

## **CURSO: "TÉCNICA DE LA CAJA DE ARENA.TRAUMA Y RESILIENCIA"**

### **Introducción**

La técnica de la Caja es una de las técnicas terapéuticas más útiles en el trabajo con niñas/os, adolescentes y personas adultas. Es especialmente eficaz cuando no se puede verbalizar el sufrimiento o cuando ponerlo en palabras puede resultar retraumatizante.

Por ello es una potente herramienta de intervención psicoterapéutica, especialmente indicada para trabajar con:

- Supervivientes de violencia: maltrato infantil, abuso sexual infantil, violencia de género y/o violencia sexual.
- Crisis vitales y otras situaciones traumáticas: despidos, divorcios y rupturas de pareja, accidentes, etc.

La técnica de la Caja de Arena permite la distancia necesaria para explorar el conflicto inconsciente y elaborar la experiencia traumática sin tanto dolor. Facilita la integración de los recuerdos, percepciones y sensaciones disociadas que causan malestar en la persona. Esta técnica proporciona las condiciones adecuadas para activar la tendencia natural que tiene cualquier persona a sanarse a sí misma, crecer y desarrollar su potencial.

### **Objetivos**

---

- Conocer la Técnica de la Caja de Arena desde la perspectiva del trauma y la reparación.
- Entrenar los pasos a seguir durante una sesión con la técnica de la caja de arena.
- Descubrir sus beneficios en los procesos psicoterapéuticos y/o de acompañamiento psicosocial.

### **Contenidos**

---

Historia y técnica de la Caja de Arena.

Trauma, resiliencia y Caja de Arena.

Dinámicas de entrenamiento en la técnica. Cómo conducir una sesión y cuál es el rol de el/la terapeuta.

Exposición de casos prácticos con adolescentes y personas adultas.

Exposición de casos prácticos de niños y niñas.

### **Profesorado**

---

**D<sup>a</sup> Sonia Cruz Coronado.** Psicóloga colegiada M-17572. Psicóloga especializada en psicotraumatología. Posgrado en Prevención de la Violencia de Género y Atención Integral a Víctimas. Coordinadora y psicóloga del Centro de Atención a Mujeres Víctimas de Violencia Sexual de la Comunidad de Madrid.

**D<sup>a</sup> Yolanda Trigueros Olmedo.** Psicóloga colegiada M-20106. Psicoterapeuta. Máster en Psicoterapia Psicoanalítica. Posgrado en Prevención de la Violencia de Género y Atención Integral a Víctimas. Psicóloga del Centro de Atención a Mujeres Víctimas de Violencia Sexual de la Comunidad de Madrid.

M<sup>a</sup> Ángeles de la Cruz. Psicóloga. Doctora en Psicología en el ámbito de Violencia de Género y Sexual. Psicóloga infantil en la organización CAVAS y en el Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género de la Comunidad de Madrid (PMORVG) de Pozuelo de Alarcón

## **Duración**

---

12 horas

## **Fechas y horario**

---

30 de septiembre y 1 de octubre, viernes de 16.00 a 21.00 h. y sábado de 9.00 a 14.00 y de 15.30 a 17.30 h.

## **Destinatarios/as**

---

Grado o Licenciatura en Psicología o Medicina y estudiantes del último curso de estas disciplinas.

## **Inscripción**

---

Colegiados/as en desempleo y colegiados/as jubilados/as: 100 €.

Estudiantes asociados/as al Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid: 100 €.

Psicólogos/as colegiados/as y estudiantes: 110 €.

Psicólogos/as no colegiados/as: 150 €