

# BMC® Practitioner

## Requisiti per la certificazione

Linee guida e formulari

LEBEN

NUOVA

## Requisiti relativi al programma Body-Mind Centering® Practitioner

### Requisiti generali validi per qualunque programma di certificazione:

1. Completamento di tutti i corsi del programma in questione.
2. Valutazione favorevole da parte dei docenti.
3. Completamento e consegna della documentazione dei compiti e delle sessioni richieste.
4. Verifiche soddisfacenti delle competenze acquisite.
5. Completamento degli studi complementari richiesti.
6. Pagamento delle quote.

Tutti i requisiti devono essere soddisfatti per potersi diplomare. Tutti i compiti devono essere consegnati entro sei mesi dalla partecipazione all'ultimo corso in programma. Se non si completano tutti i requisiti entro sei mesi dopo l'ultimo corso, potrebbe essere applicata una quota di "penale" per il ritardo e richiesti altri compiti. Si prega di verificare con l'amministrazione del programma con cui si consegue il diploma.

### Prerequisito: certificazione SME

#### Compiti del programma BMC® Practitioner

28 *Study sessions* (12 relative ai corsi SME e 16 ai corsi del PP)

12 Lezioni di *Somatic Movement Education*

14 Sessioni di *guidance* (6 relative ai corsi SME e 8 ai corsi del PP)

4 Sessioni individuali

15 Studi su casi individuali

Progetto finale dell'ultimo anno: presentazione e 1 relazione

4 Sessioni di supervisione (2 individuali e 2 condivise)

#### Studi complementari

Anatomia – 40 ore

Fisiologia – 40 ore

Chinesiologia (anatomia funzionale) – 30 ore

Competenze di *counseling* – 50 ore

Pratica di movimento – 100 ore

Pratica di meditazione – 50 ore

#### Facoltativo (consigliato)

Servizio di volontariato (relazione facoltativa) – 25 ore

È necessario salvare una copia di tutta la documentazione e inviarla utilizzando i moduli a pagina 10 e 11 di questo Pacchetto Compiti. Le scadenze per le consegne verranno comunicate dalla Direzione.

## Descrizione dei compiti specifici del programma BMC® Practitioner

### Compiti da svolgere per conto proprio e da documentare con brevi relazioni

#### Studi su casi individuali

In queste sessioni si lavora con una persona individualmente e si compila poi una relazione dettagliata circa l'esperienza. La messa a fuoco è sulla persona a cui date la sessione piuttosto che sulla materia di studio.

#### Progetto finale: presentazione e relazione

Nell'ultima fase del Programma Practitioner ciascun allievo/a presenta al gruppo un proprio progetto. Questo può riguardare un particolare aspetto dell'approccio BMC, una sua applicazione nell'ambito di un'altra disciplina o può semplicemente consistere nell'approfondimento di un argomento di personale interesse. Non deve trattarsi necessariamente di un elaborato compiuto ma può anche essere una ricerca o un'esplorazione in corso d'opera. Il progetto prevede due parti: la presentazione di 15 - 20 minuti rivolta a tutto il gruppo e una sintesi scritta della lunghezza di una pagina da consegnare alla Direzione.

### Sessioni con un/a docente certificato

#### Sessioni di supervisione

Le sessioni di supervisione sono l'occasione per ricevere un feedback diretto circa il proprio modo di lavorare col tocco su un'altra persona. Le sessioni di supervisione sono richieste agli allievi dell'ultimo anno del programma BMC® Practitioner.

### Studi complementari

**Anatomia umana** – 40 ore

**Fisiologia umana** – 40 ore

È anche possibile frequentare un unico corso che tratti unitamente anatomia e fisiologia. Lo studio deve trattare l'anatomia e la fisiologia umana di tutti i principali sistemi corporei (non solo ossa e muscoli). I corsi devono essere di livello universitario o equivalenti (presso scuole di massaggio, di agopuntura ecc. oppure corsi a distanza da svolgere a casa).

**N. B.** I corsi di Anatomia e Fisiologia possono essere frequentati come studenti oppure uditori, presentando poi alla Direzione di Leben nuova un documento o una lettera da parte del docente o della scuola frequentata che attesti il completamento del corso. Nel caso si tratti di una lettera, è necessario allegare una descrizione del corso e degli argomenti trattati. Ai fini della certificazione sono validi anche corsi di anatomia-fisiologia frequentati in passato.

Vi invitiamo a contattarci per informazioni sui corsi organizzati da Leben nuova ([info@lebensnetz.it](mailto:info@lebensnetz.it)).

**Chinesiologia (anatomia funzionale)** – 30 ore

I corsi di chinesiologia sono di solito di due tipi: 1) orientati alla biomeccanica e quindi centrati sulle forze che coinvolgono le articolazioni; 2) orientati al sistema muscolare e quindi centrati sui muscoli e su come questi muovono il nostro corpo. I corsi orientati alla biomeccanica non sono adatti al tipo di formazione BMC®, mentre sono consigliati i corsi che offrono uno studio basilare sui muscoli e sulla loro azione nel muovere il corpo. Il corso dovrebbe trattare tutti i principali muscoli, la loro origine, l'inserzione e l'azione (e se possibile l'innervazione). Come per i corsi di anatomia e fisiologia, il corso deve essere di livello universitario o equivalente (presso una scuola di massaggio, di agopuntura ecc., oppure un corso per corrispondenza da svolgere da casa).

**N. B.** Il corso di Chinesiologia può essere frequentato in qualità di studenti oppure uditori, presentando poi alla Direzione di Leben nuova un documento o una lettera da parte del docente o della scuola frequentata che attesti il completamento del corso. Nel caso si tratti di una lettera, è necessario allegare una descrizione del corso e degli argomenti trattati.

Vi invitiamo a contattarci per informazioni sui corsi organizzati da Leben nuova ([info@lebensnetz.it](mailto:info@lebensnetz.it)).

### **Competenze di *Counseling* – 50 ore**

Previsto per l'ultimo anno del programma di BMC® Practitioner, è un requisito necessario per maturare la capacità di andare incontro agli altri anche a livello verbale qualora nel corso del lavoro emergano delle questioni di carattere personale. Potete scegliere qualunque approccio che vi corrisponda e vi sostenga, fornendovi tecniche e principi pratici, utili ad affrontare dinamiche di relazione. Al fine di soddisfare questo requisito, dovete accertarvi che il tipo di corso o di formazione che scegliete (si tratti di una serie di workshop o di una formazione continuativa) vi offra la possibilità di approfondire le vostre competenze di interazione verbale. Tra gli approcci scelti in passato dai nostri allievi vi sono il Counseling Relazionale, la Psicopsintesi, la Programmazione Neuro Linguistica (PNL) e altre forme di consulenza psicologica. Percorsi di psicoterapia o di *Counseling* svolti precedentemente in veste di pazienti non sono ritenuti validi ai fini del requisito.

Vi invitiamo a contattarci per informazioni sui corsi organizzati da Leben nuova ([info@lebensnetz.it](mailto:info@lebensnetz.it)).

### **Servizio di volontariato (facoltativo, consigliate minimo 25 ore)**

Svolgere servizio di volontariato è un'opportunità di fare esperienza col BMC in un campo di tuo interesse e allo stesso tempo diffondere l'approccio in luoghi e situazioni dove non avrebbe altrimenti facile accesso.

Puoi proporre un servizio di volontariato a individui o gruppi integrando principi e tecniche BMC in qualsiasi attività o situazione che tu ritenga appropriata o necessaria nella tua comunità. In passato altri colleghi BMC hanno prestato servizio offrendo delle lezioni o assistenza in centri per gli anziani, in centri di accoglienza, case di riposo, ludoteche, ospedali, prigioni, centri anti-violenza per le donne, o altri servizi per persone con limitata autonomia e/o difficoltà fisiche e di apprendimento.

Si può anche lavorare individualmente con persone che non possono permettersi questo tipo di servizio. Potresti far valere queste sessioni e/o lezioni private come *study session*, lezioni SME e studi di casi individuali.

Una relazione è facoltativa, ma se decidete di riportarla per scritto può comprendere tutta l'esperienza delle 25 ore di volontariato. Non dovrebbe essere più lunga di due pagine a doppia spaziatura e presentate insieme al resto dei compiti. Includi per favore le seguenti informazioni:

1. Tuo nome
2. Data della relazione
3. Tipo di volontariato
4. Località
5. Data del servizio svolto
6. Numero di ore
7. Descrizione delle attività svolte
8. Risultati e risposte
9. Le tue sensazioni, intuizioni, i tuoi commenti

**N.B.**

**Per motivi didattici o amministrativi possono essere necessari adeguamenti ai requisiti del programma.**

## **Linee guida e formulari per le relazioni**

### **Linee guida per le lezioni di SME**

Le lezioni SME offrono l'opportunità di affinare la propria pratica nella pianificazione, organizzazione, osservazione e gestione di ciò che accade nel contesto di una lezione. Ciascuna avrà la durata di circa un'ora e sarà rivolta a due o più persone. In ciascuna lezione ci può essere una combinazione di vari principi sulla materia di studio e di diversi sistemi del corpo e/o aspetti dello sviluppo.

Per scrivere la relazione utilizza le seguenti linee guida. Puoi utilizzare la scheda nella pagina seguente (scrivendo direttamente nel pdf) oppure creando un tuo format includendo le informazioni richieste. È possibile scriverla in modo lineare, descrittivo e/o sintetico. La lunghezza della relazione deve essere al massimo di una pagina.

### **Informazioni di carattere generale:**

1. Il tuo nome
2. Relazione # (numero progressivo)
3. Data della relazione
4. Data della lezione
5. Durata della lezione
6. Numero dei partecipanti
7. Iniziali o nome degli allievi (per ragioni di privacy omettere il cognome)
8. Età degli allievi (in modo approssimativo)
9. Maschio o femmina

### **Informazioni sul contenuto e sul procedimento della lezione:**

10. Argomento principale della lezione (tema della lezione)
11. Tipo di materia di studio utilizzata (per esempio, scheletro, BNP, organi)
12. Come è stata organizzata la materia (quello che hai fatto)
13. Modalità di approccio (come hai agito, per esempio, col movimento, il tocco, dialogo verbale, voce, ecc.)
14. Risposta degli allievi (che cosa hai notato e che cosa ha espresso l'allieva e/o allievo; la risposta della famiglia se l'allievo è un bambino)
15. Commenti, sensazioni, emozioni, intuizioni (quello che senti e intuisce)
16. Considerazioni per azioni future (idee per altre esplorazioni in futuro)

**Relazione su una lezione SME (formulario)**

Tuo nome

Relazione #

Data relazione

\*\*\*\*\*Data lezione

Durata lezione

\*\*\*\*\*Numero partecipanti

Età partecipanti

Iniziali o nome proprio dei partecipanti

F      M

Fai riferimento alle linee guida per ulteriori informazioni da includere. Salva con nome la relazione e usa di nuovo questa scheda

### **Relazione su un caso individuale (linee guida)**

Per approfondire la tua comprensione del BMC è essenziale mettere in pratica l'approccio attraverso il lavoro individuale con altre persone. Gli studi di casi individuali sono concepiti per fornirti questa esperienza e per farti fare pratica nell'osservare e nel comprendere meglio ciò che accade in una sessione.

Le sessioni devono essere di circa 1 ora – 1 ora ½. La materia trattata può essere varia e stratificata, a seconda dei casi, sui sistemi e/o sullo sviluppo.

Per scrivere la relazione utilizza le seguenti linee guida. Puoi utilizzare la scheda nella pagina seguente (scrivendo direttamente nel pdf) oppure creando un tuo format includendo le informazioni richieste. È possibile scriverla in modo lineare, descrittivo e/o sintetico. La lunghezza della relazione deve essere al massimo di una pagina.

### **Informazioni di carattere generale:**

1. Il tuo nome.
2. Sessione individuale n. (numero progressivo).
3. Data della relazione.
4. Data della sessione.
5. Durata della sessione.
6. Iniziali o nome proprio della persona trattata (per ragioni di privacy omettere il cognome).
7. Età della persona (in modo approssimativo se non sai l'età esatta).
8. Maschio o femmina.

### **Informazioni sul contenuto e sul procedimento della sessione:**

9. Focus della sessione (la questione posta dalla persona o il tema della sessione).
10. Genere di approccio usato (per esempio, scheletro, BNP, organi, ecc.).
11. Materia trattata nello specifico (quello che hai fatto).
12. Metodo d'approccio (come hai agito, per esempio, col movimento, il tocco, dialogo verbale, voce, ecc.).
13. Risposta della persona (che cosa hai notato tu e che cosa ha espresso lei o lui; e/o la risposta della famiglia se il paziente è un bambino).
14. Commenti, intuizioni, sensazioni (quello che tu senti e intuisce).
15. Considerazioni per azioni future (idee per altre esplorazioni in futuro).

**Relazione su un caso individuale (formulario)**

Tuo nome

Caso #

Data relazione

Data sessione

Durata sessione

Età della persona

F M

Iniziali o nome proprio della persona

Fai riferimento alle linee guida per ulteriori informazioni da includere. Salva con nome la relazione e usa di nuovo questa scheda



### Sessioni di supervisione

Tutte le sessioni di Supervisione devono essere di almeno un'ora e mezza ciascuna. Sono sessioni individuali in cui un insegnante o un practitioner lavora con te. Ricevi un feedback sul tuo tocco e sul tuo embodiment. Nelle sessioni condivise lavori insieme a un/a compagno/a di corso e ricevi un feedback dall'insegnante o dal practitioner sul modo in cui tu faciliti e sulla facilitazione che ricevi.

Le supervisioni devono essere svolte con un practitioner o con un insegnante BMC e possono avvenire durante il corso, quando sono presenti più Practitioners e Teachers, oppure tra un corso e l'altro durante l'anno, nel luogo dove si abita se vicino c'è una persona con certificazione idonea. Ricevere la sessione di supervisione, che sia durante lo svolgimento di un corso o durante l'anno, può dare supporto a un aspetto particolare del processo di apprendimento o più in generale a quello relativo alla formazione nel suo complesso.

Fai per favore delle copie del seguente formulario, e portane una con te durante i moduli e in occasione della sessione per la firma del practitioner o dell'insegnante.

Questa scheda vale come documentazione delle tue sessioni personali, conservala nella cartella dei compiti e inviane poi una copia insieme al pacchetto dei compiti.

Nome allieva/o:

#### 2 Sessioni di Supervisione (individuali)

<b>Data della sessione</b>	<b>Nome del practitioner o teacher (stampatello)</b>	<b>Firma del practitioner o teacher</b>

#### 2 Sessioni di Supervisione (condivise)

<b>Data della sessione</b>	<b>Nome del practitioner o teacher (stampatello)</b>	<b>Firma del practitioner o teacher</b>

### Sessioni individuali

Tutte le sessioni individuali devono durare almeno un'ora ciascuna. Nelle sessioni individuali un insegnante o un practitioner lavora con te. La sessione è centrata su di te: può riguardare un tuo problema specifico di natura fisica o relativo alla relazione corpo-mente, una questione che potresti avere rispetto alla materia di studio BMC, o altro ancora.

Le sessioni individuali devono essere svolte con un practitioner o con un insegnante BMC e possono avvenire durante il corso, quando sono presenti più practitioners e insegnanti, oppure tra un corso e un altro durante l'anno, nel luogo dove si abita se vicino c'è una persona con certificazione idonea. Ricevere la sessione individuale, che sia durante lo svolgimento di un corso o durante l'anno, può dare supporto al proprio processo personale in un momento particolare, o a quello formativo più in generale.

Per un elenco di practitioner e insegnanti BMC disponibili nella tua zona puoi contattare [info@lebensnetz.it](mailto:info@lebensnetz.it) oppure la Body-Mind Centering Association all'indirizzo <https://bmcassociation.org/locate/professionals>

Dovrai contattare tu il practitioner o l'insegnante BMC per organizzare la sessione.

Fai per favore delle copie del seguente formulario, e portane una con te durante i moduli e in occasione della sessione per la firma del practitioner o dell'insegnante

Questa scheda vale come documentazione delle tue sessioni personali, conservala nella cartella dei compiti e inviane poi una copia insieme al pacchetto dei compiti.

Nome allieva/o

Data della sessione	Nome del practitioner o teacher (stampatello)	Firma del practitioner o teacher

### Costi delle sessioni

I costi per le sessioni individuali, guidance e supervisioni **non sono inclusi nella quota di partecipazione** alla formazione. In media, per una sessione di un'ora viene richiesta la cifra di €60 (nelle sessioni di supervisione condivise di un'ora e ½ ciascun/a allievo/a paga €45). Il practitioner o teacher va pagato direttamente dall'allievo/a.

## Programma Body-Mind Centering® Practitioner

### Scheda riassuntiva dei compiti da consegnare

Le relazioni sui compiti a casa e gli altri requisiti vengono consegnati in due pacchetti separati e in due momenti diversi. Si prega di verificare con l'ufficio del programma la scadenza per ciascun invio. Utilizza il seguente foglio per tenere traccia del lavoro che avete completato e come foglio di copertura per i vostri pacchetti di compiti a casa.

**Ti assumi la responsabilità di salvare una copia di tutti i compiti che consegni!**

### 1° Pacchetto Compiti

Tuo nome

Data di consegna

#### Compiti

*Study sessions* (corsi SME)  12 *Study sessions*

Lezioni SME  6 Relazioni

#### Sessioni

Sessioni di *guidance* (corsi SME)  6 Sessioni di *guidance*

Sessioni individuali  2 Sessioni individuali

#### Studi complementari

40 ore – Anatomia

40 ore – Fisiologia

30 ore - Chinesiologia (anatomia funzionale)

Pratica di movimento  50 ore

Pratica di meditazione  25 ore

Nota

#### Ad uso della direzione del programma

Risultato della lettura dei compiti:

**Incompleto:** contattare l'allievo/a

**Completo:**  Soddisfacente  Insufficiente – deve essere svolto di nuovo

## 2° Pacchetto Compiti

Tuo nome \_\_\_\_\_ Data di consegna \_\_\_\_\_

Una copia dell'attestato di partecipazione per ciascun corso del programma Practitioner

### Compiti

*Study sessions*  16 relazioni

Lezioni SME  6 relazioni

Studi di casi individuali  15 relazioni

### Sessioni

Sessioni di *guidance*  8 schede

Sessioni individuali  2 schede

Supervisioni (2 individuali/2 condivise)  4 schede

**Progetto finale** (presentazione e 1 relazione)

### Studi complementari

50 ore Competenze di *counseling*

Pratica di movimento  + 50 ore

Pratica di meditazione  + 25 ore

Nota

### Ad uso della direzione del programma

Risultato della lettura dei compiti:

**Incompleto:** contattare l'allievo/a

**Completo:**  Soddisfacente  Insufficiente – deve essere svolto di nuovo

## TEMPORANEO ADEGUAMENTO DEI REQUISITI E DEI COMPITI

Nel periodo di pandemia che tutti abbiamo attraversato, abbiamo visto un intensificarsi delle attività online, comprese situazioni di insegnamento-apprendimento. Premesso che idealmente il lavoro BMC viene svolto di persona e condiviso in gruppo in una stessa *location*, a causa delle restrizioni e del distanziamento dovuto al coronavirus, i direttori hanno deciso di accettare che una certa parte dei compiti sia svolta online. C'è la necessità tuttavia di regolare il numero di queste sessioni effettuate a distanza.

Nella tavola in basso trovate il numero massimo di sessioni/lezioni che possono essere svolte online. La regola vale fino al 31 luglio 2021, indipendentemente da quando i compiti saranno consegnati. Dopo tale data, i direttori dei programmi rivaluteranno la situazione e decideranno se apportare delle modifiche.

Si prega di includere quanto segue nel segnalare che il lavoro è stato svolto online:

- una breve valutazione di come la sessione o la lezione online ha funzionato per voi (50 - 100 parole);
- una nota nella singola relazione e nei sommari dei compiti per le consegne (pp. 10-11);
- il numero di sessioni effettuate online per ogni categoria (*study session*, lezione o sessione di *guidance*).

### Compiti per il programma BMC® Practitioner

28 *Study sessions* (12 relative ai corsi SME e 16 ai corsi del PP) - max 14 sessioni online

12 Lezioni di *Somatic Movement Education* - max 6 classes online

14 Sessioni di *guidance* (6 relative ai corsi SME e 8 ai corsi del PP) - max 7 sessioni online

4 Sessioni individuali - max 1 sessione online

15 Studi su casi individuali - max 5 sessioni online

1 Progetto finale dell'ultimo anno: presentazione e 1 relazione

4 Sessioni di supervisione (2 individuali e 2 condivise)

### Studi complementari

40 ore Anatomia

40 ore Fisiologia

30 ore Chinesiologia (anatomia funzionale)

50 ore Competenze di *Counseling*

100 ore Pratica di movimento

50 ore Pratica di meditazione

### Facoltativo (consigliato)

25 ore Servizio di volontariato (relazione facoltativa)