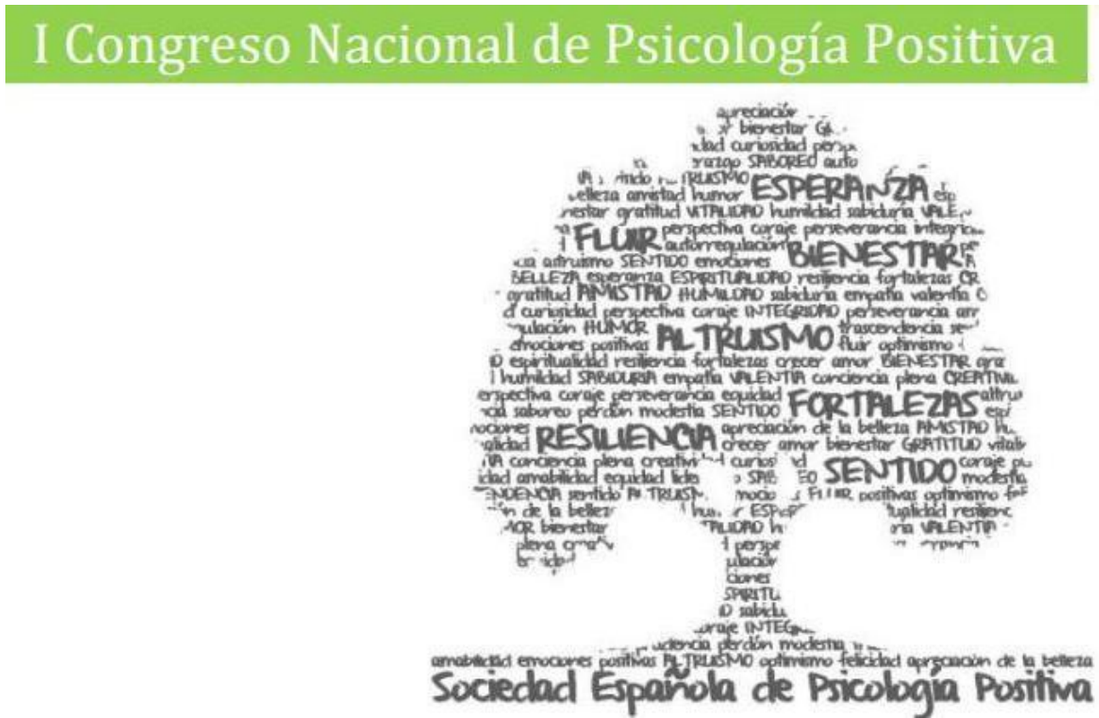
El contacto físico interpersonal como herramienta de desarrollo de emociones positivas

Por Edite Amorim. Madrid, 16 Marzo 2012



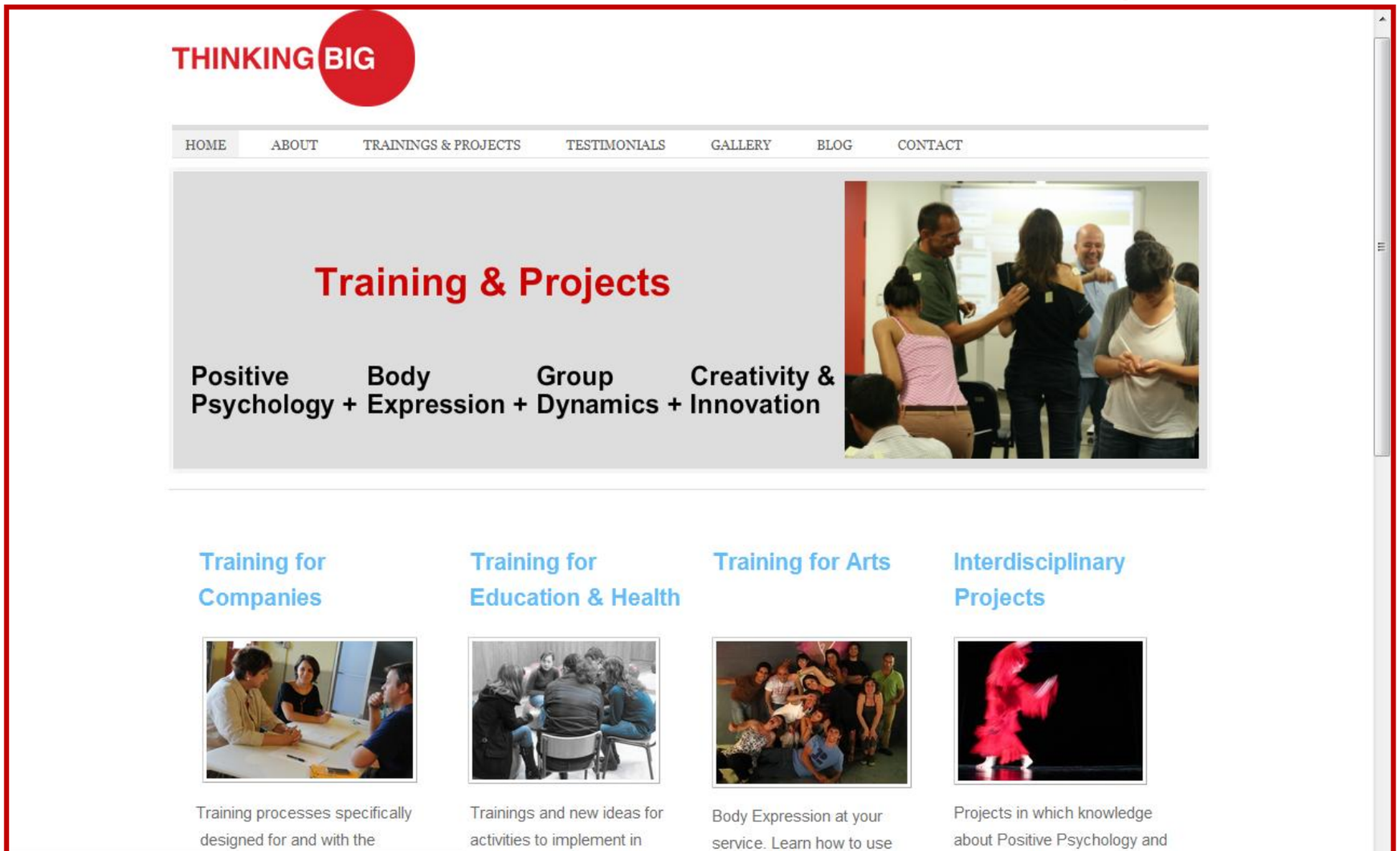
“Palabras clave

Contacto interpersonal; Emociones positivas; Dinámicas grupales; Formación

Edite Amorim
THINKING BIG

“Contexto

Comunicación + Creatividade + Psicología Positiva

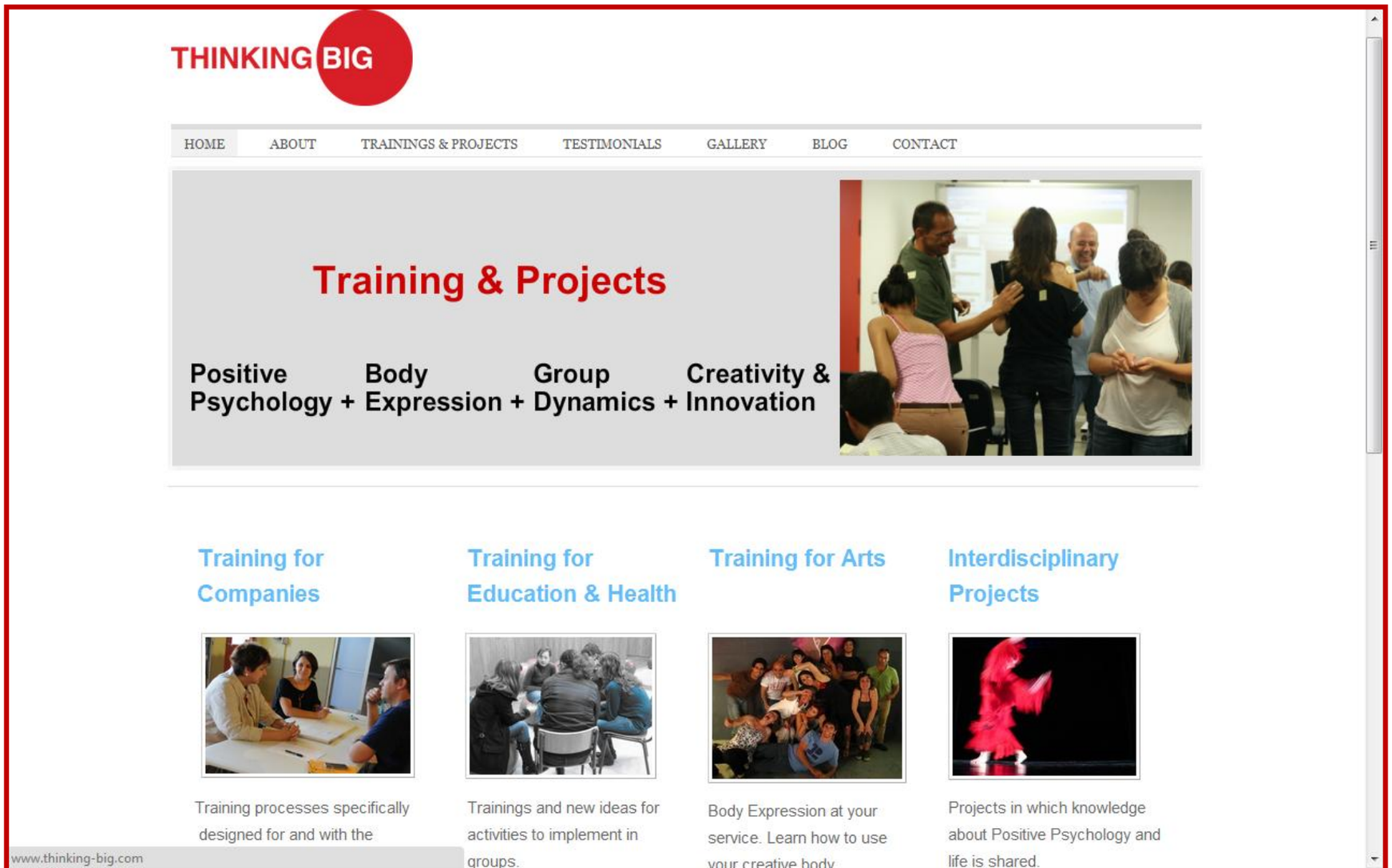


- **Empresas**
- **Artes performativas**
- **Salud y Educación**

www.thinking-big.com

Edite Amorim
THINKING BIG

“Contexto



Metodologías **dinámicas, prácticas**, que recurren a la **implicación de los cuerpos** de los participantes en **acción**.

Edite Amorim
THINKING BIG

“Contexto

“El contacto físico intencional

El **contacto físico intencional** se traduce en situaciones en las que dos o más personas se acercan de modo intencional, estrechando su espacio interpersonal habitual.

En este caso concreto - el **contexto formativo -** este contacto se da a través de las **dinámicas** que invitan a que los participantes se levanten, se desplacen por el espacio y se acerquen, aunque sea a través de algún objeto mediador.

“El contacto físico intencional

I II III

Del *menos* al *más* cercano

“El contacto físico intencional

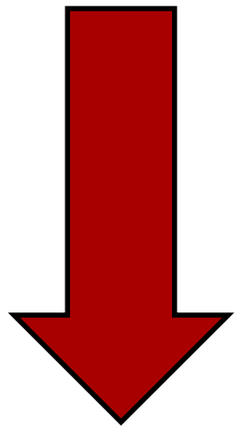
Objetos mediadores

Pegar post-its

Crear algo en conjunto

Edite Amorim
THINKING BIG

“El contacto físico intencional



“Efectos a nivel grupal

“Efectos a nivel individual

“Efectos a nivel grupal

- **Se estrechan las relaciones entre los participantes y el contexto de aprendizaje**

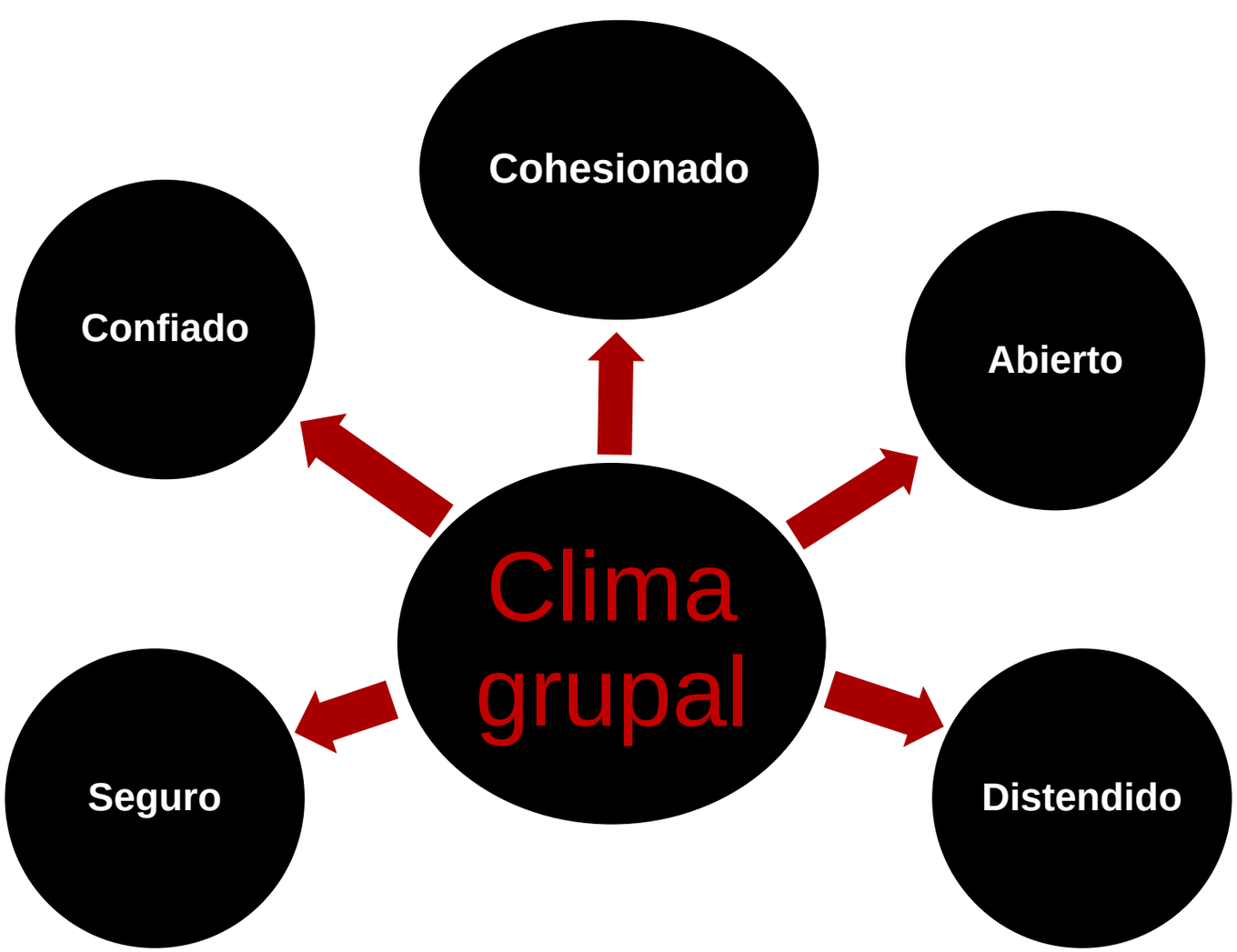
“Efectos a nivel grupal

- **Aumenta el humor espontáneo, que relaja el clima grupal**

“Efectos a nivel grupal

- **Aumenta la cohesión y confianza intra-grupal**

“Efectos a nivel grupal



Edite Amorim
THINKING BIG

“Efectos a nivel individual

- **Sensación de haber sido mirado, tenido en cuenta**

Edite Amorim
THINKING BIG

“Efectos a nivel individual

- **Sensación de empatía y de apertura hacía el medio**

Edite Amorim
THINKING BIG

“Efectos a nivel individual

- **Confianza interpersonal y mayor optimismo**

“Efectos a nivel individual

- **Sensación de contacto con uno mismo, asociado a la presencia, a la atención plena.**

“Efectos a nivel Individual

“Conclusiones

La cualidad de las emociones grupales e individuales

- **Estimula el contexto formativo**
- **Potencia el aprendizaje**
- **Aumenta la implicación**

El contacto físico intencional

en contexto formativo

“Conclusiones

El **contacto físico intencional**

en contexto formativo

¡Gracias!

Edite Amorim:
eamorim@thinking-big.com

El **contacto físico intencional**

en contexto formativo