

# "EDUCAR-NOS EN LA GESTIÓN EMOCIONAL"

*Curso para Profesionales y Personas comprometidas con la Educación*

**6** Talleres Complementarios, Prácticos y Vivenciales  
Metodología Experiencial basada en el Autoconocimiento y en Técnicas  
Psico-corporales para el Desarrollo Armónico

**SÁBADOS por la MAÑANA (de 10 a 15 horas) \_ MADRID**

## **MÓDULO 1: EMOCIÓN e INTELIGENCIAS MÚLTIPLES**

Partiendo de una concepción holística de la persona, trabajaremos para la integración de cuerpo, mente y emoción.

Polaridad razón/emoción.

Inteligencias múltiples en Educación.

## **MÓDULO 2: CUERPO Y EMOCIÓN**

El cuerpo emocional y la Inteligencia corporal: identificación y expresión no verbal de las emociones.

Diferencia entre sentimiento, estado de ánimo y emoción. Emoción en Acción.

## **MÓDULO 3: VIVIENDO LA EMOCIÓN PRESENTE**

La emoción como expresión de la energía vital. Observar y estar en el Presente. Autogenerar emociones positivas.

El placer del Aquí y Ahora.

## **MÓDULO 4: ATRAVESANDO EMOCIONES**

Desde de la propia experiencia emocional, abordaremos el cambio como esencia de los estados emocionales.

Reconocimiento, Tránsito y Aceptación.

## **MÓDULO 5: DE TODO CORAZÓN**

Contacto, escucha y empatía. La autenticidad de la comunicación desde el corazón.

Conexión y fluidez. Cuidado propio y del otro.

## **MÓDULO 6: EMOCIONES PROPIAS Y AJENAS**

La Autoridad como espejo.

Lo tuyo, lo mío y lo nuestro.

Assertividad: atención y escucha.

Despenalizando el conflicto.

Negociando con Creatividad.

## **FACILITAN**



**YOLANDA HERRANZ GÓMEZ:** Licenciada en Filosofía y doctora en Antropología Social. Coordinadora en Movimiento y Terapia Psicocorporal y Transpersonal para el Desarrollo Armónico (Río Abierto). Profesora de Ética, Filosofía y Psicología en Secundaria y Bachillerato. Cofundadora de la Asociación "Transformarse para Transformar"; participa en el diseño y coordinación del programa con el mismo nombre para la Formación del Profesorado. Ha desarrollado y dirigido proyectos educativos para adolescentes en los que el trabajo psico-corporal es la herramienta pedagógica básica como *Planeta Utopía* en 2008 y *Moviéndonos por los Buenos Tratos* en 2011/2012.



**MARINA GUTIÉRREZ:** Actriz, Clown y Directora. Coordinadora en Movimiento y Terapia Psicocorporal y Transpersonal para el Desarrollo Armónico. Miembro Titular de Río Abierto España e Internacional. Formada en Terapia Integrativa y Eneagrama (con Dr. Claudio Naranjo). Terapeuta Floral, Reiki. Profesora de Cuerpo para Actores. Movimiento Auténtico. Terapeuta Gestalt. Miembro de la AETG. Postgrado en Análisis del Proceso Grupal. Coordinadora de la 1ª Formación en ClownGestalt de España (Clown Terapéutico). Profesora participante del Proyecto para IES, *Moviéndonos por los Buenos Tratos* (2011/2012).

**+ Información:**

627 782 929 - 670 445 969

transformarseparatransformar@gmail.com

**ORGANIZA**  
Transformarse para Transformar

c/ General Lacy 20, 2ºC C.P. 28045 Madrid



# EDUCAR-NOS EN LA GESTIÓN EMOCIONAL

CURSO PARA PROFESIONALES Y PERSONAS COMPROMETIDAS  
CON LA EDUCACIÓN

**6 Talleres complementarios de 5 horas de duración,  
Sábados por la mañana (de 10 a 15 horas) en Madrid**

## OBJETIVOS:

- Crear un espacio de confianza y exploración para el propio conocimiento y la integración de mente, cuerpo y emoción.
- Aprender a escuchar y a escucharnos, a tomar contacto con las emociones propias y ajenas.
- Sensibilizar a profesionales y personas interesadas en la educación sobre la necesidad de trabajar el mundo emocional en el sistema educativo, aportando herramientas para ello.

## METODOLOGÍA:

Nuestra metodología es experiencial o vivencial basada en el autoconocimiento y en técnicas psico-corporales para el desarrollo armónico.

En concreto:

- Trabajo psico-corporal, sistema Río Abierto.
- Gestalt
- Técnicas Expresivas (juegos, dramatizaciones, improvisaciones, etc)

## CONTENIDOS:

Módulo 1.- Emociones e inteligencias múltiples.

Partiendo de una visión holística del ser humano, trabajaremos para la integración mente, cuerpo y emoción.

Integración polaridad razón-emoción. Mente-cuerpo-emoción y su concreción en la acción. Inteligencias múltiples y educación.

Módulo 2.- Cuerpo y emoción.

El cuerpo emocional y la inteligencia corporal: identificación y expresión no verbal de las emociones. Diferencia emoción-sentimiento-estado emocional. Emoción en acción.

Módulo 3.- Viviendo la emoción presente.

La emoción como expresión de la energía vital. Observar y estar en el presente. Autogenerar emociones positivas. El placer del aquí-ahora.

Módulo 4.- Atravesando emociones

Partiendo de la propia experiencia emocional abordaremos el cambio como característica básica de los estados emocionales. Reconocimiento, tránsito y aceptación.

Módulo 5.- De todo corazón.

Contacto, escucha y empatía. La autenticidad de la comunicación desde el corazón. Conexión y fluidez, cuidado propio y del otr@.

Módulo 6.- Emociones propias y ajenas.

La autoridad como espejo. Lo tuyo, lo mío, lo nuestro. Asertividad: atención y escucha. Despenalización del conflicto. Negociando con creatividad.

Atención:

si ya tienes un grupo interesado en realizar uno o más de estos talleres, podemos desplazarnos e impartirlos en vuestro ámbito.

Es conveniente que sean un mínimo de 12 personas

¡Llámanos y hablamos!

627782929 o 670445969