

Formación en Risoterapia y Desarrollo Humano



ESCUELA
risoterapia
de Barcelona

www.la-escuela.net
info@la-escuela.net

Tel. 93 252 24 25
Móvil: 609 187 690



Enrique Aguilar
Director

PRESENTACIÓN

La Escuela de Risoterapia de Barcelona es una asociación que reúne a profesionales dedicados a las terapias expresivas, la formación y el desarrollo personal, siendo nuestra finalidad última favorecer el desarrollo humano.

Nuestra base inspiradora es facilitar el desarrollo de la conciencia, la creatividad y la responsabilidad como requisitos para que una persona tenga una vida equilibrada, integrada, plena y capaz de responder a sus necesidades "aquí y ahora".

En un mundo donde hay negatividad y destrucción, nosotros queremos aportar nuestro granito de arena en pos de la positividad y la creatividad, y para ello, creamos espacios de encuentros grupales donde la risa, la expresión a través del arte, la generación de belleza, el encuentro humano desde el respeto a la diferencia y, el amor, sean experiencias reales y sentidas. Donde lo efímero y el momento presente tienen valor por sí mismos

¿QUÉ ES LA RISOTERAPIA?

La risoterapia es una herramienta vivencial que se practica en grupo. Es una práctica que facilita, permite y estimula a la persona a dar un paso hacia el "soltarse", es decir, liberarse de la rigidez mental, de la actitud controladora, de limitaciones autoimpuestas y de actitudes y pensamientos negativos; para dejar paso al desenfado, la creatividad, la espontaneidad, la sensibilidad y la alegría.

La risoterapia responde a la necesidad de expresar libremente aquello que somos, a la necesidad de encontrar espacios de espontaneidad y gozo, a la necesidad, compartida por todos, de gozar de la vida y reír.

La risoterapia es una experiencia liberadora, divertida y relajante que a través de juegos, música, expresión, movimiento corporal y contacto nos invita a conectar con la alegría más sincera, con nuestro niño interior y a vivir el "aquí y ahora".

¿A QUIÉN VA DIRIGIDA ESTA FORMACIÓN?

A toda persona que desee aprender la práctica de la risoterapia e iniciar un proceso de desarrollo personal.

LA FINALIDAD DE LA FORMACIÓN

Esta formación permite adquirir los conocimientos y las habilidades básicas para dinamizar talleres de risoterapia de manera profesional con colectivos de todas las edades y/o, integrar esta herramienta en el trabajo que ya se esté realizando.

También pretende ofrecer un espacio de experimentación donde la risa, la espontaneidad, la creatividad, la expresión de emociones y el gozo es posible como vivencia que nutre nuestra mente y nuestro cuerpo.

A través de la risoterapia y otros recursos expresivos se ofrece un espacio de autoconocimiento y desarrollo personal donde explorar y ampliar nuestra conciencia sobre las creencias que limitan nuestra capacidad de gozar, reír y de vivir con plenitud.



OBJETIVOS GENERALES

- Adquirir las comprensiones, habilidades y técnicas básicas para desarrollar sesiones de risoterapia con grupos.
- Experimentar diversos recursos expresivos a través de la pintura, la música y el movimiento corporal, su aplicación en uno mismo y en las sesiones de risoterapia.
- Favorecer un espacio de desarrollo personal, ampliando la conciencia sobre los aspectos que limitan la espontaneidad, el gozo y la alegría en uno mismo; y ampliar la conciencia de los recursos y fortalezas propios para vivir una vida más positiva y plena.
- Preparar y dinamizar un taller de risoterapia supervisado.
- Conocer las posibilidades laborales que ofrece la risoterapia y el desarrollo de la profesión.
- Reír, pasarlo extraordinariamente bien, disfrutar de la pertenencia al grupo y, generar espacios de creatividad, belleza y libre expresión.

SOBRE LA METODOLOGÍA

La vivencia es el principal recurso metodológico que se utiliza en este curso. Vivenciar significa experimentar la herramienta desde dentro, sentirla, comprenderla y luego ponerle palabras. Entendemos también, que el ser humano aprende por observación, viendo al “maestro” trabajar uno se “contagia” de aquello que está preparado para recibir. Por ello, en cada módulo formativo acudirán un risoterapeuta diferente y otros profesionales relacionados con recursos expresivos, para que puedas captar lo bueno de cada una de estas personas y enriquecer así, tu aprendizaje.

ESTRUCTURA POR MÓDULOS

1ª Parte:

Experimentación y vivencia - Módulos del 1 al 5:

Ofrecen conocer la risoterapia y otros recursos expresivos experimentando directamente con ellos. Son módulos dedicados a lo personal a la vez que uno va aprendiendo la herramienta mediante la vivencia. Se busca profundizar y liberar la propia risa, explorarla y darse cuenta de los factores personales que limitan reír y disfrutar de las cosas simples de la vida. Vivimos experiencias que invitan a abrirse emocionalmente y a ampliar la conciencia.

Módulo 1:

Comunicación creativa y libre a través de la música

Módulo 2:

Jugar, libre expresión y la risa profunda

Módulo 3:

Jugar con el arte y la risa consciente

Módulo 4:

Creatividad y movimiento consciente

Módulo 5:

Lo genuino y espontáneo: la vía del Clown.

2ª Parte:

Metodología y prácticas - Módulos 6 al 9:

En estos 4 módulos se enseña específicamente a diseñar y dinamizar sesiones de risoterapia con grupos, además, se realizarán prácticas donde cada alumno/a tendrá ocasión de dinamizar un taller supervisado.

Módulo 6:

Metodología: diseño y fases de una sesión de risoterapia

Módulo 7:

Prácticas y dinámica de grupos I

Módulo 8:

Prácticas y dinámica de grupos II

Módulo 9:

Prácticas y dinámica de grupos III



CONTENIDOS TEÓRICO/VIVENCIALES

Salud y Desarrollo personal

Salud y enfermedad.
Salud, creatividad y cambio
Cuerpo-mente y emociones.
Los pensamientos y la realidad.
Factores limitantes de la alegría: Las creencias.
Las necesidades y ciclo de satisfacción de las necesidades.
El estrés.
La alegría y la celebración.
Efectos fisiológicos y psicológicos de la risa.
El darse cuenta y el desarrollo de la consciencia.
Vivir el presente "aquí y ahora".
La aceptación como camino, de la división a la integración.
De la medicina a la meditación.
La risa como forma de meditación

La risoterapia como herramienta

Historia y nociones básicas de la risoterapia.
Los juegos y los recursos de la risoterapia
Los ingredientes de la risoterapia
Fases de una sesión de risoterapia.
Diseño de una sesión de risoterapia.
Selección y manejo de la música en una sesión de risoterapia
Improvisación y adaptación al grupo en una sesión de risoterapia.
Más allá de las técnicas: estrategias y actitud del risoterapeuta.
Investigación y creatividad: La creación de juegos y recursos expresivos propios.
Prácticas supervisadas

Otros recursos expresivos aplicados a la risoterapia.

El poder expresivo y curativo del arte.
Movimiento y expresión libre a través del cuerpo.
La pintura expresiva.
Las metáforas que hablan de uno mismo.
La improvisación a través del clown.
La expresión a través de la música
Lo transdisciplinar: Potenciar la expresión combinando el movimiento, la pintura, la música y la poesía.

Dinámica de grupos

El grupo y sus características.
Liderazgo y motivación.
Comunicación verbal y no verbal.
Gestión de conflictos.

La risoterapia como profesión

El papel del risoterapeuta en la sociedad.
Los límites y potencialidades de la risoterapia
La risoterapia en su vertiente lúdica/educativa.
La risoterapia como complemento de procesos terapéuticos.
Cómo y dónde encontrar trabajo como risoterapeuta.
Cómo elaborar un programa de risoterapia para presentar en una entidad.
La formación continua

EQUIPO DE FORMADORES

Enrique Aguilar Ferraz.

(Terapeuta Gestáltico. Máster en Arteterapia y Desarrollo Humano. Risoterapeuta. Diplomado en Magisterio y Licenciado en Ciencias Ambientales.)

Besma

(Terapeuta Gestáltica, Risoterapeuta y Diplomada en Trabajo Social)

Cecilia Barrios

(Publicista, Profesora de música, Máster en Musicoterapia por la Universidad de Barcelona, Risoterapeuta)

Isabel Montero

(Terapeuta Gestalt, profesora de teatro, Formada en terapia psicocorporal: Sistema Río Abierto y Sistema de Centros de Energías. Formadora en "Lo Corporal". Diplomada en Trabajo Social)

Pau Rossell

(Terapeuta Gestáltico, Clown y Mimo)



MODALIDADES Y PRECIOS

En fines de semana

Duración: 9 fines de semana, uno por mes. 150 horas de formación (Vivencia, teoría, prácticas y lecturas)

Inicios de cursos:

- Octubre de cada año
- Marzo de cada año

Precio: 120 €/mes (9 mensualidades)

Horario: Viernes de 17:00 a 20:00 horas, Sábados de 10:00 a 20:00 horas y domingos de 10:00 a 14:00

Lugar: C/ Ivorra, nº 20 Sarriá - Barcelona

Diploma: Al finalizar la formación se entregará un diploma acreditativo.

Entre semana

Duración: 30 sesiones de 4 horas, una por semana.

Inicios de cursos:

- Octubre de cada año
- Grupo de mañana: miércoles de 10:00 a 14:00
- Grupo de tarde: jueves de 17:00 a 21:00 horas)

Precio: 135 €/mes (8 mensualidades)

Lugar: C/ Ivorra, nº 20 Sarriá - Barcelona

Diploma: Al finalizar la formación se entregará un diploma acreditativo

Intensivo de Verano

Duración: 10 días de trabajo continuado en el mes de julio.

Fecha próxima convocatoria: del 19 al 28 de julio de 2010

Lugar: Can Benet Vives dentro del Parque Natural del Corredor-Montnegre a 50 Km de Barcelona

Inscripción y reserva de plaza: Hasta el 30 de junio de 2010 (siempre que queden plazas disponibles)

Precio: 900 € *(El precio incluye: Formación en risoterapia con diploma acreditativo, alojamiento en pensión completa, cafés y infusiones en los descansos entre sesiones, uso de instalaciones del centro como piscina, internet y espacios de ocio en un entorno natural privilegiado, dossier con los contenidos teóricos de la formación y todos los materiales necesarios para el desarrollo de la formación.)*

Diploma: Al finalizar la formación se entregará un diploma acreditativo

Nota: Prácticas (opcional)

Una vez realizado la formación intensiva en el mes de julio, a modo de completar y reforzar tu formación, tienes la opción de realizar tres módulos de prácticas y dinámica de grupo durante un fin de semana en los meses de septiembre, octubre y noviembre

PROCEDIMIENTO PARA FORMALIZAR LA INSCRIPCIÓN

1. Enviar la ficha de inscripción cumplimentada a info@la-escuela.net (puedes bajarte la ficha de inscripción de nuestra web). También puedes inscribirte llamando por teléfono.

2. Cuando recibamos tu ficha de inscripción te enviaremos los datos bancarios y la información necesaria para terminar de formalizar la matriculación.

DATOS DE CONTACTO. INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

www.la-escuela.net

info@la-escuela.net

Tel. 93 2522425 ó 609 187690