

W ostatnim okresie wzrasta zainteresowanie myśleniem o relacji ciała i psychiki zarówno w naukach społecznych, jak też w środowisku osób związanych z pomaganiem. Dualizm w tym obszarze nie daje się już utrzymać. Daniel Stern, wybitny psychoanalityk i twórca podejścia interpersonalnego, swoją ostatnią książkę poświęcił różnym formom witalności. Ruch ma, jego zdaniem, podstawowe znaczenie nie tylko dla poczucia, że jest się żywym ale także dla doświadczania przyjemności. Psychoterapeuci odwołujący się do różnych nurtów teoretycznych coraz częściej podejmują namysł nad problematyką cielesności.

Instytut Psychoterapii Tańcem i Ruchem (*Dance Movement Therapy* - DMT) jako pierwszy w Polsce proponuje kompleksowe szkolenie, które pozwala zdobyć umiejętności łączenia technik niewerbalnych i werbalnych.

W mojej opinii szkolenie w ramach Instytutu DMT jest w pełni profesjonalne i rzetelne, dlatego trwa kilka lat. Wykładowcy Instytutu byli szkoleni przez nauczycieli z krajów, w których istnieje długa tradycja dotycząca uwzględniania cielesności w pracy psychoterapeutycznej.

Uważam, że włączenie w proces psychoterapii pracy z ciałem wzbogaca relację terapeutyczną i poszerza zakres możliwych interwencji. Zastosowanie ruchu i tańca wspomaga budowanie obrazu ciała i cielesnego poczucia siebie oraz ułatwia dostęp do utrzymywanych w ciele emocji. Ciało kształtuje się jako pierwsze w rozwoju człowieka a jego zaburzenia mają duże znaczenie także dla funkcjonowania psychicznego osoby.

Znam pracę kilku absolwentów szkolenia w Instytucie DMT i jestem przekonana, że gruntownie przygotowuje ono do zawodu psychoterapeuty. Unikatowe jest to, że w centrum uwagi znajduje się ruch jako forma komunikowania się. Myślę, że fakt ten sprawia, iż relacja terapeutyczna zawiera elementy związane z doświadczaniem prawdziwej przyjemności.

Prof. dr hab. Katarzyna Schier