

venerdì 16 ottobre e 6 novembre 2026 - ore 17.30-20.30
sabato 23 gennaio 2026 – ore 10.30-18.30

Alla ricerca del Movimento Autentico

seminario esperienziale con Francesca Borghese

in presenza a Philo, via Piranesi 12, Milano



Il Movimento Autentico nasce dall'incontro tra Danza Movimento Terapia, Psicoanalisi e Danza. Alternando momenti esperienziali (movimento, parola, transizione con materiali artistici e/o scrittura) a momenti più teorici, ed esplorando sia il ruolo di mover che di testimone attraverso alcune delle forme base del Movimento Autentico, il seminario si propone di far conoscere questa pratica e di fornire materiale utile alla ricerca personale sulle radici corporee profonde delle proprie modalità espressive.

Il corso è strutturato in due esperienze introduttive e una intera giornata di seminario, che permetterà di entrare in un'esperienza immersiva e completa. Il corso è adatto sia a principianti, a cui sarà dedicato uno spazio introduttivo a parte, sia a persone che hanno già intrapreso un percorso negli anni passati.

Durante il seminario si vedrà il Movimento Autentico sia come forma di immaginazione attiva attraverso il corpo (cfr. Joan Chodorow), sia negli aspetti più meditativi spirituali (cfr. Janet Adler).

Occorrente: abiti comodi e calzoncini, un diario personale come spazio di scrittura, un cuscino su cui sedersi e, per chi lo desidera, materiali per disegnare personali, che comunque saranno in loco a disposizione.

Non è necessaria alcuna esperienza di danza.

Francesca Borghese, laureata in Filosofia all'Università degli Studi di Pavia, ha iniziato a studiare il Movimento Autentico nel 1996. Dmt, formatrice e Supervisore Apid®, Art Psychotherapist riconosciuta dal Goldsmiths' College di Londra, ha conseguito il Master di II livello Movimento Autentico in Art Therapy Italiana. Allieva di Rosa Maria Govoni, ha praticato in seminari anche con Janet Adler, Tina Stromsted, Patrizia Pallaro. Dal 2013 partecipa all'International European Peer group di Movimento Autentico. Continua a formarsi nella Disciplina del Movimento Autentico con Ania Kowalska, Marcia Plevin, Rosa Maria Govoni.

Il seminario si svolgerà in presenza nella sede di Philo, via Piranesi 12, Milano

(Passante Ferroviario/Porta Vittoria – Autobus/73 e 90 – Tram/12-27).

Costo del percorso: 180 euro.

Le iscrizioni si effettuano a partire dall'1 settembre tramite il sito di Philo (www.scuolaphilo.it) nella pagina web dedicata all'evento:

https://scuolaphilo.it/evento-philo/movautentico_202608081729/

Posti limitati: max 12. È possibile iscriversi fino a massimo tre giorni prima dell'inizio del seminario (salvo esaurimento posti disponibili).

(immagine: *Mandala* di Cristina Minelli)

www.scuolaphilo.it - email della segreteria: info@scuolaphilo.it