

# Il laboratorio integrato di Danzaterapia

---

Modern Dance: nuova concezione di danza  
che assume gradualmente un'azione  
terapeutica e riabilitativa

Isadora Duncan, Rudolf Laban, Martha Graham

**Danzaterapia** ricerca di un rapporto armonico  
tra mente e corpo, unità inscindibile.

# Origini Danzaterapia

---

Visione liberatoria della danza, dimensioni terapeutiche del movimento

- Marian Chace: movimento e danza con i militari di ritorno dalla Seconda GM
  - Trudi Schoop: movimento libero, lavoro sul corpo che influisce sulla mente
  - Mary Starks Whitehouse: movimento autentico
  - Expression Primitive
-

# Danzaterapia vs Danza

---

Obiettivo: Processo (non Prodotto)

Uso terapeutico del movimento per favorire sviluppo cognitivo, sociale e fisico.

Favorire percezione corporea, accettazione dell'altro, dei propri limiti e capacità.

**Improvvisazione:** riuscire a esprimere attraverso il movimento le proprie emozioni.

---

# Danzaterapia: ambiti di applicazione

---

APID – Non ancora riconosciuta in Italia

DMT applicabile in ambito **educativo**; per la promozione del **benessere** e del potenziale creativo; nella prevenzione del **disagio** individuale e collettivo; in ambito **socioassistenziale**; in ambito **clinico e terapeutico-riabilitativo** presso strutture di prevenzione terziaria\*

\*Prevenzione primaria: interventi per eliminare le cause dei disturbi. Prevenzione secondaria: ~~interventi sull'esordio del disturbo destinati alla riduzione della~~ durata e del rischio di recidiva (cura). Prevenzione terziaria: interventi post fase acuta, finalizzati a evitare la cronicizzazione e l'incapacità sociale (riabilitazione).

# Danzaterapia: ambiti di applicazione

---

- Disturbi mentali o psichici
- Patologie fisiche e organiche (anche neurologiche e sensoriali ad es. Alzheimer o Parkinson)
- Supporto per s. di Down, autismo, nevrosi.

No terapia unica

Legame movimento-emozioni.

---

# Danzaterapia

## Setting operativo e metodi

---

Spazio ampio: palestra

Musica e materiali fondamentali

Poche regole: interpretazione personale

Privilegiare metodologie ludiche

**Fasi:** iniziale o di riscaldamento; intermedia di sviluppo; di rilassamento; finale di verbalizzazione.

Flessibilità: BES

---

# Esercizi, metodi e finalità

---

Come spiegare l'esercizio (non vi è un unico modo per eseguirlo; tante combinazioni).

Durata e ritmo: rapidità o lentezza

Il Cerchio: utile per una prima socializzazione e per **l'uso della voce**.



Rispettare le esigenze di ogni partecipante

---

# Esercizi, metodi e finalità

---

*Passo a due*: ambito formativo o clinico. Sblocco di movimento e creatività; potenzialità linguaggio corporeo e relazionali. Riabilita capacità espressive e comunicative.

Strumenti: nastri, veli, palloni.

*Gioco dei colori*: equilibrio e coordinazione; stimola creatività e autonomia.

Esercizi di respirazione: il *Respiro del gruppo*

---

# Esercizi, metodi e finalità

---

Esercizi riscaldamento o raffreddamento  
Musica e respirazione.

Utile fase finale di verbalizzazione:  
metacompetenze, astrazione, linguaggio.

Laboratori accessibili: movimento libero  
Lab. integrato con bambini e adolescenti:  
età, semplicità.

Attenzione agli stereotipi

---

# Esercizi, metodi e finalità

---

- Spontaneità
  - Esercizi accessibili
  - No giudizio
  - Conoscenza di ogni storia clinica
  - Importante che gli obiettivi raggiunti trovino riscontro nella vita quotidiana e nell'intero Progetto di Vita della persona.
-