

EL VIAJE DE LAS EMOCIONES



Una experiencia inmersiva que invita a niñas y niños a explorar emociones, pensamientos y valores humanos a través del juego, la improvisación teatral, los títeres y la música.

Índice

Objetivos	2
Metodología	3
Beneficios	5
Susana Paz	6
Información práctica	7



Objetivos

- Comprender las emociones y descubrir cómo funcionan el cerebro, el cuerpo y las hormonas.
- Explorar el funcionamiento de la mente y los pensamientos, comprendiendo cómo nuestras creencias, percepciones y formas de atención influyen en la realidad que percibimos, creamos y experimentamos.
- Desarrollar herramientas para la gestión emocional a través del juego, la improvisación teatral, los títeres y la música.
- Potenciar la autoestima, la confianza, la comunicación y la expresión emocional como vías para desarrollar el máximo potencial de cada participante.
- Fomentar valores humanos como la empatía, el respeto, la cooperación y la solidaridad.
- Desarrollar la conciencia de totalidad desde una visión holística del ser humano.
- Comprender el funcionamiento de los sistemas de recompensa y su relación con las adicciones tecnológicas y audiovisuales.



Metodología

He desarrollado esta metodología a lo largo de casi dos décadas de experiencia artística e investigación en neurociencia, psicología, espiritualidad y desarrollo humano.

Basada en el juego, la improvisación teatral, los títeres, la música, el movimiento y la creatividad, cada sesión se adapta a las necesidades del grupo y se construye a través de juegos dinámicos, materiales diseñados específicamente para la actividad, personajes representados por títeres, creación de historias, improvisación y música original compuesta por mí para acompañar el viaje emocional.



Desde una visión holística del ser humano, la propuesta integra emociones, cuerpo, mente, pensamiento, valores y conciencia.

Las emociones, las hormonas, los pensamientos, los sistemas de recompensa, los valores humanos y la conciencia de totalidad dejan de ser conceptos abstractos para ser explorados a través del juego, la creatividad y la participación.

Un espacio de libertad y descubrimiento para desarrollar el autoconocimiento, la creatividad y el máximo potencial de cada participante.



Beneficios

- Más autoestima y confianza.
- Más creatividad e imaginación.
- Mejor gestión emocional.
- Mejores habilidades sociales y de comunicación.
- Más empatía, cooperación y respeto.
- Menor dependencia de las pantallas.
- Más juego, curiosidad y pensamiento crítico.
- Un espacio para descubrir su máximo potencial.



Susana Paz

Tras licenciarme en Derecho, decidí dedicarme profesionalmente a las artes, especializándome en teatro, creatividad y desarrollo humano. Hace dieciocho años fundé Sonrisas Mágicas, una compañía de teatro infantil dedicada a la educación emocional, los valores y la conciencia social.

También soy la creadora de *"Los Mundos de Sonrisas"*, canal infantil de YouTube que fomenta la creatividad y el pensamiento crítico.

Ganadora del Premio a la Mejor Actriz de INRTVE y participante en películas dirigidas por José Luis Garci, también dirijo *CorArt*, creando experiencias artísticas inmersivas y performances interactivas.

El Viaje de las Emociones es la síntesis de mi trayectoria artística, educativa y de desarrollo humano al servicio de la infancia y de una sociedad más consciente.

Más Info:  www.susanapaz.org



INFORMACIÓN PRÁCTICA

DURACIÓN:

Se presentan diferentes formatos que pueden variar según las necesidades del lugar.

Intensivo un día: 3 horas.

Intensivo de una semana: 2 horas durante 4 días sucesivos.

EDAD RECOMENDADA: De 6 a 10 años.

Para niños de 4 y 5 años; La duración en este caso es de 1 h.

NUMERO MÁXIMO: 15 participantes.



¿ESTAS PREPARADO
PARA EL VIAJE?

