



Comienzo 2ª Promoción Febrero 2018
Abierto plazo de inscripción

Proceso Terapéutico en
BIOENERGÉTICA Y ARTETERAPIA
CUERPO, CARÁCTER Y CREATIVIDAD

Paco Correderas
Elisa Sanmartín

Febrero 2018 a Diciembre 2019

"El Centro" Espacio Terapéutico

Pasaje José Aumente Baena (Córdoba)

www.elcentroespacioterapeutico.com

pacocorrederas@elcentroespacioterapeutico.com

tlf. 633 401 887



CARÁCTER, CUERPO Y CREACIÓN

CICLO DE BIOENERGÉTICA, GESTALT, CREATIVIDAD

CARÁCTER CUERPO Y CREACIÓN es un proceso personal en el que exploraremos vivencialmente cada uno de los tipos carácter, y su manifestación en nuestra propia forma de ser, así como en nuestro cuerpo, en un camino hacia el descubrimiento profundo de nosotros mismos y hacia el contacto con nuestra propia energía vital, el impulso básico que pugna en nosotros como en cualquier otro ser de la naturaleza, que va hacia el crecimiento, la vitalidad y desarrollo propio y armónico.

Nuestro **CARÁCTER** se manifiesta en el cuerpo. Lo podemos observar en forma de pequeñas tensiones y formas corporales concretas que nos confieren una estructura y también moldean nuestra personalidad. Estas tensiones nos hablan de emociones olvidadas, pendientes de ser expresadas, y al tiempo que nos ayudan a crearnos una personalidad, nos restan flexibilidad e inmovilizan gran parte de nuestra energía, dejándonos de alguna forma rígidos o cansados.

A partir del **CUERPO**, mediante el trabajo bioenergético y apoyados en lo artístico, iremos contactando con estas estructuras, liberando esta energía vital contenida, recuperando las vivencias emocionales que quedaron olvidadas, adquiriendo integridad y libertad personal, y una dosis renovada de energía disponible para la vida, para el disfrute y la creatividad.



Contactando con todo nuestro potencial para la **CREACIÓN**, tan innato en el hombre como en cualquier otra manifestación de la naturaleza que lo expresa continuamente en nuevas y diferentes formas de vida. Descubriendo que tenemos en nosotros mismos toda la capacidad y la libertad para hacer de nuestra vida nuestro gran proyecto creativo o nuestra propia obra de arte.

Todo el proceso es una apertura hacia nuestro impulso básico de vida, esa energía espontánea que tenemos como seres vivos, que nos lleva hacia el placer y el disfrute, y también nos lleva hacia la entrega hacia el otro y hacia la sexualidad.

Dejando una puerta abierta hacia la propia **ESPIRITUALIDAD**, como vía final de canalización de nuestra energía como seres humanos, descubriéndola a través del acto creativo que nace más allá del carácter, y que manifestamos a través de nuestro cuerpo, de nuestras acciones y que podemos incorporar en cada uno de los momentos de nuestra vida.



QUÉ APORTA ESTE CICLO

-  SOBRE EL CARÁCTER
-  SOBRE LA BIOENERGÉTICA
-  SOBRE LA TERAPIA GESTALT
-  EL PROCESO CORPORAL
-  EL PROCESO ARTÍSTICO
-  OTRAS DISCIPLINAS

INFORMACIÓN PRÁCTICA

-  PROGRAMA Y CALENDARIO DE TALLERES
-  COSTE
-  A QUIÉN VA DIRIGIDO
-  EQUIPO TERAPÉUTICO
-  FICHA DE INSCRIPCIÓN

SOBRE EL CARÁCTER

El carácter es una estructura inconsciente de estrategias de comportamiento y respuestas a las situaciones que vivimos día a día. Se forja en la infancia en función de cubrir nuestras necesidades básicas, y lo que ese momento fueron respuestas creativas ante lo que requería una situación particular, se va mecanizando y de alguna forma vamos olvidando nuestra creatividad original.

Nos vamos automatizando, reaccionando siempre de la misma forma ante situaciones que requieren diferentes respuestas, a veces salimos con éxito y otras veces nos frustramos, pero en ningún caso estamos en contacto real con nuestras potencialidades, nuestras necesidades, ni podemos establecer una comunicación auténtica con el entorno.

En el Ciclo buscamos una comprensión profunda de esta estructura, desde su origen infantil hasta su manifestación en el adulto, y en especial la comprensión de cómo éste nos está afectando en nuestro día a día, en un trabajo



de toma de conciencia profunda y vivida de aquello que de forma inconsciente está gobernando nuestra vida.

Trabajamos desde la visión caracterial de Reich y la bioenergética, los paralelismos con el Eneagrama de la personalidad y en especial la visión sobre el carácter adquirida del psiquiatra Juan José Albert.

SOBRE LA BIOENERGÉTICA

La bioenergética es la primera técnica de psicoterapia occidental que integra el cuerpo en los procesos psicológicos. Creada en 1956 por A. Lowen, como continuación al trabajo de W. Reich, integra los conocimientos previos sobre el carácter con el cuerpo y sus procesos energéticos, trabajando sobre las llamadas corazas musculares, tensiones musculares crónicas que nos estructuran y de forma inconsciente nos limitan corporalmente, en nuestra forma de pensar y también de sentir.

La bioenergética nos facilita herramientas concretas para el cambio y la conciencia a partir del cuerpo, un mapa exhaustivo sobre los caracteres humanos, su manifestación corporal, emocional y mental, y sobretudo una forma de trabajo en la que el cuerpo es el protagonista, a partir de la bioenergética entendemos que ningún cambio es posible sin que haya un cambio en el cuerpo, en la forma que tenemos de movernos, de respirar, en definitiva de actuar.



SOBRE LA TERAPIA GESTALT

Creada por Fritz Perls en el encuadre de las terapias humanistas de los años 60, la Gestalt es un tipo de psicoterapia que en esencia se basa en la adquisición de una actitud de mayor conciencia y responsabilidad real sobre nosotros mismos, nuestro entorno y sobre nuestra propia vida.

Todo el proceso se dará en un formato de terapia Gestalt en grupo, favoreciendo atención al presente como punto de partida para la toma de conciencia, la experimentación como forma de aprendizaje y la comunicación honesta como camino hacia la integridad personal. El grupo se convierte en precursor y sostén para el proceso individual de cada persona. El proceso individual es, finalmente, el objetivo final de todo el trabajo, un proceso que lleve en definitiva a una mayor conciencia y aceptación profunda de todo aquello que, más allá de lo que creemos ser, realmente somos.

EL PROCESO CORPORAL

Somos cuerpo y en el cuerpo reside todo lo que somos, nuestros pensamientos, nuestras emociones también residen en él, y la energía de nuestra vida, nuestra fuerza, se manifiesta en nosotros continuamente a través de nuestro cuerpo.

El proceso corporal al que nos referimos es un recorrido que va desde la conciencia más básica de la sensación hasta la aceptación completa de nuestra corporalidad, de nuestro ser corporal y material, y de las manifestaciones de



nuestro carácter en la respiración, en la forma de movernos y de actuar. Un camino que nos abre a la escucha de todo el conocimiento y la sabiduría que reside en nuestro cuerpo.

EL PROCESO ARTÍSTICO

El arte como forma de salud, como vía diferente y nueva hacia la expresión de aquello que es más genuino y más propio de nosotros mismos, más allá del carácter, el arte como vía de expresión de lo que llamamos el Alma.

Todos somos artistas, todos somos pintores, escultores y actores. Nuestro ser pugna por expresarse en miles de formas nuevas y creativas. El proceso personal a partir del arte es una vuelta hacia nuestra más genuina creatividad, la capacidad que tenemos para realmente desarrollarnos y crecer en el mundo, encontrar soluciones creativas y reales en nuestra vida y en nuestro entorno, que favorezcan una calidad de vida, un desarrollo personal y una existencia más conectada con el placer y la belleza.

OTRAS DISCIPLINAS

- Diferentes disciplinas de danza, movimiento y masaje.
- Otros recursos como dramatizaciones, escritura, contenidos teóricos
- Barro, pintura, teatro y otras herramientas artísticas orientadas a la expresión y al desarrollo personal.



INFORMACIÓN PRÁCTICA

-  PROGRAMA Y CALENDARIO DE TALLERES
-  COSTE
-  A QUIÉN VA DIRIGIDO
-  EQUIPO TERAPÉUTICO
-  FICHA DE INSCRIPCIÓN

PROGRAMA Y CALENDARIO DE CONTENIDOS/TALLERES

- 1. Taller Introducción a la bioenergética:** el Impulso básico de vida. Impulso tierno-conciencia de la necesidad. Impulso agresivo - ir a cubrir la necesidad.
Fecha: **17 Y 18 de febrero de 2018**
- 2. Dinámica Grupal.** Dinámica grupal. Teoría del Carácter.
Actitud Gestáltica. Meditación. Conciencia Corporal. Arraigo.
Fecha: **17 Y 18 de marzo de 2018**
- 3. Carácter esquizoide 1:** la confianza básica en la existencia.
Fecha: **28 Y 29 de abril de 2018**
- 4. Carácter esquizoide 2.**
Fecha: **2 Y 3 de junio de 2018**
- 5. Carácter Oral 1:** La creación de la identidad propia y la confianza en que el entorno puede satisfacer nuestras necesidades básicas.
Fecha: **15 Y 16 de septiembre de 2018**
- 6. Carácter Oral 2.**
Fecha: **13 Y 14 de octubre de 2018**



7. Carácter Masoquista 1: La confianza en la propia autonomía, el descubrimiento del placer.

Fecha: **17 Y 18 de noviembre de 2018**

8. Masoquista 2.

Fecha: **por determinar**

9. Carácter Psicopático 1: La capacidad de independencia en relación al mundo, el descubrimiento del deseo propio.

Fecha: **por determinar**

10. Carácter psicopático 2.

Fecha: **por determinar**

11. Carácter Rígido: Desarrollo de la confianza en la entrega hacia uno mismo y hacia la vida.

Fecha: **por determinar**

12. Carácter Rígido 2.

Fecha: **por determinar**

13. Espiritualidad y arte

Fecha: **por determinar**

14. Taller de cierre

Fecha: **por determinar**



COSTE

PRECIO DEL CICLO:

- 200 euros de matrícula
- 180 euros cada encuentro

A QUIÉN VA DIRIGIDO ESTE CICLO

El ciclo se orienta a cualquier persona independientemente de su experiencia previa, interesada en realizar un proceso de crecimiento personal, de conciencia corporal y desarrollo de la creatividad.

Terapeutas y profesionales relacionados con las personas o el cuerpo podrán adquirir conocimientos específicos sobre bioenergética, carácter o recursos artísticos, sin ser este un proceso orientado específicamente a formación de profesionales.

Es necesario realizar una entrevista previa a la admisión en el curso.



♥ EQUIPO TERAPÉUTICO



Paco Correderas

Terapeuta Gestalt. Arteterapeuta Humanista. Formado en Psicoterapia Integrativa (Bioenergética, Carácter, Psicodrama, Eneagrama, somatización, psicoanálisis). Postgrado en Conducción de grupos. Postgrado de creatividad. Coordinador pedagógico y terapéutico de la formación de Arteterapeutas humanistas en “El Caminante, Centro de Arteterapia de Andalucía”, Director de “El Centro, Espacio Terapéutico”.



Elisa Sanmartín

Terapeuta Gestalt. Miembro titular de la AETG. Psicoterapeuta Clínica Integrativa (bioenergética, carácter, eneagrama). Formada en el proceso SAT. Formada en movimiento expresivo, anatomía y masaje. Colaboradora en formaciones de terapia gestalt y corporal. Creadora del Ciclo de Bioenergética impartido en Barcelona. Especializada en procesos de trabajo corporal y bioenergética.

FICHA DE INSCRIPCIÓN

La ficha de inscripción para este ciclo la puedes descargar del siguiente enlace:

http://www.elcentroespacioterapeutico.com/wp-content/uploads/2017/07/FICHA_DE_INSCRIPCION_CCC_2018.doc

Una vez la tengas rellena envíala al correo
pacorrederas@elcentroespacioterapeutico.com

Nosotros nos pondremos en contacto contigo para darte las indicaciones necesarias para formalizar el proceso de inscripción.



