

MPC

MEETING
DELLE PROFESSIONI DI CURA

2025



**NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA**

Ritrovare la gioia nel movimento
Un incontro con il Metodo Hobart® - conoscersi nella danza

Manuela Graziani e Maria Olivia Avram
Piacenza – 10/04/2025



*Il corpo come luogo dell'incontro con sè, con l'altro,
con il proprio universo di emozioni e percezioni*
Gillian Hobart



NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA

*La comunicazione arriva prima se passa
attraverso il corpo.
La mente segue.
Ma perché questo succeda dipende dalla
nostra capacità di stabilire una relazione sin
dal primo impatto, al momento dell'incontro.
Poi, per mantenere il contatto, possono
servire anche poche, semplici parole, che
suggeriscono un racconto, e la musica.*

Gillian Hobart



Foto di Dorin Mihai



NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA



Nasce nel contesto delle disabilità fisiche e mentali

Fornire strumenti di ascolto e conoscenza attraverso il movimento danzato

Valorizzare l'espressione personale

Superare le difficoltà del linguaggio verbale, del movimento, della relazione

Favorire un percorso di ricerca tra arte-scienza-educazione



NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA

Relazione

- Il linguaggio del corpo/mente, movimento danzato
- (fattori di movimento Peso, Tempo, Spazio, Flusso)
- incontro fra persone di carattere artistico, culturale, educativo
- possibilità di entrare in contatto e generare uno scambio
- Conoscersi e riconoscersi, condividere
- Comprendere ed essere compresi (comunicazione)
- Confronto e risultato di esperienze con un altro da sé
- Propulsione al cambiamento

Comunicazione

- **Non verbale** (movimenti del corpo – sistema cinesico)
Espressioni del viso, contatto visivo, gesti, postura, tatto, prossemica
- **Verbale**
Paralinguistico/Vocale (tono/frequenza/ritmo/silenzio)
Parola

Contatto

- Con sé stessi
- Con gli altri
- Con – tatto /prossemica



NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA

Rispetto

Accolgo la persona, quello che esprime, affinché con l'esperienza di movimento possa trovare una modalità espressiva nuova, acquisendo competenza e consapevolezza.

Confidence and trust

L'atteggiamento non direttivo, non giudicante, di accettazione e genuinità genera un clima di fiducia:

- *persona verso l'insegnante e le altre persone,*
- *insegnante verso la persona,*
- *persona verso sé stessa,*

Una maggiore sicurezza nella espressione di sé



NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA

Ritmo

Succedersi ordinato nel tempo di forme di movimento - frequenza con cui si succedono - percepito dall'orecchio, dall'occhio, nella memoria e nel pensiero, in relazione all'impressione psicologica che produce.

- Elemento costitutivo del linguaggio musicale
- Sostegno e sviluppo dinamico della lezione MH



- *proposte di movimento calibrate, sostengono la concentrazione e il coinvolgimento*
 - *clima accogliente, facilita la comunicazione e il contatto*
 - *musica, evoca il ricordo e favorisce la partecipazione*
 - *senso del ritmo, attivazione e armonia di gruppo*
 - *specchio e lavoro a coppia, incontro e scambio*
 - *spazio creativo, espressione di sé con il movimento*
- *memoria del gesto – memoria del ritmo – memoria del movimento a ritmo*
- *Possibilità di esprimersi, comunicare ed apprendere*



Foto di Dorin Mihai



NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA

▪ *Le persone si sentono riconosciute e accolte*

“è bello questo incontro, perché tu sei con noi, una di noi” (Pia)

▪ *Relazione con il contatto ed il movimento*

“in questo incontro il Noi prevale sull’Io” (Emilio)

▪ *Concentrazione e coinvolgimento corpo - mente*

▪ *Il movimento danzato MH riattiva anche le altre funzioni*

“rimette in movimento quegli arti e muscoli che non usiamo mai” (Luigi)

“è un piacere avere sentito il mormorio delle tue onde. Sapere che sono sempre lì a disposizione di ogni essere umano. Se pensi che ciò si possa distribuire nello spazio, nel tempo, si creano altre immagini che non smetti mai di guardare” (Nicola)

▪ *Gioia e stato vitale*

*La gioia viene dal cuore, la gioia più grande è stare qui.
Ci sentiamo liberi di trovare un po’ di vita, armonia, gioia, felicità.
È come stare in un giardino fiorito*



NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA

Alcuni risultati raccolti con un questionario somministrato nel 2023 a 66 persone subito dopo aver fatto il Metodo Hobart al Centro d'incontro /Caffè Alzheimer di Rimini

Le parole maggiormente scelte per rappresentare il metodo da parte delle persone sono state:

Libertà (100%)
Ascolto (98%)
Corpo/mente (98%)
Energia (95%)
Movimento (97%)
Musica (100%)
Armonia (97%)
Rilassamento 94%
Gioia (98%)

Risposte aperte per descrivere l'esperienza:

Solleva lo spirito, dà un senso di leggerezza, pace, apertura e relax. Senti la musica, ti piace

Ci insegna il linguaggio del corpo che a volte è più espressivo della parola

E' una cosa ottima, perfetta e fatta bene. Ci vorrebbe anche per i ragazzi!

Mi piace, rimane molto impressa e ti va nel cuore.



NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA



Gillian Hobart Foto di Dorin Mihai

L'uso del movimento danzato – non solo movimento – chiarisce dove e come ricercare il senso del ben-essere e trovare la capacità espressiva, come attenuare con un atteggiamento empatico e non direttivo le difficoltà delle persone e aiutare la loro capacità di concentrazione a partire da una costante stimolazione, messa in gioco attraverso il risveglio delle funzioni del corpo.

La mente e il corpo insieme creano il piacere: il Metodo si può definire come pratica del ben-essere

Gillian Hobart

Video:

<https://www.youtube.com/watch?v=kqg8sqaMAOE>

<https://www.youtube.com/watch?v=0WcanTx0jKA&t=56s&pp=ygUQYw1hcmNvcMqgc2FsIG1lbg%3D%3D>

<https://www.youtube.com/watch?v=MikIG5oXikM&pp=ygUUbGEqZGFuemEgaW4gdW4gZ2VzdG8%3D>

<https://www.youtube.com/watch?v=X-1n6pfFLnk&t=245s&pp=ygUVbGEqG9lc2lhiGRpIHVulGdlc3Rv>

https://www.youtube.com/watch?v=_JFbHUrnSI&t=6s&pp=ygUObmF0dXJhIGUqZGFuemE%3D

<https://www.youtube.com/watch?v=KM59UYCVWgE&pp=ygUfbG8gc3BhemlviGRlbcBOZW1wbyBkb3JpbiBtaWhhaQ%3D%3D>



NON CORPI, PERSONE.
FAR LUCE SUL SENSO DELLA CURA

mpc
MEETING
DELLE PROFESSIONI DI CURA

Grazie

MEDIA PARTNER DELL'EVENTO

CURA
NEL CUORE DELLE RSA