



TALLER SENSORIAL Jugando con olores y colores

www.inspiracionescreativas.com

“LO SENTIMOS MUCHO”

ESTE TALLER ESTÁ PENSADO PARA PERSONAS SENSIBLES.

(ESPECIALMENTE CON EL OLFATO)

(Descubre la esencia de tu presencia)

El sentido del olfato es el más primitivo y potente de nuestros sentidos.



En este taller disfrutarás de un original conjunto de actividades sensoriales en donde sobre todo se experimenta y juega con los aromas como protagonistas.

Te invitamos a experimentar una increíble experiencia que conjuga el juego con aromas que estimulen tus sensaciones y percepciones olfativas, para que puedas descubrir cómo ampliar todo tu mundo emocional.

Abrir una puerta que nos acerque y comunique conscientemente con el recuerdo, rescatar recuerdos de la memoria y en el caso de ser agradables... Potenciar y anclar ese recuerdo, en el caso de ser desagradables, rechazables... Realizar una reprogramación y resignificado a la experiencia...

¿Te huele bien?

El sentido del olfato es capaz de percibir 10.000 tipos de aromas diferentes y es además el primer sentido que usamos al nacer.

El olfato también nos protege. Si te huele de manera agradable, te anima a acercarte y si te huele de forma desagradable, te obliga a alejarte, por eso se puede decir que el olfato te cuida y te protege.

Nuestros recuerdos dependen en un 35% de lo que olemos. Después le sigue el gusto con el 15%, la vista con el 0.5%, el oído el 0.2% y el tacto con el 0.1%.

Este taller, tiene mucho sentido.

SABIAS QUE:

El olfato es el sentido que antes llega al tálamo (Sin filtros mentales) Es por ello que se convierte en una herramienta potente y poderosa en la terapia. Los aromas nos conectan con nuestro inconsciente y activan emociones y/o instintos que terminan influyendo de manera determinante en el estado de ánimo de la persona (El 90% de las decisiones se basan en los instintos y/o emociones)



¿Te interesa jugar con los aromas?

Inspiraciones Creativas te ofrece un conjunto único de actividades lúdicas en donde los aromas y sus percepciones son los protagonistas.

Los olores, el juego, las sensaciones y emociones se integran en estas actividades para despertar tus recuerdos y tus emociones. Todo realizado con mucho olfato. Para que todos juguemos y metamos la nariz.

Nuestras Herramientas:

Aceites Esenciales, Especies aromáticas, (Cualquier objeto que ya de por si aporte un olor característico, Una Naranja, Arena de playa...)

Música. La música es otro de los componentes esenciales, con ella se pueden amplificar los estados emocionales.

Colores. Jugamos a pintar y conectarnos con nuestra experiencia sinestésica.

Narraciones poéticas, mitológicas... Desde tiempos inmemoriales el Ser humano ha usado la palabra para guardar la esencia de lo más profundo. Así como un aceite esencial, guarda la esencia de la planta.



... A nivel Molecular... Las moléculas son como llaves que abren los canales de la percepción. Las emociones se comportan como moléculas que reparten la información por todo nuestro cuerpo.

Las moléculas son como semillas y estas semillas germinan con la esperanza de dar frutas saludables. Emociones saludables.

Los olores son como la lluvia que riega y despierta a la semilla. Haciendo germinar a la misma emoción. Haciéndonos sentir la vida en su máxima expresión.

OBJETIVOS:

Favorecer la respuesta sensoperceptiva y emocional, utilizando el juego y los aromas.

¿Quieres jugar con nosotros?

FACILITADORES;

José Carlos Soto y José “El Cid” te llevarán de la mano en esta experiencia. Los dos cuentan con un gran bagaje de aprendizaje en actividades lúdicas y sensoriales. El objetivo es emocionarte y despertar tu creatividad.



¿Deseas explorar tus emociones a través del olfato?

ACTIVIDADES:

1/ “Usando la nariz” jugamos y olemos. Poner en contacto a los participantes con diferentes olores que se suministraran de diversas maneras. (Telas, papel, frascos, sacos de olor...) se les invita a reconocer y clasificar los diferentes olores. (Se puede usar música, canciones, poemas, mitos...)

2/ “Yo olfateo, juego y relaciono” Se invita a los participantes a oler y relacionar los olores con recuerdos y eventos que estos aromas le transmitan.

Elaborar o describir las situaciones evocadas y construir relaciones con las emociones que aparecen. SURJAN.

3/ “Para que uso la nariz” Relacionar los olores con las funciones del olfato. Si me gusta el olor me acerco, si no me gusta, me alejo. (Función defensiva o de supervivencia) Relaciono olores con alimentos (Cooperación Olfato-gusto) Reconozco olores (Función de reconocimiento) ¿Que me recuerdan los olores? (Función de memoria)



REPROGRAMACION

4/ “Oliendo me emociono y aprendo” Terminamos respirando profundamente los aromas preferidos y los asociamos a las emociones POSITIVAS. Se manifiestan esas emociones en palabras, versos, etc....Escritos en folios y se comparten. Se juega a asociar palabras y fabricar asociaciones entre los participantes (Jugar con la palabra que los participantes han escrito, se reconstruyen oraciones, se elaboran rimas, etc.)

5/ Cerrar con unas sugerencias sobre aromas y sus utilidades practicas (Elaboración de sinergias)



Duración del taller: 2 horas.

Dirigido a todo público. En especial a aquellos que quieran canalizar y vivenciar emociones por intermediación del juego y los aromas.

EXPERIMENTAR CON OTROS SENTIDOS



www.inspiracionescreativas.com

info@inspiracionescreativas.com

659.53.10.79 (José Carlos) 685.57.17.76 (José Luís)