

TALLER D'OMBRES I MÀSCARES



Carl Gustav Jung va definir les ombres com el conjunt de tots els aspectes positius i negatius de l'individu, que va reprimir o mai va reconèixer i que observa en els altres. Màscara en canvi són tots aquells aspectes "positius" i "negatius" que reconeixem en nosaltres

L'ombra ens impulsa a no reconèixer-la i adjudicar els nostres defectes als altres. Tot el que l'ésser humà rebutja, passa a la seva ombra que és la suma de tot el que ell no vol, de manera que mentre rebutgi una part de si mateix, quan ho trobi fora desencadenarà una reacció de rebot i separació que l'allunyarà de valorar i respectar a l'altre, i per tant de si mateix.

Una trobada dirigida a prendre consciència i superar les ombres i les màscares que arrosseguem, per aconseguir major benestar i millorar la nostra identitat. Una eina dinàmica i precisa per trobar solucions als problemes humans que ens afecten en qualsevol ordre de la vida.

Enfocat a:

Terapeutes, coaches, professionals de la salut, educadors, formadors, persones compromeses amb el creixement personal.

Imparteix:

Lola Libertad Moyano (Professora de Biodansa, terapeuta, psicòloga, formació psicosocial en dinàmica de grup, amb més de vint anys d'experiència com a terapeuta personal i de grups).

Laura Gibert (Facilitadora i formadora de FTMAP (tècniques de meditació activa i passiva), Terapeuta en ThetaHealing, Reflexòloga i més de 10 anys d'experiència en tècniques de desbloqueig corporal i emocional mitjançant la dansa).



Lloc de realització: Centre Ekilibra't – Camí Ral 495, 3er / MATARÓ



Dia: 28 de Gener

Horari: 10h a 14h i 16h a 20 h

Import: 90€ (amb acompanyant 75€ c/un)

Informació 629 47 99 46 - info@ekilibrat.net