



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA
DIPARTIMENTO DI FILOSOFIA, SOCIOLOGIA, PEDAGOGIA E
PSICOLOGIA APPLICATA- FISPPA

CORSO DI STUDIO
IN SCIENZE DELL'EDUCAZIONE E DELLA FORMAZIONE
CURRICOLO EDUCAZIONE SOCIALE E ANIMAZIONE CULTURALE

Relazione finale

La danzaterapia di Maria Fux in Italia: l'esperienza veneta

RELATORE

Prof. Stefania Onesti

LAUREANDA Elisa Mariutto

Matricola 1237082

Anno accademico 2021/2022



Indice

Introduzione	4
Capitolo 1: La Danzaterapia.....	6
L'origine della Danzaterapia	6
<i>Marian Chace (1896-1970)</i>	7
<i>Trudi Schoop (1903-1999)</i>	9
Altri contributi alla Danzaterapia	10
<i>Irmgard Bartenieff</i>	10
<i>Blanche Evan</i>	10
I tre modelli.....	11
<i>Approccio analitico di tipo junghiano</i>	11
<i>Il metodo di Maria Fux</i>	12
<i>L'Expression Primitive</i>	13
Le scuole di Danzaterapia in Italia.....	14
Capitolo 2: Maria Fux e il suo metodo.....	16
La formazione	16
La metodologia.....	18
<i>Le caratteristiche del metodo</i>	20
La danza nelle diverse età	22
Gli stimoli e gli strumenti utilizzati nel metodo.....	25
Le esperienze di Maria Fux.....	28
<i>L'incontro con i poliomielitici</i>	28
<i>La bambina che odia il suo corpo</i>	29
<i>L'esperienza con i non vedenti</i>	29
<i>La ragazza Adriana</i>	30
Capitolo 3: L'esperienza veneta.....	32
Osservazioni sul campo.....	33
<i>La classe settimanale</i>	34
<i>I seminari</i>	34
<i>Elementi comuni e riflessioni sulle osservazioni</i>	34
Interviste agli insegnanti	36



<i>Questionario 1</i>	36
<i>Questionario 2</i>	37
<i>Questionario 3</i>	39
<i>Questionario 4</i>	40
<i>Questionario 5</i>	41
<i>Questionario 6</i>	43
<i>Questionario 7</i>	45
Bibliografia	47
Sitografia	48
Ringraziamenti	49



Introduzione

La presente relazione affronta in generale la Danzaterapia e i danzatori che contribuiscono alla nascita e all'evoluzione di essa. Nello specifico tratta della vita, della formazione e del metodo di Maria Fux. Allo studio teorico è stata affiancata un'esperienza sul campo, che ha lo scopo di offrire una visione più ricca e completa dell'argomento.

Le motivazioni che hanno portato alla scelta di questo argomento provengono sia da un interesse personale, nato dalla frequentazione di alcune lezioni riguardanti la danzatrice argentina, sia da un interesse professionale, ampliando la propria qualifica da educatore e applicando questo metodo nei differenti ambiti lavorativi.

Gli obiettivi di questa ricerca sono quelli di fornire una panoramica generale della danzaterapia e di informare della presenza di varie scuole di formazione in Italia che praticano e insegnano questa disciplina con differenti metodologie. In aggiunta, la relazione punta anche a evidenziare la figura di Maria Fux, percorrendo le tappe significative del suo percorso nella danza.

L'elaborato è articolato in tre capitoli. Nel primo capitolo viene affrontata l'origine della danzaterapia, dunque gli artisti che grazie alla loro nuova visione della danza hanno contribuito alla sua nascita. Inoltre, vengono analizzati i tre differenti modelli della danzaterapia e raccolte le informazioni riguardanti gli istituti presenti in Italia che formano i danzaterapeuti. Il secondo capitolo si concentra su tutti gli aspetti della Fux, sulla sua vita, sul suo percorso formativo e sulle motivazioni che l'hanno condotta a ideare una propria metodologia. La relazione approfondisce anche la sua tecnica, gli strumenti e gli stimoli che utilizza durante il suo lavoro ed espone la modalità che applica nell'approccio della danza con le diverse fasce d'età. Mette in evidenza anche alcune delle esperienze significative che la Fux vive nella pratica della danzaterapia con soggetti che presentano determinate difficoltà. L'ultimo capitolo tratta delle osservazioni raccolte tramite l'esperienza personale, svolta grazie alla disponibilità di una danzaterapeuta che mi ha permesso di partecipare alle sue lezioni e seminari. Infine, vengono anche inseriti i questionari compilati riguardanti il metodo Fux, proposti e



distribuiti ai danzaterapeuti che hanno aderito alla proposta e il procedimento che ha permesso la realizzazione di questa esperienza.



Capitolo 1: La Danzaterapia

L'origine della Danzaterapia

La Danzaterapia si sviluppa tra il 1940 e il 1960 grazie all'impegno e alla dedizione delle prime danzaterapeute che iniziano a utilizzare le proprie conoscenze sul movimento e sulla danza negli ambienti di cura. Il lavoro di queste danzatrici si fonda su un'intensa conoscenza dell'arte della danza come espressione e comunicazione umana, sapienza che proviene dalla loro esperienza come danzatrici e insegnanti. Il XX secolo è il periodo dei rinnovamenti nella danza che influenzano la danzaterapia. Infatti, gli artisti di quel tempo mirano al recupero e alla diffusione del significato originario della danza¹, puntando a una forma di espressione libera che permetta ai ballerini di manifestare ed esternare i sentimenti e il proprio mondo interiore. Pertanto, i danzatori della modern dance vogliono superare la tecnica virtuosistica fine a se stessa per creare nuovi linguaggi e modalità espressive². La pioniera di questo nuovo concetto di danza è Isadora Duncan, la quale vuole rendere alla danza il suo valore originario. La Duncan critica e va contro una forma di danza concentrata principalmente sullo spettacolo e sull'aspetto performativo e mira a una danza che si avvicini alle radici e alla storia dell'uomo. Inoltre, permette ai danzatori di ballare a piedi nudi, di avere un contatto diretto con la natura e di danzare indossando un vestiario che liberi il corpo dagli elementi che non permettono di esprimere la sua energia vitale³. Grazie al suo lavoro, ma anche degli artisti modern, molti danzatori iniziano a modificare la propria danza, lavorando profondamente su se stessi e sulla tecnica d'improvvisazione. Le prime danzatrici, considerate anche pioniere della danzaterapia e che introducono gli aspetti più rilevanti della nuova concezione di danza negli ospedali psichiatrici sono Marian

¹ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica. Danzamovimentoterapia tra Oriente e Occidente*, Milano, FrancoAngeli, 2018, p. 86.

² Cfr. Macaluso Claudia, Zerbeloni Silvia, *La Danzaterapia*, Milano, Xenia, 1999, pp. 26-27.

³ Ivi, pp. 27-28 e Cfr. Elena Randi, *Protagonisti della danza del XX secolo. Poetiche ed eventi scenici*, Roma, Carocci, 2014, pp. 37-39.



Chace e Trudy Schoop.⁴ Nel 1940, queste danzatrici insieme scoprono che partendo da se stessi e dalla propria esperienza, la danza può avere anche dei risultati terapeutici⁵.

La Danzaterapia agisce al fine di portare il paziente a uno stato di benessere, affrontando i disturbi emotivi, cognitivi e fisici con interventi di tipo corporeo.

Puxeddu la definisce come quell'attività di ordine terapeutico, i cui obiettivi terapeutici hanno l'intento di far ritrovare al paziente il piacere funzionale del proprio corpo, di lavorare sull'affinamento delle funzioni psicomotorie, sull'unità psico-corporea, sulla simbolizzazione corporea, sull'immagine corporea e la stima di sé⁶.

La Danzaterapia è considerata un'attività che attraverso il movimento provoca piacere all'individuo, intervenendo sull'aumento della capacità motoria globale. Mira a unire le emozioni, i sentimenti, il corpo e le strutture muscolari. Infatti, Schilder afferma che « Il movimento è un importante fattore unificante per le diverse parti del nostro corpo »⁷. Inoltre, la danzaterapia è intesa anche come «forma di gioco» e come afferma Winnicot, «il gioco crea uno spazio transizionale, un momento simbolico per esprimere conflitti ed emozioni, per affermare la propria identità e per esprimere le istanze più profonde»⁸. Infine, un altro essenziale aspetto da sottolineare è che la danzaterapia agisce positivamente sull'immagine corporea e sulla stima di sé.

Marian Chace (1896-1970)

Marian Chace è una delle prime artiste che mette in pratica gli elementi della nuova concezione della danza in ambienti di cura, contribuendo allo sviluppo della danzaterapia. La Chace, danzatrice e coreografa, si forma alla Denishawn School of Dance di New York. In quest'ambito inizia la sua carriera da insegnante. Nel corso del tempo, la Chace si accorge che i suoi allievi presentano maggiori cambiamenti e un buono stato di benessere quando struttura le lezioni basando la tecnica sui bisogni di ciascuno. Inoltre, osserva che i suoi studenti vanno alle lezioni spinti da un

⁴ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit., p. 87.

⁵ Cfr. Macaluso Claudia, Zerbeloni Silvia, *La Danzaterapia*, cit., p. 45.

⁶ Ivi, p. 51.

⁷ Ivi, p. 52.

⁸ Ivi, p. 54.



coinvolgimento interiore e profondo e non per altri interessi. Nel 1930, la Chace deve far fronte a delle situazioni in cui i bambini, in assenza di caratteristiche fisiche precise per diventare danzatori, continuano a studiare per potersi esprimere e manifestare le loro frustrazioni e richieste d'aiuto. A tal proposito la Chace osserva il linguaggio non verbale e il modo di esprimersi di ogni allievo e inizia così a studiare e approfondire la sua ricerca. Attraverso l'analisi, applicando il suo metodo, comincia a proporre progetti a persone in difficoltà, sofferenti, isolate e incapaci di esprimersi verbalmente. Nel corso della sua vita, l'ospedale psichiatrico St. Elisabeth di Washington la convoca per formulare un metodo di recupero ed elaborare dei programmi terapeutici per schizofrenici, maniaco-depressivi e isterici. In quest'ambito, il fine del lavoro è quello di proporre dei progetti che mirino alla risocializzazione del paziente in un ambiente di gruppo. Uno strumento importante che permette il raggiungimento dell'obiettivo è il gruppo stesso, che valorizza le interazioni tra i pazienti. Inoltre, il danzaterapeuta ricopre un ruolo importante aiutando il paziente a trarre effetti positivi dalla relazione terapeutica con il gruppo. Infatti, la Chace dichiara che il paziente può «entrare in un gruppo e agire al suo interno in modo che sia soddisfacente per sé e per gli altri componenti»⁹. La Chace è convinta che la danza sia uno strumento importante per entrare in contatto, comunicare e interagire con le altre persone. La tecnica utilizzata da quest'artista è quella del rispecchiamento, in cui la Chace rispecchia con i propri movimenti quelli del paziente, comprendendo quale parte del corpo ed emozione stimoli la persona a eseguire un determinato movimento. Ciò permette ai pazienti di sentirsi accettati e compresi. In aggiunta, la Chace lavora in gruppo e le lezioni si suddividono in tre fasi principali: la fase del riscaldamento, la parte centrale che sviluppa il tema programmato e una fase di chiusura. Le fasi hanno lo scopo di creare un ambiente di fiducia dove ciascun paziente può sentirsi libero di esprimere la propria parte interiore e raccontarla in forma verbale¹⁰.

⁹ Cfr. Chodorow Joan, *Danzaterapia e psicologia del profondo*, red edizioni, Como, 1998, p. 44, citato in Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia. Uno sguardo sul Metodo di Maria Fux*, Milano, MB Publishing, 2006, pp. 65-66.

¹⁰ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit., pp. 88-90.



Trudi Schoop (1903-1999)

Trudi Schoop, come Marian Chace, porta un contributo importante nella danzaterapia. La Schoop danza fin da piccola e afferma che «da bambina presa da strane paure, danzava chiusa nella sua camera e componeva danze che le permettevano di esternare le sue ansie, danze che diventavano «espressioni strutturate» di queste paure»¹¹. Inizia a imparare da autodidatta per poi con il tempo studiare danza nella scuola di Ellen Tells, allieva di Isadora Duncan. Negli anni Venti inaugura una sua scuola, dove inizia a incuriosirsi e interessarsi dell'espressività del corpo, della postura e dell'origine del movimento. Negli anni Cinquanta dopo la perdita di un suo caro, comincia a sperimentarsi nell'ambito della danzaterapia iniziando a lavorare presso il Camarillo State Hospital in California, con pazienti schizofrenici. Inoltre, conduce anche stage e percorsi di formazione per diventare danzaterapeuti in Europa e negli Stati Uniti. La Schoop ritiene importante che la danzaterapia lavori sull'unione tra corpo e mente, considerata fonte di benessere e armonia della persona nella relazione con sé stessi e con gli altri. Lavora principalmente sulla respirazione, l'allungamento, la postura, sul centro del proprio corpo, sull'utilizzo dello spazio e del ritmo per permettere al paziente di essere consapevole del proprio corpo e del movimento. La postura è un elemento fondamentale per raccogliere dettagli e informazioni su come la persona considera se stessa. Inoltre, la Schoop opera sia con il singolo caso sia in gruppo, sceglie in base alla persona e alla situazione che le si presenta, ascoltando e comprendendo la persona e le sue difficoltà. Infatti, il lavoro individuale permette al paziente di sentirsi in un luogo protetto, di esprimersi liberamente ed entrare in contatto con il danzaterapeuta. Invece, altri pazienti si sentono più a loro agio a lavorare in gruppo, rispettando il proprio tempo nell'eseguire le consegne¹². In aggiunta, la Schoop afferma che «a volte gli incontri individuali sono troppo minacciosi. Un paziente si può sentire eccessivamente esposto quando è l'unico punto focale di osservazione»¹³. La Schoop formula una propria metodologia di danzaterapia grazie anche alla sua empatia, sensibilità e accettazione

¹¹ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, pp. 90-91.

¹² Ivi, pp. 90- 95.

¹³ Ivi, pp. 94-95.



dell'altra persona¹⁴. Infine, la danzaterapia risulta fruttuosa perché agisce e valorizza le componenti del corpo ancora sane.¹⁵

Altri contributi alla Danzaterapia

Altri artisti importanti che hanno dato un contributo alla Danzaterapia, utilizzando metodologie differenti, sono Irmgard Bartenieff e Blanche Evan.

Irmgard Bartenieff

Irmgard Bartenieff (1900-1981) è una danzatrice, coreografa, fisioterapista e la prima danzaterapeuta a sviluppare un metodo di lavoro corporeo, studiando dalle teorie di Rudolf Laban. Nel 1957 comincia a operare come ruolo di danzaterapeuta in ospedali psichiatrici e come assistente allo studio della comunicazione non verbale, utilizzando il metodo Laban sul comportamento umano. Alla fine del 1960 il lavoro di Irmgard Bartenieff è considerato una metodologia della Danzaterapia. Inoltre, nel 1978, la Bartenieff fonda una scuola di formazione denominata «Laban Institute of Movement Studies» a New York. In questa scuola è utilizzato il metodo Effort/Shape, dando importanza al modo in cui l'individuo utilizza la propria energia cinetica, alla modalità in cui esteriorizza il proprio mondo interiore nei confronti dello spazio, del peso e del tempo e come viene utilizzato il proprio corpo nello spazio e il modo in cui prende forma e si modifica¹⁶.

Blanche Evan

Blanche Evan (1909-1982), ballerina e coreografa, studia, insieme a Bird Larson una tipologia di danza denominata «danza naturale» fondata sullo studio del movimento interiore e sull'utilizzo espressivo della danza nelle improvvisazioni. Grazie a

¹⁴ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit., p. 95.

¹⁵ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., p. 73.

¹⁶ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit., pp. 105-106.



quest'esperienza inizia a incuriosirsi della tecnica d'improvvisazione e a interessarsi della danza come strumento per esprimere e manifestare la propria creatività. Nel 1940, Evan lavora come insegnante e fonda un suo stile di danza chiamato «danza creativa». Inoltre, la Evan utilizza la danza con bambini che presentano difficoltà fisiche e psichiche. Con il tempo, inizia a interessarsi alla fascia adulta, denominando il suo lavoro «danza creativa come terapia». Dunque, il metodo «Danza/Movimento/Parola Terapia» rende centrale l'aspetto creativo. Infatti, per Evan la danza è la principale forma d'arte che permette alla persona di entrare in contatto con la propria interiorità, sentimenti ed emozioni. L'obiettivo che si propone Evan nel lavoro con gli adulti è quello d'indurre le persone a ricercare un contatto intenso con se stesse e raggiungere uno stato di consapevolezza che attraverso la creatività della danza possono esprimere pensieri e sentimenti. La Evan sottolinea, come Mary Whitehouse, l'importanza dell'utilizzo della danza come terapia anche al di fuori dei contesti psichiatrici. In aggiunta, la Evan opera sia individualmente sia in gruppo applicando diverse modalità d'intervento. Infine, utilizza l'improvvisazione nel momento in cui la persona sente il bisogno di entrare più in profondità con sé stessa¹⁷.

I tre modelli

Le tre principali metodologie della danzaterapia sono: l'approccio analitico di impostazione junghiana, il metodo di Maria Fux e l'Expression Primitive¹⁸.

Approccio analitico di tipo junghiano

Negli anni la danzaterapia è influenzata dai vari cambiamenti che avvengono nella danza. Infatti, intorno agli anni Cinquanta del Novecento molti artisti pensano sia più opportuno fornire una base scientifica e strutturata alla danzaterapia. Questo permette al

¹⁷ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit., pp. 102-104.

¹⁸ Cfr. Macaluso Claudia, Zerbeloni Silvia, *La Danzaterapia*, cit., p. 55.



danzaterapeuta di avere una base teorica a cui fare riferimento e degli strumenti da poter utilizzare nella pratica¹⁹.

La principale artista e danzatrice di questo pensiero denominato approccio analitico è Mary Starks Whitehouse. La Whitehouse è creatrice della Danzaterapia di orientamento junghiano fondata su una struttura più scientifica²⁰. Nella sua formazione studia danza dalla Wigman e da Martha Graham. Durante la sua vita incontra delle difficoltà e ritiene necessario cominciare un percorso di analisi conoscendo il pensiero di Jung sul corpo e sull'inconscio. Grazie alla conoscenza e allo studio del pensiero di Jung decide di prenderne spunto e d'inserirlo all'interno del proprio metodo, sviluppando il «Movimento Autentico²¹», una metodologia per entrare nell'inconscio che implica un ascolto profondo verso sé stessi. Inoltre, la Whitehouse opera con persone sane, offrendo la possibilità di svolgere l'incontro singolarmente o in gruppo. Lavora inducendo le persone ad attendere fino al momento in cui qualcosa accade dentro al proprio corpo, un impulso che generi una determinata azione. Infine, ogni paziente può rilevare le proprie emozioni, sentimenti, sensazioni e immagini, confrontandosi con la Whitehouse che funge da testimone di ciò che accade²².

Il metodo di Maria Fux

Maria Fux è una ballerina e coreografa argentina. Grazie alle sue esperienze e al lavoro svolto si è dedicata alla creazione di un suo metodo. La Fux attribuisce alla danza una funzione terapeutica. Applica il suo metodo principalmente a persone con disabilità, come persone con la sindrome di Down, audiolesi, non vedenti, spastici e con ritardi mentali. Il suo scopo è quello di offrire la danza a chi ne è escluso. Infatti, il metodo mira all'integrazione, coinvolgendo gruppi composti da pazienti anche molto diversi tra loro, in cui ognuno lavora con il proprio limite modificandolo in qualcosa di creativo²³. Inoltre, il conduttore dev'essere capace d'incitare il movimento, l'espressione di sé e la

¹⁹ Cfr. Macaluso Claudia, Zerbeleni Silvia, *La Danzaterapia*, cit., p. 55.

²⁰ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., p. 81.

²¹ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit., pp. 95-97.

²² Ivi, pp. 97-98.

²³ Ivi, p. 83.



creatività. La lezione è condotta partendo da degli stimoli, introdotti dal danzaterapeuta, che partono dal corpo, dal movimento e dal ritmo interiore e della musica. In aggiunta, la Fux dirige le lezioni anche attraverso l'utilizzo di alcuni materiali come i palloncini, il telo, il filo, l'elastico e altro²⁴. Gli stimoli che vengono dati sono seguiti da uno o più brani scelti appositamente per quel determinato momento. Infine, la Fux considera rilevante riuscire a esprimersi attraverso il corpo.

L'Expression Primitive

Viene fondato negli anni Settanta in Francia da Herno Duplan, danzatore, coreografo, attore e musicista haitiano. Durante la sua vita lavora a New York, con Katherine Dunham, coreografa e studiosa americana. La Dunham si occupa di svolgere delle ricerche sulle danze rituali, in particolare su quelle africane basate sulla religione. Pertanto, introduce nelle coreografie di Duplan i principi emersi dai suoi studi. Duplan attraverso la rielaborazione di queste esperienze crea un metodo antropologico denominato Expression Primitive. Infatti, Duplan afferma:

Con la parola Expression, mi riferisco al senso letterale della parola che indica: far risaltare, uscire dal livello zero, o meglio dal nulla, poiché il punto zero è già un'espressione; con il termine Primitive [...] rivaluto la sua radice linguistica che riporta a ciò che è originale, primo, iniziale, fondamentale²⁵.

Dunque, la parola primitive fa riferimento a diversi significati. In primo luogo, riguarda ciò che per tutti gli uomini è universale, rimanda poi alla ricca eredità lasciata dall'uomo preistorico e in conclusione quest'espressione si riferisce alle strutture psichiche primarie che organizzano lo sviluppo del bambino. Questo metodo permette alle persone di lavorare su sé stesse tramite uno studio sui movimenti, gesti e riti presenti in tutte le culture tradizionali. Inoltre, Duplan opera in gruppo composto da persone di età diverse, lavorando anche in psichiatria. In seguito, negli anni, si occupa della formazione universitaria a Parigi²⁶.

²⁴ Cfr. Macaluso Claudia, Zerbeloni Silvia, *La Danzaterapia*, cit., pp. 58-60.

²⁵ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit., pp. 106-107.

²⁶ Cfr. Macaluso Claudia, Zerbeloni Silvia, *La Danzaterapia*, cit., pp. 60-61.



Un'altra importante studiosa, artista e danzaterapeuta che lavora con l'Expression Primitive è France Schott-Billman. La Schott-Billman approfondisce l'Expression Primitive in un'ottica di ricerca psicoanalitica e antropologica. Nel suo metodo collega i principi della pratica psicoanalitica all'eredità della tradizione sciamanica²⁷.

Inoltre, l'Expression Primitive basandosi sugli elementi delle danze primitive individua i punti rilevanti presenti nelle diverse culture, riesaminandoli e utilizzandoli come mezzi terapeutici. Infine, gli strumenti principali tipici delle società tribali sono per esempio il gruppo, il ritmo, la voce, unificare il corpo e altro²⁸.

Le scuole di Danzaterapia in Italia

In Italia sono presenti varie scuole che insegnano metodologie di Danzaterapia diverse tra loro. Ogni artista, una volta abilitato al ruolo di danzaterapeuta, fa della danzaterapia un proprio metodo con scopi e modalità differenti. Le scuole situate in Italia utilizzano diverse metodologie come per esempio il metodo di Maria Fux, l'Expression Primitive, il metodo Dmt- ER, il Life Art di Anna Halprin²⁹ e altre metodologie che sono in continua evoluzione.

Le scuole di formazione che utilizzano il metodo di Maria Fux sono molte e sparse in Italia. A Verona è presente la "SI.Danza", ovvero la Scuola internazionale di Danzaterapia Maria Fux; a Milano e a Trieste si trova la Scuola di formazione "Risvegli-Maria Fux". Sempre a Milano si trova la "Scuola di Formazione in Danza Movimento Terapia"³⁰. Inoltre, a Modena è situata la "Exstatis Se Puede", a Pistoia e a Grosseto è collocata la Scuola di formazione "La Ruota delle Arti" e i "Chicchi d'Arte". A Catania è presente la Scuola di formazione "MusicArtEmozioni Maria Fux" e invece a Ragusa la "Lilith Nueva". In aggiunta, a Messina e in Calabria è ubicata la scuola di Danzaterapia metodo Maria Fux Mirella Avenoso³¹. Infine, a Firenze è collocato il Centro toscano di Arte e Danzaterapia, fondato da Lilia Bertelli.

²⁷ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit., p. 107.

²⁸ Cfr. Macaluso Claudia, Zerbeleni Silvia, *La Danzaterapia*, cit., pp. 62-63.

²⁹ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 79-81.

³⁰ Ivi, p. 80.

³¹ <http://www.danzaterapiamariafux.it/sito/le-scuole-in-italia/>



Le scuole fondate sul metodo dell'Expression Primitive sono: “il Balzo” di Milano, Centro di ricerca creativa danza e movimento; “Scuola di Formazione Professionale in DMT Espressiva e Psicodinamica” di Genova gestita dall'Associazione “Il Melograno”: Centro Comunicazione e Linguaggio del Corpo. Inoltre, a Roma è collocata la «Scuola Quadriennale di Psicoterapie Espressive e Artiterapie» a cura dell'Associazione Onlus “Scuola di Arti Terapie” convenzionata con l'Università degli studi di Roma Tor Vergata³².

Il metodo Dmt-ER ha origine come Dmt nel 1940 ed è utilizzato nell'ambito educativo e del benessere. È considerato uno strumento da applicare in diversi ambienti, come in riabilitazione psichiatrica, nei disturbi dell'età evolutiva, nelle strutture per anziani e per persone con disabilità. Nel 1990, il Dmt-ER, ossia Danzamovimentoterapia Espressivo-Relazionale viene rinnovato da Vincenzo Bellia, mirando al coinvolgimento degli individui all'interno di un gruppo e al cambiamento ed evoluzione dell'immagine di sé stessi e del proprio corpo. Il Dmt-ER prende spunto dalle ricerche e dagli studi sul movimento di Rudolf Laban e Batarnieff, la Gruppoanalisi e dal metodo Expression Primitive³³. Questa metodologia è utilizzata da Paola Benvignù, psicologa, psicoterapeuta e danzaterapeuta espressivo relazionale. La Benvignù conduce laboratori di danzaterapia a Mestre³⁴.

Infine, il Life-Art è una metodologia ideata da Anna Halprin che integra la danza e l'espressione grafica a un'impostazione junghiana. La struttura che utilizza questo metodo è denominata «Il Gabbiano» situata a Milano³⁵.

³² Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., p. 80.

³³ <http://www.danzaterapia-esprel.it/it/la-danzamovimentoterapia-espressivo-relazionale>

³⁴ <https://www.paolabenvignu.it/>

³⁵ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., p. 81.



Capitolo 2: Maria Fux e il suo metodo

La formazione

Maria Fux è una danzatrice, coreografa e danzaterapeuta, nata nel 1921. Nasce in una famiglia povera a Buenos Aires, con una situazione difficile causata dalla disabilità della madre, per via di un'infezione al ginocchio. Fin dalla tenera età, la Fux percepisce con sofferenza le difficoltà della madre che, in un secondo momento, saranno proprio ciò che l'aiuta ad affrontare i propri limiti e quelli altrui. Con il passare degli anni, i genitori le danno la possibilità di partecipare a delle lezioni di danza classica, nonostante le difficoltà economiche della famiglia e le preoccupazioni riguardanti il futuro professionale di Maria. A un certo punto della sua vita legge la biografia di Isadora Duncan e trova delle affinità con la sua ricerca personale, iniziata dall'improvvisazione. Infatti, la Fux percepisce la divisione tra la tecnica, importante per educare il corpo a essere uno strumento comunicativo, e l'improvvisazione, essenziale per essere spontanei e creativi nella danza. Come prima prova di unione tra la tecnica e l'improvvisazione, entra in contatto con la musica di Ravel, Faure, Debussy, Satie, Chopin, che le permettono di sentire il suo corpo correlato alle immagini interiori e a ciò che sente dentro di sé. Inizia a creare delle coreografie nel silenzio, nate da un episodio immersa nella natura che vive in prima persona. In un secondo momento, la Fux conosce Leticia, quella che sarà la sua prima allieva sorda e che lavorerà con lei, per sviluppare la sua metodologia, fondata sugli stimoli visivi e sulle vibrazioni. Inoltre, il suo lavoro è influenzato dai membri del gruppo Orión, dunque da pittori, registi, scultori e poeti, i quali sono i primi spettatori della Fux. I membri del gruppo, la aiutano anche a costruire del materiale spontaneo per le sue danze e a formare, così, una propria tecnica. Negli anni Cinquanta del Novecento, la Fondazione Williams le regala una borsa di studio, che le permette di acquistare il biglietto aereo per New York. Lo scopo di questo viaggio è incontrare e studiare con Martha Graham³⁶. Arrivata negli U.S.A., si dirige con lo zio nello studio della Graham per richiedere una borsa di studio, ma non le viene concessa. In conseguenza a ciò, chiede un prestito allo zio per partecipare alle

³⁶ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 99-102.



prime lezioni e inizia a cercare un lavoro. Comincia a studiare nel gruppo elementare, gestito dagli allievi della grande coreografa. Solo successivamente, la Fux riesce a studiare direttamente con la Graham, che tuttavia è “inaccessibile” e dunque le risulta difficile avere una conversazione con la maestra. Con il passare del tempo, Maria non ha la possibilità di nutrirsi adeguatamente, a causa dello stipendio precario e di conseguenza questa situazione unita alla stanchezza e allo sfinimento delle lezioni le provoca un malessere fisico, specificamente uno svenimento. La Graham, accorgendosi di ciò decide di darle una borsa di studio, permettendole di coprire una parte delle spese da affrontare. Nel corso del tempo la grande coreografa riconosce il valore della Fux, offrendole la possibilità di ballare davanti a lei. Infatti, di conseguenza poi le afferma:

Sei un'artista, non cercare maestri fuori di te. Non avere paura di fare danze teatrali, sei un'attrice. Continua a cercare dentro di te il più possibile. Ritorna in Argentina e non aspettare nessun maestro. Il tuo maestro è la vita³⁷.

Dopo l'avventura a New York, torna in Argentina, dove apre un suo studio, affittato a ore. Inizia a insegnare e a trasmettere ai suoi allievi la tecnica delle sue coreografie. Nel contempo danza in altri locali, hotel e dà spettacoli. La Fux, spesso, balla gratuitamente e in luoghi differenti tra loro come per esempio, in un bar-hotel nella provincia di Chaco o per gli operai delle miniere di Zapla. Durante la sua vita, vive delle esperienze che le permettono di entrare in contatto con il limite, punto fondamentale per lo sviluppo del suo metodo, stimolando la ricerca di canali che portino al raggiungimento di un pubblico poco ricettivo. Nell'arco del tempo, la Fux balla in giro per il mondo. In particolare, dopo uno spettacolo al Teatro del “Hogar Orbrero” situato in Spagna, la ballerina argentina incontra Leticia, la bambina sorda citata precedentemente, e la invita ad andare nel suo studio. La Fux, dopo questo episodio, offre la possibilità anche alle persone con varie disabilità di partecipare alle sue lezioni di danza, costituendo dei gruppi integrati. Inoltre, negli anni si occupa anche di una serie di progetti coinvolgendo i suoi allievi e altri partecipanti provenienti dall'esterno. Da quel momento, la Fux, contemporaneamente continua il suo percorso artistico personale e porta avanti la ricerca con piccoli gruppi, integrando anche individui audiolesi. In aggiunta, la

³⁷ Cfr. Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, Pisa, Edizioni del Cerro, 1999, pp. 21-24.



danzatrice lavora nel suo studio anche con persone denominate da lei «diverse» e interviene nelle scuole, negli asili e nelle università. Durante la sua vita, produce una serie di spettacoli, anche differenti tra loro, come per esempio *Retrospettiva senza Tempo* e *Omaggio a Garcia Lorca* nati dalla serie di poesie danzate o anche lo spettacolo *Diálogo con el Silencio* originato dal coinvolgimento di una ragazza non udente.

La metodologia di Maria Fux si spande in tutto il mondo, inizialmente in Argentina per poi diffondersi in Colombia, Brasile, Stati Uniti, Francia, Spagna, Inghilterra, Italia, Russia e Cina. La Fux trasmette la propria esperienza e tecnica e inizia anche a formare danzaterapeuti. Inoltre, fonda l'Associazione Argentina di Musicoterapia e a Londra inizia dei corsi di danzaterapia presso l'Institute of Education, il Department of Child Development and Educational Psychology e la Tavistok Clinic³⁸. In aggiunta, a Cambridge, lavora con la clinica psichiatrica dell'Università e a Madrid collabora con l'Instituto Nacional de Educacion Fisica e l'Instituto Pedagógico de las Artes. In Francia partecipa a delle iniziative dell'Unesco. Infine, nel 1976 arriva in Italia, dove apre dei corsi di formazione a Roma, Firenze, Assisi, Genova, Torino e Milano³⁹.

La metodologia

Il metodo di Maria Fux ha origine da una serie di riferimenti culturali, dalla sua ricerca anche e soprattutto dalla sua esperienza artistica. La sua necessità è di unire l'esigenza di comunicare e il bisogno di cercare uno strumento che veicoli dei messaggi. In aggiunta, articola la sua metodologia anche grazie agli incontri importanti che vive con persone con disabilità. Infatti, afferma che il suo metodo è «un filo conduttore [...], un ponte di comunicazione, come un nuovo linguaggio corporeo in cui la parola si manifesta ed acquista la propria vita»⁴⁰. Inoltre, la metodologia si costituisce nell'incontro con la disabilità sensoriale ed è costruita basandosi sulla danza, permettendo alla persona di avere varie possibilità di comunicare. L'obiettivo principale

³⁸Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 103-106.

³⁹Ivi, p. 107.

⁴⁰Ivi, pp. 107-108.



è quello di condurre la persona a comprendere la potenzialità espressiva del proprio corpo attraverso la danza⁴¹. La Fux crea il suo metodo basandosi e partendo anche da una serie di artisti e danzatori significativi come Isadora Duncan, Ted Shawn, Martha Graham, Mary Wigman e Doris Humphrey. La Fux inserisce nel suo metodo alcuni punti rilevanti della Duncan, come per esempio, il concetto di musica, definito uno stimolo relazionale e corporeo e il contatto con la terra e dando l'opportunità alle persone di ballare a piedi nudi ed entrare in relazione con la natura e la terra. Inoltre, la Duncan utilizza il pavimento per creare un proprio spazio che permetta al paziente di entrare in contatto con il proprio corpo e il suo movimento⁴². In riferimento a ciò, la Fux considera lo spazio un luogo, un momento d'incontro con persone con differenti disabilità, dove ognuno lavora sul proprio limite e attraverso l'altro può riconoscersi⁴³. In aggiunta, Maria è in accordo con l'idea della Duncan sulla danza classica e la tecnica accademica che imprigionano il corpo e la sua espressività.

Durante la sua formazione, la Fux prende spunto anche da alcuni punti principali di Ted Shawn e dai principi delshartiani, per poi inserirli nella propria metodologia. La danzatrice, come Shawn mette in collegamento la psiche e il corpo, attraverso una visione olistica dell'essere umano. Inoltre, considera la danza come uno strumento per entrare in contatto con le altre persone. Gli altri punti essenziali a cui fa riferimento la Fux sono le danze rituali della tradizione brasiliana che contengono della potenzialità espressiva. In aggiunta, viene data importanza al ritmo, considerato sorgente primaria rilevato nella danza. La Fux crea anche degli stimoli coreografici partendo dall'ascolto del ritmo del cuore e del respiro. La sua metodologia si fonda anche sull'attribuzione dell'efficacia della comunicazione non verbale.

Invece, un punto in contatto con Martha Graham è la critica verso la danza classica. Inoltre, anche il respiro è un aspetto che accomuna la Fux alla Graham. Come è noto, il respiro assume un ruolo significativo nella danza della Graham, la cui tecnica si basa sul binomio espirazione e inspirazione (contraction-release) che coinvolge tutto il corpo⁴⁴.

⁴¹ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit. p. 82.

⁴² Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 109-110.

⁴³ Cfr. Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica*, cit., p. 83.

⁴⁴ Cfr. Randi Elena, *La Modern dance, Teorie e protagonisti*, Roma, Carocci, 2018, pp. 57-58.



Sia la Graham che la Fux considerano il suolo un elemento da cui ha origine l'energia e ritengono importante riuscire a trasportare le esperienze dalla danza alla vita. Infine, un altro elemento in comune è il principio della totalità, in cui il corpo è considerato un tutt'uno coordinato e articolato.

La Fux, inoltre, come Mary Wigman sente il bisogno di iniziare dal proprio movimento per poi arrivare alla tecnica. La Wigman, basa la sua tecnica sui vari ritmi interni, come per esempio, la pulsazione del cuore, il ritmo circolatorio e respiratorio⁴⁵. Il metodo della Fux ritiene fondamentale lo stimolo musicale, lavorando anche sul ritmo interno e sulla danza nel silenzio, al contrario della Wigman che utilizza come stimolo alla danza il ritmo «Anspannung e Abspannung»⁴⁶. Infine, sia la Fux che la Humphrey considerano la danza come mezzo per esternare i propri sentimenti, dando importanza all'equilibrio e attribuendo valore al ritmo dentro di sé⁴⁷. Infine, la Humphrey considera importante che il ballerino effettui il passaggio dall'equilibrio all'abbandono, individuato come il primo fondamento del movimento umano e dell'arte della danza⁴⁸.

Le caratteristiche del metodo

La Fux inserisce la parola terapia all'interno della danza per indicare un cambiamento che ha origine dal corpo fino ad arrivare alla psiche, integrando maggiormente la persona. Infatti, la danzatrice afferma

Io non sono psicologa, né psicoterapeuta [...] Danzo da quarantasei anni, cercando di comprendere questi infiniti cambiamenti, che si manifestano nel mio corpo, che rinnovano la mia materia, aiuto a comprendere ciò che accade alle persone nei gruppi ai quali dono la mia esperienza. L'obiettivo ultimo della Danzaterapia è produrre quei cambiamenti, ma dall'interno [...] perché la terapia altro non è che un cambiamento per sentirsi meglio⁴⁹.

Dunque, la danzaterapia lavora sul corpo, ottenendo come risultato un cambiamento, verso l'integrazione globale. All'interno di quest'integrazione sono presenti due categorie, ossia quella individuale e quella interpersonale. A sua volta, l'integrazione

⁴⁵ Cfr. Randi Elena, *Protagonisti della danza del XX secolo*, cit., pp. 83-96.

⁴⁶ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 109- 111.

⁴⁷ Ivi, p. 112.

⁴⁸ Cfr. Randi Elena, *La Modern dance*, cit., p. 86.

⁴⁹ Cfr. Fux Maria, *Formazione alla Danzaterapia*, Ed. Odós, Milano, 1991, p. 68.



avviene nelle varie parti del corpo, riferendosi a tre dimensioni: corporeo, emotivo e immaginativo.

Nella categoria individuale, a livello corporeo, il soggetto comincia a conoscere il proprio corpo e le sue emozioni, in modo che il movimento diventi scorrevole. Inoltre, l'individuo inizia ad ascoltare e a convivere con il proprio ritmo interiore. Infatti, la Fux afferma che

Il ritmo è tutto. È nella nostra respirazione, nella circolazione sanguigna; il nostro nome è ritmo, la nostra maniera di muoverci, di parlare, di dormire, di mangiare, è ritmo. Ogni movimento proiettato nello spazio ha il suo ritmo anche se realizzato senza musica. Ognuno produce ritmo in maniera diversa, personale, creativa⁵⁰.

In aggiunta, la persona impara come esternare le tensioni in eccesso. Invece, nella dimensione emotiva, l'individuo ricerca un contatto con la propria emotività e comprende il modo di trasmettere i propri sentimenti. Inoltre, a livello immaginativo il soggetto cerca un modo di arrivare all'immaginazione e inizia a esprimere il proprio lato creativo. Al contrario, nel processo d'integrazione interpersonale, i materiali messi a disposizione diventano occasioni per entrare in contatto con l'altra persona. Un altro elemento con cui l'individuo si relaziona è lo spazio, che permette al corpo di potersi muovere. Pertanto, la danza è considerata un mezzo espressivo per relazionarsi con gli altri soggetti attraverso il movimento e per esprimere il proprio mondo interiore. La Fux definisce la Danzaterapia come un mezzo per arrivare alle risorse sane della persona e lavorare su di esse.

Nel suo metodo si possono identificare due categorie, la forma e il contenuto. Il contenuto è rappresentato dagli stimoli che vengono dati e che sono considerati «percorsi esperienziali guidati»⁵¹. A sua volta gli stimoli sono originati dalle coreografie della Fux, che conduce i suoi incontri partendo da essi. Inoltre, gli stimoli sono strutturati attraverso una serie di immagini, simboli, idee e dagli oggetti che la ballerina argentina utilizza. In aggiunta, lo stimolo si fonda anche sul ritmo, sugli elementi di un brano musicale e sulle modalità di utilizzo dello spazio e del corpo. Invece, la forma è

⁵⁰ Cfr. Fux Maria, *Formazione alla Danzaterapia*, cit., p. 104.

⁵¹ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 114-118.



composta da tutto ciò che rende il percorso di danzaterapia unico e speciale, come l'individuazione delle musiche, l'impiego del corpo e della voce del danzaterapeuta⁵².

La danza nelle diverse età

Maria Fux testa e mette in pratica il suo metodo su diverse fasce d'età: dalla danza nei bambini fino ad arrivare all'età adulta, attraversando l'adolescenza e il mondo universitario. Infatti, durante la sua vita, la Fux desidera insegnare e tramettere la sua esperienza a tutti, dall'asilo nido fino ad arrivare agli studenti universitari.

Nella danza sia i bambini che gli adulti necessitano di muoversi ed esprimere le proprie emozioni. Nella prima lezione di danza con i bambini di età compresa dai tre ai cinque anni la Fux inizia l'incontro partendo da movimenti ampi e contrazioni che permettono al fanciullo di allungare e stirare il proprio corpo. Inoltre, la danzatrice argentina conduce la lezione attraverso dei semplici stimoli che portano il bambino a compiere volta per volta un progresso. Accompagnati dalla musica e dai suoni, i piccoli iniziano a disegnare il proprio corpo, partendo dai piedi per poi spostarsi nel pavimento e rappresentare le figure nell'aria. Dopo aver unito i tre passaggi di come rappresentare il proprio corpo, il bambino può percepire il suo corpo nella totalità. Durante l'incontro, nascono le prime conoscenze sull'equilibrio e il sostegno grazie allo stimolo di una corda immaginaria in cui i piccoli si possono muovere. Infatti, uno degli esercizi su cui la Fux lavora è quello della corda immaginaria, l'immagine di una corda resistente permette al bambino di sperimentare il proprio equilibrio. Inoltre, la Fux conduce questi tipi di incontri partendo da una canzone o da delle frasi semplici che attirano l'attenzione dei fanciulli. Tramite il suono delle loro mani, lavora sul ritmo che stimola il movimento facendo prendere un suono al testo. Pertanto, la danzatrice ritiene importante che durante il lavoro con i bambini è necessario essere allegri e dimenticarsi di essere grandi per poterli coinvolgere maggiormente. In aggiunta, spesso, Maria crea una canzone, permettendo al minore di comprendere che la parola e il movimento sono collegati. Infatti, l'impiego delle canzoni dell'infanzia assume un ruolo importante nel

⁵² Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 118-119.



lavoro per indirizzare il bambino alla creatività e al riconoscimento di se stesso. Grazie al movimento i piccoli possono apprendere la differenza tra le varie parole e oggetti⁵³.

La danza è considerata anche uno strumento importante nella fase adolescenziale, in quanto permette al ragazzo di conoscere il proprio corpo e di essere consapevole dello spazio che lo circonda, ricercando la propria espressione. Durante gli incontri con i ragazzi, la Fux permette agli adolescenti di utilizzare le proprie energie per identificare il proprio corpo e riuscire a esprimersi attraverso la musica. Inoltre, struttura la lezione partendo da delle frasi, che vengono utilizzate al pari degli altri stimoli per aiutare gli adolescenti a entrare in contatto con i loro bisogni. Attraverso l'improvvisazione, i ragazzi hanno la possibilità di scoprire un nuovo modo di esprimersi. La fase adolescenziale porta il giovane ad avere degli squilibri fisici e mentali, che possono comportare a volte un rapporto non sano con il proprio corpo. Pertanto, la danza permette al ragazzo di potersi esprimere attraverso il movimento, riguadagnando un equilibrio con se stesso. A questo proposito, la Fux riporta la testimonianza di una ragazza:

Quando cominciai le mie lezioni di danza non potevo guardare la mia immagine nello specchio perché soffrivo quando mi mettevo a confronto con le mie compagne; vedevo il mio corpo pesante e senza grazia. Dopo un po' di tempo, ieri, quando improvvisai alla fine della classe, presi coscienza che qualcosa stava cambiando in me. Ho potuto guardarmi allo specchio e, per la prima volta, ho sorriso alla mia immagine. Adesso posso dirti che sono felice. Quando esco dallo studio e torno a casa mi sento unita al mio corpo, e quell'allegria mi accompagna⁵⁴.

I ragazzi apprendono che il corpo può essere un mezzo per rappresentare i propri sentimenti. La paura di lasciarsi andare viene superata quando l'adolescente sente il bisogno di apprendere questa nuova forma di espressione. Inoltre, i giovani imparano che tramite il movimento possono esternare le proprie emozioni. Infatti, dopo le lezioni percepiscono un senso di libertà. Infine, dato che la danza è considerata un mezzo che comporta un cambiamento, il giovane ne prende consapevolezza e trasforma il rapporto con il proprio corpo e con il mondo. La danza è anche una terapia, quando il cambiamento favorisce la persona a cercare «un'integrazione equilibrata e totale»⁵⁵.

⁵³ Cfr. Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, cit., pp. 44-49.

⁵⁴ Ivi, p. 52.

⁵⁵ Ivi, p. 53.



La danza all'università nasce dalla volontà della Fux di avviare un percorso istituzionale all'interno del mondo scientifico. Infatti, la danzatrice argentina trasmette all'universitario l'importanza di conoscere il proprio movimento per utilizzare le proprie capacità e il proprio corpo in modo differente oltre allo studio. Intorno agli anni sessanta del Novecento, la Fux inizia a inviare una serie di pratiche per poter lavorare nelle università. Dopo un periodo, riesce a ottenere un posto come professoressa di danza anche se non le viene concesso un luogo concreto per svolgere le sue lezioni. La Fux, inizia a dare lezioni presso quello che è oggi l'ospedale "Escuela General San Martin". Dato il grande numero di iscritti decide di convocare un'altra insegnante, Cecilia Boullaude. Inoltre, la Fux si rende conto delle precarie condizioni di lavoro e dello spazio limitato messo a disposizione. Con il passare del tempo, la Fux riesce ad affittare una stanza, appartenente all'Associazione Panettieri, questo le permette di condurre i suoi incontri. La danzatrice argentina lavora con i suoi allievi divisi in tre categorie: iniziali, elementari e superiori. Con il gruppo superiore, la Fux ha la possibilità di svolgere delle lezioni illustrate, attraverso l'esposizione di dati, immagini e figure, sulla rilevanza della comunicazione tramite la danza e il rapporto con la musica. Nel corso del tempo, chiudono tutti i vari incontri⁵⁶.

La maggior parte degli adulti, soprattutto gli over sessanta, si recano nello studio della Fux con il pensiero e il desiderio di sapere se hanno ancora la possibilità di esprimersi e comunicare attraverso il movimento. L'adulto collegandosi con il proprio corpo scopre nuove possibilità che nascono tramite lo stimolo della musica, del suono e della parola. Una volta che la persona si rende conto che si può muovere, inizia a trasformare questo stimolo. Questi incontri comportano dei cambiamenti, che permettono all'adulto di sviluppare il proprio mondo interiore, modificandolo in allegria e accettando la situazione presente. Inoltre, la Fux narra di un'esperienza vissuta con una donna professionista che lavora con lei durante le sue lezioni collettive, al fine di raggiungere un proprio linguaggio. Afferma che

⁵⁶ Cfr. Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, cit., pp. 54-55.



Era una persona con difficoltà a comunicare e senza conoscenza alcuna della danza; peggio ancora non aveva nessuna speranza di poterla raggiungere. Alla fine del corso ogni allieva doveva presentare un lavoro d'improvvisazione come risposta di ciò che era stato assimilato durante l'anno. Lei portò la presentazione più originale. Con il ritmo di una "baguala", che l'allieva stessa compose e cantò, danzò i suoi movimenti e questi raggiunsero una grande espressività⁵⁷.

Gli stimoli e gli strumenti utilizzati nel metodo

Lo stimolo funge da ponte per facilitare l'esperienza espressiva e artistica. Nella metodologia della Fux il concetto di stimolo è basilare e si declina in diversi modi che cercheremo brevemente di delineare. Lo stimolo è suddiviso in due categorie: quella generica e quella tecnica. Il livello generico comprende tutti gli strumenti funzionali all'espressività, che attingono alla salute degli individui e alla necessità di potersi esprimere. Pertanto, anche il conduttore è considerato uno stimolo che trasforma a sua volta ogni oggetto e gruppo in degli stimoli per ogni persona. Invece, il livello "tecnico" si suddivide in due sottocategorie. La prima riguarda gli strumenti tecnici, ossia gli oggetti come gli elastici, i palloncini, la musica che permettono di creare il contesto per potersi esprimere. Quest'ultimi sono denominati «oggetti-stimolo». Il secondo sottolivello «stimolo coreografico» fa riferimento ai percorsi coreografici. Infatti, questi percorsi sono anche chiamati «parole-madri», che rappresentano la base da cui iniziano i percorsi espressivi e indicano il percorso esperienziale che la Fux ha strutturato intorno all'oggetto scelto. Gli stimoli coreografici sono il contenuto, il nucleo del suo metodo. Dunque, le parole madri sono la base da cui hanno origine gli stimoli coreografici e hanno il compito di stimolare e motivare il dialogo tramite la danza. Infatti, la Fux considera importante che la persona trovi il luogo dentro di sé da cui ha origine la parola madre, considerata anche un canale da cui poter comunicare. In aggiunta, la parola madre, è rafforzata dall'utilizzo della voce⁵⁸. Le parole assumono un ruolo significativo nel lavoro della Fux, in quanto creano il movimento e permettono di entrare in contatto e comunicare con il proprio corpo attraverso il ritmo e l'espressione. Inoltre, le parole, una volta acquisite si modificano in qualcosa di concreto e vivo. L'esperienza con il

⁵⁷ Cfr. Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, cit., p. 56.

⁵⁸ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 120-124.



limite induce le persone a incontrarsi con l'altro e tramite il contatto si delinea il limite fra ognuno⁵⁹.

La musica è considerata uno stimolo importante e può essere utilizzata in due modi: essere lo stimolo principale, dunque il contenuto o supportare gli altri stimoli⁶⁰. Pertanto, la musica costituisce un mezzo importante per comunicare e permette al corpo di creare delle immagini che entrino in contatto tra loro. La scelta della musica da proporre è personale e non può essere insegnata⁶¹. Anche gli oggetti assumono una valenza importante nella metodologia, in quanto riescono a far muovere il corpo e a sensibilizzarlo. Durante le sue lezioni, la Fux permette alle persone di entrare in contatto e creare un collegamento con l'oggetto, costruendo un percorso che coinvolge tutti i sensi, raggiungendo una completa esperienza sensoriale. In aggiunta, l'oggetto stimola il livello sensoriale, fisico, affettivo e di relazione con l'altra persona⁶². Un altro stimolo significativo è il ritmo. Per potere apprendere e percepire il ritmo è importante, prima di tutto, identificare il proprio ritmo interiore. L'individuo ha la possibilità di interpretare i ritmi interiori ed esteriori che vive e lo spazio che lo circonda⁶³. Il battito cardiaco è il nucleo del ritmo interiore e rispecchia in modo oggettivo i sentimenti. La persona audiolesa, per esempio, è capace di collegarsi con il proprio ritmo interno, in quanto è isolata dai suoni esterni e ha la possibilità di comprendere che il battito cardiaco può essere rappresentato nella danza⁶⁴. In collegamento a ciò, la voce è un elemento che appartiene alla persona già dal momento in cui è nel grembo della madre. Nel metodo della Fux, la voce viene utilizzata in varie forme: «la voce come suono» e «la parola come suono»⁶⁵. La voce come suono è utilizzata ed è efficace nel lavoro con le persone sorde, attraverso le vibrazioni degli organi del corpo. La voce è un mezzo per provocare un determinato movimento e permette di creare la comunicazione nel gruppo. Invece, «la parola come suono» indica che la parola evoca delle immagini e la figura rappresenta lo stimolo. La parola stimola anche tramite le rappresentazioni grafiche e il

⁵⁹ Cfr. Fux Maria, *Cos'è la Danzaterapia: il metodo di Maria Fux. Intervista con Betina M. Bensignor*, Pisa, Edizioni del Cerro, 2006, pp. 57-58.

⁶⁰ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 124-126.

⁶¹ Cfr. Fux Maria, *Cos'è la Danzaterapia*, cit., pp. 55-56.

⁶² Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 126-128.

⁶³ Cfr. Fux Maria, *Cos'è la Danzaterapia*, cit., p. 56.

⁶⁴ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., p. 150.

⁶⁵ Ivi, pp. 146-147.



suo suono, ossia attraverso le onomatopее e la parola cantata⁶⁶. La respirazione si esterna attraverso il suono, il suo ritmo e anche come melodia. Ballare il proprio respiro è una possibilità per entrare in contatto, in modo cosciente, con il proprio mondo interiore. Invece, il conduttore ricopre il ruolo da ponte e dev'essere uno stimolo per il gruppo. Deve anche sapere utilizzare consapevolmente le varie forme espressive del proprio corpo, molto importante nella conduzione di gruppi con persone non udenti⁶⁷. Infatti, la Fux afferma che

Nei gruppi con i sordi rendo ben visibile l'esperienza ritmica che esiste nel mio movimento e utilizzo processi molto primitivi: battute di tempo forti e deboli date sul mio corpo, poi sul pavimento per mezzo dei miei piedi e delle mie mani [...] Danzo per loro e la nostra comunicazione si stabilisce su un piano di eguaglianza, senza timori⁶⁸.

Inoltre, il conduttore deve esercitare il proprio corpo alla sensibilità per avere maggiore empatia nei confronti del limite dell'altro individuo e cercare soluzioni adatte per rendere realizzabile l'esperienza comunicativa⁶⁹. In aggiunta,

è fondamentale stabilire un contatto con il gruppo attraverso il corpo, senza parole, con la musica o con le "parole madri" di azione [...]. Nel riconoscere questo, il gruppo comincia a sentire come il proprio corpo si muove in modo diverso. La parola unita al movimento, o il movimento unito alla parola deve avere una grande forza⁷⁰.

I colori permettono una stimolazione visiva, esprimendo l'intensità e le emozioni che trasmette la musica. Inoltre, è molto importante nel lavoro con le persone sorde e udenti. Tramite i colori gli individui possono ricercare sensazioni, emozioni e immagini, permettendo di utilizzare forme diverse. La Fux nel suo lavoro con gli oggetti, seleziona quelli che mettono in risalto determinati colori, come la stoffa, gli elastici, la carta crespa e i palloncini⁷¹.

⁶⁶ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 148-149.

⁶⁷ Ivi, p. 129.

⁶⁸ Cfr. Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, cit., p. 98.

⁶⁹ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 130-131.

⁷⁰ Cfr. Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, cit., p. 118.

⁷¹ Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 143-145.



Nel metodo della Fux, lo spazio è considerato un elemento concreto. Pertanto, l'individuo ha la possibilità di conoscere e relazionarsi con lo spazio attraverso degli stimoli specifici e l'incontro con esso si attua tramite la creazione di un rapporto con gli oggetti concreti. Inoltre, la persona attraverso il proprio corpo scopre che può dare una forma allo spazio, dopodiché sono presenti anche degli stimoli che danno la possibilità di vivere un'esperienza di familiarità con esso. La relazione con il suolo permette di esplorare e provare elementi profondi del mondo personale e sociale. In aggiunta, il pavimento è un mezzo per apprendere la forma del proprio corpo e lasciarsi andare. Attraverso lo spazio, la persona ha la possibilità di mettersi alla prova ed esternare le proprie immagini, per prenderne coscienza e condividerle nel gruppo. Pertanto, lo spazio è considerato il luogo della condivisione⁷² ed è un elemento vivo che sostiene e circonda l'individuo. La persona può percepire il peso del proprio corpo, inserito nello spazio, che permette di formare il proprio equilibrio. Infine, gli stimoli proposti sono molti e vari e con il tempo se ne creano sempre di nuovi⁷³.

Le esperienze di Maria Fux

L'incontro con i poliomielitici

La Fux viene invitata da una musicoterapeuta e una psicologa all'ospedale "Ferrer" a Buenos Aires, per creare un recital di danza per i pazienti malati, alcuni con il polmone d'acciaio e altri immobilizzati in carrozzina. La danzatrice, inizia a entrare in relazione con loro e a conoscerli. Infatti, comincia ad andare a trovare i pazienti per poterli conoscere meglio. Molti ospiti dell'ospedale, la possono vedere ballare solo attraverso un sistema di specchi collocato al di sopra della loro testa. La Fux, durante questo difficile lavoro, è seguita da psichiatri e musicoterapeuti. Decide di danzare accompagnata da diverse musiche, primitive, canzoni sefardite, ritmi africani, e attraverso il silenzio e una poesia. Alla fine della sua danza, coinvolge i pazienti chiedendo loro di cantare delle canzoni. La ballerina danza fino alla richiesta degli

⁷² Cfr. Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia*, cit., pp. 132-133.

⁷³ Cfr. Fux Maria, *Cos'è la Danzaterapia*, cit., pp. 56-57.



ospiti e alla resistenza del proprio corpo. Dopodiché esce nel silenzio con gli sguardi dei pazienti penetrati dentro di lei⁷⁴. La Fux afferma che

Quella stessa notte ho sognato che ero io a stare dentro un polmone d'acciaio, immobile, senza poter aprire neanche gli occhi. Ho sentito chiaramente di aver assunto i corpi paralizzati di questi "spettatori" per i quali avevo danzato con tanto amore. Al risveglio, meravigliata per il miracolo quotidiano di potermi muovere, ho telefonato alla psicologa dell'ospedale e le ho raccontato il mio sogno. Paradossalmente, lei mi ha riferito che i miei spettatori avevano sognato di poter muovere i loro corpi danzando⁷⁵.

La bambina che odia il suo corpo

La Fux, durante le sue lezioni incontra una bambina che accompagna sempre la sorella a ballare. La bambina ha la maggior parte del viso e del corpo ustionati, a causa di un brutto incidente. Pertanto, la danzatrice percepisce la sua dimensione dell'odio verso il suo corpo. Queste cicatrici e macchie rosse portano la piccola ad avere un aspetto spento, triste, addolorato e angosciato. Un giorno, la Fux, chiede alla madre di portare la figlia a danzare nel suo studio. Le compra una calzamaglia che copre tutto il corpo, lasciando fuori il viso e il collo segnati dall'incidente. La bambina dimostra grande capacità di integrazione nel gruppo e interesse nel ballare e nel muoversi. Con il passare del tempo, la Fux inizia a notare dei cambiamenti, partendo dalla sua espressione. Infine, l'allieva inizia a imparare a conoscersi, amarsi e a guardarsi allo specchio⁷⁶.

L'esperienza con i non vedenti

La Fux svolge un corso per mezzo del "Servizio Nazionale di Riabilitazione e Abilitazione del Cieco" di Buenos Aires, verificando che il movimento si esegue anche attraverso altri stimoli e non solamente tramite quello visivo. Lavora con un gruppo, integrando anche persone cieche. Inoltre, ritiene necessario trasmettere fiducia ai non vedenti, nello spazio che non possono visualizzare. Inizia con una serie di stimoli ed

⁷⁴ Cfr. Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, cit., pp. 106-107.

⁷⁵ Cfr. Fux Maria, *Cos'è la Danzaterapia*, cit., pp. 58-59.

⁷⁶ Cfr. Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, cit., pp. 107-108.



esercizi che permettono anche agli individui ciechi di poter partecipare ed essere coinvolti. In aggiunta, la Fux guida queste persone nell'esplorazione dello spazio che li circonda. Le persone con questa determinata difficoltà, spesso sono fisicamente contratte, senza espressione nel proprio viso e con paura di muoversi. Durante l'incontro i loro corpi iniziano a diventare più flessibili, entrando in contatto con il proprio ritmo interiore e il loro bisogno di potersi muovere. Un giorno, una bambina sorda, chiamata Maria, si presenta nello suo studio per vedere il lavoro che svolge con questo gruppo. Durante l'improvvisazione, quando queste persone danzano con libertà, la bambina chiede di poter danzare con loro. Inizialmente, chiude gli occhi per non vedere come gli altri, ma a causa del suo disequilibrio cade a terra. Dunque, balla con loro tenendo gli occhi aperti con l'obiettivo di volere comunicare con loro⁷⁷.

La ragazza Adriana

Un giorno, un'adolescente accompagnata dal padre si reca nello studio della Fux. La ragazza è orfana di madre e presenta dei deficit, chiaramente visibili, dallo stato di assenza, dal suo sguardo e dalle posizioni scomposte. Maria chiede al padre di non raccontarle la storia della figlia, per non condizionarla e per permetterle di entrare in relazione con Adriana. La ragazza viene integrata in gruppi con diverse difficoltà. Adriana è udente, considerato un punto importante, in quanto tramite il suono permette alla sua espressione di esternarsi. Inizia a crearsi un legame solido tra la giovane e la Fux. Durante il suo percorso, comincia a interessarsi di ciò che percepisce e a crescere. La musica assume nella vita della ragazza un ruolo importante, permettendole di potersi esprimere e dare una propria interpretazione. Infine, la danzaterapia è riuscita a svegliare il suo interesse e a formare delle sfumature nel suo mondo⁷⁸.

In conclusione, le esperienze presentate evidenziano come il metodo di Maria Fux sia facilmente adattabile a qualsiasi situazione, disabilità ed età dei partecipanti. L'obiettivo principale della sua metodologia, riscontrato anche dalle sue esperienze, è quello di far

⁷⁷ Cfr. Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, cit., pp. 108-110.

⁷⁸ Ivi, pp. 113-114.



scaturire un cambiamento nella persona attraverso la danza e il movimento. È un metodo non invasivo che offre la possibilità alla persona di conoscersi in profondità, di entrare in contatto con se stessa e d'imparare a muovere il proprio corpo. Infine, la metodologia permette all'individuo con disabilità e difficoltà di andare oltre i propri limiti e di lavorare sulle risorse rimaste.



Capitolo 3: L'esperienza veneta

A corredo dello studio teorico del metodo Fux, ho deciso di dedicare l'ultimo capitolo di questo lavoro ad un'osservazione sul campo. In primo luogo, ho individuato nella regione veneta diverse istituzioni di formazione in danzaterapia, associazioni e danzaterapeuti che in autonomia conducono le loro lezioni e seminari. Tramite questa ricerca, ho identificato quattro scuole e una serie di danzaterapeuti che utilizzano diverse metodologie. Le strutture che permettono di praticare questa disciplina, sono le seguenti: Si.Danza, situata a Verona, Diventare Grandi a Treviso, Danzaterapia creativa (Associazione Spazio Danza) e Artedo (Scuole di Arti Terapie) collocati a Padova. Le prime tre realtà utilizzano il metodo di Maria Fux, invece l'ultima adopera il metodo autobiografico di Stefano Centonze. Infine, Paola Benvengnù, danzaterapeuta espressivo relazionale, conduce laboratori di Danzaterapia a Mestre, utilizzando il metodo Dmt-ER. Successivamente, ho preso contatto via mail con gli insegnanti e le scuole che utilizzano il metodo di Maria Fux, per chiedere la loro disponibilità a partecipare alla mia ricerca tramite dei questionari riguardanti il loro lavoro in questo campo. Da questa ricerca sono emersi i nomi di quattordici danzaterapeuti, di cui la metà hanno aderito alla proposta. Gli insegnanti che hanno contribuito alla raccolta delle informazioni sono stati: Elena Betteti, Chiara Tezza, Silvia Zuccarello, Cristina Gaiardoni, Debora Vigato, Nadia Zampollo e altre danzaterapeute. Dopodiché, ho contatto Elena Betteti, educatrice e danzaterapeuta, e grazie alla sua disponibilità e interesse, ho potuto partecipare alle sue lezioni e seminari, raccogliendo una serie di osservazioni utili per la stesura della relazione finale. Questa esperienza mi ha permesso di iniziare un percorso di danzaterapia. Ho ballato con diversi gruppi, partendo dai più piccoli fino ad arrivare agli anziani e anche con persone con disabilità. Ogni incontro era differente dagli altri, in quanto il facilitatore offriva stimoli diversi accompagnati dalla musica, ritenuta adeguata per quel determinato momento. Ogni qualvolta la lezione o seminario si concludeva, dentro di me qualcosa cambiava e prendevo consapevolezza delle possibilità di movimento. Infatti, la danzaterapia è entrata nella mia vita portando del benessere sia fisico che mentale. Ritengo, inoltre, che la relazione che si crea tra i partecipanti, durante lo svolgimento della danzaterapia, sia una delle più



emozionanti e rispettose nei confronti dell'altro. Durante gli incontri si crea un ambiente sano, in cui la persona si sente accolta e può essere se stessa, senza pregiudizi nei suoi confronti. Infine, quest'esperienza mi ha portato ad essere consapevole del fatto che per stare bene è anche importante conoscere se stessi, comprendere ciò che avviene dentro di se e imparare ad utilizzare il proprio corpo e il suo movimento per potersi esprimere al meglio.

Scuola	Danzaterapeuti	Metodo	Sito Web
Si.Danza - Verona	-Elena Betteti -Chiara Tezza -Silvia Zuccarello -Cristina Gaiardoni -Debora Vigato -Nadia Zampollo	Maria Fux	https://www.sidanzamariafux.com/
Diventare Grandi - Treviso	-Silvia Zuccarello	Maria Fux	http://www.diventaregrandi.it/
Danzaterapia creativa - Padova	-Nicoletta Marini	Maria Fux	https://www.spaziodanzapadova.it/
Artedo - Padova	-Astrid Morganne	Autobiografico di Stefano Centonze	https://artiterapie.artedo.it/artedo-padova/
Laboratori di danzaterapia - Mestre	-Paola Benvenegnù	Dmt-ER	https://www.paolabenvegnu.it/danzaterapia/

Osservazioni sul campo

Gli incontri di danzaterapia a cui ho preso parte, diretti da Elena Betteti, si suddividono in lezioni e seminari, differenziati dalla durata e dalla continuità di un percorso. Le lezioni si svolgono settimanalmente durante tutto l'anno, mantenendo lo stesso gruppo dall'inizio alla fine. Invece, i seminari vengono organizzati occasionalmente, in prevalenza d'estate in sostituzione delle lezioni.



La classe settimanale

Le lezioni, solitamente si svolgono circa in un'ora e permettono di creare un filo conduttore tra i vari incontri che garantiscono continuità, in base anche alla disponibilità delle persone nell'aderire. Con una partecipazione costante, tuttavia, crescono la confidenza tra le diverse persone inserite in un gruppo e la familiarità con il metodo, che facilita un movimento cosciente e libero. In aggiunta, la classe settimanale permette di creare un percorso di condivisione con gli altri compagni e di vivere insieme i propri e gli altrui cambiamenti.

I seminari

Durano due ore e non sono collegati tra loro, in quanto un seminario, allo stesso tempo apre e chiude un percorso. Dunque, l'individuo può scegliere anche di andare a un singolo incontro, vivendo allo stesso modo un'esperienza completa. Infatti, spesso i componenti del gruppo non sono sempre stabili, perché ognuno partecipa in base ai suoi impegni e alle sue necessità. Pertanto, i seminari permettono all'individuo di conoscere ed entrare in contatto con nuove persone e spesso anche diverse.

Elementi comuni e riflessioni sulle osservazioni

Le lezioni e i seminari si svolgono durante tutto l'anno, in inverno si balla in una stanza messa a disposizione dal comune e in estate gli incontri vengono organizzati all'aperto dove la danza offre la possibilità di conoscere ed entrare in contatto con la natura. Inoltre, tutte e due le tipologie di incontro iniziano partendo da uno stimolo, proposto dal conduttore, che permette alla persona di iniziare a danzare e a esprimersi. Gli stimoli sono elementi chiari e concreti, definiti "parole madre" generative del movimento, come per esempio punto e linea. Inoltre, gli stimoli nascono sia dalla propria esperienza sia da eventi e situazioni che accadono nel quotidiano. Il percorso progettato in fase di preparazione può modificarsi e assumere forme differenti in base al clima del gruppo che può dar vita a step diversi e nuovi. In aggiunta, lo stimolo può essere accompagnato



da un brano musicale, da un ritmo o dalle parole. Pertanto, la musica viene scelta adeguatamente per quel determinato momento e considerata adatta a sostenere lo stimolo e la proposta di movimento rivolta ai partecipanti. Infatti, il facilitatore, durante le varie lezioni e seminari, propone musiche differenti tra loro, con ritmi lenti, veloci, intensità diverse, con parole o soltanto strumentali. Inoltre, prima di proporre degli stimoli seguiti dalla musica, il conduttore si prepara e si esercita ascoltando e provando una serie di volte, sperimentando nel proprio movimento il fluire della proposta. Il danzaterapeuta deve anche stimolare la persona a muoversi e a sentirsi a suo agio, rispettando i tempi di ognuno. In aggiunta, anche gli oggetti fungono da stimolo e per la loro consistenza, chiamata “identità” possono trasformare il movimento e mettersi in relazione con la persona stessa. Gli oggetti maggiormente utilizzati dal facilitatore, per condurre le lezioni e i seminari, basandosi su quelli di Maria Fux, sono il palloncino, il tessuto, il cerchio, l’elastico, il bastone e altri. Lo spazio in cui muoversi, il contatto con il suolo e il pavimento assumono un ruolo importante durante gli incontri.

La relazione tra il conduttore e i membri del gruppo si basa sulla fiducia, sull’empatia, sull’accoglienza, ma soprattutto sull’ascolto. La danzaterapeuta è rispettosa dei tempi altrui, è disponibile, partecipa attivamente agli incontri, osserva l’andamento della lezione e i progressi delle persone. Invece, la relazione tra gli allievi è basata sul rispetto dell’altro, sull’ascolto, sull’accoglienza e sull’entrare in sintonia con l’altra persona attraverso l’uso di un linguaggio diretto e non giudicante. Grazie alla danza le persone entrano in contatto con se stesse, con lo spazio che le circonda e con gli altri individui, comunicando con loro attraverso il movimento in modo autentico e allo stesso tempo semplice e alla portata di tutti. In aggiunta, la danza offre l’opportunità di scoprire il proprio corpo e le infinite possibilità di muoversi. Pertanto, il metodo di Maria Fux permette a tutte le persone, anche in presenza di difficoltà fisiche o disabilità, di percepire diversamente i propri limiti, considerandoli come un appoggio sul quale fare leva per dar vita a un movimento unico ed esprimersi, entrando in contatto profondo con se stessi.



Interviste agli insegnanti

I seguenti questionari sono stati indirizzati ai professionisti abilitati ad esercitare il ruolo di danzaterapeuta, che lavorano in Veneto. Riguardano una serie di domande sulla propria formazione, sulla danzaterapia e in specifico sul metodo di Maria Fux. In base alla disponibilità dei professionisti sono stati raccolti in tutto sette questionari compilati da differenti persone. Infine, la raccolta di questi quesiti è importante per comprendere le diverse motivazioni che hanno portato una persona a intraprendere il percorso di formazione al ruolo di danzaterapeuta e alle modalità di lavoro che utilizzano nel loro ambito.

Questionario 1

Scuola in cui insegna

Varie organizzazioni

Target dei corsi

Adulti, anziani, persone con disabilità, soggetti in età evolutiva

Numero di partecipanti in ogni gruppo

Vari (da 3 a 20)

Quali aspetti l'hanno portata a voler diventare un danzaterapeuta?

Semplicità, chiarezza, potenza espressiva del metodo Maria Fux

Qual'è stata la sua formazione (corsi universitari, corsi professionali o altri corsi di formazione)?

Laurea in Scienza dell'Educazione, Master per Formatori in processi socio educativi

Cosa l'ha spinto a scegliere di insegnare il metodo di Maria Fux?

Mi hanno spinto la mia particolare fase di vita, da un punto di vista sia personale sia professionale e il bisogno di esprimere la mia passione per il movimento e il desiderio di condividerla con i destinatari del mio lavoro. Mi ha spinto anche la ricerca, guidata dal desiderio che la mia azione educativa acquisisse uno strumento particolare per generare benessere ed incontro autentico.

Come utilizza il metodo di Maria Fux nei suoi incontri?

Propongo uno stimolo per il movimento e lo sviluppo nell'ambito di un'ora di incontro, scelgo una musica che sostenga il tema scelto.

Su quali aspetti del metodo si focalizza maggiormente?

Mi focalizzo soprattutto sull'ascolto e sul rispetto dei tempi dell'altro

Quali tipi di materiali vengono utilizzati all'interno del corso?

Vengono utilizzati gli oggetti proposti da Maria Fux: tessuto, palloncino, piuma, canna di bambù, giornale, cerchio



Quale tipologia di musica viene utilizzata? In base a che criterio viene scelta?

Le tipologie che utilizzo sono diverse, spazio tra vari generi. Il mio criterio di scelta si basa sul livello di energia del brano, sulle parole del testo e sulle immagini che la musica stessa crea. Il brano deve essere ascoltato profondamente e ripetuto molte volte, nell'intero incontro propongo uno o al massimo due brani.

Le lezioni propongono un tema da cui iniziare? se sì, in base a quale criterio vengono scelti i temi da proporre ai partecipanti?

Il tema, o "stimolo" come Maria Fux lo definisce, inizia e guida l'intero incontro. Viene scelto in base a vari fattori: alternanza all'interno di un percorso, particolarità del periodo in cui viviamo, situazione attuale e ricorrenze particolari (perché la danza è la vita!).

Quali tipi di cambiamenti a livello fisico, psico-fisico ed emotivo la Danzaterapia comporta nei ragazzi e negli adulti che partecipano agli incontri? Vuole raccontarci qualche caso in particolare?

Il cambiamento è continuo e naturale, si vede dagli occhi, dal rilassamento fisico, dal divertimento che crea un clima piacevole e dall'interazione fluida nel gruppo. Spesso succede che le persone esprimano questo: "Ho dimenticato tutti i miei pensieri", "Mi sono sentito libero". Ho visto una signora, che camminava a fatica, muoversi con leggerezza e attraversare l'intera stanza per seguire il palloncino.

Quanto dev'essere lungo un percorso per produrre degli effetti?

Basta un solo incontro. Sicuramente però la frequenza costante (per esempio una volta a settimana) crea una confidenza con il metodo, che rende molto più forte la sua connessione con la nostra vita.

Cosa pensa sia fondamentale che la persona impari praticando questa disciplina?

È importante che senta che il suo modo di essere è perfetto, che ogni limite è un sostegno per creare, che l'altro e il gruppo non giudicano ma accolgono.

Quale tipo di rapporto si viene a creare tra insegnante e allievo?

Il conduttore non si considera un insegnante, piuttosto un ponte, un facilitatore. C'è un rapporto di fiducia e di ascolto, leggero e profondo al tempo stesso. Agli "allievi" dico sempre che sono maestri per la condivisione che si crea e per come è generativo il gruppo.

Quale tipo di rapporto si instaura tra gli allievi?

Si crea un rapporto di accoglienza, libero dal giudizio sull'estetica del movimento. Il bello è che il movimento rende questo processo di condivisione velocissimo. Si crea in breve tempo una sorta di 'bolla magica'.

Vuole aggiungere ulteriori riflessioni personali rispetto alla sua esperienza di insegnamento?

La mia esperienza è davvero gratificante per la possibilità di incontrare molte persone di diverse età e provenienze. In questo periodo in cui la pandemia ha limitato l'attività, si sono creati nuovi spazi per la danza, anche fisici (parchi, piazze). Ho sentito una motivazione molto forte in me e nelle persone dei miei gruppi. Danzare è stato -ancora una volta- incontrarsi in modo autentico, sostenersi a vicenda, vivere momenti di piacere e leggerezza, parlare di pace.

Questionario 2

Scuola in cui insegna

Università degli studi di Verona - Scienze Motorie

Target dei corsi

Corso opzionale - cfu D



Numero di partecipanti in ogni gruppo

8-10

Quali aspetti l'hanno portata a voler diventare un danzaterapeuta?

Il desiderio di amare più me stessa, di stare con l'altro attraverso un movimento autentico, creativo, profondo ma allo stesso tempo leggero, uno strumento magico che crea relazioni.

Qual'è stata la sua formazione (corsi universitari, corsi professionali o altri corsi di formazione)?

Nel 2001 mi sono laureata in scienze motorie e ho conseguito nel tempo altri master e specializzazioni in ambito educativo e rieducativo. Frequento la Scuola internazionale di danzaterapia metodo Maria Fux "SI - Danza" di Verona con il maestro Pio Campo dal 2007, diplomata nel 2011 e in continua formazione e aggiornamento.

Cosa l'ha spinto a scegliere di insegnare il metodo di Maria Fux?

Tutto è partito perché rimasi colpita positivamente dal racconto della storia di Maria Fux da parte di una collega musicoterapeuta argentina, tanto che mi iscrissi subito ad un incontro di danzaterapia tenuto dal maestro Pio Campo. Fu immediatamente amore per il metodo e per le proposte creative di Pio, tanto che mi iscrissi subito alla formazione triennale, a quel tempo già lavoravo nell'ambito del movimento e della relazione d'aiuto e compresi chiaramente che sarebbe stato una grande occasione di crescita personale e professionale.

Come utilizza il metodo di Maria Fux nei suoi incontri?

Ho sempre utilizzato il metodo Fux per i miei incontri con i ragazzi disabili e con anziani con malattia di Parkinson, ottenendo grandi soddisfazioni personali e professionali. Un modo diverso e speciale di proporre attività motoria adattata

Su quali aspetti del metodo si focalizza maggiormente?

Sull'aspetto creativo e sull'aspetto relazionale che viene enfatizzato attraverso il lavoro di gruppo.

Quali tipi di materiali vengono utilizzati all'interno del corso?

tutti quelli del metodo Fux

Quale tipologia di musica viene utilizzata? In base a che criterio viene scelta?

Tutta la musica, mi piace spaziare su vari generi, in base al mio sentire e all'obiettivo degli incontri

Le lezioni propongono un tema da cui iniziare? se sì, in base a quale criterio vengono scelti i temi da proporre ai partecipanti?

Negli anni ho insegnato alle scuole materne, alle elementari, all'università, presso un centro medico e, alcuni progetti ai quali ho aderito, presentavano già un tema di base da sviscerare con il movimento e la musica, in altri invece ho proposto personalmente alcuni temi in base alle caratteristiche del gruppo o dell'utenza alla quale era rivolto il progetto.

Quali tipi di cambiamenti a livello fisico, psico-fisico ed emotivo la Danzaterapia comporta nei ragazzi e negli adulti che partecipano agli incontri? Vuole raccontarci qualche caso in particolare?

In generale i partecipanti si sentono parte del gruppo: bambini, persone con deficit motori e/o cognitivi, anziani, sono liberi di esprimersi attraverso la musica e la danza. Non vengono proposti esercizi ma attività creative alla portata di tutti, dove l'attenzione viene condotta verso le loro capacità di movimento piccole o grandi che siano e non sui loro limiti.

Quanto dev'essere lungo un percorso per produrre degli effetti?

Dipende dal gruppo e dagli obiettivi prefissati

Cosa pensa sia fondamentale che la persona impari praticando questa disciplina?

Credo non ci sia nulla di fondamentale, mi auguro che attraverso la danza si possa portare nel corpo e nell'anima un po' di gioia, di leggerezza, di speranza, di amore per se stessi e per gli altri.



Quale tipo di rapporto si viene a creare tra insegnante e allievo?

Relazione di empatia e di fiducia

Quale tipo di rapporto si instaura tra gli allievi?

Dipende dal gruppo, ma in linea generale, maggiore fiducia e relazione

Vuole aggiungere ulteriori riflessioni personali rispetto alla sua esperienza di insegnamento?

Grazie a Pio Campo che, con immenso amore e rispetto, porta avanti gli insegnamenti di Maria creando splendide evoluzioni. Studiare danzaterapia per me è fonte di continua crescita, ispirazione e nutrimento, un percorso che non ha mai fine perché la danza è la vita.

Questionario 3

Scuola in cui insegna

Sono libera professionista

Target dei corsi

Adulti, persone con disabilità o disturbi psichiatrici

Numero di partecipanti in ogni gruppo

6/7

Quali aspetti l'hanno portata a voler diventare un danzaterapeuta?

Il profondo ascolto che richiede. Il suo essere un metodo estremamente serio, ma allo stesso tempo donando momenti di assoluta leggerezza.

Qual'è stata la sua formazione (corsi universitari, corsi professionali o altri corsi di formazione)?

Laurea triennale in Lingue e Letterature straniere. Diploma di insegnante di danze orientali. Diploma di danzaterapeuta presso la scuola Si Danza di Verona.

Cosa l'ha spinto a scegliere di insegnare il metodo di Maria Fux?

L'evoluzione continua che permette al danzaterapeuta, fornendo basi concrete per poter lavorare, senza però ingabbiarlo in rigidi precetti e regole.

Come utilizza il metodo di Maria Fux nei suoi incontri?

Uso gli stimoli codificati da Maria per costruire i miei incontri.

Su quali aspetti del metodo si focalizza maggiormente?

Sull'ascolto e l'osservazione dei singoli e del gruppo.

Quali tipi di materiali vengono utilizzati all'interno del corso?

Cerchi, tessuti, elastici, sedie, giornali, palloncini, piume, la natura circostante

Quale tipologia di musica viene utilizzata? In base a che criterio viene scelta?

Qualsiasi tipo di musica (eccetto l'heavy metal). Deve richiamare e sostenere lo stimolo.

Le lezioni propongono un tema da cui iniziare? se sì, in base a quale criterio vengono scelti i temi da proporre ai partecipanti?

Più che un tema, è una scintilla che dà inizio all'incontro. Dipende, a volte condivido qualcosa che mi è successo di recente, altre volte è un racconto di fantasia, altre sono fatti di cronaca attuale, libri letti, ecc.



Quali tipi di cambiamenti a livello fisico, psico-fisico ed emotivo la Danzaterapia comporta nei ragazzi e negli adulti che partecipano agli incontri? Vuole raccontarci qualche caso in particolare?

Quello che ho potuto osservare nella mia esperienza è un corpo più rilassato e occhi più luminosi, da un punto di vista fisico. Dal lato emotivo/psico fisico: un innalzamento dell'energia, relax, gioia, serenità, appagamento. Nel tempo: maggiore apertura nel rapporto con sé e con gli altri.

Quanto dev'essere lungo un percorso per produrre degli effetti?

Dipende dalla persona. Secondo me con 8-10 incontri si vedono i primi cambiamenti, sarebbe quindi opportuno poter continuare oltre.

Cosa pensa sia fondamentale che la persona impari praticando questa disciplina?

A respirare.

Quale tipo di rapporto si viene a creare tra insegnante e allievo?

Rapporto di fiducia ed intimità.

Quale tipo di rapporto si instaura tra gli allievi?

Intimità che a volte sfocia in amicizia.

Vuole aggiungere ulteriori riflessioni personali rispetto alla sua esperienza di insegnamento?

No

Questionario 4

Scuola in cui insegna

Scuola dell'Infanzia

Target dei corsi

Da 0 a 100 anni.

Numero di partecipanti in ogni gruppo

Dai 7 ai 15 bambini per gruppo, dipende dal numero totale dei bimbi con cui dovrò lavorare e dal tipo di lavoro.

Quali aspetti l'hanno portata a voler diventare un danzaterapeuta?

Dopo anni in cui avevo lavorato su di me attraverso il teatro e la danza contemporanea ho sentito nella danzaterapia una via molto efficace di ascolto, consapevolezza ed espressione creativa che mi dava gioia dapprima nel mio percorso personale quotidiano e dopo nella relazione con gli altri e nel mio lavoro di educatrice di sostegno a scuola.

Qual'è stata la sua formazione (corsi universitari, corsi professionali o altri corsi di formazione)?

Dopo la laurea in Dams teatro, son diventata danzaterapeuta metodo Maria Fux alla scuola Sì Danza di Verona, Centro Internacional de Dançaterapia metodo Maria Fux diretto da Pio Campo. Son diventata educatrice socio-pedagogica e ho frequentato diversi seminari anche con Maria José Vexenant e ho conosciuto Maria Fux l'ultima volta che è stata in Italia.

Cosa l'ha spinto a scegliere di insegnare il metodo di Maria Fux?

Dopo anni di corsi di teatro, danza e dopo esperienze di danza con ragazzini down e lavorando nell'ambito scuola, ho sentito nella danzaterapia metodo Maria Fux un gran sostegno innanzitutto per me che poteva aiutare ad armonizzare anche gli altri.

Come utilizza il metodo di Maria Fux nei suoi incontri?

Con i bambini integro l'utilizzo di albi illustrati che ci portano in un viaggio insieme dove ogni volta propongo stimoli nuovi collegati alla proposta.



Su quali aspetti del metodo si focalizza maggiormente?

Sull'ascolto, la creatività, l'unicità, la collaborazione, l'osservazione, il ritmo, l'espressione, la condivisione.

Quali tipi di materiali vengono utilizzati all'interno del corso?

Carta crespa, giornali, palloncini, piume, elastici, canne di bambù, stoffe, fili, colori, foglie, materiali naturali, argilla.

Quale tipologia di musica viene utilizzata? In base a che criterio viene scelta?

Mi piace viaggiare tra tanti tipi diversi di musiche a seconda del lavoro che vado a proporre, dalla musica classica alla musica popolare, al blues, jazz, rock, in 432 hz. Scelgo in base a quello che muove in me e anche a quello che ascolto del gruppo di bambini o adulti che ho di fronte in quel momento. Mi preparo a cambiare a seconda del momento o della situazione, ad usare la musica che sento sia più necessaria in quel momento.

Le lezioni propongono un tema da cui iniziare? se sì, in base a quale criterio vengono scelti i temi da proporre ai partecipanti?

Scelgo sempre un tema su cui lavorare e dipende dal progetto, da quante volte vedrò quel gruppo, ho sempre in testa un percorso.

Quali tipi di cambiamenti a livello fisico, psico-fisico ed emotivo la Danzaterapia comporta nei ragazzi e negli adulti che partecipano agli incontri? Vuole raccontarci qualche caso in particolare?

C'è sempre un cambiamento, alla fine quasi sempre il gruppo è più rilassato, sorridente, felice del viaggio condiviso insieme. Ho sempre dei feedback positivi dai bambini o adulti. C'è sempre voglia di condividere, aprirsi e ringraziare.

Quanto dev'essere lungo un percorso per produrre degli effetti?

In questi 13 anni ho potuto sperimentare percorsi lunghi e altri di un solo incontro, il cambiamento e gli effetti si vedono anche in una sola volta, ma ovviamente un percorso più duraturo porta effetti più profondi che variano da persona a persona. Recentemente ho creato percorsi di 4 incontri per i bimbi ed è stato un buon tempo, l'ideale sarebbero però 8 o 10 incontri.

Cosa pensa sia fondamentale che la persona impari praticando questa disciplina?

Ad ascoltarsi e ad ascoltare l'altro.

Quale tipo di rapporto si viene a creare tra insegnante e allievo?

È un incontro profondo, di fiducia, è sempre uno scambio, c'è molto amore.

Quale tipo di rapporto si instaura tra gli allievi?

Si condividono emozioni profonde, ci si apre senza giudizio, ci si libera parlando con il corpo, di solito nascono amicizie ancora più forti.

Vuole aggiungere ulteriori riflessioni personali rispetto alla sua esperienza di insegnamento?

La danzaterapia dovrebbe essere un'attività fissa nelle scuole per alunni, insegnanti, educatori, dirigenti, genitori. Permette di connettersi con sé, di aprirsi agli altri, di cambiare sguardo, di relazionarsi in maniera sana con gli altri e ce n'è molto bisogno, parlo delle scuole perché ci lavoro da 13 anni anche come educatrice ma potrei dire che la danzaterapia dovrebbe arrivare in tanti altri ambienti: ospedali, uffici, ditte..... Per portare un po' più umanità, cura e guarigione.

Questionario 5

Scuola in cui insegna

Scuola dell'infanzia Arcobaleno Bovolone VR



Target dei corsi

gruppi di bambini 5/6 anni

Numero di partecipanti in ogni gruppo

In genere ho proposto la danzaterapia a gruppi di 20 /25 bambini e bambine

Quali aspetti l'hanno portata a voler diventare un danzaterapeuta?

In realtà il mio interesse per la corporeità è iniziato nel 1983 frequentando seminari di Pratica Psicomotoria con Bernard Aucouturier .Ho potuto osservare quanto "passi" attraverso il linguaggio del corpo in termini di emozioni ,sensazioni e pensieri. Nel 2005 mi sono accostata alla danzaterapia attraverso la partecipazione ad un seminario. Per me si è aperto un mondo che univa il mio interesse per il corpo con la musica. Non ho più smesso di danzare. Nel 2007,quando è nata la scuola Si.danza sono stata tra i soci fondatori. Diventare danzaterapeuta dopo il percorso formativo è stato un traguardo del tutto naturale. Questo mi ha permesso di inserire la danzaterapia tra i progetti della scuola in cui insegnavo.

Qual'è stata la sua formazione (corsi universitari, corsi professionali o altri corsi di formazione)?

Ho conseguito il diploma di insegnante di scuola dell'infanzia nel1976.Ho insegnato per 41 anni nel corso dei quali ho intrapreso vari studi, quali la Pratica Psicomotoria Aucouturier, la didattica dell'arte, la formazione presso il Movimento di cooperazione educativa con itinerari rivolti all'ascolto e alla metodologia della ricerca, all'animazione alla pace e alla gestione dei conflitti attraverso la didattica laboratoriale.

Cosa l'ha spinto a scegliere di insegnare il metodo di Maria Fux?

Ho sentito fin dai primi seminari che questo metodo era vicino al mio sentire e al mio percorso di formazione. Mi ha interessato l'aspetto creativo del metodo e la possibilità che offre ad ognuno di potersi esprimere in modo originale attraverso il movimento.

Come utilizza il metodo di Maria Fux nei suoi incontri?

Con i bambini e le bambine di questa età è fondamentale evocare immagini e raccontare storie attraverso il movimento .Ciò che ho sempre perseguito è stata l'apertura al piacere ,requisito fondamentale per la comunicazione e la relazione.

Su quali aspetti del metodo si focalizza maggiormente?

Protagonista è il corpo e la sua possibilità di trasformarsi continuamente per poter essere luogo di comunicazione con sé ,con lo spazio, con gli oggetti, con l'altro. Questo è il filo conduttore di ogni incontro.

Quali tipi di materiali vengono utilizzati all'interno del corso?

Vari sono i materiali proposti nel percorso, oggetti semplici ,di uso quotidiano che aiutano a "mobilizzare " il corpo :teli ,giornali, palloncini, carta crespata ,tulle piuma....Importante è tener conto anche della valenza simbolica dell'oggetto derivante dalla materia di cui sono composti. Ho utilizzato anche immagini e luci per danzare le ombre.

Quale tipologia di musica viene utilizzata? In base a che criterio viene scelta?

La scelta della musica è ,per un danzaterapeuta ,frutto di grande ricerca in quanto la musica è lo stimolo che permette al corpo di muoversi. Non esiste una tipologia di musica, ma è fondamentale scegliere quella che sostiene la proposta. A volte è l'ascolto minuzioso e attento della musica che richiama uno stimolo .Altre volte è lo stimolo stesso che per essere vissuto ha bisogno di una particolare musica: è il mio corpo che incontra la musica.

Le lezioni propongono un tema da cui iniziare? se sì, in base a quale criterio vengono scelti i temi da proporre ai partecipanti?

Generalmente stendevo un progetto che fosse il più aperto possibile. Proporre questo percorso ai bambini e alle bambine di questa età significa osservare attentamente il gruppo e proporre stimoli adeguati ,disponibili a cambiare rotta quando è necessario.



Quali tipi di cambiamenti a livello fisico, psico-fisico ed emotivo la Danzaterapia comporta nei ragazzi e negli adulti che partecipano agli incontri? Vuole raccontarci qualche caso in particolare?

I cambiamenti si riferiscono in modo particolare alla possibilità di aprirsi al piacere di muoversi e di relazionarsi con gli altri. Molto spesso ho osservato l'arricchimento della creatività corporea. Nei gruppi erano sempre inseriti bambini e bambine con varie situazioni problematiche. Dare spazio alla loro espressività è stato per me l'obiettivo più grande delle proposte.

Quanto dev'essere lungo un percorso per produrre degli effetti?

La mia esperienza mi suggerisce che, in genere, una decina di incontri sono un percorso interessante per cogliere l'evoluzione dei bambini e delle bambine. In ogni caso ogni incontro porta in sé qualche cambiamento e apertura.

Cosa pensa sia fondamentale che la persona impari praticando questa disciplina?

Non so se le persone imparino nel senso classico del termine. Quello che ho osservato è che questo linguaggio aiuta i bambini e le bambine ad esprimersi con originalità, che li aiuta ad aprirsi alla relazione con i coetanei, che stimola il benessere profondo.

Quale tipo di rapporto si viene a creare tra insegnante e allievo?

Si crea un filo sottile che apre la possibilità al dialogo. Sguardi, sorrisi, abbracci e parole sono i simboli di una possibile relazione. Si coglie in maniera molto profonda di essere "specchio" per i bambini e le bambine.

Quale tipo di rapporto si instaura tra gli allievi?

I bambini e le bambine si riconoscono, si guardano con occhi diversi. L'incontro di danzaterapia è un momento fortemente inclusivo, nel quale ognuno ha il proprio posto...nel mondo.

Vuole aggiungere ulteriori riflessioni personali rispetto alla sua esperienza di insegnamento?

Per me è stata una esperienza meravigliosa inserire la danzaterapia nella scuola al punto che ho scelto di lavorare solo con gruppi di bambini e bambine e non con altre realtà. Spesso ho proposto incontri anche con i genitori (sempre all'interno della scuola), offrendo loro gli stessi stimoli vissuti dai bambini e dalle bambine. Questo ha creato un sentire collettivo emozionante e ricco di possibilità di proseguire nella ricerca. Ho proposto di frequente la danzaterapia associata all'arte, danzando ad esempio quadri o opere di artisti (Pollock, Mirò, Calder, Merz, Klein...). Mi affascinava molto questa unione tra danza ed arte. Sono linguaggi che i bambini e le bambine comprendono subito profondamente. Ora sono un'insegnante in pensione che continua la sua ricerca personale continuando a danzare!

Questionario 6

Scuola in cui insegna

Suono Dance Casale di Scodosia (PD) e in altre realtà con persone disabili

Target dei corsi

Dai 3 anni

Numero di partecipanti in ogni gruppo

Di media 10 partecipanti, ma conduco anche incontri individuali

Quali aspetti l'hanno portata a voler diventare un danzaterapeuta?

Ho sentito forte l'esigenza di trovare uno strumento che permettesse ad ognuno di esprimere ciò che è attraverso il movimento. Ho incontrato una danza che favorisce la riscoperta di ciò che sono, facilita il ri-conoscermi, una danza che comunque spinge al cambiamento.



Qual'è stata la sua formazione (corsi universitari, corsi professionali o altri corsi di formazione)?

Diploma triennale di Danzaterapia met. Fux alla scuola Si.Danza diretta da Pio Campo a Verona
Corso intensivo di Teatro Danza con la compagnia Mu.Zo Dance Theatre Company di Verona

Cosa l'ha spinto a scegliere di insegnare il metodo di Maria Fux?

L'immediata sensazione che già dal primo incontro qualcosa può cambiare; il fatto che è una danza davvero per tutti, non importa l'età, la condizione psico fisica o l'attitudine al movimento di ognuno; la bellezza che traspare in ogni movimento quando aderisce al sentire più profondo della persona che danza

Come utilizza il metodo di Maria Fux nei suoi incontri?

Cercando di capire fin dall'inizio la risposta del gruppo per poi per calibrare la conduzione adeguandola a chi partecipa

Su quali aspetti del metodo si focalizza maggiormente?

La scelta della musica abbinata allo stimolo che propongo e su come il gruppo o la persona reagiscono alla proposta

Quali tipi di materiali vengono utilizzati all'interno del corso?

Tessuti, palloncini, carta crespata, bastone, elastico...

Quale tipologia di musica viene utilizzata? In base a che criterio viene scelta?

La musica può variare dalla classica al pop, dal rock al jazz...l'importante è che sostenga lo stimolo proposto e abbia una certa intensità emotiva

Le lezioni propongono un tema da cui iniziare? se sì, in base a quale criterio vengono scelti i temi da proporre ai partecipanti?

Ogni incontro ha un tema (uno stimolo) la cui scelta è molto personale, posso anche valutare lo stimolo in base al gruppo che andrò a condurre.

Quali tipi di cambiamenti a livello fisico, psico-fisico ed emotivo la Danzaterapia comporta nei ragazzi e negli adulti che partecipano agli incontri? Vuole raccontarci qualche caso in particolare?

I movimenti divengono via via più morbidi, il corpo si apre a nuove possibilità di movimento, si acquista fiducia nelle proprie capacità, inizia un processo di accettazione verso se stessi. Non si giudica, e questo permette di guardarsi con occhi poi amorevoli e meno critici. Sto seguendo una ragazza che cammina solo con l'aiuto di un carrellino e la maggior parte del suo tempo la passa in carrozzina. Dopo qualche settimana dal primo incontro ha iniziato a muoversi con il carrellino senza tenere la mani appoggiate, dopo alcuni mesi da appoggiata al muro, con il mio aiuto, ha iniziato a muovere qualche piccolo passo, adesso a distanza di un anno e mezzo, posso lasciarla in piedi in mezzo alla stanza e riesce a muovere quei due, tre, quattro.. passi. Quello che aveva nascosto e sepolto erano il coraggio e la fiducia in se stessa, con la danzaterapia abbiamo aperto una porticina dalla quale ha fatto uscire tutto ciò che le serviva...e continua a farlo. È seguita da fisioterapisti specializzati e negli ultimi mesi le hanno cambiato esercizi e le fanno fare alcune cose che facciamo io e lei insieme.

Quanto dev'essere lungo un percorso per produrre degli effetti?

Non c'è un tempo, a volte un incontro solo ti cambia l'esistenza, a volte non bastano una vita di incontri per cambiare. Dipende sempre da cosa stai cercando con la danzaterapia e in generale nella vita.

Cosa pensa sia fondamentale che la persona impari praticando questa disciplina?

A guardarsi dentro, a sentire e vivere le proprie sensazioni, in modo che possano guidare il movimento



Quale tipo di rapporto si viene a creare tra insegnante e allievo?

Anche questo è molto soggettivo, dipende da che classe hai o se fai incontri individuali. La cosa certa per me è che non si deve creare un rapporto di dipendenza tra partecipante e conduttore

Quale tipo di rapporto si instaura tra gli allievi?

Da un minimo di imbarazzo nei primi momenti si passa velocemente a situazioni di supporto reciproco, nessuno giudica l'altro, ma si cerca di vedere la bellezza l'uno nell'altro.

Vuole aggiungere ulteriori riflessioni personali rispetto alla sua esperienza di insegnamento?

Con il tempo mi sono resa conto che la danzaterapia è in ogni aspetto della mia vita. Gli stimoli che propongo in un incontro li trovo tutti i giorni nella vita quotidiana. Quindi credo che danzare la vita sia l'unico modo per proseguire questo cammino chiamato vita

Questionario 7

Scuola in cui insegna

Nossolar centro per la persona

Target dei corsi

Bambini e giovani

Numero di partecipanti in ogni gruppo

7 e 3

Quali aspetti l'hanno portata a voler diventare un danzaterapeuta?

Entrare in relazione con l'altro attraverso il linguaggio del corpo

Qual'è stata la sua formazione (corsi universitari, corsi professionali o altri corsi di formazione)?

Laureata in Psicologia

Cosa l'ha spinta a scegliere di insegnare il metodo di Maria Fux?

Il suo aspetto creativo

Come utilizza il metodo di Maria Fux nei suoi incontri?

Cerchio di apertura Risveglio del corpo Proposta dello stimolo Cerchio di chiusura con richiesta di una parola relativa all'incontro e a ciò che si è sentito

Su quali aspetti del metodo si focalizza maggiormente?

Sulla ricerca dell'aspetto creativo

Quali tipi di materiali vengono utilizzati all'interno del corso?

Stoffe piume cerchi teli palloncini giornali

Quale tipologia di musica viene utilizzata? In base a che criterio viene scelta?

Qualsiasi tipo di musica purché sia coerente con lo stimolo presentato

Le lezioni propongono un tema da cui iniziare? se sì, in base a quale criterio vengono scelti i temi da proporre ai partecipanti?

Negli incontri alla scuola dell'infanzia gli incontri vengono pensati in base al tema della programmazione annuale



Quali tipi di cambiamenti a livello fisico, psico-fisico ed emotivo la Danzaterapia comporta nei ragazzi e negli adulti che partecipano agli incontri? Vuole raccontarci qualche caso in particolare?

In generale in tutti viene osservata una maggiore fluidità ed armonia del movimento e lo sviluppo del pensiero creativo

Quanto dev'essere lungo un percorso per produrre degli effetti?

Almeno 8 incontri

Cosa pensa sia fondamentale che la persona impari praticando questa disciplina?

Che si possono superare limiti e difficoltà guardando la realtà da altri punti di vista

Quale tipo di rapporto si viene a creare tra insegnante e allievo?

Fiducia

Quale tipo di rapporto si instaura tra gli allievi?

Condivisione

Vuole aggiungere ulteriori riflessioni personali rispetto alla sua esperienza di insegnamento?

In ogni incontro è sempre un dare ed un avere reciproco

Attraverso l'analisi dei questionari si evidenzia il fatto che ogni danzaterapeuta dirige gli incontri con target differenti, dai bambini fino agli anziani, compresi anche le persone che presentano determinate difficoltà, ponendosi degli obiettivi simili e diversi tra loro da raggiungere tramite la danza. La maggior parte degli insegnanti oltre ad avere una propria laurea sono anche diplomati in Danzaterapia presso la scuola SI.Danza di Verona. In riferimento al metodo di Maria Fux, i facilitatori utilizzano tutti i materiali della danzatrice, come elastici, tessuti, carta crespata, palloncini, canne di bambù, giornali e altri. Ogni conduttore inizia da uno stimolo per poter danzare, scegliendo la musica considerata adatta al contesto e ai partecipanti e varia in tutti i suoi generi. Inoltre, le persone hanno anche la possibilità di partecipare ad un solo incontro ottenendo allo stesso modo degli effetti positivi, al contrario per raggiungere dei cambiamenti personali e nel gruppo è necessario frequentare con costanza. Infine, la relazione che si instaura tra l'insegnante e allievo si basa principalmente sull'ascolto, sulla fiducia e sul dialogo. Invece, il rapporto che si crea tra gli allievi riguarda la fiducia, la libertà dal giudizio altrui e l'intimità che spesso sfocia anche in amicizia.



Bibliografia

- Bianconi Renzo, De Gregorio Achille, Manarolo Gerardo, Puxeddu Vincenzo (a cura di), *Le Artiterapie in Italia*, Edizioni Tecnostampa, Roma, 1994
- Cerruto Elena, *Metodologia e pratica della Danza Terapeutica. Danzamentoterapia tra oriente e occidente*, Milano, FrancoAngeli, 2018
- Chodorow Joan, *Danzaterapia e psicologia del profondo*, red edizioni, Como, 1998
- Colombo Chiara, *Radici e forme della danzaterapia. Uno sguardo sul Metodo di Maria Fux*, Milano, MB Publishing, 2006
- Duncan Isadora, *Ma vie*, Gallimard, Parigi, 1930
- Fux Maria, *Primo incontro con la Danzaterapia*, Brossura, Vicenza, 1982
- Fux Maria, *Formazione alla Danzaterapia*, Milano, Ed. Odós, 1991
- Fux Maria, *Danza experiencia de vida*, Madrid, Paidós Ibérica, Ediciones 1999
- Fux Maria, *Frammenti di vita nella Danzaterapia*, Edizioni del Cerro, 1999
- Fux Maria, *Dopo la caduta... continuo con la Danzaterapia*, Pisa, Edizioni del Cerro, 2005
- Fux Maria, *Cos'è la Danzaterapia: il metodo di Maria Fux. Intervista con Betina M. Besignor*, Pisa, Edizioni del Cerro, 2006
- Fux Maria, *Essere danzaterapeuta oggi*, Pisa, Edizioni del Cerro, 2011
- Macaluso Claudia, Zerbeleni Silvia, *La Danzaterapia*, Milano, Xenia, 1999
- Mustacchi Claudio, *Nel corpo e nello sguardo*, Unicopli, Assago, 2004
- Randi Elena, *Protagonisti della danza del XX secolo. Poetiche ed eventi scenici*, Roma, Carocci, 2014



-Randi Elena, *La modern dance. Teorie e protagonisti*, Roma, Carocci, 2018

Sitografia

<http://www.danzaterapiamariafux.it/sito/>

<http://www.danzaterapiamariafux.it/sito/le-scuole-in-italia/>

<https://www.sidanzamariafux.com/>

<http://www.diventaregrandi.it/>

[https://www.risveglimariafux.it/index.php?option=com_content&view=article&id=106
&Itemid=1034](https://www.risveglimariafux.it/index.php?option=com_content&view=article&id=106&Itemid=1034)

<https://www.danzaterapiasarabanda.it/>

<http://centrotoscanodanzaterapia.it/>

<http://www.danzaterapiainrete.it/corsi/>

<http://www.musicartemozioni.it/>

<http://www.danzalavita.eu/danzaterapia/>

<https://www.danzaterapiasarabanda.it/formazione>

<https://www.paolabenvegna.it/danzaterapia/>

<http://www.danzaterapia-esprel.it/it/la-danzamovimentoterapia-espressivo-relazionale>

<https://www.paolabenvegna.it/>

<http://centrotoscanodanzaterapia.it/scuola-di-formazione/>

<https://artiterapie.artedo.it/artedo-padova/>

<https://www.spaziodanzapadova.it/>



Ringraziamenti

Voglio ringraziare

La prof.ssa Stefania Onesti per la pazienza, il supporto e l'aiuto avuti nei miei confronti durante il mio percorso universitario.

Il C.U.R di Rovigo per la loro disponibilità e prontezza a risolvere i problemi e i dubbi.

I danzaterapeuti per la partecipazione e la gentilezza.

Elena Betteti per la sua accoglienza e amore per la danzaterapia.

La mamma, il papà, Veronica e Mattia per avermi sostenuta anche nei momenti difficili, gioito al raggiungimento dei miei traguardi e incoraggiata a non mollare.

Leonardo, per il suo amore, la sua vicinanza, per aver creduto sempre in me, accettato e apprezzato la persona che sono.

Le mie compagne e amiche d'Università, per la comprensione, l'incoraggiamento e il conforto.

I miei amici per avermi dato forza e fatto sorridere anche nei momenti bui.

Mio nonno e Claudio che mi proteggono e mi sorvegliano da lassù.

Mia nonna Amelia, per avermi cresciuta e sostenuta in qualsiasi decisione.

La comunità per avermi dato la possibilità di conoscere persone speciali, regalandomi emozioni e per avermi fatto crescere come persona.

Me stessa per non aver mai mollato e continuato a crederci.

Tutte le persone che mi vogliono bene e mi stanno vicine.