

# ÍNDICE

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Prefacio</b>   | <b>9</b>  |
| <b>PARTE A</b>  | <b>11</b> |
| <b>1. Introducción</b>  | <b>11</b> |
| 1.1. Terminología y definiciones de las diferentes formas de agresiones sexuales      | 12        |
| 1.2. Marco histórico general del abuso sexual   | 13        |
| <b>2. Trabajo grupal</b>  | <b>14</b> |
| 2.1. Principios básicos del trabajo grupal  | 14        |
| 2.2. Condiciones elementales para la configuración de grupos                          | 15        |
| 2.3. Aceptación voluntaria de los contenidos del trabajo por parte de los integrantes | 16        |
| 2.4. Ventajas del trabajo grupal  | 16        |
| <b>3. Trabajo corporal</b>  | <b>19</b> |
| 3.1. Principios básicos del trabajo corporal  | 19        |
| 3.2. Ventajas del trabajo corporal  | 19        |
| <b>4. Objetivos de la intervención</b>  | <b>20</b> |
| <b>5. Las fases de la intervención grupal</b>   | <b>22</b> |
| 5.1. Fase inicial   | 22        |
| 5.2. Fase avanzada  | 23        |
| 5.3. Fase de estabilización   | 24        |
| <b>PARTE B</b>  | <b>25</b> |
| <b>I Dinámicas grupales iniciales</b>   | <b>25</b> |
| <b>1. Prácticas iniciales</b>   | <b>26</b> |
| ≠ Escondemos nuestros nombres (1)   | 26        |
| ≠ El juego de los nombres (2)   | 27        |
| ≠ Un paseo en la ciudad (3)   | 27        |
| ≠ Diario mural (4)  | 28        |
| ≠ La silla mágica (5)   | 29        |

|  |           |
|--|-----------|
| <b>2. Prácticas iniciales de concentración</b>               | <b>30</b> |
| ≠ Un anillo mágico (6)                                       | 30        |
| ≠ Construcción de una obra grupal (7)                        | 31        |
| ≠ Yo preparo mi mochila (8)                                  | 32        |
| <b>3. Juegos de movimiento corporal</b>                      | <b>33</b> |
| ≠ Marea alta, marea baja (9)                                 | 33        |
| ≠ Globos volando (10)  | 34        |
| ≠ El paseo de fantasía (11)                                  | 35        |
| <b>4. Prácticas corporales iniciales</b>                     | <b>36</b> |
| ≠ Masaje con globos (12)                                     | 36        |
| ≠ El círculo mágico (13)                                     | 37        |
| ≠ Estrella formada por cuerpos (14)                          | 38        |
| <br>   |           |
| <b>II Dinámicas grupales y prácticas de la fase avanzada</b> | <b>40</b> |
| <br>   |           |
| <b>1. Prácticas de concentración</b>                         | <b>40</b> |
| ≠ Vamos a cazar leones (15)                                  | 40        |
| ≠ Dibujo grupal (16)   | 41        |
| ≠ Jugamos a la familia (17)                                  | 42        |
| <b>2. Prácticas de confianza</b>                             | <b>43</b> |
| ≠ ¿Jacob, dónde estás? (18)                                  | 43        |
| ≠ Haga un pip (19)   | 44        |
| ≠ Dejarse caer (20)  | 45        |
| ≠ Ventanilla sentimental (21)                                | 46        |
| ≠ Preparamos las maletas (22)                                | 46        |
| <b>3. Juegos corporales en pareja</b>                        | <b>47</b> |
| ≠ Apretando globos (23)                                      | 49        |
| ≠ Te ayudo a levantarte (24)                                 | 49        |
| ≠ Un relajo para la columna (25)                             | 51        |
| ≠ Aserruchar (26)  | 52        |
| ≠ Masaje con una pelota (27)                                 | 53        |

|   |           |
|---|-----------|
| <b>4. Otras prácticas en pareja</b>   | <b>54</b> |
| ≠ El espejo mágico (28)   | 54        |
| ≠ Dibujamos a nuestra pareja (29)   | 55        |
| ≠ Aquí y ahora (30)   | 55        |
| <b>5. Juegos de rol</b>   | <b>57</b> |
| ≠ El payaso sufre dolor de cabeza (31)  | 57        |
| ≠ Magosés (32)  | 59        |
| ≠ Temas específicos de actualidad (33)  | 59        |
| <b>6. Prácticas de autoestima</b>   | <b>60</b> |
| ≠ El jefe, la jefa (34)   | 62        |
| ≠ Hablamos de nuestras cualidades, juntamos estrellas (35)                      | 63        |
| ≠ Caminar derecho (36)  | 64        |
| ≠ El juego del “NO” (37)  | 65        |
| <b>7. Prácticas corporales avanzadas, ejercicios de contacto físico directo</b> | <b>66</b> |
| ≠ La pizza mágica (38)  | 67        |
| ≠ Lavado automático de animales (39)  | 68        |
| ≠ El mensaje mágico (40)  | 68        |
| ≠ Alas delta (41)   | 69        |
| <b>8. Trabajo corporal intensivo</b>  | <b>70</b> |
| ≠ Lucha con espadas de papel (42)   | 71        |
| ≠ Construimos una base (43)   | 72        |
| ≠ Un golpe y un grito (44)  | 73        |
| <b>9. Ejercicios de respiración</b>   | <b>74</b> |
| ≠ El leñador (45)   | 75        |
| ≠ La respiración consciente (46)  | 76        |
| ≠ Los tres niveles de la respiración (47)                                       | 77        |
| ≠ Un globo en el abdomen (48)   | 78        |
| ≠ La respiración abdominal profunda – Emitamos un trencito (49)                 | 79        |
| ≠ El árbol que crece (50)   | 80        |

|  |            |
|--|------------|
| <b>10. Tareas terapéuticas</b>   | <b>81</b>  |
| ≠ Mi imagen en el espejo (51)  | 82         |
| ≠ Mi frase mágica (52)   | 82         |
| ≠ Mi paisaje mágico (53)   | 83         |
| <br>   |            |
| <b>III Dinámicas grupales y prácticas de la fase de estabilización</b> | <b>84</b>  |
| <br>   |            |
| <b>1. Prácticas de confianza</b>                                       | <b>84</b>  |
| ≠ La pelota gigante (54)   | 85         |
| ≠ La pieza oscura (55)   | 86         |
| ≠ El círculo de apoyo (56)   | 86         |
| <br>   |            |
| <b>2. Trabajo corporal avanzado</b>                                    | <b>87</b>  |
| ≠ Golpeando al enemigo (57)  | 88         |
| ≠ Un golpe de puño contra el enemigo (58)                              | 89         |
| <br>   |            |
| <b>3. Prácticas de trabajo mental y de relajación</b>                  | <b>90</b>  |
| ≠ Una pelotita de energía (59)   | 91         |
| ≠ Un sol en el ombligo (60)  | 92         |
| ≠ El árbol (61)  | 93         |
| <br>   |            |
| <b>4. Prácticas de consuelo y del respeto propio</b>                   | <b>94</b>  |
| ≠ Consolarse a sí mismo (62)   | 95         |
| ≠ Mi cara (63)   | 96         |
| ≠ Un gesto del respeto propio (64)                                     | 97         |
| <br>   |            |
| <b>Anexo</b>   | <b>99</b>  |
| <br>   |            |
| <b>Bibliografía</b>  | <b>101</b> |