

LA FORMATION DE PROFESSEUR DE BIODANZA

Devenir professeur de Biodanza c'est se **réconcilier avec sa propre nature**, la nature même de la vie, de **sa vie**. **Se réapproprier son chemin** et sa manière de cheminer dans sa vie, d'investir et d'exprimer ses potentialités en respect avec la nature profonde de son humanité... Cette formation, permet de **se poser des questions vitales** et de les solutionner. **Notre corps devient ainsi le centre de notre apprentissage ; nos relations, notre terrain d'expérimentation et nos danses, le moyen de forger notre identité et notre humanité.**

Entreprendre ce cursus comme auditeur libre ou pour devenir professeur, c'est **s'engager dans une action profonde et durable de transformation.**

La Biodanza vise à stimuler, avant toute chose, la partie saine de notre potentiel, appréhendé selon cinq grands ensembles d'expression : la vitalité, la sexualité, la créativité, l'affectivité et la transcendance, dans le but de renforcer en chacun, un **processus d'autonomie, de réalisation, d'évolution et de solidarité**. Elle constitue une méthode fondée sur la **réhabilitation existentielle et une pédagogie de l'art de vivre**. Elle enseigne à se mouvoir, à s'exprimer, à vivre le contact, à être plus sensible, à goûter à la joie et au plaisir de vivre. A sentir la vie plutôt qu'à la penser. Elle est un véritable laboratoire de vie, qui permet d'expérimenter de nouveaux comportements, de nouvelles ouvertures, de nouvelles possibilités, à partir de la créativité de chacun et de la capacité à se renouveler. **Elle nous invite à découvrir nos propres réponses existentielles dans l'expression et dans l'action.**

Les propositions de danses suivent des règles qui ont des objectifs précis tels que l'intégration rythmique, l'intégration entre affect et motricité, la réhabilitation de la réponse instinctive, **l'expression de l'identité, une meilleure résistance au stress**, l'élévation du niveau de santé et de l'humeur, l'amélioration de la communication sociale et la réhabilitation du lien originel entre l'être humain et la nature. **La théorie de la Biodanza se fonde essentiellement sur la biologie et, par extension, sur toutes les sciences de la vie.**

Les applications de cette nouvelle pédagogie, de cette rééducation affective existentielle, sont nombreuses, pour tous les âges et tous les publics, et répondent à une demande croissante : groupes réguliers et stages, dans **les institutions et établissement d'éducation, de santé, de développement personnel, de réhabilitation sociale...**

LE CURSUS DE FORMATION Professeur ou Auditeur Libre (détails plus loin)

1. Définition de la Biodanza et le Modèle Théorique
2. L'inconscient vital et le Principe Biocentrique
3. La Vivencia
4. Les aspects biologiques
5. Les aspects physiologiques
6. Les aspects psychologiques
7. Antécédents mythiques et philosophiques
8. Identité et intégration
9. Transe et régression
10. Contact et caresses
11. Le mouvement humain
12. Vitalité
13. Sexualité
14. Créativité
15. Affectivité
16. Transcendance
17. Mécanismes d'action de la Biodanza
18. L'action sociale et l'éducation biocentrique
19. Applications et extensions
20. Biodanza, Ars Magna

Pour devenir professeur de Biodanza :

21. Méthodologie I : sémantique musicale (1)
22. Méthodologie II : sémantique musicale (2)
23. Méthodologie III : la séance de Biodanza (1)
24. Méthodologie IV : la séance de Biodanza (2)
25. Méthodologie V : cours et stages de Biodanza
26. Méthodologie VI : le groupe de Biodanza
27. Méthodologie VII: critères d'évaluation du développement
28. Méthodologie VIII : liste des exercices, consignes et musiques

+ 2 extensions : Projet Minotaure et le Projet Evolution.
(séminaires spécifiques)

Les applications de cette nouvelle pédagogie, de cette rééducation affective existentielle, sont nombreuses, pour tous les âges et tous les publics, et répondent à une demande croissante : groupes réguliers et stages, dans **les institutions et établissement d'éducation, de santé, de développement personnel, de réhabilitation sociale...**

Le système de la Biodanza est administré par la **Fondation Biocentrique Internationale**, son objectif est d'unifier les théories, les méthodes et les critères de pratique de la Biodanza dans le monde entier.



Au sein de l'école, les étudiants se destinant à la facilitation seront rapidement mis en situation de présenter un exercice puis de travailler en collectif sur des enchaînements vivenciels et de construire et de donner une vivencia.

1. Définition de la Biodanza et le Modèle Théorique

Origine du modèle théorique et fondements de la Biodanza – Evolution – Structure

Concepts structuraux de la Biodanza : intégration du corps dans le processus de changement – le groupe – la Vivencia – la musique – musique-mouvement-émotion

2. L'inconscient vital et le Principe Biocentrique

Le Principe Biocentrique : changement de paradigme qui pose la Vie au centre - Fondement des lois universelles de préservation et d'évolution de la vie - Modification de la position de l'homme dans le monde et répercussions psychosociologiques : la culture biocentrique

L'Inconscient vital : les mécanismes de conservation et d'évolution de la vie. Le désir de vivre et l'impact de la musique sur l'humeur endogène.

3. La Vivencia

Outil d'accès à l'inconscient vital. Moment vécu dans l'ici et maintenant au travers de sensations corporels renforçant l'expression des potentiels.

4. Les aspects biologiques

Les grands principes du Vivant – l'origine de la vie et de l'univers – Les processus biologiques de l'organisme humain – Les liens biologiques et la rénovation du psychisme cellulaire (inconscient vital)

5. Les aspects physiologiques

Les effets de la Biodanza sur les 3 grands systèmes : système nerveux, système endocrinien, système immunitaire

L'impact de la danse sur notre santé et notre psychologie

6. Les aspects psychologiques

Les 3 inconscients : inconscient personnel (Freud), inconscient collectif (Jun), inconscient vital (Rolando Toro). Leurs articulations et les effets sur l'identité - La dynamique psychologique de l'estime de soi et l'expression de soi.

7. Antécédents mythiques et philosophiques

L'importance des mythes et des archétypes dans le développement psychologique de l'homme : forces inconscientes du Vivant et de l'expression de son identité

8. Identité et intégration

L'identité saine et les pathologies de l'identité – l'influence de la Biodanza dans l'expression et le renforcement de l'identité saine – la dynamique de l'identité, image de soi et estime de soi : rôle du corps, des sensations et des émotions.

9. Transe et régression

Les bienfaits de la transe intégrative et de régression (re-progression) en Biodanza : restauration de l'équilibre homéostatique et du renforcement identitaire

10. Contact et caresse

Importance du contact dans le développement de l'identité – le contact et la caresse dans la relation humaine : l'affectivité dans la relation et bienfaits sur l'identité

11. Le mouvement humain

Le mouvement intégré vécu et stimulé par la musique comme expression existentielle.

Expression de soi dans l'authenticité et la simplicité de l'identité saine

12. Vitalité

Expression de la joie de vie et du plaisir de vivre comme indice de santé – les indices de vitalité (physique, physiologique et psychologique) - Renforcement de la vitalité au travers de l'auto-régulation

13. Sexualité

Les bases physiologiques et psychologiques de la sexualité – la notion de plaisir comme expression de joie de vivre et de posture existentielle dans tous les domaines de la vie (plaisir de corps, des sens) – sexualité et affectivité : respect de l'individu au travers de la relation

14. Créativité

Développement de la fonction Créativité comme expression des potentiels humains

Créativité et expression existentielle

15. Affectivité

Pour une phénoménologie de l'affectivité – les composantes structurelles de l'affectivité

Les aspects biologiques de l'affectivité

L'importance de l'affectivité dans les fondements de l'écologie humaine et de l'équilibre psychologique et épanouissement de soi dans la relation

16. Transcendance

Le pouvoir de la musique donnant accès au merveilleux de la vie – Elargir notre perception - Sentir et vivre notre reliance avec le Vivant

17. Mécanismes d'action de la Biodanza

La Biodanza et ses effets sur l'organisme et son pouvoir de réhabilitation existentielle- Les 7 pouvoirs de la Biodanza® : la musique, le mouvement intégrant, la méthodologie vivencielle, la caresse, la transe, l'expansion de conscience et le pouvoir du groupe

18. L'action sociale et l'éducation biocentrique

Posture existentielle favorisant le lien – l'éducation au Vivant et à l'écologie humaine – transformation personnelle et transformation sociale

19. Applications et extensions

Approfondissement des transformations personnelles au travers de thèmes spécifiques

20. Biodanza, Ars Magna

Vers une vision intégrante de l'homme : réhabilitation existentielle – choix et implications vers un « mieux vivre »

PROFESSIONNALISATION : 3^{ème} année Méthologie

21. Méthodologie I : sémantique musicale (1)

22. Méthodologie II : sémantique musicale (2)

Les effets de la musique : impact musical sur l'être – les fondements et les critères de sélection des musiques utilisées en Biodanza : l'analyse de la sémantique musicale

23. Méthodologie III: la séance de Biodanza (1)

24. Méthodologie IV : la séance de Biodanza (2)

La construction d'une vivencia : objectifs, niveaux, durée - Les effets physiologiques des exercices -

25. Méthodologie V : cours et stages de Biodanza

Structuration de la Vivencia : exercices d'intégration motrice, affectivo-motrice, de communication affective, de communion – La progressivité des exercices au sein d'une vivencia et la progressivité de cours hebdomadaires, stages...

26. Méthodologie VI : le groupe de Biodanza

Le groupe de Biodanza : le groupe et les fonctions du groupe - Intégration du groupe en Biodanza : intégration organique, dynamique du groupe, participation et mécanismes de défense- Position du professeur et relations avec les participants
Relation entre le micro-monde groupal et le macro-monde social - Aspects expérimentaux et phénoménologie de la Biodanza

27. Méthodologie VII: critères d'évaluation du développement

Les 12 catégories de mouvement : définition et critères d'observation - Le modèle systémique du mouvement humain et diagnostic de la posture- Les 8 aspects moteurs en relation avec les exercices de Biodanza - La capacité de contact, de réciprocité, d'ouverture - Les critères d'évaluation du processus évolutif en Biodanza

28. Méthodologie VIII : liste des exercices, consignes et musiques

Liste des exercices en Biodanza : descriptions mouvements – objectifs – Projection dans la vie quotidienne – musiques utilisées

+ 2 extensions : Projet Minotaure et le Projet Evolution. (séminaires spécifiques) Optionnel pour les auditeurs libres bien que fortement conseillés

Projet Minotaure : Découvrir ses propres peurs paralysantes pour les transformer lors d'un « défi dansé » et découvrir un chemin de transformation puissant pour plus de liberté et de créativité existentielle.

Projet Evolution : vivre les étapes archétypales du développement évolutif humain (métaphore de l'Arbre : racines, tronc, branches, fleur, fruits) – Vivre des niveaux de croissance existentielle jusqu'à la maturité (concrétisation de sa ré-évolution).



Ecole de BIODANZA Rolando TORO Nantes Atlantique

FICHE D'INFORMATION et de CANDITATURE
à nous retourner si vous souhaitez entreprendre la formation

NOM

Prénom

Date et lieu de Naissance.....

Profession ou activité actuelle

.....

Parcours professionnel et niveaux de qualification (formation/diplômes le cas échéant)

.....

.....

.....

Adresse Complète

.....

Tél domicile Tél travail..... Tél mobile

E-mail Fax.....

Professeur habituel et joindre le détail du nombre d'heure de vivencia réalisé

.....

Expérience en Biodanza (sur papier libre si vous avez besoin d'espace):

.....

.....

Autres précisions sur votre état de santé, travail thérapeutique réalisé ou en cours ...:

.....

.....

.....

.....

Je joins à mon inscription :

- mes motivations personnelles à suivre la formation comme auditeur ou étudiant professeur
- la lettre de présentation de mon professeur-facilitateur titulaire
- une photo + un CV succinct
- un chèque de 165 € d'arrhes pour le premier week end de formation (non remboursable), à l'ordre d'ABE, 130 € en auditeur

Date

Signature