

La danza terapia como técnica pedagógica en los problemas mente- cuerpo, Un instante mágico para sentir, crear y expresar.

Ferrada Guerrero, Paulina
Martel Pontigo, Nicole

Resumen

Nuestro trabajo de investigación, de corte cualitativo, pretende comprender la influencia de la danza como técnica pedagógica terapéutica, con el fin de recuperar el cuerpo olvidado, adolecido y endurecido por los límites psíquicos en mujeres con depresión. De acuerdo a lo anterior se espera que puedan mejorar su autoimagen y reconfigurar el hacer y ser a través de un proceso de autoeducación, utilizando elementos espontáneos propios de las personas, que emergen en la niñez como símbolos de expresividad y que con el tiempo no son valorados si no una vez redescubiertos.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la investigación se pudo observar que las personas actúan de acuerdo a su imagen corpórea y la depresión que padecen las cualifica y las ponen en una posición que las limita corpóreamente provocando diversos bloqueos y la pérdida de la percepción de sus sensaciones corpóreas y sentimientos. Por medio de la danza terapia se logra liberar los bloqueos corpóreos, la creación de nuevos lenguajes, que permiten encontrar armonía y canalizar malestares, por medio de la conexión del cuerpo y la mente.

Palabras claves: Danza terapia - expresión corporal – depresión - imagen corpórea - cuerpo-corporeidad.