



LAURA MEDINA  
PSICOLOGÍA Y DESARROLLO PERSONAL

# TALLER “LA CAJA DE ARENA”

Formador: José Luis Gonzalo Marrodán  
21 y 22 de marzo del 2025



**CENTRO AUTORIZADO**  
por la Consejería de Sanidad  
de la Comunidad de Madrid  
Registro: CS-18855

## La Caja de Arena

¿Alguna vez has sentido que las palabras no son suficientes para expresar lo que sientes? La Caja de Arena es una herramienta terapéutica que te permite explorar tu mundo interior de una manera creativa y profunda, especialmente cuando las palabras fallan.

### ¿Por qué la Caja de Arena?

- Supera las barreras de la verbalización: Esta técnica es ideal para trabajar con niños, adolescentes y adultos que tienen dificultades para expresar sus emociones o experiencias traumáticas. Al utilizar símbolos y objetos, la Caja de Arena facilita la comunicación de lo que ocurre en nuestro inconsciente.
- Crea una distancia emocional: Cuando hemos vivido experiencias dolorosas, hablar de ellas puede resultar muy difícil. La Caja de Arena nos permite abordar estos temas de forma más suave y gradual, facilitando la elaboración del trauma.
- Potencia la resiliencia: A través del juego simbólico, la Caja de Arena nos ayuda a desarrollar habilidades para afrontar las dificultades y a construir una narrativa personal que nos empodera.

### ¿Qué aprenderás en este taller?

En esta formación te sumergirás en el mundo de la Caja de Arena y aprenderás a:

- Dominar la técnica: conocerás los orígenes de la Caja de Arena, los materiales necesarios y los pasos clave para realizar una sesión efectiva.
- Explorar tu mundo interior: tendrás la oportunidad de crear tu propia Caja de Arena y experimentar en primera persona los beneficios de esta técnica.
- Desarrollar tus habilidades terapéuticas: si eres profesional de la salud, aprenderás a utilizar la Caja de Arena como una herramienta valiosa en tu práctica clínica.

## ¿Por qué elegir este taller?

- Experiencia y especialización: José Luis cuenta con una trayectoria profesional de más de dos décadas dedicadas a la psicoterapia y la traumaterapia, lo que garantiza una formación sólida y actualizada.
- Experiencia práctica: La mayor parte del tiempo la dedicaremos a realizar ejercicios prácticos, para que puedas integrar los conocimientos teóricos de forma inmediata.
- Enfoque en el apego y el trauma: Su enfoque en el apego y el trauma te permitirá comprender mejor las dinámicas relacionales y las huellas que las experiencias traumáticas dejan en nuestro desarrollo.
- Un aprendizaje significativo: Aprenderás no solo los aspectos técnicos de la Caja de Arena, sino también su dimensión emocional y terapéutica.

## Impartido por: José Luis Gonzalo Marrodán

Especialista en Psicología Clínica y psicoterapeuta certificado por la EFPA. José Luis ha dedicado gran parte de su carrera a la psicoterapia basada en el apego y la traumaterapia, especialmente en niños, adolescentes y familias adoptivas o acogedoras.

Con una sólida formación en EMDR para adultos, niños y adolescentes, y un postgrado en traumaterapia sistémica-infantil, José Luis aporta una perspectiva única y enriquecedora a este taller. Su amplia experiencia clínica y su pasión por la formación lo convierten en el guía ideal para adentrarse en el mundo de la Caja de Arena.





## PARTES DEL TALLER

### Taller básico técnica de la Caja de Arena

Viernes, 21 de marzo del 2025

¿Cómo conducir una sesión con la Caja de Arena?

#### CONTENIDOS

- Los orígenes de la técnica, hacer un poco de historia.
- Para quiénes está indicada esta técnica.
- Los pasos en la conducción de una sesión con la técnica de la caja de arena.
- La actitud del terapeuta: qué observar y a qué prestar atención.
- Alcances y límites de la técnica.

#### METODOLOGÍA

Comprende la elaboración de cajas de arena, aprendiendo los pasos en la aplicación y conducción de una sesión junto con breves exposiciones teóricas y el visionado de vídeos con casos prácticos.

### Taller de especialización de la técnica de la caja de arena a la traumaterapia

Sábado, 22 de marzo de 2025

¿Cómo conducir una sesión con la caja de arena?

#### CONTENIDOS

- Conceptos importantes en trauma: trauma simple, trauma complejo, ventana de tolerancia a las emociones, características de los pacientes con trauma complejo y apego desorganizado.
- Previo al trabajo con el paciente en la Caja de Arena: aprendizaje de recursos de regulación emocional.
- Metodologías de trabajo con la Caja de Arena: no directiva y directiva.
- La Caja de Arena en el tratamiento del trauma complejo: conexión emocional con el paciente, con el mundo en la arena y entre los tres.
- El mantenimiento de la armonía relacional: cómo reparar la pérdida de la conexión y las interrupciones en la comunicación sintonizada.
- La Caja de Arena para el trabajo de la regulación de las emociones.
- La Caja de Arena para empoderar al paciente: recursos y fortalezas.

- La Caja de Arena para procesar contenidos traumáticos.
- Psiconeurobiología de la Caja de Arena: ¿qué sucede en el cerebro cuando hacemos una caja de arena?

#### METODOLOGÍA

- Exposiciones orales.
- Modelado de cajas de arena por parte de los docentes.
- Trabajo de los alumnos/as con las cajas de arena realizando el papel de paciente y del psicoterapeuta. Feedback de los docentes sobre su actuación y aspectos psiconeurobiológicos de la caja de arena realizada.
- Visionado de vídeos.

## Fecha, horario y lugar

### Taller básico técnica de la Caja de Arena

Viernes 21 de marzo de 09:00h a 14:00h y de 15:30h a 18:30h

### Taller de especialización de la técnica de la caja de arena a la traumaterapia

Sábado 22 de marzo de 09:00h a 14:00h y de 15:30h a 18:30h

Lugar: calle Jorge Luis Borges 22, 28806 Alcalá de Henares, Madrid.

## Precio y plazos

- Niveles 1 y 2: 320 euros (antes del 21 de febrero 2025). A partir de entonces tendrá un precio de 340 euros.
- Nivel 1: 180 euros antes del 21 de febrero. A partir de dicha fecha, el precio será de 200 euros.