

Presentación del Taller: El Vínculo Afectivo en Grupo

Dra. Ercilia Orellana

El taller consiste en una sesión vivencial no verbal, con música y ejercicios pautados para incentivar la conexión afectiva consigo mismo, con la comunicación con los otros en el contexto grupal.

Desde la propuesta del objetivo del Symposium “Crisis y Crecimiento Grupal”, el taller propone conducir a vivencias de afirmación de la identidad en épocas de crisis para promover un cambio y expansión de consciencia ante la vida.

Para ello necesitamos solidificar nuestros vínculos, afirmar nuestra identidad con la fuerza creativa y el amor hacia la humanidad que somos todos.

1. Ronda de Encuentro Grupal, el grupo se conecta con el ritmo de la música en sintonía con los compañeros.

2. Caminar por la Vida: Este ejercicio facilita la afirmación de la postura existencial frente a la vida.

3. Caminar juntos en Grupo: El grupo vive el sentimiento de solidaridad.

4. Danzar la relación con otro/a: Es bailando aprendemos a sincronizar con el ritmo del semejante, entrando en relación en feed-back. Ninguno dirige el movimiento, se crea entre ambos.

5. Danza de Expresión de la Fuerza Creativa: aquí proponemos conectarse con la fuerza interior y expresarla. Afirmar la identidad y la capacidad de crear ante circunstancias de crisis o angustia.

7. Danza del Trabajo: Es un encuentro comunitario a partir de la expresión de trabajo que realiza cada uno en forma imaginaria, respondiendo a arquetipos, que puede generar la vivencia de realizar juntos una tarea para un objetivo común.

8. Acariciamiento de manos en grupo: La caricia es un movimiento humano integrador en el dar y recibir, pues estimula la deflagración de hormonas que producen placer y bienestar, además de generar un vínculo afectivo a nivel grupal.

9. Ronda del Corazón Grupal: Esta ronda refuerza ese vínculo que puede llegar a trascender a toda la humanidad. Cada integrante tiene las manos de sus compañeros en su pecho en forma pulsante como un latido del corazón.

12. Celebración: Celebramos al cierre con una ronda juntos, en agradecimiento a la Vida.

10. Abrazos de celebración: El encuentro en abrazos es un arquetipo que realza la dignidad humana.