

REHABILITACIÓN RESPIRATORIA CARACTEROLÓGICA

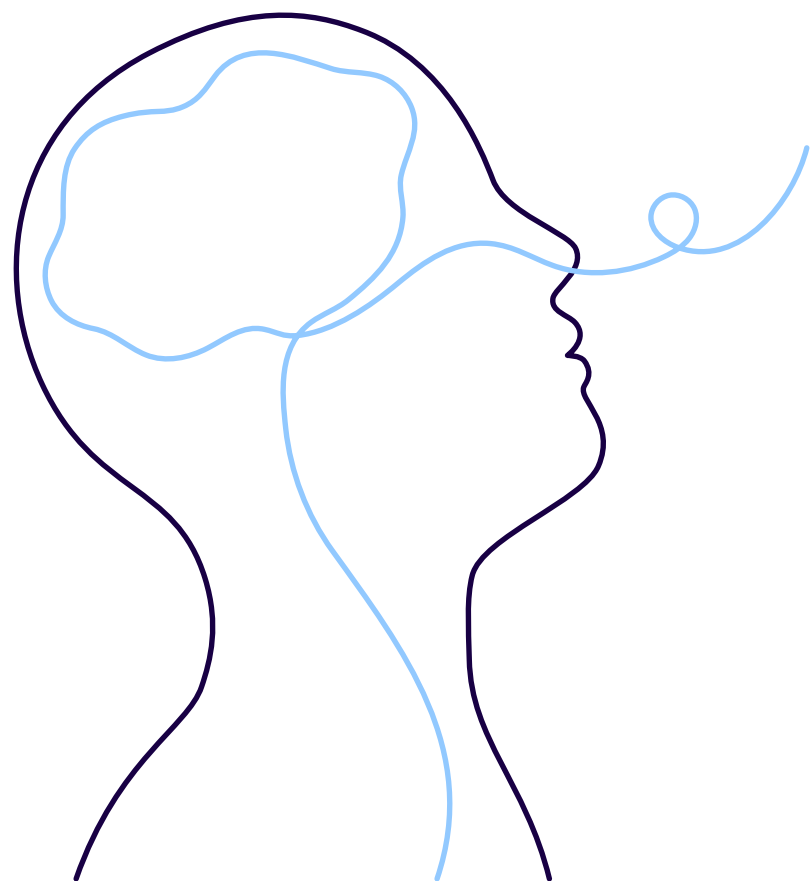
PRÓXIMAMENTE

Consulta próximas fechas

Cualquier emoción vivida queda registrada en tu cuerpo, a través de la musculatura y la respiración. Podemos renovar nuestra energía y fortalecer nuestra adultez emocional si transformamos nuestras defensas de carácter.

LA RESPIRACIÓN Y EL MOVIMIENTO

La respiración y el movimiento son las bases de la recuperación y lo exploraremos en los módulos.



Sesiones modulares
semi-presenciales

REHABILITACIÓN RESPIRATORIA CARACTEROLÓGICA

MÓDULO 1 – En línea

- El ser que respira
- La respiración en bioenergética Respiración natural
- Patrones respiratorios y respiración.
- Volúmenes respiratorios. Fisiología de la respiración. Ejercicios torácicos carga y descarga
- Carácter Esquizo
- Carácter Oral

Hablaremos y practiquemos los **patrones respiratorios que ocupan cada caracterología** para sostener la defensa.

Y qué hacer para **fomentar una rehabilitación respiratoria** que permita actualizar nuestra energía y sensación de adultez emocional.

MÓDULO 2 – Presencial

- Carácter Maso
- Carácter Psicopático
- Carácter Rígido
- Ejercicios torácicos, pélvicos carga y descarga



RESERVA TU LUGAR

**REHABILITACIÓN
RESPIRATORIA
CARACTEROLÓGICA**

NUESTRA MAESTRA LETICIA CASTELLÁ



Psicoterapeuta con más de 20 años de experiencia en el acompañamiento individual y familiar.

Leti es **Directora General de YOLLO-SHÁ** Centro de Desarrollo Humano desde 2002, donde facilita Configuraciones Sistémicas, Psicoterapia Gestalt y Grupos de Crecimiento. Ha sido consultora y capacitadora en México, Centro y Sudamérica, además de conferencista en congresos nacionales e internacionales.

Formación y Especialidades:

- Psicología (Universidad Iberoamericana) y maestría en Configuraciones Sistémicas
- Especialidad en Psicoterapia Gestalt, Constelaciones Familiares y Terapia Corporal
- Certificación en Psicología Positiva y Coaching Positivo
- Su enfoque integral combina herramientas de psicoterapia y medicina tradicional para promover el bienestar profundo.