

Formación en Técnicas Psicocorporales para el Desarrollo Humano

Instructores del Sistema Rio Abierto
Bogotá-Colombia

4 módulos intensivos y sesiones permanentes entre semana– Duración 3 años

*La realidad está golpeando fuerte para que nos definamos,
dejemos de lado miedos y desconfianzas, nos tomemos de las manos,
recuperemos nuestro poder creador...*

*Maria Adela Palcos
Buenos Aires, Enero 2000*

El **SISTEMA RIO ABIERTO** trabaja a la vez en tres planos que podemos llamar corporal, psicológico y espiritual. Su objetivo es lograr una vida verdaderamente libre y consciente, identificada con la totalidad de nuestro ser. Llamamos *TRABAJO SOBRE SI* al proceso de transformación que conduce a este objetivo.

Nuestro propósito es formar un instructor que a través del aprendizaje desarrolle y actualice sus potencialidades a la vez que reconozca y elabore sus bloqueos. Creemos que este proceso personal de transformación es su mejor guía en el trabajo futuro.

Por lo tanto, el *ENFOQUE* de nuestros cursos es teórico-vivencial y el trabajo sobre sí está íntimamente ligado a la enseñanza de las técnicas.

El *APRENDIZAJE* es, tanto para el alumno, como para el docente, una experiencia de autoconocimiento. Para que sea posible, son necesarias: una actitud abierta de mente y de corazón, en relación con los otros y consigo mismo, el respeto por las leyes grupales y una asistencia continuada.

LOS DOCENTES son instructores del Sistema Rio Abierto que viajan de otros países, con largos años de experiencia y reconocimiento formando y trabajando con el sistema. Tenemos la suerte de contar con la dirección y participación de la creadora del sistema, Maria Adela Palcos, quién da inicio al curso de formación. También residiendo en Bogotá, coordina y da las sesiones intermodulares María Angélica González, Instructora del Sistema Rio Abierto formada en Buenos Aires y psicóloga.

PLAN DE ESTUDIO

PRIMER AÑO

1-Fundamentación teórica

- Bases filosóficas y psicológicas del Sistema
- Concepción del hombre: esencia, personalidad y falsa personalidad

2-Movimiento rítmico expresivo

- Estereotipos del movimiento
- El ritmo como promotor de la vitalidad
- Desarrollo de la capacidad expresiva
- Las emociones básicas: su expresión y correlato corporal

3-Masaje circulatorio energético

- Desarrollo de la percepción y de la propio-percepción
- El uso de las manos en el masaje I
- Ritmos y respiración
- Anatomía I

4-Personalidad mecánica y personalidad creadora

- Dinámica de los opuestos: o en el cuerpo o en el movimiento o en los vínculos o en el psiquismo
- Los personajes
- Observación de sí
- Identificación-Proyección

5 - Los apoyos

- Apoyos físicos, emocionales y respiratorios
- Los puntos de apoyo y su relación con la confianza

SEGUNDO AÑO

1-Lectura Corporal

- Anatomía II
- Lectura corporal desde: El esquema osteo-muscular o Los tejidos o Los ejes corporales o La respiración o Las interferencias de Centros energéticos o Lo vincular
- Integración psicofísica: posturas físicas y psicológicas, su correlación.
- Bloqueos, corazas, trabas.
- Plásticas: Apolínea, Dionisiaca y Oriental

2- La respiración

- Aspectos motores, fisiológicos y psicológicos
- Recuperación de la respiración natural
- Distintos tipos de respiración
- La respiración conciente

3-La situación de trabajo

- La clase, el masaje y la aplicación de técnicas como: o experiencia de autoconocimiento o desarrollo de las propias potencialidades o reencuentro con el Yo profundo o expansión de la conciencia

- 4-La expresión. Desarrollo de la creatividad
- Descarga. Catarsis. Desbloqueo y transformación
 - Movimiento y masaje expresivo
 - Dramatizaciones
 - La plástica
 - Liberación de la voz
 - Ampliación de la percepción auditiva
 - El uso de la música en el Sistema

- 5-Masaje de las distintas líneas de energía
- El uso de las manos II
 - Las posturas del instructor y del alumno
 - Los diferentes toques
 - Ritmos y respiración

TERCER AÑO

- 1-Trastornos y desequilibrios de la postura
- Columna vertebral: Escoliosis - Lordosis - Cifosis
 - Puntos de apoyo y de sostén
 - Alineación y respiración
 - Anatomía III
- 2-Movimiento y Masaje correctivos
- Concientización postural
 - Técnicas e instrumentación
- 3-Etapas y desarrollo de una clase
- Objetivos: físicos, psíquico-emocionales, espirituales
 - Armado, contenidos y etapas de una clase
- 4-Etapas y desarrollos de un masaje
- Práctica de masaje. Práctica y planificación de un tratamiento.
- 5- El rol del instructor
- Dinámica de grupos
 - Cualidades del instructor: registro y desarrollo
 - La ética del instructor

Egresados: Tienen la opción de cursar un año o si hay suficientes interesados un curso intensivo de 4 semana de especialización en Movimiento, Masaje, Trabajo sobre sí y Coordinación de grupos que se realiza en la Sede Central de Río Abierto Buenos Aires, Argentina, para práctica y perfeccionamiento.