

SESIONES INDIVIDUALES DE ARTETERAPIA

AUTOCONOCIMIENTO, CRECIMIENTO Y SANACIÓN A TRAVÉS DEL ARTE

Sesiones individuales de ARTETERAPIA

¿Te gustaría conocerte en profundidad a través de jugar con los colores, los trazos y las múltiples técnicas y materiales del arte?

¿Deseas hacer un trabajo introspectivo para identificar, liberar y sanar bloqueos inconscientes que a día de hoy te afectan y limitan en tu vida?

¿Quieres descubrir nuevas capacidades en ti y vivir más conectad@ con tu parte más elevada y consciente?

Sesiones individuales online y presencial

- *Proceso guiado de acompañamiento*
- *Duración de cada sesión 1,5h aprox*
- *Flexibilidad para fijar la hora y periodicidad de las sesiones*
- *Online o presencial en San Lorenzo del Escorial – Madrid*
- *Entrevista previa gratuita*

Sesiones individuales de ARTETERAPIA

En las sesiones individuales de arte terapéutico **tomamos como punto de partida tu deseo** de sanar algo en ti que sientes herido o simplemente tu intención de evolucionar y conocerte mejor a través de la práctica artística.

Una vez iniciado, **cada camino es totalmente individual** y se va realizando paso a paso en función de lo que se vaya manifestando en la obra creativa personal. Utilizaremos todas las técnicas y materiales artísticos que vaya pidiendo el proceso a medida que avanzamos.

En todo momento yo te voy guiando y acompañando al ritmo que necesites. **La obra creativa actúa como un medio** para tomar conciencia de emociones y patrones, así como un escenario sobre el que podemos actuar para transformar e integrar lo que sea necesario.

Tan importante como la **expresión**, en el arte terapéutico, es la **impresión** que en nuestro alma produce la actividad creativa. Es muy diferente el efecto del dibujo o la pintura, la utilización de un color u otro, el trabajo sobre un tema o la creación libre, por ejemplo. Por ello es muy importante conocer las herramientas del mundo artístico, para llevarte por el camino adecuado hacia el equilibrio y el bienestar integral de cuerpo, alma y espíritu, ya que **la perspectiva del arte terapéutico es holística** y contempla todos los aspectos del ser humano.

En función de lo que vaya surgiendo en el proceso, en cada sesión habrá una o varias propuestas creativas para que puedas elegir por dónde deseas continuar el camino. Hay **una parte de trabajo artístico y una parte de observación y conclusiones** sobre lo experimentado durante la actividad y la obra terminada con el objetivo de ir tomando conciencia y aprendiendo de lo sucedido.



A nivel práctico, **la duración aproximada de la sesión es de 1 hora y media**, y la periodicidad se marcará de mutuo acuerdo según la necesidad de la persona y del proceso de evolución y sanación que requiera.

Lo más habitual y que suele ser recomendable es de una sesión semanal o dos sesiones al mes, pero siempre hay flexibilidad.

El horario se acordará también de mutuo acuerdo según disponibilidad.

Las sesiones presenciales se desarrollan en mi taller en San Lorenzo del Escorial.

Siempre realizo una **entrevista previa gratuita** para conocernos, ver qué se necesita a nivel terapéutico y de material de trabajo, para acordar los horarios y frecuencia, etc.

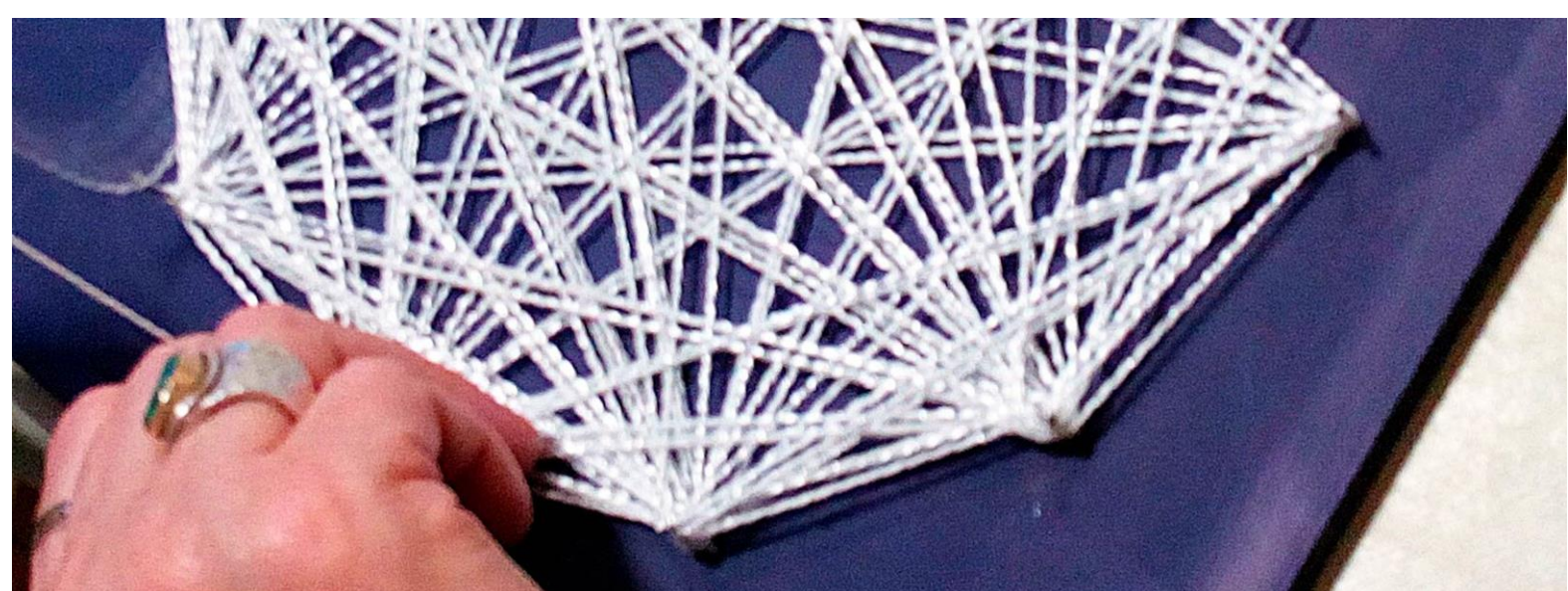
Es un **acompañamiento y guía totalmente personalizado** para el proceso individual que se necesite.

Si se elige la modalidad online, será necesario adquirir algunos materiales siempre con la orientación adecuada según las técnicas y ejercicios que se vayan realizando.

En las sesiones presenciales, el material está incluido, si bien puede ser necesario hacer alguna aportación en caso de necesitar materiales no comunes.

Es muy posible que se aconsejen **ejercicios sencillos** para realizar **en casa entre sesiones**. El acompañamiento incluye la posibilidad de hacer **consultas breves a través de whatsapp y seguimiento** cuando se necesite a lo largo de la duración del proceso de evolución y terapia.

Si quieres transitar por este camino de crecimiento y sanación con mi guía y acompañamiento, no dudes en ponerte en contacto conmigo



Sobre mí

SONSOLES GUINEA

Acompaño a las personas en su camino de autoconocimiento y evolución para reconectarse con su ser esencial y su corazón a través del arte, la conexión con la naturaleza y los mundos sutiles



He recorrido caminos dispares como la educación infantil, la artesanía, el arte, el trabajo social, la arteterapia y la canalización de energías, siempre a la escucha de mi alma, de forma independiente, con el propósito de abrir caminos nuevos para mí y para otros. Tengo formación y experiencia en todos estos ámbitos y lo que me guía por encima de todo es la búsqueda de la verdad y la belleza, la confianza en el potencial divino del ser humano y en nuestra capacidad para crear un mundo mucho mejor que el que actualmente tenemos.

Este ideal es lo que me impulsa hacia delante cada día de mi vida y mi propósito es contribuir a esta evolución del ser humano a través de mi propia experiencia vital y todos los recursos que he ido adquiriendo para alcanzar un estado de mayor bienestar, alegría, paz y plenitud.

Solicita tu entrevista previa gratuita

Si deseas consultar alguna duda o agendar una sesión ponte en contacto conmigo [a través de Whatsapp](#) en el número de teléfono +34 659405776

Contacta conmigo