



Arteterapia para Parejas: Dos vidas, un camino compartido.

Las sesiones de arteterapia para parejas:

La Arteterapia consiste en el uso de diferentes disciplinas artísticas con finalidades terapéuticas. Se utiliza la pintura, la escultura, el barro, los títeres, pero también la danza, el clown, la música, la fotografía, relajaciones, visualizaciones, afirmaciones, representaciones dramáticas, escritura creativa, trabajo con mandalas, cuentos, trabajo con la voz, expresión corporal, entre otras.

Las sesiones de Arte-terapia de pareja estan pensadas para aquellas parejas que desean profundizar en algun aspecto de su relación y trabajar para su auto-sanación. Aparte de aliviar tensiones que puedan existir, establece puentes de comunicación de una forma sutil y distendida pero profunda a la vez, propiciando la reflexión individual y de pareja.

Lo importante es el proceso creativo en sí y lo se experimenta en el proceso, no importa el resultado estético. En ningún caso se necesita tener nociones artísticas previas.

Cada sesión de Arteterapia de pareja tiene una duración aproximada de una hora, pero si se necesita alargar más se hace.

Objetivos: Acompañar el proceso vital de la pareja, sea cual fuera, para ayudar a su transformación. Por ejemplo en casos de:

- Procesos de separación de pareja
- Para mejorar la comunicación de pareja
- Procesos de duelo
- Violencia de género
- Crisis en la pareja
- Estrés, frustración o depresión
- Un embarazo deseado o no
- Adaptación a una nueva ciudad o país
- Inicio de convivencia
- Deseos de mejora anímica, baja autoestima
- Pareja que comparte un negocio
- Desarrollo de la creatividad, la expresividad y potenciar habilidades artísticas.
- Conocer y trabajar con diferentes técnicas y materiales artísticos mientras despiertas tus sentidos creando.
- Ejercicios de dinámicas a nivel individual de pareja.

**El material artístico está incluido
Se recomienda llevar ropa cómoda.**

www.annafreijomil.com



Profesora

Anna Freijomil es Arteterapeuta y coach personal especializada en acompañamiento en procesos de cambio. Docente y pintora.

Horarios

A convenir

Lugar

Consulta privada o en centros colaboradores

Precio

55€ la hora

