

# Danzaterapia Espressivo-Relazionale



## Metodo Dmt-ER®

La tradizionale funzione terapeutica della danza: creare legami sociali e benessere personale e collettivo

Perché tutte le comunità umane hanno le loro danze? Perché in così tante pratiche terapeutiche tradizionali la danza ha un ruolo protagonista? Che cosa succede ai gruppi umani quando smettono di danzare? Che cosa succede quando la danza smarrisce la sua dimensione sociale, sequestrata in una ricerca narcisistica individuale? E perché, oggi, danzaterapia?

La Danzaterapia Espressivo-Relazionale rilancia la tradizionale funzione terapeutica della danza: ricreare connessione tra gli esseri umani e produrre così benessere personale e collettivo. Connessioni ritmiche e gestuali, risonanze, sintonie, rispecchiamenti... Benessere come piacere, equilibrio, armonia, regolazione emozionale, integrazione.

La Dmt-ER® non solo contrasta efficacemente l'isolamento e lo stress con cui oggi tutti ci confrontiamo, ma è anche una valida risorsa a supporto delle convenzionali cure mediche e psicologiche in tante condizioni specifiche del disagio contemporaneo, come ad esempio i disturbi alimentari, le disregolazioni delle emozioni e degli impulsi, le somatizzazioni, le condizioni regressive legate all'invecchiamento e alle malattie neurodegenerative.

L'immagine del corpo, fondamento stesso del nostro senso di identità, è il crocevia della danzaterapia: quell'immagine di sé che danzando in connessione con gli altri viene ad essere rispecchiata, arricchita, armonizzata.

