



Taller de Arte terapia

"Renueva tu Vida: Taller de Creatividad y Crecimiento Personal “

Solo para quienes desean explorar Nuevos Caminos...

Accede a los beneficios de la arteterapia, un camino de desarrollo personal.

Explorar y expresa tus emociones a través de la creatividad, la experimentación, la curiosidad y la espontaneidad.



Objetivo General

Brindar un espacio de desarrollo a través del arte, que permita descubrirse, experimentar, reconocerse y despertar su creatividad, favoreciendo así el desarrollo personal.

Objetivos Específicos

1. Explorar diferentes técnicas artísticas como medio de expresión emocional y creativa.
2. Conectar con los recursos inconsciente a través de símbolos, imágenes, metáforas y la pintura intuitiva,.
3. Estimular la imaginación, el pensamiento simbólico y la capacidad de introspección,.
4. Facilitar un proceso terapéutico, de autodescubrimiento y fortalecimiento del potencial interno.

Dirigido a:

Personas interesadas en su desarrollo personal y emocional, que deseen vivir una experiencia de auto descubrimiento explorando el arte y la expresión personal

Metodología:

El taller se basa en una metodología vivencial, experimental e intuitiva, integrando arteterapia, mindfulness y dinámicas grupales.

- Las actividades están diseñadas para fomentar la exploración interna y la expresión creativa.
- A través de símbolos, imágenes oníricas y metáforas visuales se accede a las capas profundas de la psique.
- Se utilizarán técnicas plásticas, creación de mandalas, collage, pintura intuitiva y ejercicios de mindfulness, entre otros recursos.

Beneficios del Taller:

- Gestión Emocional: La creatividad se convierte en una herramienta para explorar y regular emociones, ofreciendo nuevas perspectivas.
- Mindfulness Integrado: A través de prácticas meditativas y artísticas, se cultiva la atención plena y la calma mental.
- Autoconocimiento y Transformación: Se promueve un entendimiento más profundo de uno mismo, impulsando procesos de cambio y crecimiento personal.

Detalles y Valor del Taller:

- Horario: Sábado, de 16:30 a 18.00 horas.
- Valor: mensual \$90.000 4 sesiones (Incluye materiales y orientación para la selección de materiales personales).

Materiales: El taller incluye materiales básicos y los participantes recibirán una guía para elegir los materiales más adecuados según su proceso creativo y emocional.

¡Te invitamos a vivir un viaje creativo y transformador a través del arte y la conexión con tu mundo interno!

inscripciones y consultas



56920066692

talleres@centrorumbos.cl

