

TALLER

“INTIMIDAD Y PRESENCIA: DESCUBRIENDO LA SEXUALIDAD DESDE LA GESTALT”

30/11/2024

Espai Mood, Carretera de la Bordeta 7

Barcelona

50 euros

OBJETIVOS

- 1 Ver desde donde estás viviendo la sexualidad
- 2 Detectar bloqueos y creencias que dificultan tu sexualidad
- 3 Conocer una forma saludable y amorosa de vivir la sexualidad
- 4 Definir cómo quieres vivir tu sexualidad
- 5 Trabajar los límites en la intimidad



METODOLOGIA Y ENFOQUE

Vamos a utilizar diferentes técnicas teóricas y vivenciales, enfocándonos en el cuerpo como punto de partida, para acceder a nuestro plano emocional, para finalmente llegar a la expresión verbal. Todo esto desde un enfoque gestáltico, en el que vamos a trabajar en el aquí y ahora, utilizando la energía grupal como herramienta de trabajo y apoyo.

A QUIEN VA DIRIGIDO

1. A personas interesadas en el crecimiento personal.
2. A personas que quieren vivir una sexualidad saludable y presente
3. A personas en proceso de sanar heridas emocionales.
4. A personas que estén pasando por procesos de cambio o transición en su vida.

ESTARÁS ACOMPAÑADO POR:

XAVI ALMEIDA 679525700

GEMMA RIBAS 638118222

Terapia Gestalt

PNL

Coaching

Eneagrama

Terapia Corporal Integrativa

Terapia Energética

