



# rencuentro tras la maternidad /paternidad

Rencuentro afectivo tras la  
maternidad/paternidad

El Jardí dels somnis, Torrellano  
Teléfono: 648509786

[www.boira\\_2001@yahoo.es](mailto:www.boira_2001@yahoo.es)



*Miradas que hablan, caricias que  
envuelven....*

Tras el nacimiento de una criatura el sistema familiar se va reestructurando hasta adaptarse a la nueva situación, al crecimiento. Los cambios físicos que se desarrollan en el cuerpo de la mujer, durante y tras el nacimiento del/a bebé provocan ciertos ajustes también en la relación de pareja. El parto y postparto suponen una movilización energética muy significativa para la pareja y a veces resulta complicado encontrar un nuevo punto de encuentro desde el que seguir creciendo en armonía como pareja.

A través del trabajo corporal guiado la mirada transportará la emoción, las caricias despertarán la piel y los abrazos profundos traerán el rencuentro.

---

Recordar, del latín recordis :  
volver a pasar por el corazón

Mediante pequeños movimientos corporales, la plasticidad de la arcilla, la calidez de la música, la escucha en el masaje, la mirada sostenida...buscaremos volver a pasar por el corazón todo aquello que fue significativo en la construcción de la relación



Un espacio para  
recuperar la  
ternura

---

# Contenidos de las sesiones

---



Las sesiones comenzarán con ejercicios de relajación y de conexión con el grupo y con la pareja. Seguiremos con dinámicas plásticas, de movimiento o de escucha corporal. Para finalizar se realizará una puesta en común de lo vivido .

## DINÁMICAS CORPORALES EN PAREJA

Las sesiones son grupales, máximo 6 parejas, pero el trabajo mayoritariamente se realiza por parejas. Hacer las sesiones en grupo posibilita un espacio de resonancia emocional que ayuda a conectar ciertas emociones en un@ mism@.

El trabajo por parejas posibilitará ir creando una dinámica de escucha desde la aceptación para el encuentro, para la comprensión.

*A través de micromovimientos el cuerpo va dejando aflorar las emociones más profundas; al realizar estos ejercicios en pareja fluye la empatía y se estrechan los lazos.*

## CALENDARIZACIÓN DE LAS SESIONES

Las sesiones serán una vez al mes .  
Tendrán una duración de dos horas.  
Comenzarán a las 18:00 horas. Serán 5 sesiones :

20 de noviembre

18 de diciembre

22 de enero

19 febrero

12 marzo

Aportación:

20 euros matrícula por pareja

60 euros por pareja cada sesión



ESCUCHA

MIRADAS

RISAS

CARICIAS

*ARCILLA*

MASAJE

DINÁMICAS CORPORALES

EN PAREJA

APERTURA EMOCIONAL

*TERNURA*

MOVIMIENTO

*SENTIMIENTO*

RECONEXIÓN

EXPRESIÓN