



E la psiche migliora... a passo di tango

SI BALLA PER DIVERTIMENTO, AL LIMITE PER SEDURRE E, ORA, ANCHE PER MIGLIORARE LA PROPRIA PSICOLOGIA. CHE COSA BALLARE? IL TANGO, NATURALMENTE. LA DANZA ARGENTINA È ALLA BASE DELLA TANGOTERAPIA: MELODIE, PASSI E IMPROVVISAZIONE CON I QUALI RIMETTERE IN EQUILIBRIO LE PARTI MASCHILE E FEMMINILE PRESENTI IN OGNUNO DI NOI, E SPESSO SBILANCIATE. «GRAZIE ALLA PRECISIONE CON CUI SONO STABILITI I RUOLI NEL TANGO, I PARTECIPANTI SPERIMENTANO LE DIVERSE PARTI DI SÉ», SPIEGA MASSIMO HABIB, UNO DEI FONDATORI DELL'INTERNATIONAL ASSOCIATION OF TANGO THERAPY THERAPISTS DI CARDIFF, GRAN BRETAGNA. NON SERVE CHE LA COPPIA SIA MASCHIO-FEMMINA, QUEL CHE CONTA È LAVORARE SUI RUOLI. QUALCHE ESEMPIO: CI SONO UOMINI POCO ASSERTIVI, NELLA VITA E CON LA PARTNER, CHE DEVONO RAFFORZARE LA PARTE MASCHILE. OPPURE DONNE CHE NON SANNO FIDARSI. «ALCUNE SONO BRAVISSIME A USARE IL LATO MASCHILE, SI SENTONO PIÙ SICURE A GUIDARE CHE A ESSERE GUIDATE», RACCONTA HABIB. NON SERVE AVER FREQUENTATO LE MILONGAS, ANCHE CHI NON HA MAI PROVATO QUESTO BALLO PUÒ SEGUIRE QUESTO METODO (WWW.TANGOTERAPIA.IT). MA IL TANGO NON DÀ SOLTANTO BENEFICI PSICOLOGICI: POTREBBE ESSERE USATO ANCHE NELLA CURA DI ALCUNE PATOLOGIE, COME IL MORBO DI PARKINSON. LO STANNO SPERIMENTANDO NEL REPARTO DI NEUROLOGIA DELL'ISTITUTO AUXOLOGICO IRCCS DI PIANCAVALLO, IN PROVINCIA DI VERBANIA. (C.B.G.)

spie
pian
di s
emo
crin

LO
Part
Iniz
Man
bell
ques
Mon
65 c
cent