



Laboratori di Danzomovimento terapia Integrata



A cura della Dott.ssa Valentina Di Ludovico, Riabilitatore Psichiatrico, Specialista in Riabilitazione, Danzomovimentoterapeuta integrata APID, Istruttore MBSR (Mindfulnessbased Stress Reduce), QualificationTeacherMindfulnessbased in training UCSD

La danza è un importante strumento di espressione globale della persona, una forma di manifestazione delle dimensioni profonde della natura umana. La sua capacità di sostenere il benessere attraverso la manifestazione delle emozioni era già nota in molte popolazioni primitive che attraverso i balli tradizionali mimavano i propri stati affettivi individuali o di gruppo. Le diverse forme di “danzaterapia” comprendono metodi che utilizzano il movimento del corpo, in modi più o meno strutturati e in relazione ad obiettivi diversi.

Attraverso gli interventi di danzaterapia è possibile lavorare stabilendo obiettivi generici volti al miglioramento del benessere psicologico o delle abilità mentali o seguendo programmi specifici.

La danzaterapia è importante in un percorso riabilitativo perché interviene su diverse aree psicologiche:

L'area cognitiva, in cui è possibile migliorare alcune competenze come lo schema corporeo, l'apprendimento di concetti o l'uso di simboli;

L'area emotiva, in cui è possibile incrementare la capacità di manifestare positivamente dei vissuti emotivi, sostenendo il superamento di paure e fobie e migliorando la stima di sé;

L'area relazionale, in cui spesso si lavora per migliorare le relazioni personali, i rapporti di coppia o per diminuire forme comportamentali disadattive;

L'area psicomotoria, in cui è possibile migliorare l'orientamento spaziale e la coordinazione motoria in relazione a prassi specifiche oppure generalizzate.

Gli incontri di danzaterapia non hanno mostrato controindicazioni e possono essere rivolti a singoli e a gruppi. La scelta del contesto in genere viene effettuata in relazione ai metodi e alle necessità relativi alla problematica specifica che si sta trattando.



Suore
Ospedaliere

VILLA SAN GIUSEPPE

Via dei Girasoli, 6 63100 ASCOLI PICENO (AP)
Tel. 0736.42325 - 0736 42335 Fax 0736 47647
info.vsg@ospedaliere.it www.ascoli.ospedaliere.it
Provincia Italiana della Congregazione delle
Suore Ospitaliere del Sacro Cuore di Gesù
Sede legale: Via Urbisaglia, 3/A 00183 ROMA
C.F. 02341270581 - P.I. 01045701008

