



Entrenamiento en Método de Auto Estudio Asistido **HAKOMI**

*Trabaja tus creencias nucleares y
aprende a ayudar a otros desde un
modelo amoroso y compasivo*

**Modalidad
Semipresencial**

20 Módulos

Un poco de historia...

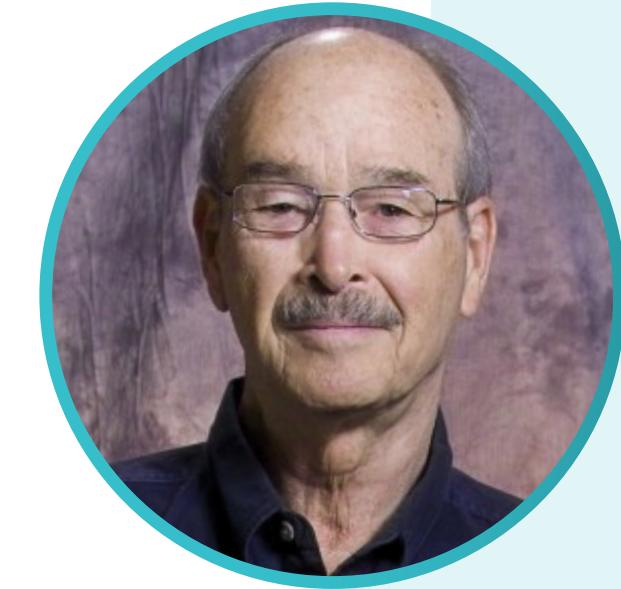
El método Hakomi de autoestudio asistido fue creado por el psicoterapeuta estadounidense **Ron Kurtz**, autor de "Lo Que el Cuerpo Revela" (1976), "Psicoterapia Centrada en el Cuerpo. El Método Hakomi" (1990) y "La Revelación de la Gracia" (1991).

**Hakomi es una palabra de los indios Hopi que significa:
"¿Quién eres? Quien tú eres".**

Y se puede definir como el camino de auto estudio que va, de preguntarte a descubrir quién eres tú.

Es un método experiencial que reúne los vastos mundos de la psicoterapia, **el Budismo, el Taoísmo y la neurociencia**, la cual sostiene que el funcionamiento cerebral se inicia, regula y cambia mediante la experiencia.

Integra tus creencias nucleares y aprende a apoyar desde un modelo amoroso y compasivo



Run Kurtz

Hakomi

Es un método centrado en la experiencia presente y los principios budistas en lo que se sostiene son: **la presencia amorosa, la no violencia, la espaciosidad y la atención plena.**

El autodescubrimiento...

Se realiza a través de pequeños experimentos en atención plena para detectar creencias limitantes que causan sufrimiento innecesario y para descubrir cómo organizamos nuestra experiencia alrededor de esas creencias y hábitos inconscientes que nos llevan a vivir una y otra vez situaciones dolorosas o insatisfactorias sin que sepamos cómo llegamos a ellas o cómo poderlas cambiar.

Este autoestudio tan profundo e íntimo sólo puede desplegarse en un ambiente en el que la persona se siente respetada y segura, en el que descubre sus propios recursos y en el que obtiene y aprende a obtener el apoyo físico y emocional que necesita para que estas creencias se modifiquen ampliando así el abanico de experiencias nutritivas que sanen y actualicen su sistema de creencias.

Objetivos

Las y los participantes:

- A** Practicarán una forma al estar frente al cliente a través de actitudes y habilidades como: presencia amorosa, atención plena, espaciosidad y mente experimental.
- B** Se familiarizarán con técnicas propias de Hakomi para procesar las experiencias dolorosas, tales como: frases de contacto, experimentos verbales y físicos, trabajo con el estado niño/a y las emociones fuertes y nutrición de la experiencia faltante.
- C** Adquirirán herramientas para estudiar su propia experiencia y para seguir el flujo de la experiencia presente del otro/a sin interrumpir, aconsejar, predecir, diagnosticar o interpretar.

Modalidad

El proceso de aprendizaje es dual: entramos a un proceso personal de autoconocimiento al tiempo que aprendemos las técnicas para una futura aplicación en nuestro campo profesional.

Esta formación está programada en:

Nivel 1

Las y los participantes estudian el método a través de ejercicios que los llevarán a su propio proceso de auto estudio, familiarizándose con las técnicas y acercamientos propios de Hakomi.

Nivel 2

Continuarán en su proceso de auto descubrimiento con énfasis en practicar y perfeccionar el método Hakomi para aplicarlo con otras(os).

Nuestra Entrenadora

- **Consteladora familiar desde 1999**
(1era. Generación con Lorence Weist)
- **Psicoterapeuta Corporal Integrativa** desde hace 19 años
(con Ilse Kretzman)
- **Terapeuta de Core Energética**
(con John Pierrakos)
- **Sanadora** (con Pam Shobuc egresada de Barbara Brenan)
- **Psicoterapeuta Gestalt** del Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt
- **Entrenamiento en Biomagnetismo**
- **Entrenadora Hakomi Certificada** por Ron Kurtz Trainings
- **Miembro Fundador de la Asociación de Terapeutas**
en Constelaciones Familiares desde el año 2000



Carmen Madero

Maestras Asistentes



Martha Orta Rodríguez

- Psicóloga – Universidad Autónoma de México (UNAM)
- Maestría en Psicología Clínica (UNAM)
- Doctorado en Sexualidad y Relaciones Interpersonales (Universidad de Salamanca, España)
- Terapeuta Hakomi – Hakomi Education Network (HEN)



Adriana Aguilar Ramírez

- Educadora de la Sexualidad – Instituto de Estudios Sobre Sexualidad y Pareja, A.C. (INESSPA)
- Terapeuta de Arte – Centro Integral de Terapia de Arte (CITA)
- Terapeuta Psico-corporal – (INESSPA)
- Terapeuta Hakomi – Hakomi Education Network (HEN)

Temario

El entrenamiento avanzado enseña el Método Hakomi tal como fue refinado por Ron Kurtz. Entre los temas más relevantes:

- *Los principios Hakomi*
- *Atención plena*
- *Presencia Amorosa*
- *El cuerpo como un portal a las emociones*
- *Habilidades personales para la relación terapéutica*
- *Contacto y rastreo*
- *Actitud experimental*
- *Experimentos en atención plena*
- *Sondas verbales y hacerse cargo*
- *Descubrir el sistema de creencias*
- *Trabajo con el/la niño/a interior*
- *La organización de la experiencia*
- *Fases de una sesión*
- *Destreza en el trabajo con emociones*
- *Proceso personal*
- *Trabajo en grupo*
- *Supervisión avanzada*



hakomicdmx.com



Inscríbete ahora

Contáctanos al:
55 5431 4844

Síguenos en redes sociales:
@HakomiCdmx

