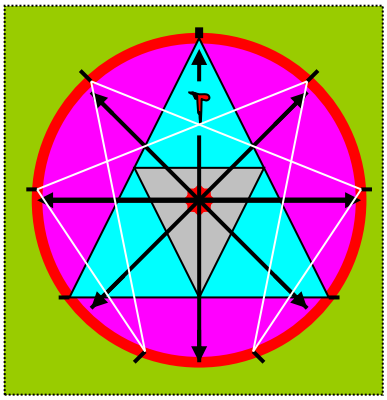
CENTRO DE PSICOLOGÍA
S.E.d U.M.
(Sistema Estudio de Uno Mismo)



DINAMICA GRUPAL

DIRIGIDA: por **Dámaso Alfonso**
Psicólogo TF Nº 969 Terapeuta Biogestalt

Trabajar en **grupo** es parte fundamental para el proceso de desarrollo personal Implica, ir un paso mas allá de la mínima interacción que se establece en la relación individual (Terapeuta --Paciente).

En un contexto protegido como es la sala de trabajo, **El grupo** ofrece la oportunidad para practicar ejercicios terapéuticos, que ayuden a ir cambiando la forma de funcionar habitual y encontrar otra manera más armónica de relación con los demás.

Somos sociales, vivimos en comunidad, estamos en constante interacción con otras personas y es aquí donde hay un gasto de la energía vital que utilizamos, por el esfuerzo que nos supone mantener una reciproca convivencia, que pone en juego nuestra capacidad individual y una disponibilidad altruista de compartir que beneficie a todos.

Aprender a relacionarnos adecuadamente en todo momento es el objetivo básico que buscamos, ir **paso a paso**, por aprendizaje continuo (con experiencias, directas o indirectas), donde se incluyen diferentes aspectos de ejercicios que permitan llegar a algo tan sencillo como:

"Con lo que tengo como me hago la vida mas cómoda" (A.A.)

TRABAJO PREVISTO: **8 SESIONES** (10 horas de trabajo c/u; en régimen de internado, en la sala de yoga la sabinita; Arona.)
Comenzaremos a las 17 P.M. del Sábado; hasta 14 P.M. del Domingo.

*** La estancia es aparte del trabajo y se paga antes de comenzar cada sesión: **40 €.**

*** Para el precio del grupo y fechas previstas hablar con Dámaso.

Fecha de INICIO : 07 – 10 -2017

TFns de contacto: **Móvil** **658-345-452**