

## Curso/taller “Terapia de las Relaciones”

Este curso va dirigido a profesionales de la psicología que deseen profundizar en las causas y efectos de la violencia de género tanto a nivel social como individual. Y busquen desarrollar habilidades para mantener relaciones saludables e igualitarias a nivel personal y puedan ayudar a otras personas a conseguir dicho objetivo.



### Finalidad

Reconocer y entrenar las habilidades necesarias para mantener relaciones saludables e igualitarias con: familia, amistades, pareja y aprender a tratarse bien.

Identificar los efectos de los malos tratos, aprender a diagnosticarlos y tratarlos.

### ¿Por qué puede ser útil este curso?

Porque en la carrera no nos han enseñado a reconocer la importancia de la violencia de género y del poder en la construcción de la mente, y los efectos que ambos producen en la identidad de los hombres y mujeres, y en su manera de relacionarse, querer y sufrir.

Te ayudará a revisar las teorías tradicionales con las que se ha explicado la mente y los malos tratos, e incorporar los nuevos conocimientos aportados por los estudios de género, trauma y neurociencia.

Te facilitará el desarrollo de competencias personales que permiten generar dinámicas relacionales sintónicas y saludables. La construcción y mantenimiento de relaciones saludables e igualitarias no está asegurada por la biología, es una tarea difícil, cuando se ha crecido en contextos autoritarios.

Las competencias personales que se trabajarán serán:

**Regulación Emocional** es la capacidad de regular las emociones agradables y desagradables

**Autoafirmación** es la capacidad de sostener deseos e ideas propias y defenderlos.

**Asertividad** es la capacidad de comunicarse de forma adecuada sin agredir ni someterse.

**Mentalización** es la capacidad de reconocer las intenciones propias y ajenas.

**Valoración** es la capacidad de evaluar la valía personal y la de los demás de forma equilibrada.



### OBJETIVOS:

- Visibilizar el poder, su importancia en las dinámicas relacionales y su relación con el género.
- Ayudar a reconocer y modificar los modelos y pautas de comportamiento disfuncionales, tanto en la relación que se mantiene consigo como en la que se mantiene con las demás personas.
- Desarrollar las habilidades emocionales que permiten mantener relaciones saludables e igualitarias.

### METODOLÓGIA

El curso/taller será teórico-práctico. Se trabajará a nivel individual y grupal, dentro y fuera de las sesiones.

El grupo estará formado por un máximo de 15 personas y se organizaran subgrupos de cinco.

El taller tendrá una duración de 100 horas: cincuenta presenciales y 50 de trabajo individual. Repartidas en 20 sesiones de dos horas y media cada una.

Habrà una evaluación continua y acreditación. Esta reconocido de interés psicológico por el COPB.

### CALENDARIO

El taller se realizará quincenalmente los lunes de 19h a 21,30h, se iniciará el 10 de octubre y finalizará el 26 de junio

### PRECIO

600 euros, puede pagarse en tres veces.

Para poder inscribirse en este taller es necesario conectar con [carmina.serrano51@hotmail.com](mailto:carmina.serrano51@hotmail.com)

Telf. 944600406 y 658757109

Curso/taller “Terapia de las Relaciones”