

Ciało a kontakty społeczne (granice)

Cel

Uczestnicy potrafią dostrzec rolę ciała i pobudzenia w otwartości na kontakt z drugim człowiekiem.

Wskazówki

Warto, by uczestnicy nie wykonywali tego ćwiczenia w parach, w których się przyjaźnią. Lepszy efekt będzie można zaobserwować, gdy będą ćwiczyć z kimś, z kim nie są tak blisko związani.

Czas trwania: 10-15 min

Rozwinięcie tematu: Publikacja część „Zauważ swoje ciało”

