di Studio relativi a Empatia

- **Medicina Tradizionale Cinese**

Nella Medicina Cinese il mondo interno (organi e visceri in collegamento analogico ed energetico con le emozioni) viene considerato *microcosmo* e il mondo esterno, (rappresentato dall'alternarsi delle stagioni, dai ritmi circadiani e dalla non-permanenza di ciò che cade sotto la percezione umana) viene considerato *macrocosmo*: essi seguono le medesime leggi di alternanza dinamica e del continuo mutamento (definito l'unica costante della vita), microcosmo e macrocosmo si riflettono e sono uno modello dell'altro in un gioco infinito di rimandi. Prosegue lo studio dello **Shiatsu** con la sequenza in posizione seduta, lo studio delle energie cosmiche e l'applicazione del modello dei Cinque Movimenti.

**La Metodologia di Maria Fux** è fondamentale in questo percorso ed è considerata nella sua forma più pura e creativa. I materiali didattici: tessuti, carte crepe, elastici, canne di bambù, piume, palloncini vengono considerati in base alla loro risonanza intrapsichica: essi sono "l'altro", ma sono soprattutto aspetti della interiorità della persona che potrebbero aprirsi coinvolgendo il corpo-mente in dinamiche molto profonde e che necessitano di un setting rigoroso.

Le unità didattiche del Metodo Fux vengono chiarite nel loro contesto storico e sociale e fedelmente riportate ma saranno sviluppate in una dimensione di setting terapeutico e rivisitate nella didattica in modo da essere comprese nelle diverse fasi di contatto con l'utenza.

I materiali dunque, in quanto unità didattiche, sono essenziali anche come riferimento per valutare la capacità del DMt di lavorare nella dimensione simbolica.

Lo sviluppo del Metodo Fux in senso terapeutico considera le 4 fasi, definite chiaramente nel Metodo *DMT tra Oriente e Occidente*: *Incontro contatto trasformazione distacco* nell'ascolto/contatto terapeutico, nella risonanza a livello empatico, nelle dinamiche di *attunement* e rispecchiamento.

Il lavoro di Maria Fux oltre ad aver contribuito alla Formazione dei Docenti (Italia e Argentina) si basa su ampia documentazione video realizzata negli Stages attuati presso Sarabanda nei 15 anni dell'attività di M.Fux in Italia.) dal 1994 Maria Fux ha autorizzato E.Cerruto alla diffusione del suo insegnamento e, in seguito a numerose Supervisioni, all'applicazione del Metodo con utenze particolarmente gravi.



# Sarabanda

Scuola di formazione in Danzamovimentoterapia riconosciuta APID con D.D. del 27.01.02 prot. n. 12/02/S

---

Si approfondiscono le **materie complementari** come:

- Arteterapia e Musicoterapia, Simbolo e Musica, Musica tra Oriente e Occidente.
- Metodo Feldenkrais®
- Studio e ricerca approfondita sulla scelta musicale applicata:  
ai 5 Elementi del Chörten e alle qualità di ascolto sviluppate in base ai bisogni dell'utenza
- Progettazione

**Esami** (nel secondo semestre):

- Criteri di autovalutazione
- Esame delle materie teoriche e valutazione nella pratica Shiatsu
- Esame di simulata con utenza predefinita con unità didattiche scelte dalla candidata.

Conclusione del secondo anno con preparazione del rituale di passaggio al terzo anno in collaborazione con studenti di altre annualità e con le Tutors.



**Il terzo anno** è denso di tirocini, supervisioni, approfondimenti. Particolare attenzione viene data agli aspetti di integrazione tra Oriente e Occidente:

*La DMT tra Oriente e Occidente* si basa su un'integrazione tra le scoperte dell'Occidente nel campo della neuro-fenomenologia e delle neuro-scienze e la dimensione cosmologica relativa alla Medicina Cinese.

Una lettura Oriente-Occidente è congruente alla non-separazione tra mente e corpo e alla continuità individuo-ambiente. Da un punto di vista fenomenologico il mondo è la materializzazione della nostra soggettività. Il rapporto tra l'uomo e il mondo è intimo; se li separassimo *l'uomo smetterebbe di essere uomo ed il mondo di essere mondo.* (Van Den Berg, 1955). Secondo Damasio (2010): "La vita delle cellule si svolge in universi straordinariamente complessi che, da un punto di vista formale, assomigliano per molti aspetti al nostro universo umano elaborato".

Le basi dello **Shiatsu**, studiato nei 3 anni, facilitano il lavoro di *valutazione energetica*, inscindibile dalla visione dell'*Uomo inteso come tramite tra Cielo e Terra*. Utilizzando i concetti appresi nello studio della Medicina Tradizionale Cinese, si acquisisce la capacità di leggere le caratteristiche del corpo-mente e di analizzarne le eventuali fragilità o tendenze alla disarmonia.

**Proprio qui sta il senso profondo della ricerca di Elena Cerruto. Da questa sintesi di radicamento dell'essere aperto ad accogliere il mandato del Cielo nascono le esperienze pratiche vissute nei gruppi:**

*La sequenza della Terra*  
*Da radice a farfalla*  
*Coppie di movimento per aprirsi allo Spazio*  
*La danza del Cielo Terra*  
*Torsioni e relazioni dinamiche*  
*Contenere/essere contenuti*  
*Il pesce Kun si trasforma nell'uccello Peng*  
*Lo Splendore (Ming) si danza!*  
*Ritualizzazione delle Stagioni e dei passaggi.*  
*Danza dei 5 Movimenti*

Momenti che, nella loro valenza creativa non possono non essere correlati alla **Modern Dance** nei suoi principi fondamentali in particolare il concetto di **Fall and Recovery** (v. Doris Humphrey) ampiamente approfondito nelle tre annualità.



# Sarabanda

Scuola di formazione in Danzamentoterapia riconosciuta APID con D.D. del 27.01.02 prot. n. 12/02/S

---

## PROGRAMMA del 3° Anno

E' affascinante pensare che proprio alla Danza Movimento Terapia vada il compito di avvicinare le persone ad una percezione nuova della realtà. *Le monde est fait de l'étoffe même du corps*<sup>2</sup>(Merleau-Ponty).

Ormai non é più solo l'intelligenza dei filosofi o l'intuizione degli artisti a spingerci verso una visione più libera dai condizionamenti passati: le neuroscienze, in cui il concetto di *embodiment* assegna al corpo un ruolo importante nei processi cognitivi e quella delle scienze, con la nozione di *entanglement*, (intreccio, collegamento) vanno a confermare la continuità non solo di mente e corpo ma quella di mondo interno e mondo esterno. Oggi i fisici riconoscono l'*entanglement* solo per le particelle elementari (quanti) ma significative ricerche estendono la natura dell'*entanglement* anche al mondo naturale e alla coscienza dell'uomo.

“ Se guardiamo la luce di una stella, i suoi fotoni potrebbero essere *entangled* con gli atomi che compongono le stelle e poi con gli atomi che questi fotoni incontrano nel loro cammino nello spazio interstellare, sino agli atomi ed elettroni che compongono il nostro corpo. Ciò significa che all'istante “io” sono la stella che osservo e lei è in me” (Teodorani, 2007).

- **Cenni alle neuro-scienze**
- **Psicosomatica Occidentale**
- **DMT applicata**
- **Empowerment**
- **Metodologia della Ricerca e preparazione della Tesi**
- **Approccio alla Tesi con individuazione di Problematica e stesura alcuni capitoli.**
- **Supervisione di gruppo relativa a tirocini e centratura sul nuovo profilo professionale con cui gli Studenti si muoveranno nel mondo.**
- **Supervisione individuale (20 ore in totale) fondamentale:**
- **Discussione di Problematiche relative ai tirocini**
- **Sostegno personale**

### **Shiatsu**

Sequenza Supina, studio dei Canali Energetici, elementi di valutazione energetica.

### **Medicina Tradizionale Cinese**

Regole di osservazione e valutazione, casi clinici.

### **Esami (nel secondo semestre):**

- **Teoria:** esami orali in tutte le materie studiate nel triennio  
valutazione dei gruppi di studio del triennio  
valutazione relazioni tematiche del triennio  
valutazione del dossier personale  
comprensione dello schema della Tesi e prima compilazione.
- **Pratica:** simulata con due utenze sulle quali si intende specializzarsi  
valutazione danza contemporanea  
studio emotivo  
Shiatsu
- **Discussione Tesi e Studio Emotivo in forma coreografica al termine del percorso.**

---

<sup>2</sup> *The world is made of the same fabric of the body* (M.Merleau-Ponty)

