

PROJECTE

DANSA MOVIMENT

1 ESPAI TERAPÈUTIC DE DANSA MOVIMENT

La Dansa Moviment Teràpia o DMT és una de les modalitats de les teràpies artístic-creatives. Es basa en l'ús dels cos i el moviment per estimular, regular i integrar l'estat emocional, físic, cognitiu i conductual fent ús del llenguatge no verbal. Té una finalitat terapèutica i ofereix una intervenció personalitzada amb el seguiment corresponent de l'infant.

Les sessions en centren a oferir un espai segur per l'infant on es promou el seu desenvolupament a través de dinàmiques que segueixen uns objectius psicoterapèutics prèviament planificats.

Treballem amb el propi cos com a element principal i fem ús d'altres recursos com materials de psicomotricitat, instruments i música.

2 ESPAI TERAPÈUTIC DE DANSA MOVIMENT

Els objectius principals són:

- Oferir un espai segur on l'infant es pugui expressar lliurement.
- Estimular, regular i integrar l'estat emocional, físic, cognitiu i conductual de l'infant a través de dinàmiques pròpies de la DMT.
- Crear un vincle terapèutic infant-terapeuta.
- Promoure la comunicació i la relació amb els altres i l'entorn.
- Ampliar el seu vocabulari de moviment i capacitat d'adaptació als canvis.
- Regular impulsos i trastorns de conducta.
- Consciència corporal.
- Fomentar l'autonomia.

3

METODOLOGIA DE DANSA MOVIMENT

La metodologia de la DMT es caracteritza per:

- Un setting amb un temps i un espai definit.
- Anàlisi de les necessitats dels infants.
- Formulació de propostes específiques.
- Intervenció terapèutica com a sosteniment i contenció del procés expressiu de l'infant. A través de tècniques com la improvisació, el mirroring i la sintonització, la repetició i creació d'un diàleg en moviment i l'exploració i l'amplificació d'aquest.
- Avaluació de la intervenció i evolució dels infants.

4

ESTRUCTURA DE LES SESSIONS

- **Ritual de benvinguda:** Comencem amb un ritual de benvinguda que ajuda a l'infant a anticipar l'activitat i a crear un espai segur i de confiança. És un moment de transició per donar peu a la part central de la sessió.
- **Dinàmiques:** Els infants alliberen els seus impulsos i les dansaterapeutes acompanyem i fem propostes específiques segons els objectius psicoterapèutics planificats.
- **Ritual de tancament:** Acabem la sessió amb un ritual de tancament que ajuda a donar sentit i significat a l'experiència. Consisteix en recollir la sala, seguit d'una estona de relaxació per promoure la regulació i com a transició al comiat.