



Consulta de Psicología y Terapias Naturales

Concepción integral de la persona, aceptando a la persona en su globalidad, teniendo en cuenta los pensamientos, las emociones, las sensaciones corporales y los comportamientos. Cuando una parte está en conflicto, las demás también lo están. Cuando sanamos cada una de ellas, estamos sanando a la persona en su conjunto.

Síntomas psicológicos

Ansiedad, estrés, depresión, fobias, problemas de relación, miedos, angustia, problemas de autoestima, conflictos emocionales...

Síntomas físicos

Dolor de cabeza, tensión en el cuello y espalda, pesadez y dolor de piernas, problemas digestivos, presión en el pecho, artrosis, contracturas, vértigos, ciática, taquicardias...

Las terapias que llevamos a cabo son las siguientes:

Psicología

De Orientación Humanista con amplia experiencia. Además de los síntomas anteriores: Terapia de Pareja, Atención a Enfermos Crónicos, Cuidados Paliativos, Problemas de Conducta, Síndrome del Cuidador...

Crecimiento Personal

El Conocimiento de uno mismo es la mejor y más interesante aventura que cualquier ser humano puede realizar. En el camino va a encontrar aspectos conocidos y desconocidos de uno mismo.

El primer paso es darse cuenta de lo que está sucediendo, siendo consciente de lo que ocurre en cada momento, viviendo el aquí y ahora.

Esto lleva a una comprensión del presente, integrando y asimilando el presente, de esta manera podremos llegar a comprender el pasado. Todos los acontecimientos de nuestra vida han desembocado en la persona que somos.

Masaje TNDR

(Técnica Naturista Desbloqueante Regeneradora)

Los bloqueos externos provenientes del mundo que nos rodea y los bloqueos internos provenientes de nuestras emociones, se reflejan en el cuerpo físico como Bloqueos de Energía, que se manifiestan externamente a la palpación como Nudos Dolorosos, Líneas Dolorosas...

El Masaje TNDR va eliminando el bloqueo energético y el físico (incluyendo el dolor, por supuesto) por consiguiente también va reduciendo el bloqueo mental del cliente, permitiéndole avanzar en la comprensión de sus síntomas y evolucionar,.

La combinación de Masaje TNDR con Psicoterapia permite integrar los cambios que está sintiendo el cliente, cambios emocionales, recuerdos que salen a la conciencia, emociones bloqueadas que emergen...

Más información en www.medicinatndr.com

Bioenergética

En esencia la Bioenergética pretende el desarrollo armonioso de la persona para que así pueda experimentar la vida en plenitud, con gozo y sin miedos.

Por medio de movimientos, juegos y respiraciones concretas viviremos la conexión entre el cuerpo, la mente y las emociones.

Dirigido a... Toda persona que desee hacer una introspección en su mundo inconsciente, y poder liberar emociones de lo más diversas como rabia, miedo, ansiedad, angustia, pena....

Meditación

La Danza del Cuerpo Energético es una visión nueva de las “técnicas de movimiento” enfocadas en el equilibrio físico-psíquico y en el Crecimiento Interior. Es una sucesión de movimientos lentos, suaves, continuos, involuntarios y conscientes. En la Danza del Cuerpo Energético el **intento** es captar todos los **instantes de movimiento** que se producen, poniendo la atención en el movimiento.

Se trabaja con visualizaciones, plena atención al movimiento o a distintas áreas corporales, meditación con minerales...

Los beneficios son: conseguir apartar la mente y centrarse en el cuerpo, aumentar la capacidad pulmonar, aumentar la conciencia corporal, reducir los problemas físicos, reducir la ansiedad y el nerviosismo, mejorar el estado de ánimo, aumentar la energía vital, mejorar los problemas cardiovasculares, aumentar la tonificación general ya que se realizan movimientos poco habituales para la persona y se trabajan músculos que normalmente no se utilizan.

Apto para todas las edades y todas las condiciones físicas, incluidos discapacitados físicos, psíquicos y sensoriales.

Danza Trance

La Danza Trance es una técnica neochamánica que emplea un ritmo respiratorio particular y música específica para inducir un estado no ordinario de conciencia en quienes bailan. Los movimientos son libres y sin coreografías, cada uno baila su propia danza para encontrarse con su ser interior, pudiendo contactar y liberar material inconsciente o viajar a lugares desconocidos de su psiquis.

Las indicaciones son las siguientes: "Cierra los ojos. Comienza el aliento de fuego. Relájate y deja que tu cuerpo se mueva al ritmo de la música. Déjate ir. El bailarín desaparece y te conviertes en la danza y tu alma viaja ajena a las limitaciones del tiempo y del espacio".

Una vez terminado el espacio de movimiento, el silencio y la quietud ayudan a integrar la experiencia, que finaliza con una ronda en la que se comparte lo vivido bajo la guía de la coordinadora.

Rebeca Greciano Tejedor

Tel. 647 09 12 03

rebecagreciano@gmail.com

psicologianatural.com