

Julio 2022; viernes 8 y sábado 9

MOVIMIENTO CONSCIENTE Y DANZA

El placer del cuerpo y el autoconocimiento con Terapia Gestalt.



María Jesús Armas Acosta

Psicóloga-Psicoterapeuta.
Directora y docente del ICP



de Gestalt 21-22

**MONOGRAFICOS
PROFUNDIZACION**



Movimiento consciente y danza.

El placer del cuerpo y el autoconocimiento con Terapia Gestalt.

Te invitamos a este taller presencial donde podrás conectar con tu cuerpo a través del placer y la alegría del movimiento. Una oportunidad para conocerte mejor e identificar la información que tu cuerpo te da, a través del disfrute de la danza.

Todo ser humano en cada instante genera y expresa una danza propia. El movimiento expresa los argumentos fundamentales de la existencia y del momento presente; aun así, no solemos darnos cuenta de nuestra experiencia corporal. Resulta revelador cuando accedemos a la lectura corporal y la estructura que construimos según nuestra historia vital.

El significado del cuerpo en nuestra cultura desde la primera infancia, es de vehículo; es decir, un objeto que sirve para desplazarnos por el mundo, que es importante que esté aseado y bien decorado (conjuntado con una gama de colores y cortes a la moda) que expresa quién soy y constituye los cimientos de la autoestima.



El cuerpo sirve también para hacer ejercicio que es muy bueno y básico para mantener un equilibrio “físico” y “mental” (continuando la relación conmigo mismo disociado, por un lado cuerpo y mente y por otro lado como objeto). También a través del cuerpo conseguimos reconocimiento, ganar competiciones, estar modelado, guapo y sobre todo a la moda.

Esta cosificación, este vacío experiencial del cuerpo, es la base de la mayoría de procesos neuróticos y trastornos actuales (autoestima, ansiedad, depresión, trastornos alimentación, adicciones a sustancias, pánico, dependencias emocionales).

Si nuestra proyección existencial, está basada en una concepción del cuerpo como objeto, con la creencia de que un cuerpo aseado, modelado y decorado está habitado, partimos de una relación con el cuerpo distorsionado, disociado, anestesiado y pobre, con ajustes conservadores al momento presente.

En este taller vamos a explorar las partes del cuerpo habitadas y las cosificadas e investigar cómo esto afecta en nuestra proyección existencial. El objetivo a través de dinámicas corporales será descubrir y aprender a través del movimiento y la vivencia corporal, observar nuestra forma de relacionarnos con sensaciones, pensamientos y comportamientos.

En definitiva, se tratará de profundizar en nuestro diálogo interior y exterior, así como la danza en relación con nosotros mismos, con los demás y con el mundo (nuestra proyección existencial).

A través de la experiencia vivencial ampliaremos la percepción de lo que nos sucede, con el objetivo de facilitar nuevos movimientos para danzar en la vida, darnos cuenta de procesos inconscientes y desbloquear la energía contenida en mecanismos, que usamos como defensa con respecto al conflicto o problema.

“El cuerpo no miente y nos conduce como una brújula a nuestra casa, nuestra experiencia de estar vivos”

Precio: 120€ / (100€ para inscripciones antes del 13 de junio y antiguo/as alumno/as IGC)

Aforo limitado. Espacio interior y exterior.

Horario: viernes de 17:00 a 21:00 y sábado de 10:00 a 16:00 (con pausa)

Inscripción

Para la inscripción envíanos tus datos:

Nombre completo, Telf. , e-mail ,Estudios, Profesión actual a:
formacion@institutocanariodepsicoterapia.com
o llámanos: 616982865 / 928253614

www.institutocanariodepsicoterapia.com

El ingreso para la inscripción se realizara en la Cuenta Bancaria, que a continuación se detalla,
es importante reflejar nombre completo.

Concepto: Monográfico y nombre del mismo : Sobre la Vergüenza // Trauma // Dialéctica // Juegos
Psicológicos // Intervención en Crisis // Danza Gestalt.

INSTITUTO CANARIO DE PSICOTERAPIA

Sabadell ES51 0081 7722 7200 0113 1815

Envíanos el comprobante de ingreso a: formacion@institutocanariodepsicoterapia.com



de Gestalt 21-22

**MONOGRÁFICOS
PROFUNDIZACIÓN**

Síguenos



Facebook



Twitter



Instagram



www.institutocanariodepsicoterapia.com



de Gestalt 21-22

**MONOGRÁFICOS
PROFUNDIZACIÓN**