

# FORMACIÓN *Avanzada* DINAMIZACIÓN EN RISOTERAPIA INTEGRATIVA



## FORMACIÓN AVALADA, EXCLUSIVA PARA PERSONAS CON *preparación previa* EN ALGUNA MATERIA DE ESTE CURSO.

Espacio de profundización y dominio en dinámicas grupales, juego y risa con un enfoque de desarrollo personal y salud emocional.

- *lo lúdico para promover apertura y receptividad*
- *el juego y la dinámica grupal en todo su esplendor y potencial*
- *inteligencia emocional para el auto-liderazgo y el liderazgo de grupos*
- *expresión plástica y lo corporal para disfrutar, co-crear, conocerse*
- *jugar desde la adultez para descubrir y liberar bloqueos*

### ¿A QUIÉN VA DIRIGIDA?

- personas formadas en corrientes o modelos relacionados con el programa de esta formación como son la Risoterapia, la terapia Gestalt, terapias y enfoques corporales, dinamización de grupos
- personas que trabajan con grupos y que desean conocer la aplicación del juego, la risa y las dinámicas grupales para abordar áreas personales y sociales más allá del lado de la diversión y la creación de climas positivos, y para entrar en el lado introspectivo de estas herramientas
- profesionales de la relación de ayuda y procesos de acompañamiento que buscan ampliar los recursos para abordar a sus clientes y/o grupos

### ¿QUÉ APLICACIONES TIENE?

- talleres regulares o puntuales basados en los aspectos lúdico y expresivo junto con el despliegue del autoconocimiento y la salud emocional
- cursos y jornadas para centros de educación y formación, centros sanitarios y hospitalarios, geriátricos, centros ocupacionales, consultorías, empresas y organizaciones de cualquier sector
- grupos de desarrollo personal de cualquier franja de edad, personas con capacidades física/psíquica diversas
- terapia individual y de grupo

Esta formación prepara para conducir a los miembros de un grupo hacia una mirada más amplia entre ellos a la vez que introspectiva y pacificadora con los propios asuntos personales, combinando las vertientes lúdica-corporal de dinamización con la introspectiva y cognitiva de auto-indagación, dando lugar a la elaboración de procesos internos que desembocan en formas de actuar más sanas, amorosas, armoniosas, genuinas, y en unos vínculos más estrechos entre participantes.

Curso de 82 horas de duración en modalidad intensivo de 9 días. Entrega de diploma **avalado por la AETH Asociación española de Terapias Humanistas** con práctica supervisada realizada los dos últimos días de curso y asistencia mínima de 72 horas.

⇒ **Para personas formadas en Risoterapia en otras escuelas, o formadas en temáticas relacionadas con el programa, será necesaria su acreditación.**

## FECHAS

5 al 13 agosto

## LUGAR DE REALIZACIÓN

Mas Gaia

Muy cerca de las atractivas playas de Altafulla y Torredembarra

C. Hostalets con T202 y T203

43762 La Riera de Gaià (Tarragona)

Si vienes en tren, te recogeremos en la estación de Altafulla-Tamarit.

## HORARIOS

de 16:00 a 21:00 1er día

de 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 21:00 mayoría de días

de 9:00 a 15:00 5º día (horario intensivo)

de 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 22:00 penúltimo día

de 9:00 a 15:00 último día

con descansos a media mañana y media tarde

## PROGRAMA INTENSIVO 9 DÍAS

### Día 1

- introducción a la formación
- presentación del equipo formador
- **presentación y exposición del grupo,**  
propuestas específicas para iniciar la interacción entre miembros del grupo y crear un clima receptivo:
  - espacio de presentaciones formales
  - dinámicas y juegos de presentación lúdicos
  - dinámicas y juegos de desinhibición y cohesión
- dinámicas **para la interacción grupal y el aprendizaje individual,**  
extraer el máximo aprendizaje de una dinámica:
  - cómo nos presentamos, qué mostramos, qué ocultamos
- recogida de experiencias y feed-back

### Día 2

- **Inteligencia emocional y conducción de grupos,**  
aplicación de las habilidades intra e interpersonales en el manejo de grupos:
  - desarrollo del auto-conocimiento como piedra angular de la inteligencia emocional
  - conducir y dinamizar grupos desde las debilidades y las fortalezas de la facilitadora/el facilitador
- **sistemas representacionales,**  
herramienta para abarcar y comunicar según las vías de recepción y emisión de la información:
  - integrar los canales de comunicación al preparar juegos y dinámicas de grupo
- **mecanismo de percepción de la realidad,**  
planteamiento para interactuar y relacionarse de modo más objetivo:
  - diferenciar entre mapa y territorio, subjetivo y obvio, opinión y hecho
- **construcción de pensamientos y fijaciones,**  
mapa sobre los constructos mentales y su efecto positivo o negativo según sus características:
  - identificación de introyectos, creencias limitantes, creencias potenciadoras
- recogida de experiencias y feed-back

### Día 3

- **Arteterapia,**  
modelo para introducirse en un mundo creativo sin conocimientos previos ni exigencias:
  - toma de contacto con el campo artístico desde un enfoque lúdico, creativo, terapéutico
  - expresar más allá de las palabras a través de propuestas con diversos materiales
  - plasmear el universo emocional y su paleta de sensaciones
  - descubrirse en la creación artística, atreverse, desvelar mensajes, potenciar capacidades
  - encuentro con el grupo desde la complicidad creativa
- recogida de experiencias y feed-back

### Día 4

- **capacidad de contacto y relación con el grupo,**  
propuestas de expansión para ir más allá de la zona de confort:
  - explorar actitudes y vivencias de autenticidad y auto-aceptación, accesibilidad y cercanía, sentido del ridículo y vergüenza, confianza y auto-estima
- práctica de **respiración asistida,**  
pautas para profundizar en la respiración:
  - ejercicios de respiración con conciencia, presencia y acompañamiento

- **modelo de transformación RAIN**, modelo actual, sencillo y efectivo de auto-gestión
- **meditación dinámica**, conocida bajo el nombre de meditaciones de Osho: expresarse desde los tres centros mental, emocional y físico
- **movimiento auténtico**, modelo de expresión genuina, auto-conocimiento y auto-regulación
- introducción práctica a la **meditación Vipassana** y al **Mindfulness**, técnicas milenarias traídas a nuestros días a través de vías seculares y occidentales: desarrollar la presencia aquí-ahora
- recogida de experiencias y feed-back

## Día 5

- **habilidades de comunicación**, pautas esenciales para las interacciones y las interrelaciones con el grupo: modelo para comunicar de forma afectiva y efectiva  
actitud asertiva amorosa para poner límites con empatía  
aprender a cuidarse y a cuidar a las otras partes
- **liderazgo y abordaje de conflictos**, pautas básicas para hacer frente a los desencuentros: prevención, mediación y gestión de conflictos grupales
- recogida de experiencias y feed-back

## Día 6

- **laboratorio corporal**, propuestas para incidir a voluntad sobre el estado psico-emocional a través del cuerpo: lo corporal como vía de soltar y dar salida al mundo interno  
disfrutar del placer del movimiento sin necesidad de "saber bailar"  
mover el cuerpo para mover mente y emoción de su fijación  
generar movimientos específicos para abordar temas concretos  
comunicación y diálogos con el grupo en movimiento
- **auto-conocimiento a través del juego y la risa**, jugar para establecer puentes con la etapa de la infancia: el juego como espejo de los asuntos internos personales/grupales  
identificar los bloqueos y las resistencias en el transcurso del juego y de la exploración de la risa  
descubrir dónde comienza la interrupción de la vivencia  
hacer el puente entre la dificultad hallada en el juego y la dificultad en la vida real  
elaborar la información (darse cuenta) revelada
- práctica de **visualización positiva**, herramienta comodín y potente para crear estados emocionales
- práctica de **sonrisa interior**, ejercicio basado en práctica milenaria para conectar con estados positivos y de gratitud
- recogida de experiencias y feed-back

## Día 7

- práctica de **meditación de la risa**, espacio introspectivo a través de diversidad de formas de sacar el sonido de la risa
- **elaboración de contenidos internos y proceso de sanación**, recorrido por la biografía emocional camino a la pacificación: identificar las heridas internas  
tomarlas para pacificar, sanar, amar y dar luz
- **el universo de la niña/ del niño interior**, recorrido por un escenario -tal vez olvidado- muy especial: explorar estados de sensibilidad, vulnerabilidad, fragilidad, curiosidad, creatividad, espontaneidad, como características de la niña/el niño interior
- **ser un ser completo**, integrar en la adultez todo el potencial relegado por el camino: fluir, disfrutar, vivir el intenso placer de la vida como niña/niño con las necesidades cubiertas  
dinámicas de integración de las cualidades de la niña/el niño interior en la adulta/el adulto actual
- recogida de experiencias y feed-back

## Día 8

- **el poder del juego en la salud emocional,**
  - juegos y dinámicas grupales para explorar diversas áreas:
    - juegos de liberación emocional
    - juegos de auto-aceptación
    - juegos de compromiso
    - juegos de entrega
    - juegos de celebración
- **prácticas supervisadas de las personas participantes**

## Día 9

- **prácticas supervisadas de las personas participantes**
- recogida de las experiencias de la formación y cierre
- **entrega de certificados/diplomas:** certificado de asistencia sin práctica supervisada o **diploma Formación avanzada en Dinamización de grupos y Risoterapia Integrativa avalado por la Asociación española de Terapias Humanistas (AETH)**, con práctica supervisada realizada el último fin de semana de curso y asistencia mínima de 72 horas

## OBJETIVOS DE LA FORMACIÓN

### **Lo lúdico, expresivo, corporal y grupal como potenciador de lo individual.**

- Potenciar el juego y la risa como vehículos de salud emocional
- Integrar recursos y herramientas para una gestión efectiva y afectiva de los procesos grupales
- Integrar habilidades personales y comunicativas para el desarrollo de aptitudes en la conducción del grupo
- Crear juegos y dinámicas adecuadas para objetivos específicos
- Obtener del juego, la risa y las interrelaciones información significativa y reveladora a nivel individual y grupal
- Identificar los mecanismos de resistencia, las pautas limitantes, los bloqueos internos
- Crear procesos de sanación para ser personas adultas completas y plenas
- Experimentar con Arteterapia y enfoques corporales y crear enlaces con lo lúdico
- Iniciación a prácticas meditativas y de Mindfulness

## DESCRIPCIÓN DE LA FORMACIÓN

El curso consta de una introducción teórica de los conceptos que se desarrollan de forma especialmente práctica y vivencial, constituyendo el grupo de participantes un espacio para exponer, explorar y experimentar en un ambiente de respeto y con el seguimiento cercano del equipo formador.

Esta formación es un curso superior del nivel Instructora/Instructor de Risoterapia Integrativa de la escuela Salud Creativa. Partiendo de la formación previa en este modelo u otros relacionados, en este nivel superior ofrecemos una profundización y aprovechamiento a fondo de los juegos, las dinámicas grupales y la risa.

De este modo, alcanzamos la excelencia de este enfoque tan potente logrando que las propuestas lúdicas, las dinámicas y los ejercicios con la risa se conviertan en verdaderas vías de auto-conocimiento y elaboración de contenidos personales.

Además, seguimos poniendo atención en las aptitudes necesarias para una conducción y gestión adecuada del grupo tratando las habilidades apropiadas para ello con un amplio abanico de recursos.

Completando y enriqueciendo el programa con aportaciones de Arteterapia, modelos corporales, prácticas contemplativas, esta formación responde a la necesidad de las personas facilitadoras y dinamizadoras de grupos de completar su bagaje como profesional.

## EQUIPO DE FORMACIÓN



### **María Rosa Parés**

Formadora basada en modelos humanistas,  
Mindfulness y Meditación  
Miembro titular AETH  
Risoterapeuta  
Terapeuta Gestalt (AETG)  
Posgrado en Dinamización de Grupos de  
Crecimiento Personal y Profesional (Ludotraining)  
Máster en Mindfulness aplicado a Salud, Empresa,  
Educación  
PNL Practitioner  
Otros cursos recibidos: Focusing, Coaching,  
Neuroliderazgo, TREC, Psicodrama, Eneagrama,  
Análisis transaccional, Teatro terapéutico,  
Biodanza, Yoga de la risa, Clown, Gamificación.



### **Joséma Torres**

Formador basado en modelos humanistas,  
Mindfulness y Meditación  
Miembro titular AETH  
Terapeuta Gestalt (AETG)  
Posgrado en Dinamización de Grupos de  
Crecimiento Personal y Profesional (Ludotraining)  
Formado en Técnicas de meditación Samatha y  
Vipassana (Mindfulness)  
Formado en Constelaciones familiares  
Formado en Acompañamiento en duelos y pérdidas  
Profesor de Nidra Yoga  
PNL Practitioner  
Otros cursos recibidos: Método de simulación  
aplicada a la formación, TREC, Psicodrama,  
Eneagrama, Flores de Bach, Reiki.

Directores de Salud Creativa expertos en formación para particulares, organizaciones y empresas de diversos sectores y perfiles de grupo, con experiencia superior a 20 años en la metodología vivencial-integrativa aplicada al desarrollo de recursos y habilidades personales y sociales.

Más de 35 años dedicados al auto-conocimiento, formadores/terapeutas diplomados y consolidados. Creadores de la Risoterapia Integrativa, autores de "Río luego existo" - Guía completa para curiosos, talleristas y dinamizadores de grupo, Ed. Desclée.

AETH Asociación española de Terapias Humanistas  
AETG Asociación española de Terapia Gestalt  
TREC Terapia racional - emotivo - conductual  
PNL Programación Neuro-Lingüística

## COSTE-INVERSIÓN DE LA FORMACIÓN

El precio indicado incluye:

- **82 horas de curso y prácticas**
- **acceso a:**
  - presentaciones, contenidos complementarios**
  - blog con más de 250 propuestas de juegos y dinámicas de grupo**
- **grupo de contacto de formadores y alumnos en red social**
- **servicio gratuito de asesoramiento y supervisión**

920.- euros

**incluidos alojamiento y pensión completa,**

para reservar plaza se pagará un mínimo de 420.- euros y los 500.- euros restantes quince días antes del inicio de la formación a lo más tardar.

Ponte en contacto con nosotros para formalizar la inscripción.  
Este curso no tiene matrícula.