

Movimiento y regulación: prácticas somáticas en el proceso terapéutico

Facilita: Maria Silva

Resumen

Este taller propone un espacio experiencial de exploración corporal orientado a la comprensión del movimiento y la regulación somática como dimensiones fundamentales en los procesos terapéuticos contemporáneos. A partir de prácticas encarnadas vinculadas a la Danza Movimiento Terapia y al enfoque EC-EXATT®, se abordará el cuerpo como territorio sensible de percepción, relación y organización de la experiencia.

Desde una perspectiva somática y relacional, el movimiento será comprendido no solo como expresión, sino también como vía de autorregulación, presencia y construcción de sentido. A través de dinámicas corporales, exploraciones de movimiento, respiración, escucha y trabajo relacional, el taller buscará favorecer experiencias de conexión corporal, atención al ritmo interno y ampliación de la percepción somática.

El espacio propone una aproximación sensible al cuerpo en movimiento, reconociendo la importancia de la regulación neuroafectiva y de las condiciones de seguridad relacional en los procesos de acompañamiento. En este marco, las prácticas somáticas son entendidas como recursos que favorecen la coherencia corporal, la agencia y la posibilidad de habitar la experiencia desde una mayor presencia y continuidad interna.

En diálogo con los fundamentos del EC-EXATT®, el taller se inscribe en una comprensión transdisciplinaria del cuerpo y del cuidado, donde la experiencia estética, la regulación somática y la dimensión relacional se articulan como ejes fundamentales del trabajo terapéutico contemporáneo.

Asimismo, se explorará el movimiento como lenguaje expresivo y relacional capaz de sostener procesos de integración, escucha y transformación, en coherencia con una orientación salutogénica centrada en los recursos, la vitalidad y la experiencia encarnada.

Palabras clave

Movimiento, regulación somática, Danza Movimiento Terapia, embodiment, prácticas somáticas, EC-EXATT®, cuerpo y presencia, acompañamiento terapéutico, regulación neuroafectiva, experiencia corporal.

Abstract

Movement and Regulation: Somatic Practices in the Therapeutic Process

Facilitators: Maria Silva

This workshop offers an experiential space for embodied exploration focused on movement and somatic regulation as fundamental dimensions of contemporary therapeutic processes. Drawing from Dance Movement Therapy and the EC-EXATT® approach, the body will be approached as a sensitive territory of perception, relationality, and organization of experience.

From a somatic and relational perspective, movement will be understood not only as expression, but also as a pathway toward self-regulation, presence, and meaning-making. Through embodied practices involving movement exploration, breathing, listening, and relational awareness, the workshop seeks to foster experiences of bodily connection, attunement to inner rhythm, and expanded somatic perception.

The workshop proposes a sensitive approach to the moving body, recognizing the importance of neuroaffective regulation and relational safety within therapeutic accompaniment processes. Within this framework, somatic practices are understood as resources that support bodily coherence, agency, and the capacity to inhabit experience with greater presence and continuity.

In dialogue with the foundations of EC-EXATT®, the workshop is grounded in a transdisciplinary understanding of body and care, where aesthetic experience, somatic regulation, and relational dimensions are articulated as central elements of contemporary therapeutic work.

The workshop will also explore movement as an expressive and relational language capable of supporting processes of integration, listening, and transformation, in coherence with a salutogenic orientation centered on resources, vitality, and embodied experience.

Keywords

Movement, somatic regulation, Dance Movement Therapy, embodiment, somatic practices, EC-EXATT®, body and presence, therapeutic accompaniment, neuroaffective regulation, embodied experience.