



El llenguatge corporal per a la comunicació



Barcelona
Dimarts, 19/09/2017

La píndola formativa abordarà com l'expressió del propi cos permet que la relació amb els altres sigui més integral.

En el marc de l'[Escola d'Estiu del Voluntariat](#), un projecte formatiu de la [Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària \(DGACC\)](#), l'[Associació Benestar i Desenvolupament \(ABD\)](#) organitza la píndola informativa '**El llenguatge corporal per a la comunicació**'. La formació està reconeguda pel [Pla de Formació del Voluntariat de la de Catalunya](#) i té una durada de **3 hores**.

El llenguatge corporal és una manera de comunicació que comprèn tot el que té a veure amb el llenguatge no verbal, com els **gestos**, les **postures**, els **moviments**, i que transmeten i informen d'alguna cosa que va **més enllà de les pròpies paraules** i del llenguatge verbal. Tenir **coneixement del propi llenguatge corporal** i de la seva pròpia expressió col·labora, entre altres coses, a la identificació de les pròpies emocions.

Tenir present l'expressió del propi cos permet que la perspectiva de l'abordatge en la **relació amb els altres sigui més integral** i que la comunicació estigui més d'acord amb allò que sentim.

Contingut:

- Prendre consciència del propi llenguatge corporal.
- Identificar les pròpies emocions a través del cos: on s'allotgen, com les exprés corporalment. I aprendre què necessito fer amb aquestes emocions a través del cos.
- Identificar els propis bloquejos corporals i aprendre a realitzar un acompanyament dels mateixos a través de la respiració i de determinades tècniques posturals.
- Utilitzar el joc com a porta d'entrada al nostre llenguatge corporal i com podem usar-ho com a via per relacionar-nos amb els altres.

Dies: 19 de setembre

Hora: 18.00 - 21.00 h

Lloc: C. Quevedo, 2. Baixos. Barcelona

Data:

Dimarts 19 set

Hora:

18:00

Organitzador: Associació Benestar i Desenvolupament

Correu electrònic de l'organitzador: mplana@abd-ong.org

Enllaç: [Anar al web de l'esdeveniment](#)

URL d'origen: <https://xarxanet.org/agenda/el-llenguatge-corporal-la-comunicacio>