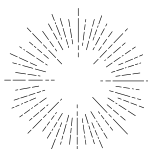
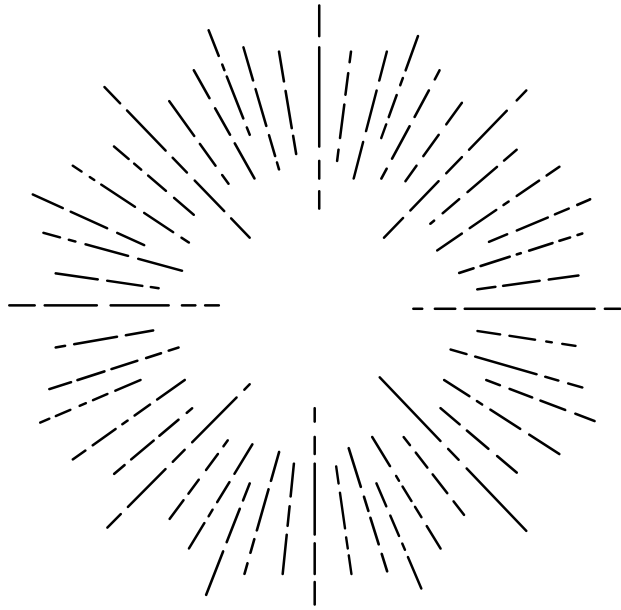


Existir

Una propuesta de aprendizaje terapéutico en grupo para el **desarrollo del apego seguro y el despliegue de la expresividad**



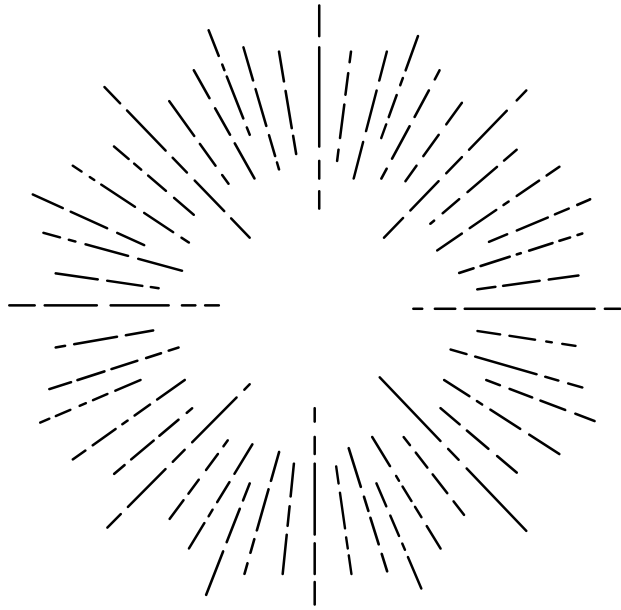


existir

La fuerza creativa del amor primario

Una propuesta de aprendizaje terapéutico en grupo para el **desarrollo del apego seguro y el despliegue de la expresividad.**

Desde la ecopsicología, la psicología del trauma y la regulación somática, la neurociencia, la compasión y las artes expresivas.



Mi propósito es que exploremos
qué significa, para cada una, y
desde su propia experiencia,
esta palabra *Existir*.

En torno a la reflexión de las
experiencias tempranas que
tenemos en nuestro llegar a ser
Yo en el mundo.





Este proyecto está planteado para durar 16 meses.

A lo largo de este tiempo **atravesaremos varias etapas, o módulos**, en las que iremos centrando atención diferentes temáticas, **aprenderemos recursos de autocuidado, crearemos experiencias de seguridad y expresividad y desarrollaremos habilidades de acompañamiento y correulación.**

Será en la línea acostumbrada para las personas que ya conocéis mi trabajo, esta metodología a la que llamo **aprendizaje terapéutico**, que pretende fomentar la **comprensión de los procesos humanos, fomentar la autonomía y practicar la cultura de lo sensible.**

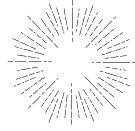
El hilo conductor, será cultivar la *Existencia.*



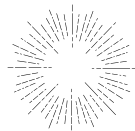
La propuesta temporal de Existir, se apoya en el ciclo sinódico de Venus en Leo, un periodo de 19 meses, que nos brinda un entorno narrativo y temático, para desarrollar una experiencia de aprendizaje en relación a aquello que nos permite existir más plenamente, la correulación, el apego y la expresividad.



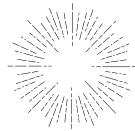
agosto - septiembre '23
información e inscripciones



septiembre - octubre '23
ser sensible
(para las personas que se quieran
entrar a Existir y aún no hayan
trabajado conmigo)



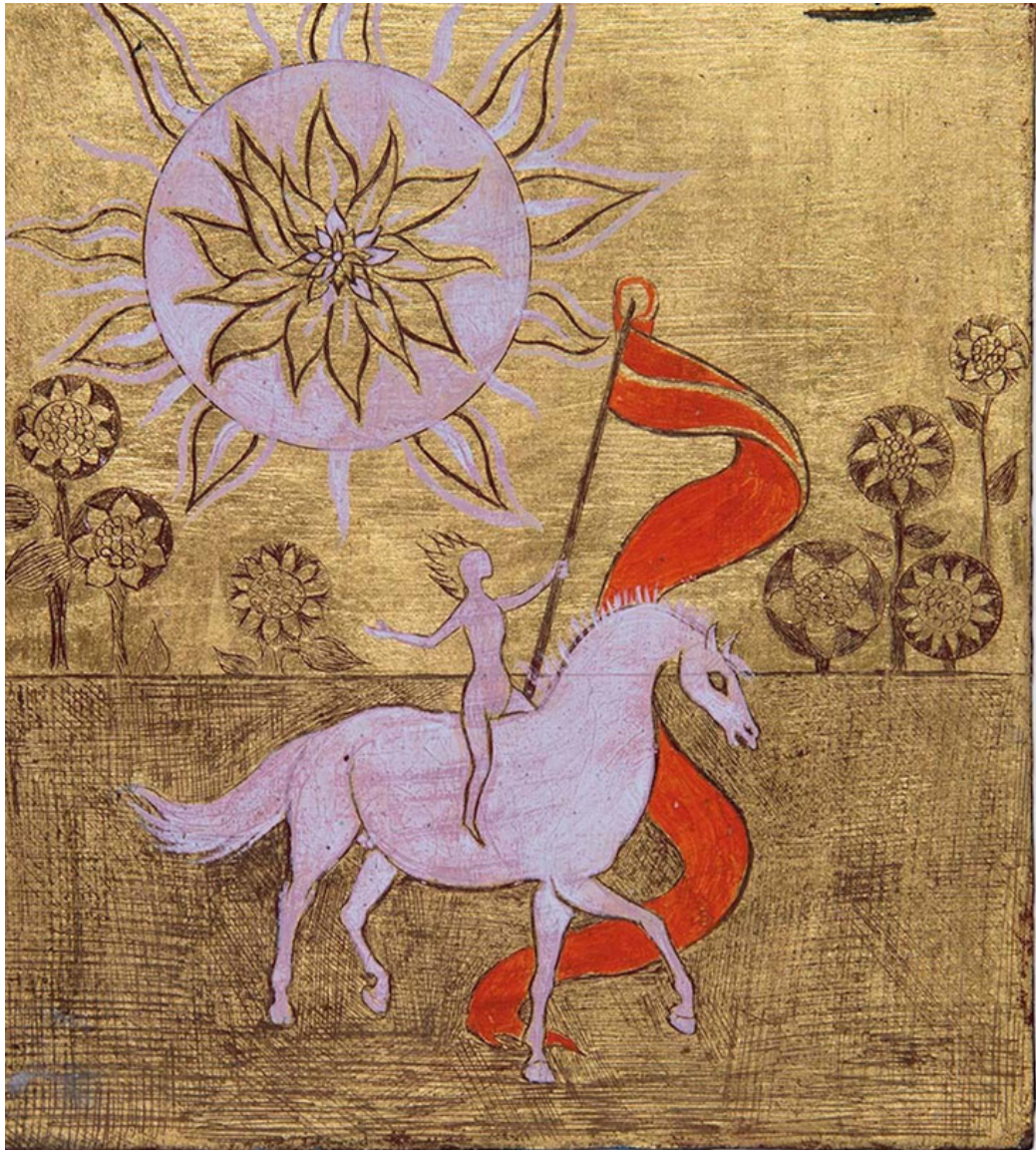
octubre '23 - junio '24
12 sesiones de 2h y 1/2 a lo largo de 8
meses
corregulación y apego



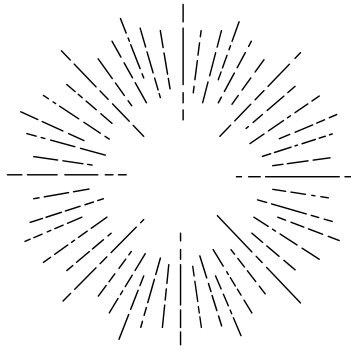
junio - agosto '24
desconectamos de las redes
(habrá una propuesta de encuentro
presencial)



septiembre '24 - febrero '25
sesiones online
expresividad y embodiment



Vamos a descubrir hasta qué punto el amor sano nos hace libres.



en un nivel más concreto... ¿qué es Existir?

Es un proceso de aprendizaje terapéutico en grupo en el que tomaremos **conciencia de nuestros condicionantes vitales tempranos**.

Es un espacio del **cultivo de la correulación** y el acompañamiento de nuestros descubrimientos

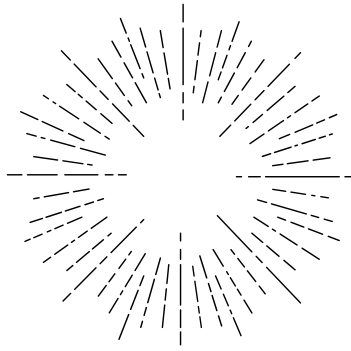
Es un tiempo para desarrollar **habilidades de relación** con la sensación sentida y de escucha y acompañamiento a otros, de profundización en el manejo de las **habilidades de regulación somática**.

Conoceremos más profundamente cómo estamos hechos.

Trataremos explícitamente las cuestiones de apego para experimentar y aprender cómo ensanchar las bases de apego seguro y restablecer, a un nivel más profundo, la sensación básica de seguridad.

Habrà durante todo el proceso, espacio para el **trabajo de la expresividad**.

Es un itinerario de largo recorrido – de octubre de 2023 a febrero de 2025-.



¿para quién?

Esta propuesta está orientada específicamente a..

Personas que ya están en consulta conmigo y quieran abrirse al trabajo terapéutico en la dimensión grupal

Personas que hicieron Ser Sensible* que quieran continuar profundizando en la sensación sentida y enlazarlo con cuestiones relativas al apego

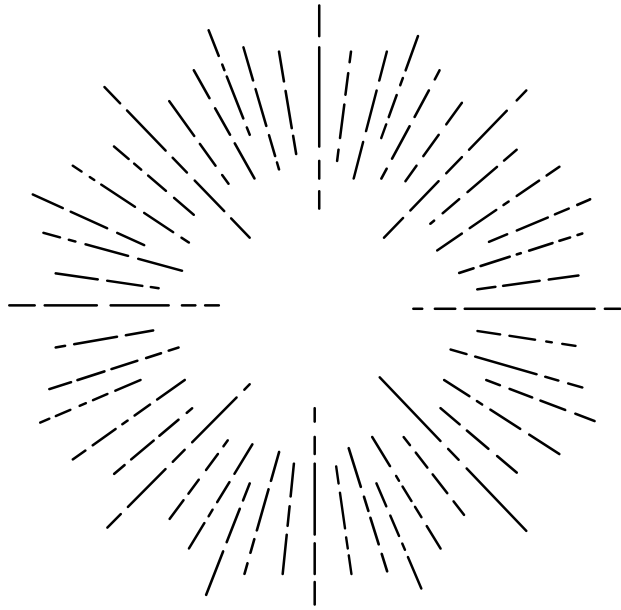
Personas de Akhilanda** que quieran continuar indagando el potencial terapéutico del trabajo en grupo, con el encuadre temporal del ciclo de Venus y la narrativa de Leo; la expresividad del auténtico ser una misma

También a **todas las personas que están**, de una manera u otra, **interesadas en el trabajo que propongo desde Heridas y Flores**, y que estén dispuestas a ponerse al día en lo relativo a la práctica de la regulación somática y el entendimiento de la teoría polivagal desde la mirada de la sensibilidad encarnada - Comenzará un nuevo grupo de Ser Sensible en septiembre

*Ser Sensible es una propuesta de aprendizaje terapéutico que desarrollo en relación a la regulación del sistema nervioso autónomo y el entendimiento de la dinámica del trauma a nivel fisiológico.

**Akhilanda es el nombre que tomó el proyecto de acompañamiento en el ciclo de Venus en el anterior periodo que realicé en colaboración con Olga Hueso.





Si quieres saber más sobre mí puedes visitar www.heridasyflores.com y en IG [@heridasyflores](https://www.instagram.com/heridasyflores).

Si quieres recibir la información completa, accede por favor a este formulario.

Quiero recibir el dossier completo

Ojalá hagamos juntas este viaje



Existir

Una propuesta de aprendizaje terapéutico en grupo
para el desarrollo del apego seguro y el despliegue de la expresividad

Heridas y Flores | 2023-2025 ciclo sinódico de venus en Leo