

## MEDI-CINE

Una terapia de película...

Ver una serie de películas elegidas por un terapeuta para provocar un estado de ánimo concreto, es un método útil que estimula movimientos evolutivos

A lo largo de todos los tiempos en todas las culturas ha existido en la tradición oral la narración de historias como método de enseñanza. El cine es lo más parecido hoy a escuchar una historia alrededor del fuego en la noche. Ver una serie de películas elegidas por un terapeuta para provocar un estado de ánimo concreto, es un método útil que estimula movimientos evolutivos hacia el cambio y acompaña situaciones críticas en un momento de la vida complicado.

En mis más de veinte años de experiencia usando las historias como "medicina", he podido comprobar como actúan de catalizador para aliviar

En muchas ocasiones he escuchado decir en mi consulta: "Sé lo que tengo que hacer pero no sé cómo hacerlo...?" A veces no es fácil dejar un trabajo que nos aliena o salir de uña relación que ya no nos complace o tomar distancia de una familia tóxica, nos convertimos en víctimas de la situación... Observar cómo se comportan ciertos personajes v salir a través de ellos v de sus historias de la circunstancia que nos ahoga personalmente, es un modo muy útil de tomar perspectiva. Vivimos inmersos y dominados por la cultura del "final feliz" lo que nos empuja en ocasiones a aguantar situaciones insoportables confiando en que al final mejorarán ...

Una película nos tira del brazo diciendo ::Presta Atención ::

Un terapeuta o educador que cuente con un buen archivo de películas que conozca a la perfección y lo programe como un protocolo, puede guiar para fijar la atención en detalles concretos con los que sentirse identificado; sugerir tomar como referencia a un personaje de la historia que sirva de ejemplo para encontrar una camino de salida en una situación de conflicto.

Muchas personas que no pueden asumir el coste económico de un proceso terapéutico han encontrado en MEDI-CINE® online -www.medi-cine. es- una fórmula rentable para favorecer la solución de un problema. La recomendación de las películas siempre va acompañada de una guía de apoyo que indica dónde poner el foco, en los temas y los personaies que van a actuar como catalizadores, como maestros...

Una receta de "películas medicinales" bien seleccionadas, cómo la prescripción exacta de un antibiótico, puede mitigar un síntoma emocional para ayudarnos a restablecer el equilibro total de un modo lúdico y no por ello menos efectivo.

La fórmula de ver películas en grupo un día a la semana guiados por un terapeuta, actualmente en Madrid, resultan ser una actividad donde enriquecerse a través de la mirada de los otros espectadores.

Se consigue ampliar el criterio de opinión en un ambiente de respeto y confidencialidad, una película vista por 28 ojos se convierte en 14 películas... cada espectador puede observar algo que al resto hava pasado desapercibido...

Las preguntas del terapeuta, anfitrión en el visionado después de la proyección, invitan a una reflexión y exploración adecuada para obtener el máximo beneficio posible de MEDI-CINE® encontrando respuestas mientras se comparte una merienda alrededor de

Si no puedes vivir "de película"... vive de las películas...

Vive con las películas... hasta que seas capaz de escribir tu propio guión donde seas el verdadero protagonista de tu vida, sin planear el final feliz... sino el camino de aprendizaje alegre, amable, elegante, agradecido, sano y alerta;;

**POROUE UNA IMAGEN VALE MÁS OUE MIL PALABRAS** 

CRISIS...

MIS RECURSOS.

HERENCIA.

DESPEDIDAS.

Otra manera de ver cine...

**Otra forma** de conocerse...

Otro modo de resolver problemas...

Mercedes Martínez Moreno Criminóloga Y Terapeuta-Coach creadora de MEDI-CINE®

www.medi-cine.es

