

# FORMACIÓN AVANZADA RISOTERAPIA INTEGRATIVA



**FORMACIÓN AVALADA, EXCLUSIVA PARA PERSONAS CON PREPARACIÓN PREVIA EN ALGUNA MATERIA DE ESTE CURSO.**



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

## ¿A QUIÉN VA DIRIGIDA?

- personas formadas, de modo presencial, en terapias relacionadas con el Máster y/o dinamización de grupos que desean conocer a fondo la aplicación del juego, la risa, las dinámicas grupales, para abordar aspectos y contenidos que se movilizan a través de las prácticas, aplicando los recursos adecuados y desarrollando las aptitudes necesarias como facilitador/a de procesos personales

## ¿QUÉ APLICACIONES TIENE?

- talleres regulares o puntuales enfocados en los aspectos lúdico y expresivo junto con el autoconocimiento, el desarrollo personal y la salud emocional
- cursos y jornadas con este enfoque para centros de educación, formación, consultorías, empresas, centros sanitarios, hospitales, geriátricos, talleres ocupacionales
- actividades complementarias en grupos de niños, adolescentes, jóvenes, adultos, tercera edad
- terapia individual y de grupo

Esta formación prepara para acompañar las vivencias que puedan surgir tanto a nivel emocional como relacional, sean experiencias gratas, expansivas y potenciadoras, sean experiencias de bloqueo, limitaciones, falta de autoapoyo, con el propósito de conducir a las personas hacia un equilibrio y una apertura a nuevos registros y nuevas formas creativas, libres, plenas, aplicando un amplio abanico de habilidades y de herramientas lúdicas, expresivas, de movimiento, cognitivas, para facilitar tal despliegue.

Curso de 80 horas de duración en modalidad intensiva.

Para personas formadas en otras escuelas, será necesaria una entrevista previa en persona, vía skype o por teléfono para la inscripción.

Entrega de diploma **avalado por la Asociación española de Terapias Humanistas (AETH)**, con práctica supervisada el último día de clase de la formación y asistencia mínima de 70 horas.

Ponemos a disposición:

- acceso a documentación (apuntes, presentaciones, vídeos)
- grupo de contacto de formadores y alumnos en facebook
- servicio gratuito de asesoramiento y supervisión

## FECHA INTENSIVO 9 DÍAS

- próximas fechas a determinar



## LUGAR DE REALIZACIÓN

### Masía rural Can Pica

Parque natural Montnegre / El Corredor  
C. Hortsavinyà, 4

08490 Tordera

a 1h30 de Barcelona ciudad, en coche

Si vienes en tren, se hará un viaje común  
de Tordera a Can Pica a las 15:00.

## HORARIO

de 16:00 a 22:00 primer día

de 9:00 a 15:00 quinto día (tarde libre)

de 9:00 a 15:30 día final

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

de 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 21:00 los demás días

## PROGRAMA GENERAL

- introducción al máster
- presentación del equipo formador
- presentación y exposición del grupo:
  - dinámicas y juegos de presentación y cohesión grupal
  - presentación frente al auditorio
  - cómo nos presentamos, qué mostramos, qué ocultamos
- dinámicas de **conducción y dinamización del grupo**
- **Inteligencia emocional y conducción de grupos:**
  - desarrollo del auto-conocimiento como piedra angular de la inteligencia emocional
  - conducir y dinamizar el grupo desde las debilidades y las fortalezas del/de la facilitador/a
- **sistemas representacionales:**
  - integrar los canales de comunicación al elaborar juegos y dinámicas de grupo
- **mecanismo de percepción de la realidad:**
  - diferenciar entre mapa y territorio, subjetivo y obvio, opinión y hecho
- **construcción de pensamientos y patrones:**
  - identificación de introyectos, creencias limitantes, creencias potenciadoras
- **capacidad de contacto y relación con el grupo:**
  - explorar actitudes y vivencias de autenticidad y autoaceptación, accesibilidad y cercanía, sentido del ridículo y vergüenza, confianza y auto-estima
- práctica de **respiración asistida:**
  - ejercicios de respiración con conciencia, presencia y acompañamiento
- **movimiento auténtico**
- introducción práctica a la **meditación Vipassana** y al **Mindfulness:**
  - desarrollar la presencia aquí-ahora
- **modelo de transformación RAIN** (psicología Budista)
- **meditación dinámica:**
  - expresarse desde los tres centros mental, emocional y físico

- **habilidades personales y de comunicación:**
  - modelo para comunicar de forma afectiva y efectiva
  - actitud asertiva amorosa para poner límites con empatía
  - aprender a cuidarse y a cuidar al otro
- **mecanismo de proyección:**
  - aprender a reconocer la proyección y abordarla
- **liderazgo y abordaje de conflictos:**
  - prevención, mediación y gestión de conflictos grupales
- **Arteterapia:**
  - 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, desvelar mensajes, potenciar capacidades, liberarse
  - encuentro con el otro/con los demás desde la complicidad creativa
- **movimiento expresivo:**
  - 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 en el grupo en movimiento
- **auto-conocimiento a través del juego y la risa:**
  - 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**
- práctica de **sonrisa interior**
- práctica de **meditación de la risa**
- **elaboración de contenidos internos y proceso de sanación:**
  - identificar las heridas internas
  - tomarlas para pacificar, sanar, amar y dar luz a la propia vida
- **el universo del niño/de la niña interior:**
  - explorar estados de sensibilidad, vulnerabilidad, fragilidad, curiosidad, creatividad, espontaneidad, como características del niño/la niña interior
- **ser un ser completo:**
  - fluir, disfrutar, vivir el intenso placer de la vida como niño/niña con las necesidades cubiertas
  - dinámicas de integración de las cualidades del niño/la niña interior en el adulto/la adulta actual
- **el poder del juego en la salud emocional:**
  - juegos de liberación emocional
  - juegos de auto-aceptación
  - juegos de compromiso
  - juegos de entrega
  - juegos de celebración
- **práctica supervisada** (opcional)
- **entrega de certificados/diplomas:** certificado de asistencia sin práctica supervisada o diploma **Facilitadora experta/Facilitador experto en Risoterapia Integrativa avalado por la Asociación española de Terapias Humanistas (AETH)**, con práctica supervisada realizada el último día de curso y asistencia mínima de 70 horas

## OBJETIVOS DE LA FORMACIÓN

### **El juego, la risa y lo lúdico como camino de auto-conocimiento y crecimiento personal**

- 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 adecuados a 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 adultos completos y plenos
- Experimentar la Arteterapia y el Trabajo Corporal y su modo práctico de aplicación
- Iniciación a la Meditación Vipassana/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 en las áreas de Risoterapia Integrativa e Inteligencia Emocional.** Partiendo de la formación básica en estas corrientes, en este máster ofrecemos una profundización y aprovechamiento a fondo de los juegos, las dinámicas grupales y la risa.

De este modo, alcanzamos la excelencia de esta herramienta tan poderosa logrando que las propuestas lúdicas, de dinámicas y exploración de la risa se conviertan en verdaderas vías de auto-conocimiento y elaboración de contenidos personales.

En este sentido, atendemos a movimientos emocionales, respuestas de resistencia, bloqueos, limitaciones auto-impuestas, conductas marcadas por roles y posiciones no actualizados, etc.

Además, abarcamos las aptitudes necesarias en el facilitador para una conducción y gestión adecuada del grupo desarrollando habilidades apropiadas para ello, con un amplio abanico de recursos.

Completando y enriqueciendo el programa con aportaciones de Arteterapia, Trabajo Corporal, Meditación Vipassana/Mindfulness, **esta formación responde a la necesidad de facilitadores y dinamizadores de completar su bagaje en su profesión.**

## EQUIPO DE FORMACIÓN

### FORMADORES PRINCIPALES



#### **María Rosa Parés**

Miembro titular AETH  
Formadora de formadores  
Posgrado en Dinamización de Grupos de Crecimiento Personal y Profesional (Ludotraining)  
Risoterapeuta - Líder Yoga de la Risa  
Terapeuta Gestalt (AETG)  
Máster en Mindfulness aplicado a Salud, Empresa, Educación  
Formada en Psicodrama y TREC  
PNL Practitioner  
Formadora en clima laboral y habilidades personales y sociales



#### **Joséma Torres**

Miembro titular AETH  
Formador de formadores  
Didacta de Posgrado en Dinamización de Grupos de Crecimiento Personal y Profesional (Ludotraining)  
Terapeuta Gestalt (AETG)  
Formado en Meditación Samatha/Vipassana (Mindfulness)  
Profesor de Nidra Yoga  
Formado en Psicodrama y TREC  
PNL Practitioner  
Co-Director de Consultoría de clima laboral y formación en habilidades personales y sociales

Directores de Salud Creativa, expertos en formación para particulares, organizaciones y empresas de muy diversos sectores y perfiles de grupo, con experiencia superior a 14 años en la metodología vivencial-integrativa aplicada al campo de los recursos y las habilidades personales y sociales. Más de 30 años dedicados al trabajo personal, terapeutas psico-emocionales diplomados y consolidados.

Creadores de la **RISOTERAPIA INTEGRATIVA**, autores de **RÍO, LUEGO EXISTO – Guía completa para curiosos, talleristas y dinamizadores de grupo**, Ed. Desclée.

### COLABORADORES



#### **Begoña Vega**

Posgrado en Dinamización de Grupos de Crecimiento Personal y Profesional (Ludotraining)  
Risoterapeuta  
Terapeuta Gestalt Infantil (AETG)  
Formada en Sanación Emocional Evolutiva  
Arteterapeuta  
Graduada en Artes Aplicadas  
Gestora cultural - Interiorista/paisajista floral  
Consultora de Feng-Shui



#### **Montserrat Benavides**

Psicóloga (colegiada 2359)  
Posgrado en Dinamización de Grupos de Crecimiento Personal y Profesional (Ludotraining)  
Formada en Movimiento Expresivo y Técnicas para la Terapia Corporal  
PNL Practitioner  
Certificada en Coaching por Valores  
Formada en Terapia Familiar Sistémica  
Instructora de Firewalking

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**

980.- euros para participantes formados en otras escuelas,

900.- euros para participantes formados en Salud Creativa,  
todo incluido:

**80 horas de curso y prácticas, alojamiento, pensión completa, refrigerios, acceso a documentación (apuntes, presentaciones, vídeos) y material.**

Si tienes dificultades para el pago en una vez, puedes liquidar la cantidad de la siguiente manera:

- 460.- euros máximo el día de inicio del curso
- 130.- euros cuatro meses

Descuento de 80.- euros en inscripciones antes de un mes del inicio, la reducción se aplica al completar el pago.

Este curso no tiene matrícula, para reservar plaza se pagarán 100.- euros a descontar del total.

La no asistencia a clase no exime del pago correspondiente.

Solicita la ficha de inscripción y los datos bancarios para efectuar el ingreso.