

In trasformAZIONE

laboratorio DanzaMovimentoTerapia per volontari impegnati nella relazione d'aiuto

Obiettivi e contenuti

Il laboratorio, promosso dal Centro Servizi per il Volontariato dei Due Mari – ETS di Reggio Calabria, mira ad **attivare uno spazio di riflessione e consapevolezza per coloro che sono impegnati in una relazione di aiuto**. In questo tipo di relazione interpersonale, infatti, l'incontro con l'altro deve essere costruito e sostenuto nel tempo attraverso un legame di fiducia tra i soggetti della relazione.

In termini comunicativi, affinché l'intervento risulti efficace, sono importanti la disponibilità all'ascolto, l'autenticità, la coerenza, l'accettazione, il rispetto, la capacità di contenimento e soprattutto l'empatia. Per poter essere d'aiuto dobbiamo imparare a conoscerci, rinforzare le nostre risorse e comprendere i nostri limiti. L'attività si focalizzerà sulla dimensione individuale dell'esperienza: conoscere le proprie modalità di percepire il corpo, mobilitarlo nei segmenti e nella globalità, esprimere sé stessi, raccontarsi e accogliere le proprie risonanze nell'ascolto dell'altro.

Il lavoro incoraggerà la **riflessione sulla dimensione empatica e sulle implicazioni psicologiche della relazione di aiuto**.

Il gruppo sarà uno spazio di scambio capace d'incoraggiare nuove possibilità relazionali.

Metodologia

La **DanzaMovimentoTerapia** è una tecnica che sposa la visione globale nell'approccio all'individuo, nell'unità di corpo-mente e si propone di recuperare quel significato simbolico che la danza aveva nei periodi più lontani, quando rappresentava la forma di linguaggio più emotiva e più vicina all'inconscio. Il gruppo, la musica, il suono del tamburo aiutano l'individuo a vivere l'esperienza corporea in una dimensione rituale, dinamica e ludica nella quale sperimentare il piacere di usare il corpo, attraverso movimenti ritmici e coordinati, risvegliando sensazioni primitive e profonde.

Nella produzione dei movimenti si affinano varie capacità psicomotorie, quali la coordinazione, la precisione, la sincronizzazione. Questo aiuta a produrre nuovi stili di movimento che rafforzano l'immagine corporea e sviluppano il senso di identità. La DanzaMovimentoTerapia è inoltre concepita in forma di gioco offrendo un momento simbolico che aiuta ad esprimere conflitti ed emozioni per affermare la propria identità ed esprimere le istanze più profonde. Questo percorso giova all'individuo favorendo una migliore immagine corporea, consapevolezza e stima di sé migliorando il proprio benessere psico-fisico e relazionale.

Tempi e luogo di svolgimento

L'attività si svolgerà **sabato 4 maggio 2024, dalle 15:00 alle 19:00, a Reggio Calabria** presso la sede del Csv dei Due Mari in Via Alfonso Frangipane III Traversa Privata n.20.

Partecipanti

Il laboratorio è rivolto a **massimo 20 volontarie/i di Enti di Terzo Settore della Città Metropolitana di Reggio Calabria** e verrà attivato con un minimo di 10 iscritti.

Il gruppo è aperto a tutti e non è necessario avere padronanza di tecniche motorie o di danza.

Si consiglia un abbigliamento comodo e calze antiscivolo.

Formatrici

Il laboratorio è a cura della Dott.ssa **Franca Tarantino**, membro dell'International Dance Council-CID, Psicoterapeuta familiare sistemico-relazionale, DanzaMovimentoTerapeuta, e della Dott.ssa **Agata Scopelliti**, DanzaMovimentoTerapeuta espressivo-relazionale®, insegnante di danze tradizionali del centro-sud Italia.

Termini e modalità di iscrizione

Per iscriversi è disponibile apposito modulo al link: <https://forms.gle/A7U2CCMnk2xB6wB8A>

Le richieste vanno inviate **entro lunedì 22 aprile 2024** e saranno trattate in ordine cronologico di arrivo.

Nel caso di richieste da parte di volontari appartenenti allo stesso Ets, per garantire l'accessibilità al maggior numero di enti, verrà presa in considerazione solo la prima pervenuta, mentre le successive saranno ammesse, in caso di posti ancora disponibili, a chiusura delle iscrizioni.

Segreteria organizzativa e info

Centro Servizi per il Volontariato dei Due Mari - ETS

Via Alfonso Frangipane III Traversa Privata n. 20 89129 Reggio Calabria

Tel.+39 0965 324734 Mobile +39 392 943 58888 e-mail info@csvrc.it

Lunedì, martedì, giovedì e venerdì ore 9:00/12:00 e 15:30/18:30