

Curso de Capacitación en Técnicas y Recursos de Arteterapia

Módulo 6

SENTIR

Frases **MOTIVADORAS** y **disparadoras** de **SUEÑOS** y
DESEOS

Para **DINÁMICAS GRUPALES**.

“Solo el amor nos permite escapar y transformar la esclavitud en libertad.” Paulo Coelho.

.....

“A veces sentimos que lo que hacemos es tan solo una gota en el mar, pero el mar sería menos si le faltara una gota. “

Madre Teresa de Calcuta.

.....

“Es increíble lo que puedes lograr si crees en ti mismo. “

Samuel Walton.

.....

“Nunca es demasiado tarde para ser lo que podrías haber sido”. George Eliot.

.....

“Tu crecimiento no depende de lo que ganes en la lucha; sino de la fuerza interior que desarrollas para triunfar. “

Annie Wood Besant.

.....

“Lo que puedas hacer o sueños que puedes hacer, empíezalo; en la audacia hay genio, poder y magia.”

Johann Wolfgang Von Goethe.

.....

“La distancia no importa. Lo que importa es dar el primer paso.” Marie Anne Du Deffand.

.....

“Si supiera que el mundo se acaba mañana, yo, hoy todavía, plantaría un árbol”. Martin Luther King.

.....

“Es el cuidado lo que hace prosperar la obra. Si añades un poco a lo poco y lo haces así con frecuencia, pronto llegará a ser mucho”. Hesíodo Poeta Griego (S. VIII A.C.)

.....

“Puede ser un héroe tanto el que lucha como el que sucumbe, pero jamás el que abandona el combate.” Thomas Carlyle. Historiador Británico.



“La alegría está en la lucha, en el esfuerzo, en el sufrimiento que supone la lucha, y no en la victoria misma.”

Mahatma Gandhi.



“La esperanza y la paciencia son los dos cojines sobre los que nos podemos reclinar en la adversidad.”

Robert Burton. Humanista Británico.



“La felicidad sobreviene cuando lo que piensas, lo que dices y lo que haces están en armonía.” Mahatma Gandhi



“Quién pretende una felicidad y sabiduría constantes deberá acomodarse a frecuentes cambios.” Confucio



“La felicidad es algo que cada uno lleva en sí mismo sin darse cuenta de ello.” Hugo Betti. Dramaturgo Italiano.



“Lo más difícil de aprender de la vida es qué puente hay que cruzar y qué puente hay que quemar.” David Syme Russell.

.....

“Lo esencial es invisible a los ojos, solo con el corazón se puede caer bien.” Antoine de St. Exupery.

.....

“Las cosas no cambian, cambiamos nosotros. Si quieres cambiar el mundo, cámbiate a ti mismo.” Mahatma Gandhi.

.....

“El verdadero camino de exploración no consiste en descubrir nuevas tierras sino en tener nuevos ojos.” Arcel Proust

.....

“En vano se hacha la red ante los ojos de los que tienen alas.”
Gabriela Mistral.

.....

“Nuestra gran debilidad es siempre la renuncia. El único camino cierto para lograrlo es volver a intentarlo una vez más.” Thomas A. Edison.



DINÁMICA GRUPAL

- 1 – Imprime y recorta cada una de las frases de arriba
- 2 – Ponlas dentro de una caja, puede ser una caja bonita, de cartón o de madera, como más te guste, puede estar envuelta en papel de regalo, forrada en color, o fuera una “caja de sorpresas”
- 3 – Mantén el suspenso y pregunta al grupo qué imaginan que hay dentro
Para jugar con la imaginación- si esta caja fuera de un chico, ¿Qué creen que habría dentro?
Si fuera de un mago ¿Qué imaginas que habría dentro?
Y si fuera de un anciano sabio ¿Qué imaginas que puede haber?
- 4- Cada uno va a tomar una frase, éstas deben estar boca abajo en el suelo. Luego la va a leer, a reflexionar que mensaje me trae hoy a mí.
- 5 – Van a sociabilizar y compartir la frase de cada uno y sus resonancias.



Todos los derechos reservados. Gabriel De Marco. Psicólogo Social. (Caeps) Arte terapeuta (1° Esc. Arte terapia Argentina). Preventor en Toxicomanía (Universidad Lomas de Zamora) Operador en prevención y rehabilitación de adicciones (Redba) Diplomatura Internacional en Psicología Positiva (CPPA) Diplomado en Psicología Social Comunitaria (Univ. San Martín)
