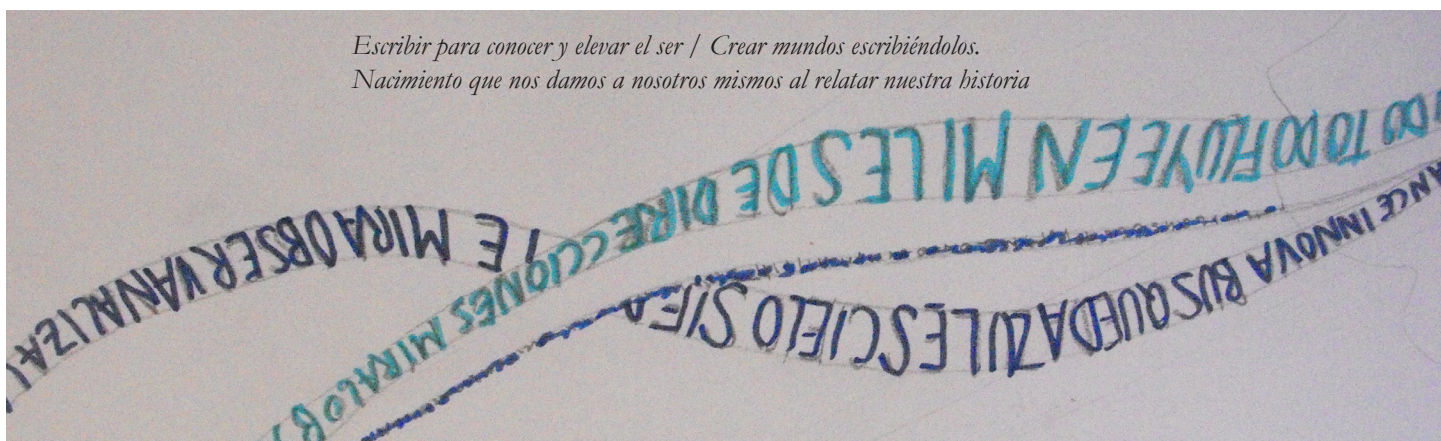


TALLER DE PSICOESCRITURA



Taller basado en las terapias narrativas; su objetivo es el bienestar mental y físico trabajado con la escritura liberadora, positivista y automática. Construcción de una narrativa de recuerdo, de objetivación, de subjetivación, de metaforización y de proyección hacia el futuro.



Un espacio para:

El conocimiento de uno mismo (Presente, pasado y futuro).

La relación con el otro (Familia, pareja, amigos).

La interiorización (Despertar los sentidos, búsqueda de emociones significativas, ser mujer-varón, vivir la espiritualidad).

La relación con el entorno (Nuestra cotidianidad, desarrollo de la ciencia, conflictos encontrados, trabajo-realización).

La imaginación (Mi imaginario, soy otro, veo más en lo mayúsculo y lo minúsculo)

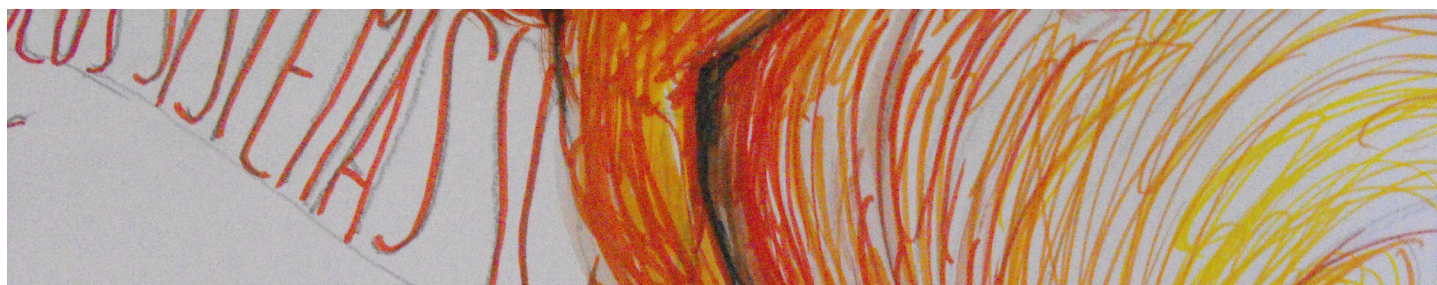
Objetivos:

Crear hábitos de escritura adaptativos, saludables y beneficiosos.

Descubrir imágenes y sentimientos que nos abruman poniéndoles nombre.

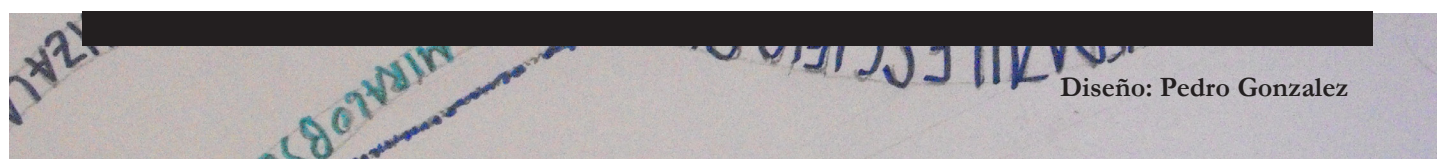
Buscar una narrativa coherente que equilibre y ralentice el pensamiento.

Trabajar la autoestima, la lectura de textos propios y la puesta en común de puntos de vista.



Contacto: 680 34 67 37 / 91 883 02 50 (Rita Otero)

e-mail: ritapat9@hotmail.com



Diseño: Pedro Gonzalez