

AVTENTIČNO GIBANJE/AUTHENTIC MOVEMENT

Ljubljana
oktober 2023-junij 2024



Trenutek sinhronije v gibanju: pričevanje skupinski praksi AG. Avtorica risbe: Barbara Rumpret (2012).

Avtentično gibanje (AG) je kontemplativna gibalna praksa, ki se osredotoča na raziskovanje tega, kar se za gibalce in njihove priče uteleša/udejanja/ozavešča v poteku in refleksiji gibalne izkušnje. Pojem **Avtentično gibanje** danes označuje tako **AG kot samostojno disciplino** kakor tudi **celotno polje raznovrstnih AG praks, ki se je razvilo v tesni povezavi z analitično psihologijo/jungovsko analizo in plesno-gibalno psihoterapijo**. Temeljni AG koncepti, principi dela in izvedbeni formati so pogosto integrirani v procese sodobnih psihoterapevtskih, umetniških in pedagoških praks, na umetnosti temelječega in umetniškega raziskovanja ter nekaterih oblik supervizije.

Za obdobje oktober 2023-junij 2024 se v Ljubljani odpira nova začetna skupina AG: vanjo se lahko vključite vsi, ki ste se izkustveno že srečali z Avtentičnim gibanjem in bi svojo prakso želeli poglobiti kakor tudi tisti, ki še nimate osebne izkušnje, zanima pa vas (samo)raziskovanje skozi telo in gibanje.

Disciplino Avtentično gibanje je Janet Adler (1941-2023), plesno-gibalna terapevtka in pionirka AG, razvila iz dela svoje učiteljice Mary Starks Whitehouse (1911-1979). Slednja je bila ena prvih gibalnih terapevtk v ZDA: v petdesetih letih 20. stoletja je zasnovala pristop Movement-In-Depth, gibalno obliko tehnike aktivna imaginacija Carla Gustava Junga.

Zanimalo jo je iz posameznikove notranjosti izhajajoče gibanje ter raziskovanje neposrednega telesnega izkustva gibalčeve notranje resničnosti (občutkov, podob, zvokov, misli in čustev ter drugih zaznav, ki se lahko porajajo v danem trenutku gibanja ali mirovanja).

Janet Adler je AG uveljavila kot samostojno in natančno strukturirano disciplino, kot eno izmed sodobnih praks zavedanja skozi telo oziroma gibanje: definirala je izvedbene formate discipline in AG vzpostavila kot enega izmed osrednjih pristopov v sodobni plesno-gibalni psihoterapiji. Avtentično gibanje uvrščajo tudi med t.i. na čuječnosti temelječe umetnostnoterapevtske pristope.

Za vključitev v prakso ne potrebujete plesno-gibalnih ali drugih veščinskih predznanj. **AG srečanja bodo potekala v mali skupini (od šest do osem gibalcev) in bodo osredotočena na osebno izkušnjo Avtentičnega gibanja. Refleksija gibalne izkušnje bo potekala skozi pogovor in druge oblike ustvarjalnega samoraziskovanja** (refleksivna praksa, ki se udejanja tudi v pisanju, risanju, pri delu z zvočili/glasom in s pomočjo različnih konkretizacijskih/projekcijskih tehnik).

Termini začetne AG skupine 2023/24 (zmeraj sobota, od 9. do 12. ure): 7. oktober, 11. november in 16. december 2023; 6. januar, 10. februar, 9. marec, 13. april, 11. maj in 22. junij 2024.

Kadar se ne morete udeležiti prakse v svoji skupini, lahko to srečanje po vnaprejšnji najavi nadomestite v drugi AG skupini. **Datumi nadomestnih terminov (zmeraj nedelja, od 9. do 12. ure) so: 7. januar, 18. februar, 24. marec, 21. april, 19. maj in 16. junij 2024.**

Lokacija: studio MOJ KORAK, Vilharjeva 3, 1000 Ljubljana. Stavbni kompleks Vilharjeva 3 se nahaja v bližini glavne avtobusne oziroma železniške postaje Ljubljana.

Obseg prakse: 9 srečanj po 3 ure, skupaj 27 ur osebne izkušnje v mali skupini AG.

Kotizacija: 50 EUR/srečanje, skupaj 450 EUR.

Prijave in dodatne informacije:

aleksandra.schuller@guest.arnes.si

Rok za oddajo prijav: 25. september 2023.



Ob prijavi se udeleženec_ka obveže k plačilu kotizacije za celotno obdobje oktober 2023-junij 2024: znesek 450 EUR poravna do 1. oktobra 2023. Mala AG skupina se formira jeseni, za devet mesecev: v tem obdobju ne sprejema novih članov, zato se kotizacija v primeru morebitnega odstopa od prakse (ne glede na razlog odsotnosti) ne vrača.

Izvajalka: dr. Aleksandra Schuller je registrirana plesno-gibalna psihoterapevka (ZPGPS/EADMT) in magistrica Pomoči z umetnostjo. Avtentično gibanje je študirala pri dr. Janet Adler v letih 2010-2012, prakso AG samostojno izvaja od leta 2011: dela z odraslimi, s posamezniki in z malimi skupinami. Je članica Združenja plesno-gibalnih psihoterapevtov Slovenije (ZPGPS) in Slovenskega združenja za analitično psihologijo (SZAP).

PRIJAVNICA

Avtentično gibanje 2023-24



*izpolnjen in podpisan prijavni obrazec pošljete na aleksandra.schuller@guest.arnes.si do 25. septembra 2023

Podpisani_a se prijavljam za udeležbo v mali skupini za prakso Avtentičnega gibanja, ki bo potekala enkrat mesečno od oktobra 2023 od junija 2024 (devet srečanj v skupnem obsegu 27 ur) v studiu Moj Korak, Vilharjeva 3, Ljubljana.

Podatki za izpis računa:

Ime in priimek.....

Naslov.....

Telefonska številka.....

E-mail.....

Priloga: kratek življenjepis z opisom vaše motivacije za prijavo

Spodaj podpisani_a do preklica dovoljujem uporabo in hrambo zgoraj navedenih osebnih podatkov z namenom obveščanja o poteku prakse Avtentičnega gibanja ter z njo povezanih strokovnih dejavnosti. To soglasje se lahko kadarkoli prekliče z obvestilom na elektronski naslov: aleksandra.schuller@guest.arnes.si

S podpisom se obvezujem k udeležbi za celo AG sezono 2023/24 (9 srečanj), kotizacijo v znesku 450 EUR bom poravnal_a po prejemu računa, najkasneje do 1. oktobra 2023.

Kraj/datum:

Podpis: