

La Biodanza®

Che cos'è

La Biodanza è un sistema di integrazione umana, di rinnovamento organico, di rieducazione affettiva e di riapprendimento delle funzioni originarie della vita. La sua

metodologia consiste nell'indurre esperienze integranti attraverso la musica, il canto, il movimento e situazioni di incontro di gruppo.

La Biodanza® nelle Istituzioni:

Biodanza nelle istituzioni sanitarie

Biodanza nelle istituzioni psico-sociali

Biodanza nelle istituzioni socio-educative (ospedali, cliniche, Residenze

Sanitario-Assistenziali per anziani)

In questi ambiti, la Biodanza si propone come un sistema di riabilitazione esistenziale complementare ai trattamenti terapeutici convenzionali.

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

Gli scopi della Biodanza in ambito sanitario istituzionale sono:

Introdurre un processo d'integrazione a se stessi, al simile e alla natura

Facilitare lo sviluppo di comunicazione affettiva

Integrare la motricità

Integrare la motricità con l'affettività

Ripristinare la funzione di legame affettivo

Esprimere l'identità attraverso la voce e il movimento

Favorire l'equilibrio intraorganico ed elevare l'umore endogeno

Gli effetti riscontrati in seguito alle esperienze sono:

Ripristino della capacità di muoversi con ritmo, fluidità e armonia

Ripristino della capacità di muoversi con motivazione interiore, cioè con intenzionalità

Ripristino della motivazione a cambiare

Elevazione dell'umore endogeno, la Biodanza attua come fattore antidepressivo

Miglioramento della capacità di comunicare e dell'espressività

Ripristino dell'affettività

Aumento del giudizio di realtà e del desiderio di stare meglio

Socializzazione

Creatività e rinnovamento esistenziale

Ripristino della funzione sessuale

Ripristino della funzione trascendente

INCLUDEPICTURE "http://photos-e.ak.fbcdn.net/hphotos-ak-snc1/10734_151324928621_90013683621_2598833_713834_s.jpg" * MERGEFORMATINET
Biodanza è stata applicata con successo a individui affetti da disturbi e malattie

psicosomatiche; a individui diversamente abili sensoriali (ipoacusici, non vedenti) e

mentali (sindrome di Down); a individui affetti da disturbi gastroalimentari, alimentari, da diabete, da osteoporosi, da ipertensione arteriosa sistemica, da cardiopatie, da sindrome di Parkinson, da neoplasie, da AIDS, da tossicodipendenza.

I progetti di Biodanza in ambito sanitario possono essere di durata variabile. Quelli di breve durata, fino a 5 sessioni, vano considerati introduttivi. Quelli di lungo termine offrono l'occasione per incorporare i benefici di riabilitazione esistenziale. Perciò si suggerisce di favorire l'applicazione di Biodanza nel lungo periodo (minimo: 1 anno).

Gli insegnanti di Biodanza che applicano questo sistema in ambito sanitario, hanno

le competenze specifiche in questo ambito e inoltre hanno ottenuto l'abilitazione

corrispondente partecipando al Corso di Specializzazione in Biodanza Clinica, organizzato dall'International Biocentric Foundation.

La Biodanza® nelle Aziende:

L'evoluzione delle strutture organizzative in particolare nel mondo economico-produttivo ha portato a una maggiore sensibilità e impegno sociale per contribuire allo sviluppo sostenibile dell'ambiente e della comunità.

Ciò è strettamente combinato a un coinvolgimento e crescita professionale delle

persone che operano in tali organizzazioni affinché si creino dei gruppi creativi, uniti

e motivati.

Nuovi stili di leadership considerano ‘la felicità del dipendente’ un elemento di misura della ‘efficacia’ dell’organizzazione stessa, oltre a parametri economico-finanziari.

Tra i fattori critici della leadership moderna hanno rilevanza le capacità di:

- Comunicare
- Lavorare con gli altri
- Risolvere i problemi
- Visione

La proposta di una Educazione Biocentrica nel luogo di lavoro fornisce uno strumento di sviluppo di capacità creative facilitando al contempo integrazione col gruppo di lavoro al fine di sviluppare i potenziali e le capacità di visione, intuizione, e di valutazione delle qualità e del valore aggiunto che il singolo apporta all’organizzazione.

La proposta risulta efficace nel facilitare particolari fasi lavorative come l’integrazione tra diversi gruppi, la creazione di nuovi team, percorsi per sviluppare flessibilità e capacità di l’elaborazione di visioni e soluzioni creative a sfide tecnologiche o organizzative. Inoltre consente lo sviluppo di nuovi stili di leadership improntati al coaching e alla comunicazione e a una visione ‘olistica’ della relazione addetti/organizzazione/ambiente in cui opera.

Una visione etica del lavoro e dell’organizzazione non può prescindere da:

- Rispetto per tutti gli esseri
- Cura responsabile, per ciò che dipende da noi o che ci viene affidato
- Amore per la natura e l’elaborazione di codici etici delle organizzazioni non può prescindere dalla partecipazione a tale visione delle persone che operano nelle stesse.

L’Educazione Biocentrica tramite il metodo Biodanza nelle organizzazioni del lavoro crea condizioni di sviluppo umano connaturati da atteggiamenti etici e socialmente responsabili.

Gli effetti riscontrati con l’applicazione della Biodanza in ambito aziendale

sono:

- Rinforzo della autostima, del coraggio e sicurezza
- Maggiore resistenza allo stress e superamento della fatica
- Aumento della vitalità e del benessere
- Maggiore facilità decisionale e di realizzazione
- Maggiore capacità di rilassamento muscolare

Miglioramento dell'umore e aumento dell' entusiasmo
Liberazione della capacità creativa
Stimolo della capacità di leadership
Aumento della capacità di interazione umana (empatia, cooperazione)

I progetti di Educazione Biocentrica nelle organizzazioni vengono co-creati con i fruitori e i clienti sulla base delle specifiche necessità, obiettivi e durata. Gli incontri possono avere una cadenza settimanale o essere concentrati in workshop di una o più giornate.

Progetti realizzati o in corso di svolgimento da parte della Coop. Futura:

Percorso in 20 incontri da giugno a dicembre 2010, rivolto a persone diversamente abili dell'Ambito dei Comuni di San Vito al Tagliamento;
Percorso in 12 incontri da marzo a giugno 2011, rivolto a persone diversamente abili frequentanti i Centri Diurni del CISI Basso Isontino, per conto della Cooperativa Sociale Codess Friuli;

Il Conduttore

Marco De Sibio nato a Roma nel 1967, è residente a San Vito al Tagliamento(PN). E' stato Educatore e Coordinatore di servizi socio-educativi per minori e disabili fisici e psichici per circa 14 anni presso la Cooperativa Sociale Itaca di Pordenone, attualmente impiegato presso la Cooperativa Sociale Futura di San Vito al Tagliamento(PN) in qualità di Educatore per affiancamenti individuali con i PROPS e i FAP.

E' insegnante titolato di Biodanza met. R. Toro e svolge dal 2007 laboratori rivolti a:

persone diversamente abili e operatori socio-sanitari, presso i Centri diurni del CISI Alto e Basso Isontino, dal 2007;

con utenti disabili dell'Ambito dei Comuni di San Vito al T., nel 2010;

con pazienti psichiatrici del CSM di Portogruaro in collaborazione con l'ASSL 10 di San Donà di Piave, dal 2007;

Con adulti a Portogruaro dal 2007;

Specializzando in Biodanza Clinica a Milano, ed è specializzato in Biodanza in Natura.

E' Presidente dell'Associazione Sportiva Dilettantistica "LA SORGENTE – per lo sviluppo dei potenziali umani" con sede a Fontanafredda(PN), con la quale intende promuovere il miglioramento della qualità della vita con strumenti quali la Biodanza e altre discipline di tipo Olistico.

Fondatore e responsabile del portale del benessere www.benesserefvfg.it.