



VI JORNADAS CUERPO, ARTE Y SALUD 2025

CLÍNICA EXPRESIVA SOMÁTICA

Movimiento Sensible y Sintonización Empática

Facilitadora: Ana Luisa Meza Ferrari

Revisión realizada por: Edmundo dos Santos

Resumen

El taller *Movimiento Sensible y Sintonización Empática* explora el papel del cuerpo en movimiento como una herramienta para el autoconocimiento, la expresión, la comunicación y la escucha profunda. A través de dinámicas en movimiento individuales y grupales, se activa una presencia somática, emocional y creativa que permite reconocer necesidades internas y transformarlas en un mayor bienestar. Este enfoque se fundamenta en la Danza Movimiento Terapia (DMT), disciplina que ha demostrado su eficacia en el desarrollo de la empatía kinestésica y en la mejora de la capacidad de resonancia afectiva en profesionales de la salud y la educación (Fischman, 2011).

El movimiento sentido surge en la pausa, la desaceleración y la sutileza, facilitando la sintonización empática y el fortalecimiento del vínculo intersubjetivo. La capacidad de conectar con el otro a través del cuerpo y la emoción es un recurso clave en el marco de la **Clínica Expresiva Somática**, donde el trabajo corporal se convierte en una vía de integración y reorganización de la experiencia traumática. La investigación en neurociencia afectiva respalda que la sincronización de movimiento mejora la regulación emocional y la calidad de la relación terapéutica (Siegel, 2012).

Este artículo analiza la relación entre la DMT y la empatía, destacando su aplicación en la **Clínica Expresiva Somática**, un enfoque que considera el cuerpo en movimiento como eje central en la reconstrucción de narrativas de bienestar y transformación.

Palabras clave: Danza Movimiento Terapia, empatía kinestésica, sintonización afectiva, conciencia corporal, regulación emocional, vínculo terapéutico.

Abstract

Sensitive Movement and Empathic Attunement

The *Sensitive Movement and Empathic Attunement* workshop explores the role of the moving body as a tool for self-awareness, expression, communication, and deep listening. Through individual and group movement dynamics, a somatic, emotional, and creative presence is activated, allowing participants to recognize internal needs and transform them into greater well-being. This approach is based on Dance Movement Therapy (DMT), a discipline that has demonstrated its effectiveness in developing kinesthetic empathy and enhancing affective resonance capacity in health and education professionals (Fischman, 2011).



VI JORNADAS CUERPO, ARTE Y SALUD 2025 CLÍNICA EXPRESIVA SOMÁTICA

Felt movement arises in pause, deceleration, and subtlety, facilitating empathic attunement and strengthening intersubjective bonding. The ability to connect with others through body and emotion is a key resource in the **Expressive Somatic Clinic**, where the body and movement serve as central tools for processing and integrating traumatic experiences. Research in affective neuroscience supports that movement synchronization improves emotional regulation and the quality of therapeutic relationships (Siegel, 2012).

This article analyzes the relationship between DMT and empathy, highlighting its application in the **Expressive Somatic Clinic**, an approach that considers movement as a key element in the reconstruction of well-being narratives and transformation.

Keywords: Dance Movement Therapy, kinesthetic empathy, affective attunement, body awareness, emotional regulation, therapeutic bond.

Desarrollo

La Danza Movimiento Terapia ha demostrado ser un recurso clave en el desarrollo de la empatía y la regulación emocional, facilitando la conexión interpersonal desde una dimensión corporal y afectiva (Fischman, 2011). En este taller, se exploran diversas dinámicas que permiten a los participantes experimentar el movimiento como un medio de expresión y comunicación, activando procesos de resonancia somática y sintonización emocional.

La empatía kinestésica, entendida como la capacidad de percibir y resonar con la experiencia del otro a través del movimiento, es un aspecto fundamental en la construcción de relaciones interpersonales saludables. Investigaciones en neurociencia afirman que la sincronización motriz entre individuos facilita la regulación emocional y fortalece la cohesión social (Siegel, 2012).

La presencia somática implica la capacidad de estar en el momento presente con atención plena al cuerpo y a la experiencia emocional. La DMT favorece la sintonización afectiva, permitiendo una comunicación más auténtica y profunda en la relación terapéutica (Fischman, 2011). En este sentido, el trabajo con la pausa, la respiración y la desaceleración en el movimiento amplía la percepción y el registro del cuerpo, generando mayor sensibilidad a las propias necesidades y a las del otro. En el contexto de la **Clínica Expresiva Somática**, el movimiento y la danza permiten la reorganización de la experiencia sensoriomotriz, promoviendo una mayor integración emocional y relacional. La posibilidad de explorar patrones de movimiento desde un espacio seguro y guiado facilita la construcción de nuevas narrativas corporales que favorecen el bienestar y la resiliencia.



VI JORNADAS CUERPO, ARTE Y SALUD 2025

CLÍNICA EXPRESIVA SOMÁTICA

Conclusión

El taller *Movimiento Sensible y Sintonización Empática* propone la exploración del cuerpo en movimiento como herramienta de autoconocimiento y conexión con el otro. La Danza Movimiento Terapia ofrece estrategias prácticas para el desarrollo de la empatía y la regulación emocional, con aplicaciones directas en el ámbito de la **Clínica Expresiva Somática**. Integrar la conciencia corporal y la sintonización afectiva en la práctica profesional amplía la capacidad de resonancia empática y fortalece los procesos de acompañamiento en contextos diversos.

Referencias

- Fischman, D. (2011). *La mejora de la capacidad empática en profesionales de la salud y la educación a través de talleres de Danza Movimiento Terapia*. Revista de Psicoterapia, 22(85), 61-79.
- Siegel, D. (2012). *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*. New York: Guilford Press.

Currículum Vitae

Ana Luisa Meza Ferrari

Psicóloga perinatal colegiada COPC, miembro del equipo de Psicología Perinatal Pell a Pell. Danza Movimiento Terapeuta, MTR en la Asociación Española de Danza Movimiento Terapia. Miembro del Grupo de Trabajo en Danza Movimiento Terapia del Colegio Oficial de Psicólogos de Cataluña. Docente del Máster TAE, Trauma y Embodiment en **Instituto Poiesis de Barcelona**. Creadora de @psicoutera y @movernosenterapia.