

## □ Kolejne zajęcia w Klubie Senior + w Ruszowicach □



„Ciało jest fizycznym aspektem osobowości, a ruch czyni tę osobowość widzialną”.

### 1. Starks Whitehouse

□ Psychoterapia tańcem i ruchem opiera się na założeniu, że ciało i psychika są ze sobą połączone.

□ Wszystkie stany psychiczne, które przeżywamy podczas życia znajdują swoje odzwierciedlenie w cielesnym samopoczuciu, postawie ciała, oddechu, napięciu, sposobie poruszania się.

□ Właśnie o tym opowiadała i zachęcała do wspólnej zabawy – studentka IV roku Psychoterapii Tańcem i Ruchem – Pani Joanna Pawłowska – podczas kolejnego już spotkania w Klubie Senior + w Ruszowicach.







