

"Emozionarsi da accesso alla vita e ci rende disponibili a nuovi apprendimenti"

Tutte le persone quando nascono sono molto speciali, singolari; a volte il mondo cerca di impadronirsi di loro.

I portatori di necessità speciali hanno maggiore difficoltà ad incastrarsi nei modelli sociali perché non sono esattamente ciò che la società si aspetta. Tuttavia queste persone "differenti" possiedono molti talenti che possono essere sviluppati se crediamo possibile e se accettiamo che le loro espressioni non si incastreranno in un modello.

Molte volte la vita di un portatore di necessità speciali e dei suoi familiari è puntualizzata su incertezze, paure e angosce che non incontrano facilmente sostegno da parte della società, la quale si chiude in pregiudizi e ignoranza. Questo può provocare sentimenti di solitudine che finiscono per trasformare la singolarità in qualcosa di pesante.

Le psicoterapie tradizionali si sono sviluppate a partire da un interesse verso la sintomatologia e cercano perciò di descrivere e analizzare la parte malata dell'individuo.

La Biodanza invece prende in considerazione la possibilità di contribuire attraverso la stimolazione delle parti sane dell'individuo (abbozzi di creatività, ciò che rimane dell'entusiasmo, le occulte capacità espressive, le represses necessità d'affetto, la sincerità). La Biodanza è mossa da una sorta di " **volontà di**

luce per illuminare l'insistente tenebra

"(A. Artaud): se è possibile far crescere la "

parte luminosa

" di un ammalato, la "

parte oscura

", rappresentata dai sintomi, tende a ridursi.

Il processo di integrazione che propone biodanza ha per obiettivo fondamentale la riabilitazione esistenziale. Questo significa che possiede un valore di prevenzione psicologica e di elevazione della qualità della vita.

La Biodanza costituisce un complemento alla medicina ufficiale, il fatto che alcune persone malate migliorino o reagiscono positivamente alle terapie si deve anche ad esercizi come la Biodanza che possiedono un effetto psicosomatico.

Molti studi sulla genesi delle malattie psicosomatiche evidenziano che la sintomatologia psicosomatica si esprime preferibilmente sugli organi più deboli (Laurence S. Kubie), e che queste malattie hanno origine nei conflitti emozionali e nello stress cronico.

Victor Von Weizsacker scoprì il percorso che va "**dall'emozione le lesione**". Questo significa che certe emozioni originano lesioni organiche.

Alexander Mitscherlich ha osservato l'esistenza di processi di "**psichizzazione**" e "**somatizzazioni**" due possibili versanti di manifestazione patologica dell'angoscia, e che queste due espressioni sono escludenti. Così, una persona che elabora l'angoscia attraverso il delirio psicotico, non "fa" cancro, mentre un ammalato di cancro non "fa" schizofrenia.

La proposta di biodanza è quella di agire, attraverso esercizi specifici che deflagrano emozioni integranti per favorire l'autoregolazione organica.

Dal punto di vista psicologico biodanza è una tecnica ansiolitica in altre parole che riduce l'ansietà. Lo stress prodotto da conflitti emozionali tende a diminuire rapidamente. Biodanza agisce sul sistema integratore adattativo libico-ipotalamico.

Dal punto di vista biologico, Biodanza è una tecnica di integrazione Inter-organica. Questo significa che la pratica di Biodanza integra l'organismo a tutti i livelli: emozionale neurologico endocrino ed immunitario. Per questo può avere effetti riabilitativi nei più diversi quadri clinici.

Mentre prima Victor Von Weizsacker descrisse il cammino "dall'emozione alla lesione", in Biodanza si descrive il cammino che va dalla "lesione all'emozione "(integratrice).

L'espansione dell'identità e l'espressione creativa generano salute, allegria di vivere e nuove forme di comunicazione affettiva.

Con questo progetto, la Biodanza si propone come un sistema di riabilitazione complementare ai trattamenti terapeutici convenzionali che può dare sollievo alle sofferenze e facilitare il miglioramento della qualità di vita.

Il trattamento con Biodanza consiste essenzialmente in esercizio fisico moderato in un contesto di gruppo affettivamente integrato.

Gli scopi principali sono:

- Introdurre un processo di integrazione (a se stessi al simile e all'ambiente)
- Migliorare la coordinazione motoria
- Integrare la motricità con l'affettività
- Facilitare lo sviluppo di una comunicazione affettiva
- Rafforzare l'identità attraverso l'espressione creativa (con il movimento e/o la voce)
- Favorire l'equilibrio inter-organico ed elevare l'umore endogeno

Origini Psichiatriche

Il creatore del Sistema Biodanza è il prof. Rolando Toro Araneda, nato in Cile il 19 aprile 1924. Ha tenuto la Cattedra di Psicologia dell'Arte e dell'Espressione nell'Istituto di Estetica della Pontificia Università Cattolica del Cile ed è stato Docente del Centro di Antropologia Medica della Scuola di Medicina dell'Università del Cile.

La sua attività ha avuto inizio nel 1965, nell'ospedale psichiatrico di Santiago del Cile, presso cui sperimentava metodi per rendere più umana la medicina con cui a quei tempi venivano trattati questo tipo di malati. Tra questi anche le psicoterapie di gruppo secondo la linea di Carl Rogers quali l'arte-terapia (pittura, teatro) e lo psicodramma. Propose anche l'ascolto di musica associato al movimento, cioè la danza, e osservò che i pazienti reagivano, ma non tutti allo stesso modo. Per esempio, musiche ritmiche miglioravano il tono dell'umore in soggetti con

gravi depressioni. Modulando le proposte musicali riusciva a ottenere buoni risultati sulle patologie mentali di questi soggetti. Intuì quindi che l'associazione di musica e movimento stimolava nei soggetti, in questo caso malati, un cambiamento che si esprimeva con manifestazioni emotive.

Rolando Toro psicologo, antropologo, musicista e poeta, è stato nominato Professore Emerito dell'Università Aperta Interamericana di Buenos Aires, in Argentina.

E' Presidente dell'International Biocentric Fondation. e coordinatore di tutte le attività di Biodanza nel mondo.

"coerentemente con le più naturali modalità di apprendimento profondo, in biodanza vengono favorite e stimolate tutte le emozioni più integranti e salutari, quelle cioè in grado di provocare naturalmente benessere e salute nella sfera globale dell'essere".

www.biodanzaitalia.it

METODOLOGIA

La Biodanza utilizza la struttura musica-emozione-movimento. La presenza del gruppo e del conduttore permette al partecipante di sentirsi protetto ed è condizione fondamentale per lo sviluppo della comunicazione e l'interscambio.

Gli esercizi si svolgono da soli, a due, in piccoli gruppi o con l'intero gruppo, e sono guidati dalla musica, a volte dal canto, e dalle consegna del conduttore.

FASE OPERATIVA

Il progetto base prevede incontri settimanali di circa un'ora

Si propone lo svolgimento di almeno 8-10 incontri, in gruppi di 10-15 utenti.

La sessione di Biodanza richiede uno spazio adeguato e l'utilizzo di un impianto stereo

OPERATORE Pierangelo Colombi



Insegnante Titolare Didatta di Biodanza

Operatore Discipline Bionaturali

(reg. DBN Lombardia 03BD/2012)

Nato a S.Zeno Nav. il 20/9/1963

Telefono: +39 328 13 23 022

Mail: pierangelo.colombi@gmail.com

- Titolare in **Biodanza** (sistema Rolando Toro) nel 2001, dopo tre anni di formazione sotto

la guida diretta del creatore del sistema; per la titolazione ha presentato una monografia teorico-pratica su un'esperienza sviluppata presso la comunità "La Tenda" (cooperativa di solidarietà sociale) convenzionata con l'ASL di Brescia attraverso il SERT (servizio tossicodipendenza) con un gruppo di ex tossicodipendenti in fase di riabilitazione.

- Ha collaborato per la realizzazione di spettacoli teatrali presso il CRT di Rovato (BS) lavorando con pazienti psichiatrici introducendo la Biodanza come preparazione ad un percorso teatrale.

- Nel 2003 si è specializzato in **Biodanza con Bambini e Adolescenti / Educazione Biocentrica** al Centro studi Biodanza di Bologna.

- Nel 2005 ha co-condotto il progetto **Ben-Essere Bambini** con la dott.ssa Isabella Casadio (laureata in Scienze dell'Educazione con una tesi **sull'efficacia della Biodanza come intervento educativo**).

- Nel 2006 ha seguito un percorso formativo per docenti sugli "stili di comunicazione efficace per promuovere **benessere a scuola e contrastare il bullismo**" presso il C.F.P di Brescia.

- Dal 2007 al 2009 ha lavorato come Educatore presso una **Ludoteca per bambini e ragazzi** attraverso una coop. sociale del settore socio-sanitario assistenziale educativo (la Nuvola nel sacco).

- Nel 2008 si è specializzato in **Biodanza e Malattie psicosomatiche** presso l'International Biocentric Foundation

- Nel 2010 ha frequentato il corso di formazione per Didatta in Biodanza (IBF-MI)

- Dal 2010 al 2014 ha condotto corsi di **Biodanza Clinica** con pazienti psichiatrici (gruppo di auto mutuo aiuto Davide&Golia-Caritas-Vicenza)

- Nel 2014 ha sostenuto l'esame di abilitazione alla professione di **Animatore Turistico** (provincia di Padova-settore servizi alla persona-)con competenza B1 in lingua spagnola.

- Nel 2015 ha conseguito l'attestato di **Leader Yoga Della Risata** (Laughter Yoga International University)

- Nel 2016 ha sostenuto l'esame finale del corso di formazione per **Volontari della Croce Rossa Italiana** , ora in fase di tirocinio per la Certificazione Regionale Soccorritore Sanitario 118 .

- Iscritto al 3° anno della scuola di formazione per **Councilor Relazionale** presso la scuola S.It.CoR di Castelfranco Veneto (associata Assocouncilor).

Dal 2004 conduce corsi di **Biodanza** nelle scuole* di ogni ordine e grado e in forma privata.

Attualmente sta lavorando al progetto integrato "**Ben-Essere a Scuola**" rivolto ai bambini e al personale della Scuola.

Referente e conduttore di un progetto di Biodanza per anziani presso RSA di Sarezzo (BS) .

Mantiene contatti e relazioni con realtà e istituzioni del territorio per ampliare l'offerta formativa in gruppi speciali (disabilità e riabilitazione socio-educativa)

Brescia, giugno 2016

Pierangelo Colombi

(*)

A.S. 2004/2005 scuola materna Folzano (BS)

A.S. 2005/2006 scuola elementare Paderno Franciacorta(BS) 5^EL.

A.S. 2006/2007 scuola materna Corzano (BS)

A.S. 2006/2007 scuola elementare Paderno Franciacorta(BS) 1^ e 2^EL.

A.S. 2008/2009 scuola media Gavardo(BS) (integrazione gruppo diversamente abili)

A.S. 2008/2009 scuola elementare Travagliato(BS) 2^ a-b-e-f

A.S. 2009/2010 scuola elementare Chiampo (VI) 1^-2^-4^ progetto Integrazione*

***LE STRADE DELLA COMUNICAZIONE: ABA, LIS, BIODANZA COME FORME DI INTERAZIONE NELLA DIVERSITA' (FORMATIVE SULL'AUTISMO e DISABILITA')** **GIORNATE**

A.S. 20011/2012 -2013/2014 scuola Primaria Verdellino (BG)

A.S. 2013/2014 scuola materna Pianengo(CR)

A.S. 2014/2015 – scuola materna Sarezzo(BS)

-

[SCARICA DOCUMENTO IN PDF](#)