

Curso Taller **Arte** terapia



Taller de Creatividad y Crecimiento Personal: Cerrando Etapas y Reiniciando Procesos

Objetivo General: Crear un espacio de exploración y expresión personal que permita a los participantes cerrar ciclos, establecer nuevos objetivos y reconectarse con su potencial creativo y emocional para iniciar un nuevo año con claridad y energía renovada.

Dirigido a: Personas de todas las edades que deseen trabajar de manera individual o compartida (parejas, padres e hijos, amigos) en su desarrollo personal y emocional.

Metodología: Este taller se basa en una metodología vivencial, experimental e intuitiva que integra arteterapia, mindfulness y dinámicas grupales. Las actividades están diseñadas para promover la exploración interna y la expresión creativa en un ambiente seguro y enriquecedor.

Nos inspiraremos en el universo onírico y simbólico de Miró, el "dripping" y el flujo continuo de Pollock, el expresionismo y la fuerza de Van Gogh, así como en las imágenes inconscientes y enigmáticas del Bosco.

Beneficios del Taller:

- Uso de la creatividad como herramienta para gestionar emociones y encontrar nuevas perspectivas.
- Incorporación de técnicas de mindfulness en el arte para conectar con el presente y adquirir calma mental.
- Mayor comprensión de uno mismo y desarrollo de un propositivo de transformación.

Bríndate este regalo: adquiere una herramienta poderosa y transformadora. Accede a los

beneficios de la arteterapia, una herramienta excepcional para el desarrollo personal.

Te invitamos a explorar y expresar tus emociones a través la creatividad, la experimentación ,la curiosidad y la espontaneidad . Al finalizar, habrás fortalecido tu capacidad de introspección y gestión emocional, listo para enfrentar nuevos desafíos con energía renovada.

¡Los esperamos

Valor del Taller:

El taller consta de 6 **sesiones de 1.5 horas** de práctica y aprendizaje.

- **Valor por las 5 sesiones:** \$120 .000 (incluye sesiones de reforzamiento dossier)
- **Fechas de las sesiones:** Miércoles
- **Horario:** 19:00 a 20.30 horas
- Realizado por Susana Pérez Hidalgo

Inscripciones y Consultas



+56920066692

talleres@rcentrorumbos.cl

