

ABRAZOTERAPIA EN LA UED DE AFA CONIL

La

Abrazoterapia es una práctica donde se suministran abrazos, un método de apoyo y un arte, que tiene el propósito de hacernos sentir bien, aliviar el dolor y mejorar nuestra autoestima.

Es

un tratamiento del mal-estar mediante el simple método físico del abrazo.

Esta

actividad que permite una intervención que posibilita las relaciones con los demás y fomenta otra forma de comunicación. La participación en las actividades propuestas pretende favorecer las relaciones del grupo, así como compartir expresar sentimientos y emociones que tengan un importante efecto e impacto sobre la salud corporal y psíquica de quienes participen en él. Durante el Año 2017 , Ibercaja ha financiado con 1500 euros la realización de este programa dentro de la Convocatoria de Proyectos sociales de Ibercaja.

OBJETIVOS:

Proporcionar un espacio donde expresar y compartir sentimientos y emociones

Reforzar la capacidad para mantener la atención.

Promover la participación, integración y motivación del grupo de forma activa y lúdica, potenciando el fortalecimiento de la autoestima.

METODOLOGÍA:

Anteriormente a la puesta en marcha del Taller, se ha evaluado previamente a los usuarios para saber si son aptos para este taller.

La actividad se desarrollara de una forma

totalmente practica y dinámica en el que los/as participantes junto con el/la monitor/a repartirán abrazos entre todos/as los/as usuarios/as.

La actividad se compone de dos dinámicas, siendo estas modificables según capacidad de los/as participantes.

PRIMERA DINAMICA : CONOCIENDO ABRAZOS

SEGUNDA DINAMICA: ABRAZANDONOS

VALORACIÓN
DE LOS RESULTADOS