

TALLERES

SALA PECERA

DESARMANDO LAS PALABRAS

Alejandro Olalla

Resumen

Muchas veces hablar con las personas que queremos de temas delicados puede ser complicado. Aunque no sea nuestra intención, puede sonar a reproche, o que estamos regañando o enfadados. En este taller vamos a profundizar en el proceso de la comunicación y tratar de conocer algunas herramientas para mejorar esa comunicación.

SALA LINCE 2

ENCONTRANDO MI EQUILIBRIO: ESTRATEGIAS PARA MI BIENESTAR EMOCIONAL

Sandra Gisbert

Resumen

En este taller queremos que los participantes adquieran herramientas prácticas para enfrentar los desafíos emocionales de la vida diaria, fortalezcan su inteligencia emocional y sean capaces de mantener un equilibrio emocional más saludable en sus vidas.

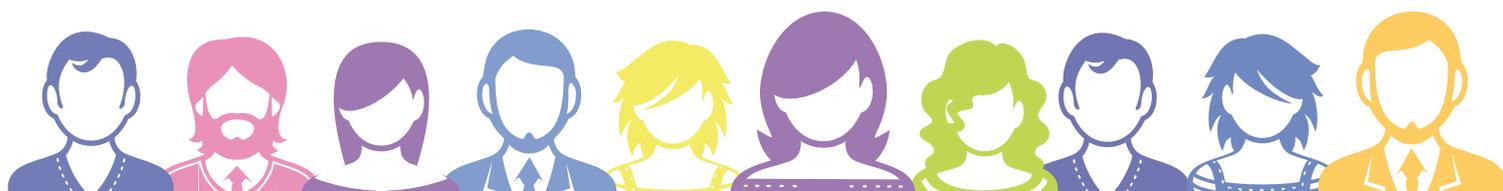
SALA LINCE 4

¡NO HAY DERECHO!

Carmen Godino

Brve introducción

¿Crees que el derecho contempla la realidad de las adicciones? ¿Qué pasa cuando el derecho de pone del revés para el adicto y/o sus familiares? Vamos a averiguarlo entre todos con casos prácticos y actuales. En este Taller usaremos role-play, y todos seremos actores por un día. Aprenderemos juntos y lo pasaremos bien poniéndonos en la piel y las emociones de otros. ¡Que nadie diga jamás que el derecho no puede tratarse desde la diversión! Al final del Taller, entre todos decidiremos quién se lleva el Óscar.



SALA LINCE 5

TALLER DE SEXUALIDAD PARA HOMBRES: UN VIAJE DESDE LOS MITOS A LA DECONSTRUCCIÓN

Ana María López Lorente

Resumen

En este Taller se abordará cómo los hombres sufren los efectos de una sexualidad condicionada por un gran número de prejuicios. La deconstrucción de esos mitos permitirá conocer en qué consisten las nuevas masculinidades y qué repercusión tiene para vivir la sexualidad en libertad.

Nota: Se recomienda asistir con muchas ganas, con ropa cómoda y una esterilla para el suelo.

SALA LINCE 5

TALLER DE CRECIMIENTO ERÓTICO PARA PAREJAS: EROTISMO COMO JUEGO

Ana María López Lorente

Resumen

En este Taller se trabajará la importancia de compartir en la pareja actitudes erotofílicas que permitan disfrutar de la sexualidad desde la capacidad erótica individual a través del erotismo y del juego.

Nota: Se recomienda asistir con muchas ganas, con ropa cómoda y una esterilla para el suelo.

SALA LINCE 1

LA ESTÚPIDA MANÍA DE QUERER SER NORMAL

Cristina Prados Herrero

Resumen

Seguramente sea una de las palabras más nombradas en cualquier consulta de psicología. O mejor dicho, seguramente sea una de las metas más deseadas por muchas personas, incluso más que metas tan demandadas como la felicidad, el bienestar o el éxito. Ser normal es una aspiración muy demandada y así de primeras y sin pensarlo mucho podemos asumir que no hay ningún problema en ello y que intentar ser normal incluso sea un objetivo muy loable. Pero veremos cómo esta palabra hace mucho daño a la gente por su rigidez, su irrealdad y la sensación de imposibilidad que genera.

