

## Taller de Caricias

Con el TALLER DE CARICIA pretendemos crear, desde un planteamiento de crecimiento personal, sin prisas, un espacio y un tiempo donde cada persona, desde sí misma y desde su momento, experiencias y necesidades, pueda conocerse y entenderse mejor y con mayor profundidad a través de las dinámicas y trabajo en grupo. Fundamentalmente en lo referido a su ÁREA AFECTIVO-SEXUAL y en lo relacionado con las relaciones interpersonales y de pareja.

Una característica esencial del taller de caricias es precisamente ésta: en una sociedad en que continuamente estamos viviendo desde modelos externos a nosotros/as y que nos está diciendo (si no imponiendo) cómo tenemos que ser, que pensar, que desear, que amar...vamos a permitirnos parar un momento para poder tomar conciencia de ello y ver cómo nos encontramos para poder cambiar y mejorar allí donde cada uno/a lo vea necesario.

Desde este enfoque trabajaremos, entre otras cosas: EL CUERPO, cómo es la relación con nuestro propio cuerpo, escuchándolo y recuperando la capacidad de sentir, de bienestar y de seguridad ,daremos mayor atención a LOS SENTIDOS, tan dejados de lado.

LA CARICIA, recuperando su sentido original y no agresivo de comunicación y su capacidad de hacernos sentir bien...Reaprender a vernos EN POSITIVO, a valorar las cualidades personales y los aspectos valiosos que tiene cada cual en vez de centrarnos en lo negativo...Trabajaremos LAS ACTITUDES SEXUALES, revisándolas y cuestionándolas allí donde nos impiden crecer y ser. El grupo es, fundamentalmente, un motivo de enriquecimiento personal e intercambio de experiencias. Puedo aprender mucho de lo que los/as demás me pueden comunicar y lo que yo apporto puede ser válido para otros/as, siempre desde una actitud de respeto y aprendizaje.Dedicaremos un espacio a la Toma de Conciencia Corporal, la Sensibilización Corporal y a la Relajación como recursos personales importantes.EL TALLER va dirigido a cualquier persona que quiera conocerse un poco mejor y mejorar con ello la calidad de sus relaciones interpersonales, de pareja y de su vida en general. Programa:

- Trabajo del Positivo y de la Autoestima.
- Toma de Conciencia Corporal.
- Los Espacios Personales.
- Decir "SÍ" y decir "NO".
- Masculinidad y Feminidad.
- Conceptualización de la Sexualidad: Modelos de Relaciones Interpersonales.
- La Pareja y los Vínculos Personales.
- Redescubrimiento de mi Cuerpo: el placer de los sentidos.
- La Erótica y la Seducción.
- Módulo de Sensibilización Corporal.
- Trabajo de las Actitudes Sexuales.Próximo Taller de Caricia:

Fecha: 11 y 12 de junio de 2010. Horario: viernes de : 17:00 a 21:00 horas y sábado de : 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas.Precio: 120 &euro;

Lugar: Sede del Centro AMARA . C/Javier Lasso de la Vega Nº 1, 1º Dcha.Participantes: 20 personas máximoTfnos: 954 215861 y 687787300Inscribete Aquí