

## Formation Professionnelle de Body-Mind Centering®

Direction pédagogique : Janet Amato, Lulla Chourlin et Anne Garrigues

Mise à jour Mai 2020

### Modules Complémentaires

Pour la formation de praticiens, trois modules complémentaires doivent être validés.

- **Analyse fonctionnelle des muscles**
- **Anatomie et physiologie**
- **Aptitude à l'accompagnement psychologique**

Ils peuvent être effectués durant le parcours initial de formation de l'étudiant ou s'il est déjà un professionnel dans les champs requis.

Pour les autres étudiants, ils devront se former et valider leurs acquisitions

Le module *l'analyse fonctionnelle des muscles* est régulièrement proposé par Soma.

En général, les autres modules doivent être effectués dans d'autres contextes de formation universitaire ou privée.

### Prérequis pour intégrer la formation

Ces modules s'adressent aux étudiants en cours de formation avec Soma.

Cependant des étudiants d'autres formations somatiques ainsi que des professionnels peuvent participer.

### Déroulement des modules complémentaires

Intitulé des modules	Nb de jours	Nb d'heures
Analyse fonctionnelle des muscles	4	30
Anatomie et physiologie	11	80
Aptitude à l'accompagnement psychologique	7	50
<b>TOTAL</b>		<b>160</b>

## Les Directrices Pédagogiques

Les enseignants des formations dispensées par SOMA sont tous des formateurs certifiés de Body-Mind Centering. Ils bénéficient de nombreuses années d'enseignement et de pratique du BMC et possèdent un large éventail d'expériences professionnelles dans les domaines de l'éducation somatique et des techniques corporelles. La **direction pédagogique** de la formation est assurée par **Janet Amato, Lulla Chourlin et Anne Garrigues**.

**Janet Amato**, d'origine grecque, danseuse, chorégraphe, enseignante, est certifiée en Body-Mind Centering®, diplômée dans la technique Pilates et en Reiki. Sa carrière artistique a débuté en tant que danseuse de la Compagnie de l'Opéra National de Grèce en 1982. En 1987 elle rejoint la Compagnie Okyroi de Vasso Barboussi pour une tournée de festivals en Grèce dans des spectacles de danse contemporaine et dans des performances d'improvisation, de vidéodanse et arts multimédias. Janet Amato vit à Paris où elle enseigne et poursuit ses recherches et ses créations personnelles dans la danse. Son parcours artistique doit beaucoup aux rencontres avec Jérôme Andrews, Solange Mignoton et Bonnie Bainbridge Cohen. Elle enseigne dans les formations professionnelles de BMC en Allemagne, en Italie et en France depuis 2005.

**Lulla Chourlin**, danseuse et chorégraphe, enseigne le BMC dans de nombreuses villes de France et d'Europe. Elle a pratiqué la Danse Contact Improvisation avec Steve Paxton, Nancy Stark Smith, Kristie Simson, Mark Tompkins et Didier Silhol. Elle s'est formée au Body-Mind Centering de 1995 à 1998 à l'école BMC du Massachusetts (USA) avec Bonnie Bainbridge Cohen. Elle dirige sa propre formation en Art du Mouvement Expérimental depuis 1999 et intervient dans la formation professionnelle organisée par SOMA depuis 2006. Directrice artistique de la Compagnie Astragale avec laquelle elle crée des spectacles et performances en collaboration avec d'autres artistes (musiciens, photographes, autres chorégraphes). Dernière création « Sur Paroles » créée à Aix et Marseille fin 2009.

**Anne Garrigues** est codirectrice pédagogique de Soma et co-responsable de la formation au Développement Moteur du Nourrisson. Elle enseigne régulièrement dans les formations de la School for Body-Mind Centering® à travers l'Europe.

À Grenoble, elle mène une activité de Praticienne et reçoit en séance individuelle des adultes de tous âges, des familles avec leur bébé ainsi que des enfants avec des besoins particuliers. En septembre 2017, elle crée un lieu « Jardin et Mouvement » qui accueille cours et stages de pratiques somatiques, mouvement en conscience. Artiste chorégraphique durant 25 ans, elle continue d'exercer dans la transmission de la danse avec une forte orientation somatique auprès de danseurs professionnels et amateurs, d'enfants et de publics fragiles. Engagée dans des dispositifs permettant les échanges avec des pairs, elle participe activement à deux projets européens : SPARKS sur de l'approche somatique du handicap et LEAP sur la transmission de la danse.

### **Analyse fonctionnelle des muscles**

4 jours, 30 heures

Ce module propose une première approche du système musculaire. Nous étudions les principes de base d'organisation et de fonctionnement des muscles. Nous traçons certains groupes de muscles et des muscles spécifiques dans chaque partie du corps. Nous souhaitons aussi vous transmettre le goût et la curiosité pour continuer vous-même cette exploration. Avec le soutien des muscles visités, nous prenons un temps chaque jour pour aller dans le mouvement.

#### Objectifs du module :

- Acquérir une compréhension de l'organisation du système musculaire basée sur observation de l'anatomie.
- Repérer chaque groupe de muscles par la palpation, le traçage de l'origine et la terminaison et la sollicitation dans des mouvements spécifiques.
- Nommer et mémoriser les groupes musculaires.

### **Anatomie et physiologie**

11 jours, 80 heures

Vous pouvez suivre un module associant anatomie et physiologie ou bien deux modules séparés.

Ces modules doivent être d'un niveau de premier cycle universitaire ou équivalent (écoles de médecine, de massage, d'acupuncture, d'ostéopathie, etc., ou bien cours à domicile ou par correspondance). Sont abordés : la biologie et la division cellulaire, l'histologie, l'anatomie et la physiologie des systèmes squelettique, musculaire, endocrinien, respiratoire, cardio-vasculaire, urinaire, digestif, nerveux, immunitaire et reproducteur.

#### Objectifs du module :

- Acquérir les notions fondamentales de chaque système du corps, à travers des enseignements théoriques, complétés éventuellement d'applications pratiques et fonctionnelles

### **Aptitude à l'accompagnement psychologique**

7 jours, 50 heures

Ce module n'est exigé qu'en quatrième année de la formation pour devenir praticien certifié en Body-Mind Centering. Cet enseignement vise à vous donner les moyens d'aborder verbalement les questions personnelles soulevées lorsque vous travaillez avec certaines personnes. Vous êtes libre de choisir l'approche qui vous convient et qui soit à même de vous fournir des moyens et des principes pratiques de faire face à ces questions. Quel que soit le type de formation, il doit vous apporter des compétences verbales de base.

*50 heures*

#### Objectifs du module :

- Acquérir les moyens d'aborder verbalement les questions personnelles qui se présentent lorsque vous travaillez avec d'autres.