



# **La Ricerca della Felicità è un Diritto delle Persone**

ONU 19 luglio 2011

*Convegno e Workshops - Genova 18 gennaio 2015*

## **“II SISTEMA BIODANZA SRT come PEDAGOGIA OLISTICA”**

**Rinforzare i potenziali umani e di salute creando i prerequisiti per una vita felice e produttiva**

*abstract*

Obiettivo generale dell'intervento pedagogico olistico è la **crescita dell'essere umano verso la promozione del suo ben-essere** così come quello del gruppo e della comunità.

Educare ad agire comportamenti sani finalizzati a migliorare relazioni ecologiche, orientare, sostenere e sviluppare le potenzialità delle persone, facilitare la promozione di atteggiamenti attivi, stimolare le capacità di scelta, favorire una comunicazione affettiva per una vita da vivere in una forma piena e felice.

**La Salute secondo l'OMS è "Uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non la semplice assenza dello stato di malattia o di infermità." (1948)**

La Carta di Ottawa **The Ottawa Charter for Health Promotion** redatta durante la conferenza OMS nel 1986 è considerata il documento fondativo della **Promozione alla Salute intesa come processo che rende gli individui e le comunità capaci di aumentare il controllo sugli "agenti determinanti salute"** consentendo di vivere una vita sana, attiva e produttiva (WHO, 1986a, 1993; Ziglio et al., 2000).

«Per "promozione della salute" si intende il processo che consente alle persone di esercitare un maggiore controllo sulla salute e di migliorarla». *Carta di Ottawa*

La promozione della salute pertanto non è un aspetto prettamente sanitario ma un processo culturale, sociale, ambientale, economico, e politico.

**La SALUTOGENESI (origine della salute)** intende la salute come un Continuum in cui ciascuna persona può collocarsi in un dato momento della sua vita

**Salute ----- Malattia**

In qualsiasi punto del continuum una persona si trovi, potrà disporre sempre di **RISORSE per spostarsi verso il polo della salute**

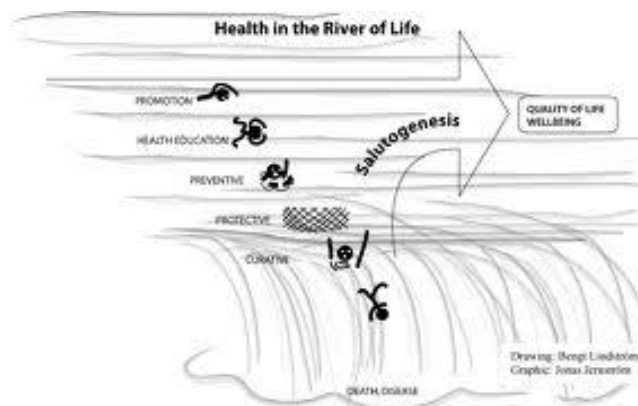
**Nella salutogenesi la ricerca è orientata allo studio dei fattori di salute complessiva, fisica, mentale, sociale e spirituale.**

Secondo l'approccio SALUTOGENICO la domanda fondamentale

- non è più "Quali sono le cause della malattia e come si possono prevenire?"
- Bensì: "Quali sono le fonti della salute, come si crea e come può essere rinforzata?"

Padre assoluto dell'APPROCCIO SALUTOGENICO è **Aaron Antonovsky** sociologo israelo-americano (1923-1994) il quale scoprì che non è l'agente patogeno in sé a creare la malattia, ma è nel suo confronto con **le RISORSE GENERALI DI RESISTENZA** (General Resources of Resistance). Ovvero fa riferimento alla capacità di una persona o di una collettività di attuare un **coping positivo** rispetto ai fattori di stress innati nell'esistenza umana. (*Coping: l'insieme di strategie mentali e comportamentali che sono messe in atto per fronteggiare una determinata situazione*).

### LA SALUTE SECONDO LA METAFORA DEL FIUME DELLA VITA



Secondo Antonovsky, non è sufficiente per promuovere la salute cercare di evitare lo stress o di costruire ponti per evitare che le persone cadano nel fiume.

**Le persone dovrebbero essere aiutate ad imparare a nuotare (Antonovsky 1987)**

**Nell'ottica Salutogenica all'origine, noi siamo nel fiume e galleggiamo nel flusso. La direzione principale è la vita non la morte o la malattia.**

Alcune persone nascono e rimangono nella parte superiore del fiume dove si può nuotare con tranquillità e le opportunità della vita sono buone e dove ci sono molte risorse a disposizione. Alcuni invece nascono già nella cascata, laddove è più difficile sopravvivere ed il rischio di ammalarsi è maggiore. L'esito è ampiamente basato sulla **nostra abilità di identificare ed usare le risorse per migliorare le nostre opzioni di salute e per la nostra vita**

L'approccio salutogenico ha proprio come obiettivo rafforzare il potenziale di salute delle persone in modo che la buona salute sia il mezzo per avere una vita felice e produttiva.

**Un approccio olistico, globale, sistemico diventa una strategia utile a suggerire soluzioni alle problematiche sociali, la prevenzione e l'Empowerment personale**

**Il Sistema Biodanza si configura come Pedagogia Olistica a mediazione corporea** in quanto tende ad orientare, sostenere e sviluppare le potenzialità delle persone promuovendone atteggiamenti attivi, propositivi e stimolando le capacità di scelta.

**"Biodanza® è un sistema altamente raffinato" (R.T.) ed è di per sé un "Ambiente Arricchito" di eco-fattori positivi** infatti, nei casi in cui una cattiva educazione o diseducazione ha prodotto nella personalità disarmonie e disfunzioni, si può parlare di «**Pedagogia della cura**».

Biodanza

- Promuove l'**EMPOWERMENT** Personale

- Favorisce una **Riabilitazione Esistenziale** (biopsicosociale)

L'a.s.d. e p.s. "**Forma Mentis**" di Potenza, nasce nel 2001 con lo scopo di promuovere attività culturali, di promozione sociale e sportive dilettantistiche, con specifica professionalità in ambito educativo, sociale, clinico e penale, mediante progetti finalizzati alla valorizzazione delle risorse umane quale prezioso e peculiare investimento facilitante i benefici sulla qualità della vita, sul benessere e bell'essere personale, familiare, lavorativo, sociale.



**“IL CORPO COMESORGENTE DI VITA. Biodanza: una palestra relazionale per allenare corpo, mente, emozioni”** è un progetto che, in partner con Regioni, Province, Comuni, Enti Pubblici e Privati, Istituzioni Scolastiche, Associazioni dal 2009, viene proposto in

#### **BASILICATA**

- Istituto Penale per i Minorenni e Comunità Ministeriale, Potenza
- Ufficio di Servizio Sociale per i Minorenni – Dipartimento Giustizia Minorile, Potenza
- CE.ST.RI.M. Centro Studi e Ricerche sulle Realtà Meridionali onlus, Brienza (PZ)
- “Gruppo Coordinamento Donne”, Avigliano (PZ)
- “Spazio Ragazzi” Associazione Volontariato – Avigliano (PZ)
- “Peter Pan” Associazione di Volontariato, Avigliano (PZ)
- “Zonta International Club, Potenza”
- “Associazione AUSER” Picerno (PZ)
- Istituto Alberghiero –Potenza

#### **Puglia**

- Istituto Penale per i Minorenni “Fornelli” (maschile), Bari

**Mediante un Programma Pedagogico e Competenze Integrate si lavora** Strettamente in collaborazione con le figure professionali coinvolte nelle rispettive realtà (educatori, agenti, personale di servizio, ecc)

**“V.A.L.E. – Viaggiare Ascoltando le Emozioni”** è un progetto iniziato nel 2014 che prevede l'interazione ed integrazione di Percorsi Integrati di Biodanza SRT e Counseling Biosistemico (ideato da Jerome Liss) che utilizza tecniche psico corporee specifiche con l'obiettivo di una maggiore integrazione tra mente e corpo al fine di un completo sviluppo della persona attraverso un metodo di "apprendimento attivo".

Forma Mentis promuove Azioni Progettuali a livello Nazionale in partner con

- **Centro Gaja Scuola Biodanza SRT Vicenza**  
Dir. Giovanna Benatti
- **Scuola Formazione Biodanza Puglia**  
Dir. Ugo Rizzo

Ed Internazionali in partner con

- **Scuola Biodanza SRT Alicante e Barcellona**

Dir. Luis Otavio Pimentel

**Inoltre è in Compartecipazione con** il Centro Gaja di Vicenza al progetto Europeo: **THANKS. Empowerment of Families at Risk to Practice Active Citizenship GRUNDTVIG PARTNERSHIP 2013 - 2015**



Lifelong Learning Programme



In collaborazione con Progetti di ricerca:

**Studio Biomeccanico, Motorio, Posturale, Neuropsicologico sugli effetti della Biodanza SRT (Sistema Rolando Toro) SRT nel Paziente Parkinsoniano (PD)**



Università degli Studi di Napoli  
"Parthenope"



Istituto di Diagnosi e Cura (IDC)  
Hermitage Capodimonte

**Il valore della biodanza: Una pedagogia olistica verso il ben-essere personale e sociale**

*Esiti in Biodanza Clinica e Salute Mentale*

*Gruppo di Ricerca*

**Giovanna Benatti** - direttrice Centro Gaja – Scuola di Biodanza Rolando Toro Vicenza

**Lucia Presentini** – coordinatrice Didattica Scuola Biodanza di Vicenza – Operatrice Biodanza Clinica

**Stefano La Mela** - Operatore Biodanza Clinica Centro Gaja di Vicenza

**Andrea Spolaor**, - psicologo e psicoterapeuta - Coordinatore Gruppi di Auto-mutuo aiuto "Davide Golia" – Diakonia Caritas Vicenza e Malo (VI)

**Claudia Corsini** - psicologa e psicoterapeuta - Responsabile Gruppo di Auto-mutuo aiuto "Davide Golia" – Diakonia Caritas di Vicenza - Malo (VI)

**Elisabetta Ghedin**, Ricercatrice Dipartimento FISPPA Università di Padova

**Roberta Rosa: PhD Student** "Scienze del Movimento Umano e della Salute" - Università degli Studi di Napoli "Parthenope – Dipartimento Scienze Motorie e del Benessere

**SALUTE e FELICITA' sono risorse sulle quali investire** <sup>[1][2][3]</sup>



**BIODANZA è un "agente" determinante salute e felicità.  
Rinforza i potenziali umani e di salute creando i  
prerequisiti per una vita felice e produttiva**

<sup>[1]</sup> "Carta di Ottawa per la Promozione alla Salute" 1 Conferenza Internazionale sulla Promozione alla Salute 17-21 novembre 1986 – Ottawa, Ontario, Canada, - *Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS)*

<sup>[2]</sup> "Salutogenesi". *Salute, Stress e Coping* (1979) Aaron Antonovsky, PhD Università di Yale, Sociologo Israelo-Americano (1923-1994)

<sup>[3]</sup> "La ricerca della felicità è un diritto delle persone", dichiarazione dell'Assemblea Generale delle Nazioni Unite (2011)

Vivencia:

# Abbracciare la Vita

Abbraccia la vita ... lei con amore ti risponderà



## dr.ssa Roberta ROSA

- **PhD Student** in “**Scienze del Movimento Umano e della Salute**” - XXIX ciclo - Università degli Studi di Napoli “Parthenope – Dipartimento Scienze Motorie e del Benessere
- **Insegnante Titolare Didatta di Biodanza SRT** - IBF
- **Fondatrice a.s.d. e p.s. “Forma Mentis”** di Potenza

## **Roberta ROSA**

**dr.ssa in Scienze Motorie, Specialista in Scienze delle Attività Motorie Preventive e Adattative**

- **PhD Student** in “**Scienze del Movimento Umano e della Salute**” - XXIX ciclo - Università degli Studi di Napoli “Parthenope – Dipartimento Scienze Motorie e del Benessere
- **Massofisioterapista e Operatrice del Benessere**
- **Esperta in Metodi e Tecniche Specialistiche** per l'educatore-formatore del sostegno per l'handicap e per lo svantaggio
- **Coordinatrice Didattica Corso Alta Formazione e Perfezionamento in “Fitness Trainer”** e MASTER in Kinesi preventiva e post-riabilitativa realizzato dalla Forsage snc con il patrocinio dell'Università degli Studi “Tor Vergata” di Roma - Dipartimento Medicina e Chirurgia – Corso di Studi in Scienze Motorie
- **Insegnante Titolare Didatta di Biodanza** Sistema Rolando Toro - IBF
- gruppi settimanali, ambito sociale (bambini, anziani, donne, comunità rieducazione esistenziale), ambito clinico (disabilità mentale – autismo) ambito penale (minori ed adulti)
- **Tutor e Responsabile Area Direzione rapporti e progetti con le istituzioni Scuola di Formazione Biodanza Puglia**
- **Coordinatore Progetti sociali e clinici Europei** – Membro del gruppo di coordinamento del Progetto Europeo Grundtwig “Thinking family. Empowerment of families at risk to practice active citizenship” – centro Gaja Vicenza (IT)
- Scuola di Biodanza “Rolando Toro” di Vicenza
- **Componente Collegio Docenti centro Gaja** – Scuola di Biodanza “Rolando Toro” di Vicenza
- **Componente Commissione Scientifica Forum Internazionale Biodanza Sociale e Clinica** - centro Gaja – Vicenza
- **Componente Gruppo di Coordinamento Forum Interregionale di Biodanza**
- **Membro del Network Europeo di Biodanza Sociale e Clinica** (Forum Interregionale Biodanza e Jornadas de Biodanza Clinica y Social Barcellona/Alicante)
- **Fondatrice e Referente Area Progetti Promozione Sociale dell'a.s.d. e p.s. “Forma Mentis”** di Potenza (Italia)
- **Ideatrice e Fondatrice del centro “Nea Polis”** – Attività Motorie, Salute e Benessere - Potenza