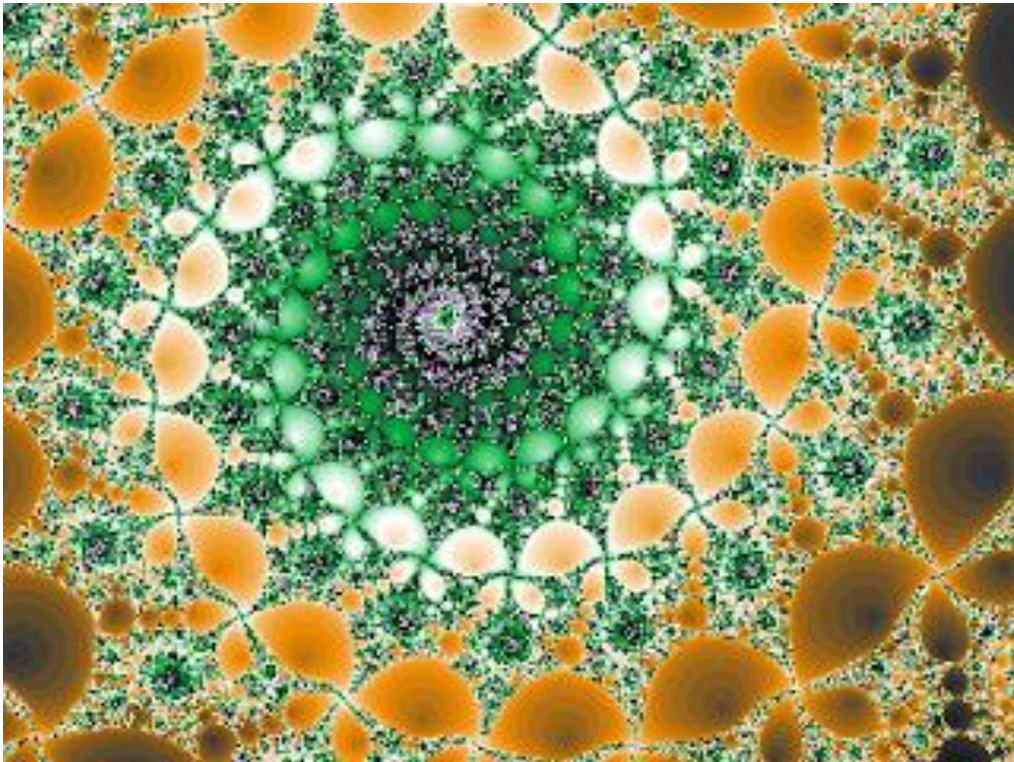


**PROGRAMA DE LA FORMACIÓ EN
TERAPIA INTEGRATIVA, RESPIRACIÓ
CONSCIENTE & PRACTITIONER EN PNL
2020-2021**



Directora Ros Farrés Vilarrasa

meta
INSTITUT SISTÈMIC
Ros Farrés Vilarrasa



Programa de la formación en

Terapia Integrativa, Respiración Consciente & Practitioner en PNL

Directora **Ros Farrés Vilarrasa**

El nivel básico incluye el Practitioner en PNL, avalado por la Asociación Española de Programación Neurolingüística



En **Barcelona**

Nivel **Básico** de Enero 2020 a Diciembre 2020

Nivel **Avanzado** de Enero 2021 a Junio 2021

Travessera de Dalt, 11, 08024-Barcelona
Tel. 616 849 606 e-mail: info@metaescola.com
www.metaescola.com

(Versión 26-11-2019)

Nuevo programa! Nuevas propuestas!

Terapia Integrativa, Respiración Consciente & Practitioner en PNL

“Un viaje de lo personal a lo Transpersonal”

- Nuestra formación está diseñada para las personas que quieren profundizar en su autoconocimiento y desarrollar una profesión con futuro. **Especialmente dirigida a personas que hayan realizado diferentes formaciones y aun no hayan encontrado la confianza y el impulso para empezar a trabajar en consulta o en grupos.**

También para personas que, habiendo realizado la formación en Constelaciones Familiares, PNL o Biodescodificación, les falta una base terapéutica, recursos o quieren ampliar su formación para empezar a trabajar. También para quienes quieren hacer un proceso de crecimiento personal.

- **Con esta formación aprenderás las claves y las herramientas de excelentes terapeutas y reafirmarás tu confianza y autoestima personal y profesional. Practicaremos desde el primer día en sesiones individuales, bajo la supervisión de los profesores vas a encontrar tu propio método de trabajo, para así ir generando confianza en tus aprendizajes anteriores y en los de ahora.**
- **Esta formación es el eslabón que te falta para empezar tu andadura como terapeuta profesional! ESTA ES TU FORMACIÓN**

También va dirigida a estudiantes, graduados y profesionales de la enseñanza, la medicina, la psicología, la asistencia social, la enfermería, etc., así como a todas las personas que quieran profundizar en el campo de la experiencia humana, tanto en el ámbito personal como en el profesional.

Está impartida por profesionales con una larga experiencia en los campos de la Psicoterapia, la Respiración Consciente, la PNL y la Terapia Gestalt.

- **Certificación: Una vez realizado el nivel básico, el alumno obtiene el Diploma de Meta y el de la Asociación Española de PNL que certifica el NIVEL PRACTITIONER.**

Qué ofrecemos: un innovador método de terapia que combina la habilidad terapéutica con herramientas de probada eficacia: la Respiración Consciente, la PNL y la Terapia Gestalt. Esto permite acompañar al cliente desde el estado presente al estado deseado, revisando y sanando cada uno de los elementos que le impiden soltar lastres y caminar, como una persona integrada en su presente, hacia su futuro.

Cómo es una sesión: Empieza con la toma de conciencia empática, continua con trabajos de PNL y Gestalt, y concluye con una sesión de Respiración Consciente que permite al cliente sanar e integrar lo vivido en la sesión.

Testimonios de antiguos alumnos

"Per mi la Teràpia Integrativa ha significat un abans i un després, és una transformació absoluta, com en la vida, que amb els anys canvies, aprens i et transformes, només que amb la formació, es comprimeix part d'aquests anys i ho fas en menys temps. A la vegada, els terapeutes fan la seva feina i et planten situacions davant que et fan entrar en el conflicte en primera persona, és a dir, deixar de centrar-lo fora i veure què estàs fent tu per a que això es doni."

Lara P.L.

Llegué a Meta con un objetivo claro "quiero ser terapeuta". Tenía unas bases y mucha inquietud por aprender. Al acabar la entrevista me inscribí. La formación no es algo que ocurre paralelo a tu vida, así que inevitablemente tu proceso personal y tu crecimiento como profesional van de la mano.

Me he sentido acompañada, sostenida y libre. Todo en una medida justa para mí en el momento preciso. Todo ello va armando un paquete de conocimientos no sólo intelectuales. La actitud terapéutica está presente en todo momento. He aprendido a escuchar desde el cuerpo, a estar en mí y en el otro al mismo tiempo.

Es una formación vivencial, donde cada técnica que aprendes la integras con práctica, práctica, práctica.

Anna G. Q.

"He cursat a META dues formacions, CFS i TI, ambdues formacions han suposat per a mi un gran avenç de creixement i descoberta personal! En relació als aprenentatges teòrics crec que el temari que s'ofereix a l'alumnat és ampli i que abarca els continguts i l'exigència suficients com perquè si hom ho desitja pugui dedicar-s'hi professionalment.

META amb el seu equip i altres col·laboradors externs, ofereix professionalitat, un ambient càlid, crea un context de confidencialitat, respecte, i d'acompanyament als processos de cada individu.

Altres arguments pels quals recomanaria META tenen a veure amb la composició dels grups, no hem estat 'macro' grups, fet que considero beneficiós donat que ha facilitat la proximitat entre tots els membres implicats en les formacions.

Alhora assistir a altres tallers fora del temari de les formacions permet ampliar coneixements, enfoc i mirades a aquelles persones que estan en un camí de descoberta personal i professional.

Moltes gràcies Ros i Sebastià!

Marta L.J.

Para mí la formación en Terapia Integrativa ha implicado un punto de inflexión en todas las áreas de mi vida. Profesionalmente, me ha ayudado a incorporar nuevas miradas, el aprendizaje de muchas herramientas y nuevas maneras de hacer más respetuosas y ecológicas con los usuarios y clientes a los que acompaño.

A nivel personal siento que estoy más en coherencia conmigo misma. Siento, pienso y actúo desde un lugar más consciente, más maduro y respondiendo a mis necesidades y no a la de los demás. Lo cual me permite estar en contacto con mi paz interior y también con mi familia.

Todo esto no habría sido posible sin el acompañamiento y asesoramiento de Ros Farrés y el gran equipo de profesionales que la acompañan en esta formación. He de resaltar la calidad humana y la gran profesionalidad de todo el profesorado.

En resumen, considero que ha sido una formación muy completa que me ha proporcionado una muy buena base para iniciarme en la profesión de terapeuta y transformarme como persona.

Gracias, gracias, gracias... estaré siempre agradecida!

Beatriz Ruiz Caparrós

**Programa de la Formación en
Terapia Integrativa, Respiración Consciente &
Practitioner en PNL
-Un viaje de lo Personal a lo Transpersonal-**

NIVEL BÁSICO

De Enero 2020 a Diciembre 2020, un total de 11 módulos

Módulo 1. Fundamentos de la Terapia Integrativa

Imparten: Ros Farrés, Anna Argany & Silvia de la Rosa

Días: 31 de Enero, 1 y 2 de Febrero.

El Papel de la Terapia de Respiración Consciente Integrativa en el campo del desarrollo humano. La Respiración Consciente como elemento integrador cuerpo mente. La respiración y los campos de vibración I.

- **Fundamentos Básicos de la programación Neurolingüística. PNL**

Introducción, raíces históricas y evolución de la PNL. Suposiciones básicas sobre el aprendizaje. Presuposiciones de la PNL. Construcción de la experiencia subjetiva. El mapa personal de la realidad. Mapas y territorios. Conocimiento de nuestro estado interno.

- **Teoría, práctica y sesión de Respiración Consciente**

Módulo 2. Introducción a la Terapia Gestalt

Días: 28 y 29 de febrero, y 1 de Marzo.

Imparten: Ros Farrés, Sebastià Riera & Silvia de la Rosa

- **Programación Neurolingüística PNL**

Patrones lingüísticos. Sistemas Representativos. Submodalidades. Movimientos oculares

- **Fundamentos básicos de la Terapia Gestalt**

Presentación de la Terapia Gestalt. La actitud y las reglas gestálticas. El darse cuenta.

- **La Respiración Consciente**

Cómo conducir una sesión.

Módulo 3: La Comunicación Verbal y no Verbal

Días 20, 21 y 22 de Marzo 2020

Imparten: Ros Farrés, Anna Argany & Xavier Guix

Las leyes de la Mente. Perdón sano, perdón tóxico.

- **Programación Neurolingüística P.N.L.**

Creación de sintonía y rapport. Calibrage, agudeza sensorial y empatía. Patrones de modelaje y rapport. Premisas básicas de la Comunicación. Modalidades de intervención comunicativa: Empática, confrontativa. Escucha activa y realimentación (Feedback).

- **Terapia Gestalt**

El contacto: formas y fronteras del contacto. La silla vacía

- **Teoría, práctica y sesión de Respiración Consciente**

Módulo 4. Realidades básicas del individuo

Días 24, 25 y 26 de Abril 2020

Imparten: Ros Farrés & equipo Meta

La Relación con los Padres. El/la niñ@ pequeñ@. La respiración consciente aplicada a la terapia. El genograma.

- **Programación Neurolingüística P.N.L.**

Tipos de acompañamiento. Incongruencia. Acompañamiento de la incongruencia. Integración visual de una polaridad. Cambio de historia personal.

- **Teoría, práctica y sesión de Respiración Consciente.**

Módulo 5. Habilidades Terapéuticas: Emociones e Inteligencia Emocional

Días 22, 23 y 24 de Mayo de 2020

Imparten: Ros Farrés

Conocer vivenciar y gestionar nuestras emociones.

Estados emocionales que potencian y desgastan

- **Programación Neurolingüística P.N.L.**

Puente al futuro. Anclajes. Submodalidades. Mapa comparativo. Swish.

- **Teoría, práctica y sesión de Respiración Consciente.**

Módulo 6. La relación entre cliente y terapeuta. Habilidades Terapéuticas

A partir de este módulo se inician las Prácticas Supervisadas entre los alumnos, fuera de los módulos de formación

Días 12, 13 y 14 de Junio de 2020

Autoestima y Asertividad del Terapeuta

Imparten: Ros Farrés, Anna Argany & Magí Franquesa

El abordaje terapéutico de Carl Rogers, Fritz Perls y Milton Erickson. Historia de las diferentes miradas psicológicas. Los límites de la ayuda terapéutica. La deontología profesional. Las transferencias en las sesiones. Diferentes supuestos para abordar estas situaciones. Supervisión de casos.

▪ Programación Neurolingüística P.N.L.

El terapeuta como su propia herramienta. Deseos y miedos del terapeuta. Estrategias mentales. Tipos de conflicto y tipos de cambio. Las Fobias. Patrón de cambio

Módulo 7. Rituales Chamánicos y Sistémicos. PNL: El Metamodelo y los Objetivos. Módulo residencial

Días 9, 10, 11 y 12 de Julio de 2020

Imparten: Ros Farrés, Sebastià Riera & Anna Argany

Autoestima y Asertividad I. El diálogo Interno.

▪ Programación Neurolingüística P.N.L.

Metamodelo del lenguaje. Condiciones para una buena formulación de objetivos. Las Anclas: Métodos y Procedimientos

▪ Terapia Gestalt

La escena temida

▪ Teoría, práctica y sesión de Respiración Consciente

Módulo 8. La Hipnosis y el Focusing

Días 25, 26 y 27 de Septiembre 2020

Imparten: Ros Farrés & Anna Argany

Hipnosis y el lenguaje Hipnótico. Introducción a las metáforas. Cura rápida de fobias. Estrategias en PNL. Orientaciones para evocar una estrategia.

Introducción al Focusing.

Módulo 9. Las Creencias y los Valores

Días 23, 24 y 25 de Octubre 2020

Imparten: Ros Farrés & Teresa Falgueras

El cerebro. La estructura de la comunicación.

▪ **Programación Neurolingüística P.N.L.**

Modelo P.O.P.S. Congruencia y Polaridades. Chequeo Ecológico. Los Estados de la Mente y el Sistema Nervioso. Visualización y Fantasías Guiadas. Identificación y cambios de creencias. Los valores.

▪ **Teoría, práctica y sesión de Respiración Consciente**

Módulo 10. La PNL. Herramientas Terapéuticas

Días 20, 21 y 22 de Noviembre 2020

Imparten: Ros Farrés & Xavier Guix

Habilidades Terapéuticas

▪ **Programación Neurolingüística P.N.L.**

Estrategia de creatividad Disney. Estrategia de flexibilidad de Nueva Orleans. Generador de nuevos comportamientos. El cambio y las técnicas del cambio. Estado presente y estado deseado.

▪ **Teoría, práctica y sesión de Respiración Consciente.**

Módulo 11. Programación Neurolingüística PNL

Días 18, 19 y 20 de Diciembre 2020

Imparten: Ros Farrés, Anna Argany & Equipo Meta

▪ **Práctica Supervisada de sesiones**

Las realidades del Individuo. Las caras de las emociones. Gestión de estados emocionales. Inteligencia. El miedo y la Ansiedad.

▪ **Programación Neurolingüística P.N.L.**

. Niveles Neurológicos. Intervenciones en PNL. Estrategias en PNL.

▪ **Teoría, práctica y sesión de Respiración Consciente**

Al final de este primer año, el alumno habrá realizado 245 horas entre Terapia Integrativa y Practitioner en PNL. Obtendrá un certificado de Meta de 155h., más el diploma acreditativo de Practitioner en PNL de 90 horas,

expedido conjuntamente por Meta y la Asociación Española de Programación Neurolingüística AEPNL, que permite formarse en Master y Trainer en cualquier escuela reconocida por la AEPNL.

NIVEL AVANZADO

De Enero 2021 a Junio 2021, un total de 6 módulos

Módulo 12. Introducción al Eneagrama

Días a concretar de Enero 2021

Imparten: Ros Farrés & Sebastià Riera

Presentación de los nueve tipos. La esencia y la personalidad. Las tríadas. Las alas. Las direcciones de integración y desintegración. Identificación del tipo de personalidad. La dramatización gestáltica.

Módulo 13. Rituales Chamánicos y Sistémicos

Imparten: Ros Farrés & Sebastià Riera

Días a concretar de Febrero 2021

Introducción al chamanismo. Elementos del ritual. Las manifestaciones del alma. Los animales de poder. La sanación chamánica. La Rueda de la Medicina.

Módulo 14. Coaching I

Días a concretar de Marzo 2021

Imparte: Victoria Nicuesa

Fundamentos y conceptos del Coaching, origen del Coaching, aportaciones al Coaching desde las diferentes disciplinas psicológicas. El Coaching y la espiritualidad. El proceso del Coaching, cualidades de un Coach, la comunicación en grupo. Bases del acompañamiento en la relación entre el coach y el cliente.

Módulo 15. Coaching II

Días a concretar de Abril 2021

Imparte: Victoria Nicuesa

Las preguntas efectivas como motor de cambio, la secuencia de preguntas, la magia de la metáfora de la comunicación. Estrategia Disney para la comunicación. Actitudes y valores que facilitan nuestros compromisos, cómo crear un estado alineado con nuestro objetivo. La matriz de la comunicación: personas, mensaje, canal.

Módulo 16. Coaching III

Días a concretar de Mayo 2021

Imparte: Victoria Nicuesa

Reconocimiento del estilo de aprendizaje, ensayo mental, visualización de éxito. Coaching emocional: el papel de las emociones en el proceso de Coaching. Construcción de las emociones: rabia, tristeza, miedo, amor, alegría, placer, fenómenos cognitivos asociados a las emociones, la educación emocional. El saboteador interno. Expansión de la conciencia: estados generativos, Mindfulness, los Cuatro Acuerdos (Miguel Ruiz).

Módulo 17: La gestión eficaz de los grupos. La Ética del Terapeuta

Días a concretar de Junio de 2021

Imparten: Ros Farrés & Anna Argany

Cómo hablar en público. Estrategias de comunicación grupal. Dinámica de grupos. Apertura y cierre de un grupo. La ética del terapeuta. La difusión del terapeuta como profesional. Cierre de la formación.

CIERRE DE LA FORMACIÓN

Complementos de la formación

- 25 horas de prácticas supervisadas entre los alumnos, además de las realizadas en cada uno de los módulos. En total 50 horas.
- Confección del propio genograma familiar.
- Lectura y síntesis de cinco libros específicos más memoria final de la formación.
- Haber hecho, o estar realizando, un ciclo de como mínimo 5 sesiones individuales con uno de los terapeutas del equipo Meta.

INFORMACIÓN PRÁCTICA	
Matrícula 250€ Si se paga antes del 10 de Enero de 2020: 200€	250,00 €
Precio del Nivel Básico: Enero 2020 a Diciembre 2020, a pagar en 11 mensualidades de 210 euros . En el módulo residencial, la estancia se paga aparte.	2.310,00€
Precio del Nivel Avanzado: Enero 2021 a Junio 2021, a pagar en 6 mensualidades de 210 euros .	1.260,00€
Horario de los módulos de fin de semana: ✓ Viernes, de 17h a 21h. Sábado, de 10h a 14h y de 16h a 20h. Domingo, de 10h a 14h.	
Horario del módulo residencial: ✓ Desde el Jueves a las 17h, hasta el Domingo a las 14h.	
☞ Los dos niveles se pueden realizar por separado. ☞ Todos los precios tienen el IVA incluido.	
☞ En caso de no asistir a un módulo se pagará la totalidad del mismo, y se podrá recuperar en la próxima formación o en otro taller similar impartido por Meta, durante los dos años siguientes a la finalización de la formación.	
La Formación incluye	
✓ Clases presenciales con teoría, práctica y prácticas supervisadas ✓ Material didáctico ✓ Prácticas de sesiones individuales supervisadas durante la formación ✓ Trabajos supervisados de lectura, síntesis y comentarios de libros	
Titulación	
Una vez completada la formación, habiendo asistido por lo menos a un 90% de la misma y cumplidos los complementos requeridos, se entregará al alumno: <ul style="list-style-type: none"> • El diploma acreditativo como Terapeuta en Terapia Integrativa, Respiración Consciente & PNL, expedido por Meta, de 305 horas, entre teoría, práctica y prácticas supervisadas. • El diploma acreditativo de Practitioner en PNL, de 90 horas, expedido conjuntamente por Meta y la Asociación Española de Programación Neurolingüística AEPNL, que permite formarse en Master y Trainer en cualquier escuela reconocida por la AEPNL. 	
La Formación se realizará en	
Meta Institut Sistèmic Travessera de Dalt, 11 08024 BARCELONA	Teléfono: 616.849.606 Email: info@metaescola.com Web: www.metaescola.com
Dirección	ROS FARRÉS VILARRASA
Proyecto didáctico	Ros Farrés & Sebastià Riera
Coordinación y organización	Meta Institut Sistèmic

Estos son los contenidos del programa de Practitioner en Programación Neurolingüística, avalado por la AEPNL. La formación en Terapia Integrativa de Enero a Diciembre contiene completo todo el Practitioner.

PNL: Área de Comunicación

Estructura de la comunicación humana: el Círculo comunicativo. Construcciones lingüísticas. Meta-modelo de Lenguaje y modelo Milton Erickson. Sincronicidad y Rapport. Modelos de recepción, resonancia y respuesta. Acompañamiento verbal y no verbal. Coherencia-incoherencia. La escucha activa. La reformulación. Modalidades de intervención comunicativa: empática, simpática, confrontativa, respetuosa, genuina, concreta e inmediata. Triple posición perceptiva. El modelo Satir. Sistemas representacionales [VAC] y claves de acceso. Distancias interpersonales, etc.

PNL: Área de Relación de Ayuda

Tipos de conflictos y tipos de cambios: primer y segundo orden. Polaridades. Squash visual. Cambio de historia personal. Cura rápida de fobias. Reframing. Reestructuración de comportamiento. Estrategias para conflictos interpersonales. Eliminación de bloqueos. Swish: uso de las submodalidades para el cambio. Estados asociados y disociados. Técnicas regresivas. Reencuadre [contexto-significado]. Investigación Transderivacional. Las metáforas, etc.

PNL: Área de Creatividad y Excelencia Personal.

El poder de la congruencia personal. Incorporando más recursos. Modelo POPS. Flexibilidad de percepción, pensamiento y acción. Jerarquía de valores. Círculo de excelencia. Estrategia de creatividad Disney. Entrenamiento de flexibilidad. Aprendiendo a modelar. La primera y segunda atención. Estructuras de ecología. Submodalidades para la excelencia. Incrementando el poder personal. La línea del tiempo. Condiciones de buena formulación y realización de objetivos. Niveles neurológicos. Estrategia de motivación Godiva. Detección y uso de criterios. Puente al futuro, etc.

ALGUNOS APUNTES SOBRE MATERIAS DE LA FORMACIÓN

La Respiración Consciente

La respiración es el vehículo que nos conduce de la vida a la muerte, nacemos con una inspiración profunda y morimos con una espiración. Cuando nacemos nuestra respiración es completa, pero al transitar por las diferentes etapas de nuestra vida nuestra forma de respirar se va bloqueando y modificando, perdiendo parte de su capacidad regeneradora. Por ejemplo, cuando estamos deprimidos casi no respiramos, mientras que cuando vivimos felices nuestra respiración se expande.

Sabemos, gracias a la ciencia, que la unidad estructural básica del cerebro es la célula cerebral o neurona. Esta célula se alimenta de oxígeno y de azúcar transportados por la sangre. Cada célula interactúa con otras desempeñando un importantísimo papel que apoya la compleja red que produce el pensamiento y la acción. Si la neurona se ve privada de su combustible, que proviene básicamente de lo que comemos y del aire que respiramos, morirá.

Se ha demostrado científicamente que la práctica de la respiración rítmica y conectada, potencia la circulación de la sangre en todo el cuerpo y especialmente en el cerebro, que deviene más abundante y más rica en oxígeno y en carbono. Esto crea unas óptimas condiciones físicas y químicas para un mejor funcionamiento del cerebro y del pensamiento.

En esta formación aprenderemos esta herramienta de trabajo sistémica, poderosa y eficaz, que permite a la persona evolucionar desde **lo personal a lo transpersonal**.

La Programación Neurolingüística PNL - nivel Practitioner

La PNL estudia el modelo básico de la comunicación humana. Cómo las personas estructuramos, pensamos, aprendemos, actuamos y organizamos nuestras informaciones internas, y cómo vemos y percibimos al otro a través de nuestros propios mapas.

La "programación" se refiere a la habilidad de descubrir y escoger cómo podemos organizar y programar nuestra neurología, para que nuestros pensamientos y palabras nos guíen hacia la consecución de resultados diferentes.

La parte "neuro" de la PNL recoge la idea fundamental de que todo comportamiento proviene de nuestros procesos neurológicos de visión, audición, olfato, gusto, tacto y

del sentimiento. Tomamos contacto con el mundo mediante los cinco sentidos y damos sentido a la información actuando según la misma.

La parte "lingüística" indica que usamos el lenguaje verbal y otros sistemas de comunicación no verbal para ordenar nuestros pensamientos, a través de los cuales nuestras representaciones neuronales son codificadas.

El entrenamiento en PNL nos facilita herramientas para desarrollar capacidades y generar recursos de observación y flexibilidad en el campo de la comunicación, en los comportamientos y en las creencias, que nos permitirán pensar, comunicarnos y actuar de forma efectiva en el mundo.

Al pensar y mirar la vida en términos sistémicos y fenomenológicos, la culpabilidad, los juicios y los reproches hacia nosotros mismos y los demás dejan de tener sentido. Uno comprende que cada cual actúa desde su propio punto de vista y sus circunstancias, y ve como las respuestas de cada uno van siempre en la dirección de defender de sus propios intereses.

Aprendemos a buscar palancas para salir de los bucles de realimentación, que están implícitos en todo conflicto.

La Terapia Gestalt

La Terapia Gestalt trabaja con "lo que hay", con "lo que es", y lo hace enfatizando en el "aquí y ahora", en el "darse cuenta" y en la "responsabilidad". Todo lo que no se da en el presente y en la conciencia son fantasías que, en el mejor de los casos, nos pueden consolar pero que no tienen que ver con nuestra realidad. Creemos muchas cosas y en muchas cosas, pero si no se dan aquí y ahora no son reales. Podemos coger el timón de nuestra nave y navegar hacia nuestro propósito de vida o ir a la deriva a merced de mareas y corrientes.

A menudo nuestro diálogo interno, nuestras creencias, interpretaciones y expectativas nos impiden ver la realidad y al otro. Somos cuerpo, emoción, mente, intuición, espíritu... con inmensas posibilidades de sentir, de expresarnos, de gozar y vivir.

La Terapia Gestalt nos trae a la Vida, una y otra vez, para que la podamos saborear y vivir a nuestro gusto.

El Coaching

El *Coaching* es un proceso de comunicación y acompañamiento que consiste en que las personas interesadas descubren y desarrollan sus recursos, habilidades y valores con la mirada puesta en un objetivo personal o profesional. Es un proceso personalizado con una metodología específica que facilita la percepción de los aprendizajes necesarios para dar los pasos que la vida nos demanda.

Dirección y Profesores

Dirección y Coordinación	ROS FARRÉS VILARRASA
	<p>Psicoterapeuta y formadora de terapeutas. Fundadora y directora de Meta Institut Sistèmic. Terapeuta integrativa en Respiración Consciente y Pensamiento Sistémico. Experta Universitaria en Constelaciones Familiares y Sistémicas por el Real Centro Universitario (RCU), miembro didacta de la AEBH. Master y Trainer diplomada en PNL, miembro didacta de la AEPNL. Master en Terapia Gestalt por Esalem Institut EEUU. Hipnoterapeuta Ericksoniana, "Hypnotherapy & Master Hypnotist" por la Proudfoot School of Hypnosis & Psychotherapy of London. Formada en Psicoterapia Integrativa y Eneatipos con Claudio Naranjo. Profesora colaboradora de la Universidad de Barcelona UB. Con experiencia terapéutica desde 1987 en sesiones individuales y de grupo, imparte formaciones terapéuticas desde el año 2000 y formaciones en Constelaciones Familiares y Sistémicas desde el año 2001. Formada en Astrología Evolutiva. Socia Fundadora de Pensamiento Creativo 1992-1996.</p>

Profesores



ANNA ARGANY I GIL

Psicoterapeuta, profesional de Constelaciones Familiares y Coach. Estudios de Biología y Química (UB). Terapeuta Integrativa, de Respiración Consciente y Pensamiento Sistémico. Master y Trainer diplomado en PNL, miembro didacta de la AEPNL. Constelaciones Familiares y Sistémicas, miembro titular de la AEBH. Constelaciones Laborales y Organizacionales con Coaching Sistémico. Generative Coaching, con Robert Dilts y Stephen Gilligan. Con experiencia como terapeuta desde el año 1995 en sesiones individuales. Conduce grupos de formación terapéutica y de Constelaciones Familiares. Forma parte del equipo de Meta desde el año 2000.



MAGI FRANQUESA ALBAREDA

Psicólogo clínico. Licenciado en Derecho. Experiencia como psicoterapeuta en consulta individual y grupos de autoayuda. Oposiciones al cuerpo de maestros de Educación Especial / Pedagogía Terapéutica en 1986. Docente desde el año 1990 en la Escuela de Arte y Diseño Llotja de Barcelona. Director del Centro desde el año 2015. Postgrados en liderazgo, trabajo en equipo y dirección de grupos reconocidos por la Universidad de Barcelona (UB) y por la Universidad Ramón Llull, Blanquerna. Formado en Terapia Integrativa y en Constelaciones Familiares y Sistémicas en Meta Institut Sistemíc, de Barcelona. Formación en Rebirthing año 2013. Conductor de cine/fóruns en diversos centros y entidades.



RUT VILELLA ESTEVA

Licenciada en Ciencias Económicas, Sociología y Política por la Universidad de Barcelona. Diplomada en Ciencias Empresariales y Marketing por la Sheffield Hallam University. Master en Dirección de empresas de Turismo y Ocio por la Ghent Rex Universiteit y la University of Surrey. Post-grado en Comercio Exterior y Márketing Internacional por Eurolog y la Business School Oxford University. Formada en Hipnosis Ericksoniana, Coaching Pedagógico, Relaciones Públicas y Protocolo, Risoterapia y Dinamización de Grupos, Eneagrama, Análisis Transaccional, Educación Emocional y Reiki.



SEBASTIÀ RIERA I MORLÀ

Fundador de Meta Escola en 1998 y su director hasta 2010. Diplomado en Magisterio y master en Intervención Pedagógica Sistémica y Coaching Sistémico por la Universidad de Barcelona (UB). Profesor colaborador de la UB hasta 2014. Terapeuta gestáltico, miembro supervisor de orientación gestáltica de la AETG. Formado en Psicoterapia Integrativa y Eneatipos con Claudio Naranjo, Terapia Integrativa, Respiración Consciente & PNL, Constelaciones Familiares, Filosofía y Medicina Oriental, Shiatsu, Curación Espiritual, Música y Teatro. Meditación y Tai Chi Chuan con Tew Bunnag. Chamanismo con Daan van Kampenhout. Actualmente explora y divulga en el campo de la Consciencia y la Sanación, facilitando espacios de meditación y rituales chamánicos.



SILVIA DE LA ROSA SANCHO

Actriz, Terapeuta de Respiración Consciente y Constelaciones Familiares. Coach de interpretación, expresión y comunicación. Licenciada en Interpretación por el Institut del Teatre de Barcelona. Fundadora y directora del Estudi de Creativitat Holística y de la compañía de teatro Cia. La Visible "El Teatro hace visible aquello que está en nuestra imaginación". Terapeuta de Rebirthing (Respiración Consciente y Pensamiento Creativo). Especializada en docencia a personas con enfermedades mentales. Ha impartido clases de teatro durante 21 años. Consteladora, formada en Constelaciones Familiares y Sistémicas en Meta. Imparte sesiones individuales y talleres de preparación y formación del trabajo con la voz.



TERESA FALGUERAS I SUREDA

Licenciada en Medicina. Terapia Integrativa y Respiración Consciente. Practitioner en PNL. Colabora con Meta Escola desde 1998.



VICTORIA NICUESA SOTERAS

Licenciada en Filología Hispánica. Profesora de Secundaria, formadora de formadores, especialista y comunicación y coach. Terapeuta en Respiración Consciente Integrativa. Trainer en PNL, Master en Hipnosis Ericksoniana, Master en Coaching y PNL. Formada en Constelaciones Familiares y Máster en Pedagogía Sistémica, tiene un Postgrado en Formadora de formadores por la Universidad de Barcelona. Forma parte del equipo de trabajo de Pedagogía Sistémica del ICE de la Universidad Autónoma de Barcelona y es profesora del Postgrado de Educación Sistémica Multidimensional. Forma parte del equipo de Meta desde el año 2000.



XAVIER GUIX GARCIA

Psicólogo, escritor y terapeuta. Didacta en PNL (AEPNL). Profesor de habilidades directivas, especializado en comunicación, en EADA (Escuela Alta Dirección Empresarial). Postgrado en Neurociencias (NMS). Postgrado en Psicopatología por la Universidad de Barcelona. Inteligencia Emocional (Mercury i Human Growth Institute). Formación de Formadores (UOC). Formación de Facilitadores de grupo de crecimiento personal (Vikas).