

RETRATOS DEL ALMA

MICROTALLER III_ EL ENCUENTRO CON LA NIÑA O NIÑO INTERIOR

(Autoconocimiento y Creatividad)

Microtaller dirigido a personas que teniendo o no contacto previo con la fotografía, se sienten atraídas por el mundo de la imagen y del autoconocimiento y/o terapia, e intuyen o quieren profundizar en el puente que existe entre ambos.

Llamamos “niño” o “niña” interior a aquella parte que por motivos de adaptación al medio y supervivencia emocional, ha quedado colapsada, poco desarrollada, inmadura, pequeña.

La podemos reconocer, en su parte insana, cuando una emoción nos invade, de manera (aparentemente) incoherente o desproporcionada con la situación que ocurre; también cuando nos bloqueamos de manera constante ante una determinada situación (muchas veces lo conocemos “de siempre”), o cuando existe cualquier tipo de conflicto entre lo que pensamos y lo que sentimos (y esto nos trae problemas a la hora de relacionarnos o de ser felices). En su parte más sana podemos reconocerla cuando nos permitimos experimentar las emociones tal y como van ocurriendo, cuando la espontaneidad está presente, el juego, la creatividad, la inocencia...

Partiremos de la teoría de que en cada uno de nosotros hay un tipo de carencia que, en mayor o menor grado, se ha producido en nuestros primeros años de vida, favoreciendo que queden grabados en nosotros determinados hábitos de conducta que si bien en su momento fueron necesarios para la supervivencia en el momento presente resultan limitadores.

La solución es rescribir este pasado, esto es: rescatar ese niño o niña que necesitó (compañía, reconocimiento, aceptación, acogida, ser visto, poder confiar, etc.) y poder darle desde nuestra parte adulta aquello de lo que careció.

En este taller realizaremos un encuentro con esa parte olvidada pero que tiene tanta presencia en nuestra vida cotidiana. Lo haremos de una manera sencilla a través de trabajo corporal, visualizaciones y con el soporte de la imagen (no es necesario recordar la infancia, identificar estas heridas, ni siquiera compartir esta creencia...así como tampoco, si no deseas, tendrás que compartir con el resto del grupo tu experiencia).

El trabajo desde la imagen nos permite realizar esta reelaboración del pasado y este encuentro, de manera simbólica, creativa y profunda.

Las imágenes del taller no son para mostrar a un público. Son íntimas.
No son susceptibles de ser valoradas o criticadas (positiva ni negativamente). “Son”.

NO ES UN CURSO DE FOTOGRAFÍA.

Es más cercano a una INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA ocasional.

Cualquier duda, podéis contactarme en el 676.782.244 o en b.bello.dublang@gmail.com

También podéis asistir, independientemente de que hayáis o no participado en otros
Microtalleres de Retratos del Alma, así como repetirlo.

Cada taller es independiente y a la vez complementario.

Requisitos para participar:

- Traer un dispositivo que permita sacar fotos (móvil, cámara, Tablet...)
 - Ordenador o Tablet para verlas
 - En su defecto, cable para conectar a portátil
- Acudir con ropa cómoda (chándal, mallas) y calcetines
 - Traer papel y bolígrafo

Lugar, fecha y horario: a definir

Duración del microtaller: 3 horas

Precio: 30 euros/ participante

Número de participantes: mínimo 4/ máximo 10

Imparte: Terapeuta Gestalt-Corporal, formada en Arte Terapia. Psicoterapia corporal en Biosíntesis (actualmente en formación). Fotógrafa aficionada.

NECESARIA PREVIA INSCRIPCIÓN E INGRESO DEL 50% DEL IMPORTE DEL TALLER PARA RESERVAR PLAZA. En caso de que el taller no se realice se devolverá el importe total del dinero. En caso no justificado de no asistencia por parte de algún participante no será reembolsado.