

"El guión de mi vida"

Este es nuestro taller-sello, un curso de Desarrollo Humano con enfoque de género para mujeres, que resulta una experiencia intensiva y transformadora. Su objetivo es lograr mediante el tratamiento de la identidad narrativa femenina, que las mujeres vivan un proceso de auto-conocimiento, auto-aceptación y re-significación de sus historias personales, para que se sientan más auto-realizadas y encuentren un verdadero sentido vital, lo cual redundaría en un desarrollo personal y familiar.

Metodología

En su metodología hay tanto exposición teórica, como reflexión personal y dinámicas grupales. Como se trata de un Taller, el manejo metodológico es eminentemente práctico y vivencial. Parte de la pregunta ¿quién soy?, y busca llegar al planteamiento final: ¿en quién me quiero convertir?, por lo que se trabaja con la propia historia de vida. La respuesta la irá tejiendo cada cual de manera individual, y gradualmente la entretendrá con sus compañeras en este círculo de mujeres que se reúnen para convivir, compartir y aprender juntas.

Duración

Una frecuencia semanal de dos horas durante tres meses, aunque puede cambiarse este ritmo, según las necesidades de cada grupo.

Temas

1. Antecedentes e introducción
2. Identidad narrativa
3. Relación con los padres
4. Autoestima
5. Etapas de la vida
6. Empoderamiento
7. Sexualidad
8. Crisis y pérdidas
9. Sentido de la vida
10. La muerte
11. El perdón
12. Conclusión y cierre