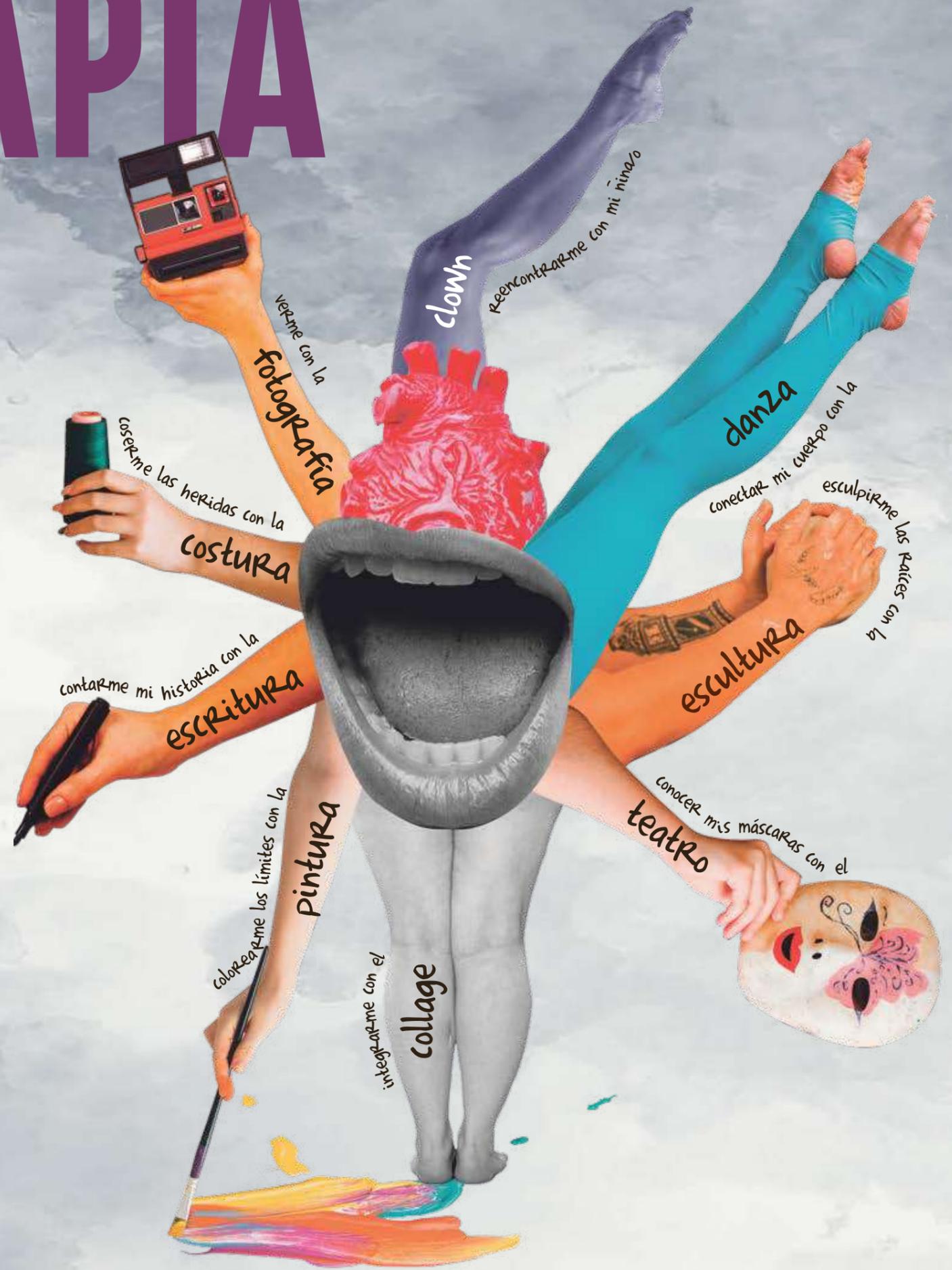


# arteTERAPIA GESTALT

10 ENCUENTROS MENSUALES

## CURSO BÁSICO



## ¿QUÉ ES LA ARTETERAPIA GESTALT?

La Arteterapia Gestalt entra dentro de las llamadas terapias humanistas, es decir, una terapia centrada en la salud y en la potencialidad de la persona. El arte como puente hacia la salud, atiende todos los ámbitos de desarrollo personal implicando cuerpo, mente, emoción y espíritu. Y lo hace desde el respeto más profundo a la esencia de la persona y al ritmo de ésta, brindándole la posibilidad de investigar diferentes maneras de adentrarse en una búsqueda, donde se convierta en la protagonista de su proceso y con esto, de su propia vida.

## ¿CUÁLES SON LOS OBJETIVOS DEL CURSO?

Pretendemos ofrecer un espacio vivencial de encuentro contigo misma, con el grupo y con el arte, teniendo como objetivo principal que cada persona pueda sumergirse en un proceso de autoconocimiento, autocuidado y autoestima, en el que, más concretamente, se trabajará:

- Expresar lo que sentimos, necesitamos y somos. Sacar de dentro lo que hay para vernos y que el mundo nos vea.
- Ver quiénes fuimos, nuestra historia, para amigarnos con ello, dándonos cuenta de nuestras heridas, para curarlas.
- Ver lo que somos, lo que nos gusta y lo que no. Límites y potencialidades. Luces y sombras.
- Descubrir quiénes queremos ser, para caminar hacia ello.
- Vernos enteras para integrarnos, para querernos. Porque el eje sobre el que vertebra el amor es la aceptación.
- Exponer y desarrollar nuestras potencialidades, sacando a la luz todo nuestro potencial creativo.

Cada fin de semana, tendrás la oportunidad de sumergirte en tus emociones, necesidades, deseos, dificultades y fortalezas, con el objetivo de aprender el arte del autocuidado y el crecimiento personal. Teniendo para ello, un arte diferente cada fin de semana, como herramienta, como guía y como espejo. En este proceso y desde una visión humanista las Arteterapeutas guiarán y acompañarán a las personas en el encuentro con ellas mismas, a través de las diferentes disciplinas artísticas.



# arteTERAPIA GESTALT

## CURSO BÁSICO

### UN ARTE PARA CADA ENCUENTRO

#### ESCRITURATERAPIA

Escribir quién soy. Lo que pienso, lo que siento.

Pararme, poner en orden, tomar conciencia. Soltar, expresar, escupir.

Ponerle palabras a lo que dicen mis sentidos. Registrar lo vivido.

Contarte lo que nunca pude.

Contarme lo que no me dejo.

#### ESCULTURATERAPIA

Esculpirme, sola y con las otras.

Estar conmigo, contigo y con el grupo.

Atravesar emociones. Expresarlas.

Escucharme y escucharte.

Crear lo que quiero. A mi manera.

#### TEATROTERAPIA

Conocer mis máscaras.

Arrancármelas. Improvisar.

Sacarme la espontaneidad y que ya no se me vaya.

Dramatizar a mis monstruos, y que no lo sean tanto.

Darle forma, compostura y voz a partes ocultas de mí, exagerándolas para mirarlas e integrarlas.

#### COLLAGETERAPIA

Integrar partes diversas, enfrentadas y disociadas.

Tener el poder de cortar, rajar, pegar, cambiar, destrozarse, integrar.

Ver. Ver mi historia. Verme.

#### PINTURATERAPIA

Agua. Emoción.

Mostrar aquella que soy.

Soltar, fluir, expresar, liberar.

Colorear lo que siento.

Colorearme entera.

Llenarme por dentro.

Dibujarme los límites.

Borrarlos.

Recrearlos de nuevo.



# arteTERAPIA GESTALT

## CURSO BÁSICO

### Costuraterapia

Coserme a mi medida.  
Rasgar, romper, cortar. Y luego unir, cada  
puntada un perdón.  
Coserme entera. A mi manera y a mí  
medida. Para poder cuidarme, acunarme  
y acompañarme.

### Fotografiaterapia

Mirarme entera.  
Aceptarme, quererme,  
valorarme y respetarme.

Mirar a las otras, saber que están,  
verlas enteras.

### Danzaterapia

Estar conmigo y, en el mismo baile, encon-  
trarme contigo sin perderme de mí.  
Conectar con mi cuerpo, dejando que me  
acoja en su movimiento. Buscar mi verdad,  
mi expresión danzante. Y bailarla con dis-  
frute al ritmo del placer y los sentidos.  
Danzar aquella que soy. Aquí y ahora.

### Clown

Expresarme a través de mis emociones.  
Reírme de mí. Rescatarme la inocencia.  
Conectar con la espontaneidad.  
Aprender del fracaso.  
Convertir mis potencialidades en fortalezas.  
Encontrarme con mi niño/a interno.  
Encontrarme con mi ridículo. Aceptarlo.  
Ser yo, sin mentiras.

### Cierre en la Naturaleza

Integrar el proceso vivido.  
Resolver lo inconcluso.  
Decir adiós.  
Cerrar una puerta y dar  
espacio a que otras se abran.



# INFORMACIÓN PRÁCTICA

## arteTERAPIA GESTALT CURSO BÁSICO



**CURSO AVALADO** por la Asociación de Arteterapia Humanista de Andalucía. Y en caso de querer continuar formándote como Arteterapeuta Gestalt, tendrás acceso a la formación del Arteterapia Gestalt que ofrecemos.



**SE DESARROLLA EN 10 FINES DE SEMANA**, incluyendo uno de cierre en un entorno natural. El primer encuentro será en Febrero del 2020 y finalizará en Diciembre del 2020 (si estás interesada/o, solicita las fechas de cada fin de semana).



**LOS HORARIOS** de cada fin de semana serán; Sábado de 10:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 20:00 horas y Domingos de 10:00 a 14:00 horas. El último taller de cierre comenzará el viernes después de comer y se irá informando al alumnado durante el curso. (120h en total).



**LA RESERVA DE LA PLAZA** se realizará a través de una inscripción, que te enviaremos vía mail. Tendrás que rellenarla y reenviárnosla, y en el momento que confirmemos tu plaza, la reserva se formalizará con el pago de 140€ que se guardará como fianza y pago del último taller de cierre (sin incluir el alojamiento). Podremos citarte para una entrevista previa.



**EL PRECIO** del curso completo, será de 1400€. Damos la posibilidad de abonarlo en mensualidades de 140€, realizando el pago al inicio de cada fin de semana. No se realizará la devolución de la matrícula dos semanas antes de comenzar el curso. Si te inscribes antes del 24 de Diciembre, te haremos un descuento de una mensualidad, es decir, pagarás el total de 1260€ (los descuentos no son acumulables). En caso de que tengas dificultades económicas y quieras realizar el curso, consúltanos y estudiaremos tu caso.



**ES EMINENTEMENTE PRÁCTICO Y VIVENCIAL**, por lo que la asistencia a los talleres es obligatoria estando permitido un máximo de dos faltas, que deberán ser abonados igualmente. Esto lo hacemos por respeto al proceso grupal y al proceso individual de cada una de las personas asistentes, pues más de dos faltas, supone perder el hilo del proceso que se está viviendo.



**CERTIFICADO** del curso al finalizarlo avalado por Emocionarte y por la Asociación Andaluza de Arteterapia.

## A QUIÉN VA DIRIGIDO

Está dirigido a profesionales de la psicología, la educación, lo social, la salud y a toda persona mayor de edad que quiera adentrarse en un viaje de autoconocimiento, autocuidado e integración, además de desarrollar su potencial creativo.

No es necesaria experiencia ni conocimiento previo.

Las plazas son limitadas para ofrecer la máxima calidad.

## EQUIPO TERAPÉUTICO

Las Arteterapeutas coordinadoras y docentes del grupo serán:

- Patricia Narbona (Arteterapeuta Gestalt, Terapeuta Gestalt Pedagoga experta en innovación educativa).
- Amaia Roldán (Arteterapeuta Gestalt, Terapeuta Gestalt, Psicóloga).

Donde la Arteterapia Gestalt será el motor que nos guíe en la búsqueda de nuestro mundo interno.



 [emocion-arte.org](http://emocion-arte.org)

 [info@emocion-arte.org](mailto:info@emocion-arte.org)

 654 972 014 / 665 366 469