

## Programa

### Ciclo en Danza Movimiento Terapia

### La Aventura de Ser Cuerpo

Vaivén®, en alianza con *Matices Consultoría Integral*, organizan una nueva versión de La Aventura de Ser Cuerpo. Esta vez, el Ciclo está organizado en modalidad de Taller vivencial, de 4 horas cronológicas por sesión, con una versión en Santiago y Viña del Mar.

#### Reseña del Taller

La Aventura de Ser Cuerpo es un viaje de navegación hacia el territorio corporal; búsqueda de nuevas rutas posibles de exploración del sí mismo a través del Movimiento. Dando lugar a imágenes, sensaciones y representaciones emergentes de la corporalidad, así como a su multiplicidad de sentidos, viviremos una experiencia que favorece la integración psicofísica y emocional, desde la mirada y abordaje de la Danza Movimiento Terapia.

#### Qué es la Danza Movimiento Terapia (DMT)?

La Asociación Americana de Danza Terapia (ADTA) define la DMT como el uso psicoterapéutico del movimiento para facilitar la integración emocional, cognitiva, física y social de las personas. Su valor terapéutico está asociado a la relación entre Cuerpo y Mente:

*“El uso de la danza y el movimiento como herramienta terapéutica está enraizado en la idea de que el cuerpo y la mente son inseparables. Una premisa básica es considerar que el movimiento corporal refleja estados emocionales internos y que el cambio en la gama de posibilidades del movimiento conlleva cambios psicológicos promoviendo salud y desarrollo” \**

Desde la mirada de la Danza Movimiento Terapia, este proceso de autoexploración se enmarca en un proceso que involucra la acción y la reflexión, la elaboración desde el lenguaje verbal y no verbal, en un espacio de confianza y libertad, otorgando la posibilidad de comunicar sentimientos y transformar la propia experiencia.

\*Fischman, D. (2001): Danzaterapia: orígenes y fundamentos. Extraído de [www.brecha.com.ar](http://www.brecha.com.ar)

## Reseña de la Facilitadora

### María José Sendra

Creadora y Directora de Vaivén®, Psicóloga Clínica (PUCV) y Danza Movimiento Terapeuta (Brecha, Buenos Aires), Diplomada en Psicodrama y Corporeidad (Universidad Interamericana de Buenos Aires en convenio con el Instituto de la Máscara, Buenos Aires).

## Fechas y horarios

- Sábado 6 de Enero (**Santiago**)
- Sábado 13 de Enero (**Viña del Mar**)

El horario de los Talleres es de 9:30 a 13:30 hrs.

## Valores e Inscripciones

Inscripción Regular: 45.000 pesos.

Inscripción Anticipada: 40.000 pesos.

Descuento\* Estudiantes y Tercera Edad, Participantes Vaivén, Matices, Tu Centro y ADMT Chile: 35 mil pesos.

\*Cupos limitados.

## Participación

Se entrega certificado de participación al Taller.

## Promueve

Espacio Tu Centro

## Información e Inscripciones

Mail: [movimiento@vaiven.cl](mailto:movimiento@vaiven.cl)

Teléfono: +56 9 96415848

Facebook: Vaivén: Equilibrio a través del Movimiento

Web: [www.vaiven.cl](http://www.vaiven.cl)