

TERAPIA INTEGRAL

Quien mira hacia fuera, sueña. Quien mira en su interior, despierta.

[C.G. Jung]

La Terapia Integral es una “terapia profunda” que incluye los elementos más destacados dentro del ámbito del Desarrollo de Conciencia y el Desarrollo Humano.

Una terapia que complementa las prácticas de **conciencia y atención plena** con los **recursos psicoterapéuticos** más avanzados y actualizados.

La Terapia Integral forma parte del nuevo paradigma del Desarrollo Integral. Integral significa comprensivo, equilibrado e inclusivo. Una forma de evolución consciente que moviliza todas las dimensiones de nuestro ser.

Este nuevo paradigma de desarrollo es una invitación a una nueva manera de “**vivir plenamente**”, una nueva forma de existencia humana verdaderamente integral y coherente.

Este paradigma incluye el trabajo con los **módulos esenciales**: el cuerpo, la mente, la sombra (emoción) y el espíritu (conciencia), así como otros **módulos auxiliares**: el trabajo, el dinero, la comunicación, la creatividad, las relaciones íntimas, la sexualidad, la familia, el parentaje, la comunidad, la naturaleza, etc.

La Escuela Para el Desarrollo Integral considera que, tanto el módulo de la sombra como el modulo del espíritu, son lo bastante amplios y complejos como para dedicar una formación específica a su desarrollo (Terapia Integral e Instructor de Meditación y Mindfulness).

Esta formación se enfoca fundamentalmente en el **módulo de la sombra** (el trabajo terapéutico), pero sin perder de vista al resto de módulos esenciales, así como algunos aspectos de los módulos auxiliares.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDA ESTA FORMACIÓN?

La formación está dirigida a personas que deciden adentrarse o seguir profundizando en el camino del desarrollo humano y el desarrollo terapéutico.

Un proceso enfocado tanto para personas que buscan un proceso de desarrollo individual **para sí mismos**, como para las que desean capacitarse para acompañar a otros en espacios terapéuticos de **carácter profesional**.

La Escuela realiza un **proceso de admisión** de alumnos para participar en nuestras formaciones. Este proceso no atiende tanto al bagaje o la experiencia previa en el ámbito terapéutico, sino a **la motivación y el compromiso** para enfocarse en esta propuesta de conciencia.

DESARROLLO Y PROPÓSITO

Nuestra propuesta es un proceso de **35 semanas** (8 meses) de carácter **didáctico, práctico y vivencial**, elaborado con los siguientes propósitos:

1. Integración psicológica.

Reconocer, liberar e Integrar la **sombra** psicológica.

La sombra son los aspectos reprimidos o excluidos de nuestra conciencia que generan patología, desequilibrio, confusión, conflicto y enfermedad.

Integrar la sombra consiste fundamentalmente en **hacer consciente lo inconsciente**, para poder asumirnos y aceptarnos tal y como somos plenamente.

Integrar imagen y sombra psicológica, cuerpo y psique, nuestra realidad biológica, psíquica y espiritual, en una conciencia que abraza todas sus polaridades y asume toda dualidad.

2. Integración emocional.

Liberar las emociones ocultas y los patrones mentales que se hallan en nuestro inconsciente.

Sanar las situaciones que hemos vivido de manera traumática o conflictiva y están produciendo desarmonía en nuestra vida. *Sanar las viejas heridas aun vivas.*

3. Desarrollar y aplicar en nuestra vida inteligencia emocional.

4. Proyecto vital.

Asumir nuestro camino de vida. Liberar nuestro potencial creativo para orientar nuestra experiencia vital. *Alinearnos con “lo que somos”, y con “lo que hemos venido a hacer”; encontrar nuestro “lugar”.*

5. Incluir lo personal y lo transpersonal.

- Personal: desarrollo integral (cuerpo-mente-emocional).
- Transpersonal: apertura a lo Profundo o Esencial.

6. Adquirir recursos y habilidades para acompañar a otros terapéuticamente.

PROGRAMA Y TEMARIO

- 1. Introducción al enfoque integral.**
- 2. Meditación y Atención Plena.**
- 3. El proceso terapéutico.**
- 4. Duelos y pérdidas.**
- 5. Gestión emocional I.**
- 6. Gestión emocional II.**
- 7. La sombra.**
- 8. Exploración del inconsciente (regresión).**
- 9. El niño interior.**
- 10. Subpersonalidades (Big Mind).**
- 11. El perdón.**
- 12. El Transgeneracional.**
- 13. Terapia sistémica. Constelaciones familiares.**
- 14. Acompañamiento en constelaciones.**
- 15. Terapia sistémica. Anclajes en el suelo.**
- 16. Ejercicios sistémicos.**
- 17. Lo perinatal y el proyecto sentido.**
- 18. La pareja. Relaciones conscientes.**
- 19. La pareja II. Una danza de polaridad.**
- 20. Sexualidad y consciencia.**
- 21. La enfermedad desde la consciencia. Biodecodificación.**
- 22. Protocolo terapéutico en Biodecodificación.**
- 23. Inteligencia y coherencia cardiaca.**
- 24. Coherencia transpersonal.**

La formación se completa con la **“Cuarentena Integral: Transformación y Despertar”**.

Un proceso de **40 días** orientado específicamente a la reprogramación de la mente (a través de diversas prácticas de **PNL** (programación neurolingüística) y desplegar nuestro **proyecto vital**.

METODOLOGÍA

1. EL MARCO TEÓRICO

Cada semana abordaremos un tema terapéutico considerado “fundamental” dentro del enfoque integral.

Cada tema semanal requiere una lectura y una reflexión del tema sugerido. (La dedicación estimada para cada tema es de unas **3 horas semanales**). Esta investigación será compartida con los compañeros de curso a través del **Aula Virtual**.

2. PRÁCTICA TERAPEÚTICA

Cada tema semanal ofrece sus correspondientes prácticas terapéuticas, que complementan la teoría con la práctica.

Cada semana se ofrecen prácticas específicas que nos conducen naturalmente hacia la integración psicológica y emocional. Este “**banco de prácticas terapéuticas**” suponen un valioso recurso tanto para nuestro propio proceso como para acompañar a otros de manera profesional.

3. TUTORÍA

Cada alumno será orientado y acompañado por parte de un **tutor** experimentado.

El tutor acompañará en espacios de práctica e investigación compartidos, en las dudas y en las dificultades, en todo el movimiento interior que pueda darse en cada alumno a lo largo de la formación.

El espacio de **tutoría semanal** (4 mensuales) se reparte de la siguiente manera:

- 3 tutorías individuales de 1/2 hora.
- 1 tutoría grupal de 1h, con un grupo de 3-4 alumnos, para promover tanto la práctica como la didáctica.

Este espacio de tutoría se realizará a través del teléfono o cualquier sistema de videoconferencia (por ejemplo, Skype)

4. AULA VIRTUAL

Cada alumno participa de una **comunidad de aprendizaje** donde poder compartir e interactuar con otros “compañeros de camino”, una comunidad donde cada uno potencia y estimula los procesos de todos los demás.

5. LA PRÁCTICA GRUPAL PRESENCIAL

Esta formación de Terapeuta Integral se completa con la asistencia a **un encuentro presencial de 4 días**, específicamente elaborado para la práctica grupal e intensiva.

INVERSIÓN ECONÓMICA

- Reserva de matrícula: **100 euros**
- Formación: **1400 euros**. Incluye los materiales de estudio físicos y/o digitalizados, acceso al Aula Virtual, y las tutorías con un profesional experimentado.
- Encuentro presencial de 4 días: **300 euros**. Incluye alojamiento, pensión completa y formación.

() Reserva, Formación y Encuentro son pagos independientes. Todos los precios incluyen IVA.*

Modo de pago:

Pago fraccionado: 100 euros (matrícula) + 8 cuotas mensuales de 175 euros
300 euros en el momento de realizar el encuentro presencial de cuatro días

() Puedes proponernos otra modalidad, la Escuela está abierta a otras formas, pagos y plazos.*

Bonificación en la formación:

5% para pago íntegro de la formación

*Este curso puede acogerse a la modalidad de formación programada por las empresas para sus trabajadores, pudiendo obtener un **DESCUENTO total o parcial en el coste del curso**. Para más información, puedes solicitarnos el "**documento explicativo**", o contacta con la entidad organizadora que se ocupa de gestionar estos trámites formación@conectasierraeste.com*

ACREDITACIÓN

La Escuela para el Desarrollo Integral entregará un diploma acreditativo como "**Facilitador de Terapia Integral**" de **225 horas** teórico-prácticas, una vez finalizado el proceso formativo y cumplidos satisfactoriamente sus requisitos: la entrega de los puntos de investigación semanales, la asistencia a las tutorías y la realización del encuentro presencial.