



**Currículum de los
tres años de estudios
del Método Grinberg®**

Índice de Contenidos

Visión General del Programa de Formación.....	3
Los tres años de estudios (Año A, B, C)	4
Requisitos de Graduación	6
Currículum de los tres Años.....	7
Currículum Año A	7
Currículum Año B	10
Currículum Año C	13

Visión general del Programa de Formación

Durante el programa de tres años de estudios profesionales, aprenderás un enfoque profesional único dirigido a enseñar y aprender a través del cuerpo. El programa incluye una variedad de técnicas, diferentes tipos de tacto y análisis, ética personal y profesional y herramientas para pensar, diseñar estrategias y procesos personalizados para tus clientes. Participarás en charlas, demostraciones, realizarás ejercicios, entrenamiento físico y trabajo práctico haciendo sesiones y análisis de pies.

Los tres años de estudio se enseñan a lo largo de cuatro semanas intensivas cada año, es decir, doce semanas en total. La participación en el segundo y tercer año está sujeta a haber superado todos los requisitos del año anterior.

Horas de estudio por año:

- 330 horas de curso presencial
- Supervisiones y clases privadas obligatorias con profesores autorizados
- Entrenamiento personal (diferente en cada año)
- Participación continua en un proceso individual
- Trabajar con clientes un número determinado de horas

Cada año de estudios amplía y potencia las habilidades de los estudiantes para identificar aquella condición que su cliente querría cambiar o la cualidad que querría desarrollar y enseñarle acerca de ella. También se amplía su capacidad para acompañar a los clientes en sus procesos. Los estudiantes aprenden a ver a las personas en su singularidad, en su potencial y como individuos únicos, y aprenden a desarrollar una estrategia apropiada para el proceso de aprendizaje específico de cada uno de sus clientes.

Los 3 años de estudios (año A, B, C)

Año A

Al finalizar este año los estudiantes serán capaces de trabajar con clientes en procesos enfocados en patrones que los clientes puedan tener, aliviando dolores y molestias físicas y, sobre todo, obteniendo un mayor bienestar y calidad de vida. Los patrones pueden estar relacionados con cualquier aspecto de la vida de un cliente.

Los principales contextos del Año A:

Aprender los conceptos clave de la profesión

- Análisis en profundidad a través de los pies (Análisis de Pies)
- Formas fundamentales de tacto y su desarrollo en varias técnicas de tacto
- Enseñar a los clientes las lecciones físicas básicas, tales como la habilidad de resistir, contraer, soltar y conseguir un nivel más alto de atención
- Reconocer diferentes tipos de patrones como una experiencia física y la capacidad de crear un cambio en ellos
- Cómo usar y trabajar con dolor
- Maneras de permitir, apoyar y estimular que el cuerpo del cliente se equilibre por sí mismo
- Dirigir un proceso básico personalizado

Año B

Al finalizar este año, los estudiantes serán capaces de enseñar a los clientes no sólo a reconocer cómo los patrones aparecen a nivel físico y de comportamiento en sus vidas, sino también a recrearlos y a pararlos. Durante este año se pone énfasis en que el estudiante aprenda a parar aquellos patrones que obstaculizan su camino para convertirse en un buen practicante. También mejorará la habilidad del estudiante para ver a sus clientes en su individualidad y ser preciso y exacto en su trabajo.

Los principales contextos del Año B:

- Ampliar y profundizar en los contextos aprendidos en el año A
- Últimos elementos del análisis de pies
- Extender el tema de los patrones, incluyendo su conexión con la historia personal del cliente y profundizando en los aspectos emocionales de éstos
- Enseñar a permitir que el miedo y la fuerza que éste conlleva fluyan en el cuerpo
- La capacidad del practicante para mantener, aumentar y controlar el nivel de atención al trabajar con clientes
- Tratar con historia en un proceso
- Parar reacciones automáticas históricas
- Desarrollar la creatividad como practicante
- Ética profesional

Año C

Los estudiantes graduados del año C podrán trabajar con clientes en procesos que requieran una mayor y más inmediata interacción entre cada sesión y la vida diaria. Los procesos se enfocan de una forma más precisa en situaciones concretas repetitivas. Mediante el uso de diferentes herramientas de descripción, junto con la experiencia del cliente en la sesión, el practicante es capaz de tener una imagen más clara y detallada de la persona en quién se convierte el cliente durante esa situación. Esta claridad le sirve al cliente como motivación y como instrumento para cambiar. Para construir un puente más tangible entre las sesiones y la vida diaria y obtener resultados concretos del proceso, el practicante puede diseñar un programa de entrenamiento diario para el cliente. Los estudiantes graduados de este año disfrutan de una mayor libertad en la sala de trabajo; además de todas las técnicas ya aprendidas, ahora están capacitados para trabajar con el cliente de pie, sentado o moviéndose por la sala de trabajo.

Principales contextos del Año C:

- Comunicación verbal en forma de descripción
- Definir “personajes” (un conjunto de patrones que aparecen juntos) y cómo trabajar con ellos
- Trabajar con clientes que están de pie y moviéndose por el espacio de la sala de trabajo
- Aprender a pensar en contextos y en contenidos
- El entrenamiento como un medio para conseguir metas personales
- Usar la claridad para tratar con eficacia la historia en un proceso

Requisitos de Graduación

Para completar el tercer año con éxito y ser practicantes cualificados, los estudiantes deben satisfacer los requisitos de graduación establecidos por el Comité Académico de Supervisión del Método Grinberg.

Aspectos principales de los requisitos:

- Escribir y presentar dos programas de entrenamiento -diseñados para dos clientes diferentes- que incluyan una estrategia para el proceso individual y un entrenamiento diario que incluya ejercicios tanto escritos como físicos.
- Pasar dos supervisiones con un profesor autorizado en las que los estudiantes demuestren su dominio de las habilidades y técnicas aprendidas en los tres años de estudio.
- Trabajar con clientes una cantidad mínima de horas.
- Los practicantes cualificados están capacitados para participar en los estudios avanzados.

Currículum de los tres Años

Currículum Año A

Temas de Estudio

Conceptos principales

- El esfuerzo constante del cuerpo para alcanzar su potencial básico
- Aumentar la atención como medio para conseguir cualquier cambio en la vida de una persona
- Dejar que el cuerpo trabaje: la manera en la que el cuerpo indica la dirección relevante para conseguir un cambio
- Responsabilidad personal: la condición básica para crear un cambio
- Relacionarse con el dolor
- El arte de tocar
- Las diferentes cualidades humanas: el equilibrio, el flujo y la relación entre ellos
- El enfoque de enseñar y aprender frente al de curar o tratar (contraindicaciones)
- Dirigir el proceso de un cliente

Aspectos de un proceso de aprendizaje

- En qué consiste un proceso de aprendizaje y los resultados que se pueden conseguir a través de él
- Las herramientas de un proceso de aprendizaje
- Identificar cómo los patrones y el comportamiento del cliente se manifiestan en su cuerpo, en su experiencia y en su percepción
- Cómo construir una estrategia para cada proceso de aprendizaje individual
- Elementos que hay que tener en consideración para estructurar cada sesión
- Cómo seguir y estimular la manera en la que el cuerpo se equilibra a sí mismo en cada sesión individual y en el proceso

La teoría que respalda el uso del tacto y las técnicas

- La importancia y el poder del tacto
- Maneras de usar y de adaptar las técnicas y el tacto a clientes individuales
- Cómo usar las instrucciones verbales y la forma de comunicarse con los clientes en las sesiones

- La necesidad de alternar entre las formas variadas de tacto y las diferentes técnicas
- Como practicante, cómo usar tu cuerpo con eficacia al trabajar sentado y de pie

Ética, excelencia y profesionalidad

- Conocer y seguir la ética en la relación cliente/practicante
- Dar un servicio excelente
- Cómo mantener y mejorar constantemente tus capacidades y habilidades profesionales
- Enseñar a través del ejemplo personal; participar en un proceso de aprendizaje integrándolo a tu vida diaria
- La actitud del practicante al trabajar: enseñar versus curar.

Ser un profesional independiente

- Crear un centro de trabajo, llegar a ser un profesional independiente
- Gestión del tiempo
- Organizar los archivos de los clientes
- Presentar tu trabajo como practicante
- Crear tu clientela: elegir a tus clientes

Temas de práctica

Análisis de Pies

- Hacer un mapa de los pies
- Introducir las cuatro cualidades/elementos y la relación entre ellos
- Señales comunes en los pies
- Observar el estado de flujo a través de los pies
- Reconocer cómo los patrones y el comportamiento aparecen en los pies
- Clarificar el objetivo del proceso a través del análisis de pies
- Cómo elegir un marco y un foco
- Elegir las lecciones básicas a enseñar
- Crear una estrategia basada en el análisis

Técnicas

- Cuatro cualidades de tacto y la forma en que se practican en diferentes zonas del cuerpo
- Cuatro técnicas para tocar las diferentes cualidades a través de los pies

- Posibilidades de varios tipos de tacto aplicado en zonas diferentes
- Técnicas de sostener, movimientos pasivos, flujo y más
- Footwork - 25 técnicas en los pies
- Combinar diferentes técnicas y formas de tacto para enseñar una lección específica
- Sesiones de 20 minutos

Lecciones

- Contraer y soltar
- Resistir y soltar
- Poner atención a excesos de esfuerzo y a soltar tensión
- Relajación
- Posibilidades variadas de respiración
- Silencio
- Descanso
- Poner atención a una zona específica en el cuerpo
- Poner atención a una cualidad/elemento específico en el cuerpo
- Flujo en el cuerpo
- No reaccionar automáticamente al dolor
- Permitir que el cuerpo se equilibre a sí mismo

Ejercicios

- Estiramiento
- Fortalecer los dedos
- El juego (*Time Out*)
- Respiración (con y sin sonido)
- Mejorar la concentración
- Desarrollar silencio
- Contracción y relajación
- Resistencia y relajación
- Crear y parar una postura recurrente
- Atención al cuerpo

Entrenamiento y práctica durante el Año A

- Practicar con un número de clientes mínimo a la semana en procesos de aprendizaje (sin cobrar antes de recibir el certificado del año A)
- Practicar análisis de pies
- Practicar los ejercicios aprendidos durante la semana
- Desarrollar un uso eficaz del cuerpo como practicante

Requisitos básicos para el Certificado del Año A

- Trabajar con el número de clientes requerido
- Dos clases privadas a lo largo del año
- Una supervisión después de la cuarta semana
- Acreditar el nivel profesional requerido
- Participar como cliente en un proceso individual

Currículum Año B

Temas de Estudio

Conceptos principales

- Reacciones automáticas y su conexión con nuestra historia personal
- El miedo como una fuente de energía
- “Parar”
- La expresión personal como practicante
- Cambiar un punto de referencia
- Asumir la responsabilidad personal de nuestras vidas
- La historia personal y la forma como la almacenamos y la guardamos en nuestro cuerpo
- Ejercitar nuestra libertad personal
- La vida lo pide todo, como mínimo
- La riqueza de los seres humanos; permitir todas las cualidades humanas
- La libertad que uno gana como practicante trabajando dentro de un marco establecido

Aspectos de un proceso de aprendizaje

- Contener; prestar atención al cliente a un nivel más alto
- Parar reacciones automáticas de la historia activa y pasivamente
- Tratar con la historia personal; cómo aparece en los patrones del cliente y la energía invertida en ellos
- Trabajar con un punto de referencia fijo y flexibilizarlo
- Al trabajar, escoger la actitud que beneficie más al cliente
- Reacciones al miedo y permitir el flujo del miedo en el cuerpo
- Precisión en todos los aspectos del trabajo como practicante
- Ser flexible dentro de una estrategia y un plan claros y predefinidos
- Prestar atención afuera, al cliente, en lugar de a tu mente y a tu mundo interior

La teoría que respalda el uso del tacto y de las técnicas

- Tacto y simplicidad
- Utilizar y escoger técnicas para enseñar y no para curar
- Traducir el contener en instrucciones y comunicación verbal
- Incluir el contener en la multitud de consideraciones a tener en cuenta al elegir las técnicas y tactos y la forma en que se aplican

Ética, excelencia y profesionalidad

- Código Ético y de Conducta Profesional de los Practicantes
- Dar un servicio
- Crear la disciplina de ser un profesional evitando esconderse detrás del rol de la profesión
- Mantener la confianza en uno mismo mientras se sostiene un nivel alto de atención al cliente
- Parar la necesidad de ayudar y ganar respeto por la dificultad de cada cliente
- La franqueza como una herramienta de aprendizaje y como un acto de respeto
- La responsabilidad personal como estudiante y como practicante; traspasar límites personales para conseguir profesionalidad y excelencia en la práctica
- Visión personal – el objetivo de ser un practicante
- La elección entre ser un practicante mediocre o excelente

Ser un profesional independiente

- Gestionar un centro de trabajo y reconocer el efecto de cobrar por tu trabajo como practicante
- Reconocer los diferentes niveles que están relacionados con ser un practicante independiente y cómo se manifiestan en la forma de ser

Temas de práctica

Análisis de Pies

- Las divisiones de los pies reflejan el aspecto de diferentes cualidades humanas
- Profundizar en el análisis hablando de diferentes temas de una manera más precisa, incluyendo el modo en que la persona piensa, actúa, siente y es
- Cómo comportarse durante un análisis de pies para evitar caer en un rol particular

- Traducir el lenguaje del análisis de pies a términos que no se limiten a la jerga profesional y que se adapten a cada individuo
- Usar el contener para obtener claridad y enfoque en el análisis de pies
- Historia personal incluyendo situaciones repetitivas, viejos traumas , etc.
- El punto fijo de referencia
- Examinar el potencial del cliente

Lecciones

- Producir y parar una reacción automática aprendida en la historia, a nivel físico, emocional, mental y de comportamiento
- Parar reacciones automáticas al dolor y al miedo
- Parar viejas conclusiones o creencias
- Parar un comportamiento automático que no encaja con la vida de la persona hoy en día
- No sustituir un comportamiento automático por otro
- Aprender a querer
- Estar de acuerdo en no saber
- Permitir la experiencia de diferentes cualidades en el cuerpo; sin juzgarlas
- Cómo asimilar y reconducir la energía que estaba antes invertida en reacciones automáticas viejas
- Permitir el flujo del miedo como una fuente de energía

Técnicas

- Seguir el movimiento del cliente
- Técnicas para zonas específicas del cuerpo
- Técnicas de tacto que encajan con ciertas cualidades
- Conseguir un nivel más alto de concentración del practicante y del cliente

Ejercicios

- Aumentar el nivel de energía
- Mejorar la concentración
- Tratar con historia
- Aumentar la atención y ganar control en zonas del cuerpo
- Creatividad voluntaria

Entrenamiento y práctica durante el Año B

- Una hora de entrenamiento diario que incluya ejercicios de:
 - Concentración – subir el nivel de energía y atención al cuerpo
 - Trabajar con historia personal
 - Parar reacciones y conclusiones viejas
- Entrenar y parar rutinas
- Trabajar con un número específico de clientes a la semana

Requisitos básicos para el certificado del Año B

- Dos clases privadas durante el año
- Una supervisión después de la cuarta semana
- Acreditar el nivel profesional requerido
- Trabajar con el número de clientes requerido
- Seguir un proceso individual

Currículum Año C

Temas de estudio

Conceptos principales

- El mundo interior versus prestar atención afuera, a lo que está sucediendo a nuestro alrededor
- La diferencia entre pensar y el mundo interior – pensar como una experiencia que incluye no sólo a la mente
- Percibir y pensar más allá de lo que nuestro mundo interior abarca
- Pensar –una habilidad que puede ser practicada y desarrollada
- Silencio relacionado con pensar
- Descripción versus interpretación – creando claridad
- Personajes – un conjunto de patrones que aparecen juntos, automáticamente, sin elegirlos
- La necesidad de aumentar de forma continuada el nivel de atención y sus efectos
- Alcanzar un equilibrio entre actividad y pasividad; hacer y permitir que suceda
- El futuro: una continuación de nuestro pasado, o no
- Percibir la vida como un movimiento constante y actuar en consecuencia
- Entrenar como una manera de desaprender
- Mantener y ejercitar la voluntad propia

Aspectos del proceso de aprendizaje

- Combinar el contener y el análisis en una descripción que aporte una mayor claridad y precisión a ambos; al cliente y al practicante
- Observar la creación y el desarrollo de los personajes en la vida del cliente y la motivación que los sustenta
- Reconocer la cantidad de energía invertida en perpetuar personajes y enseñar al cliente a liberar esta energía para utilizarla de otra forma
- Aprender cómo controlar el aspecto automático de los personajes para tener la opción de elegir quién ser en cada situación
- Diferenciar entre ser un personaje y las cualidades y el potencial del cliente
- Usar la habilidad de pensar en contextos y en contenido para asegurar la eficacia del proceso
- Usar los cuestionarios para decidir cuál es la mejor manera de aproximarse a un cliente para crear el cambio deseado
- Aplicar las técnicas y enseñar a dejar que el cuerpo trabaje con el cliente de pie y moviéndose por la sala de trabajo
- Trabajar con clientes variando su posición, de estar tumbado a sentado o de pie
- Diseñar un programa de entrenamiento estructurado y enfocado como un medio para alcanzar resultados
- Permitir la duda acerca de lo que crees sobre tu historia personal

La teoría que respalda el uso del tacto y las técnicas

- Análisis usando diferentes posiciones del cuerpo
- Escoger técnicas según las diferentes herramientas de análisis
- Usar el tacto para comunicar
- La descripción como herramienta
- Movimiento con atención y control

Ética, excelencia y profesionalidad

- Como profesional, pensar, asimilar y vivir los conceptos que enseñas a otras personas
- Hacer un seguimiento del entrenamiento que el cliente hace en casa
- Crear un equilibrio entre la exigencia y la aceptación durante el proceso
- Reconocer la importancia de mantener el código ético dada la profundidad e intimidad que se dan en un proceso personal y en el entrenamiento del cliente
- Mantener tu integridad como practicante teniendo un proceso personal regular y manteniendo tu entrenamiento

- Perseguir la excelencia como practicante a través de un aprendizaje continuo
- Parar aspectos de tu “personaje de practicante” para poder ofrecer un servicio a una mayor variedad de personas

Ser un profesional independiente

- Escoger ser un profesional a dedicación completa del Método Grinberg y desarrollar un plan de acción para apoyar esta opción
- Gestionar el aspecto empresarial de tu profesión como practicante
- Planificar tu futuro como practicante independiente

Temas de práctica

Análisis de Pies

- Hacer un análisis de pies completo que tenga en cuenta cómo se han creado y desarrollado los personajes en la vida del cliente
- Combinar la teoría completa del análisis de pies, el contener, la posición al hacer el análisis y una descripción de la experiencia actual de la persona para crear una aproximación única y diferente para cada persona

Lecciones

- Silenciar el diálogo interior
- La descripción, un medio para crear claridad y poder pensar
- Diferenciar entre lo que realmente sucede y tu reacción a la manera cómo lo percibes
- Prestar atención simultáneamente a los distintos niveles de una experiencia
- Observar, describir y experimentar las rutinas que son parte del personaje y escoger continuar o no con ellas
- La claridad como fuente de energía y silencio
- Ampliar la forma en que percibimos nuestra historia personal
- Ser responsable de ti mismo y ejercer tu voluntad de forma activa
- Ampliar tu experiencia de la realidad parando la manera en que percibes normalmente tu entorno
- Moverte en el espacio de formas diferentes
- Explorar nuevos movimientos en el cuerpo y en la percepción
- Mantener una disciplina personal de entrenamiento
- Fortalecer tu voluntad
- Alcanzar un estado que te permita tomar decisiones
- Responsabilidad personal sobre los efectos que tu personaje crea en otras personas

Técnicas

- Descripción
- Historias de vida
- Trabajar de pie y en el espacio
- Trabajar con otras posturas
- La postura de dormir
- Seguir movimientos trabajando con el cliente de pie

Ejercicios

- El juego (Time Out) como preparación para trabajar de pie
- Trabajar de pie y en el espacio
- Parar movimientos con música
- Subir el nivel de energía
- Mejorar la concentración
- El ejercicio de escribir
- Tratar con un dilema

Entrenamiento y práctica durante el Año C

- Una hora de entrenamiento diario que incluya escribir, movimiento, concentración y ejercicios de atención
- Aprender a trabajar con historia –escribir diferentes versiones de una historia de vida
- Escribir un programa de entrenamiento de 3 meses enfocado en tensión y estrés
- Trabajar con un número específico de clientes a la semana
- Tener clientes en un proceso lo suficientemente largo para poderles enseñar a trabajar de pie y que sean capaces de describir un personaje y de aprender a controlarlo
- Tener continuamente nuevos clientes y enseñarles las lecciones básicas

Requisitos básicos para la Cualificación Internacional

- Dos clases privadas durante el año
- Dos supervisiones después de la cuarta semana
- Escribir dos programas de entrenamiento
- Acreditar el nivel profesional requerido
- Trabajar con el número de clientes requerido
- Seguir un proceso individual