

Marcela Jiménez

Explora tu Identidad Personal – Taller de Escritura Terapéutica

“Reconociendo mi ser a través de la escritura”

¿Por qué Escritura Terapéutica?

Recomiendo la escritura terapéutica porque es una fuente autoconocimiento. A través la escritura terapéutica puedes darle forma a lo que sientes y piensas con palabras, puedes hacerlo tangible. Expresas lo que sientes de manera constructiva. Además, es una actividad que al hacerla en un taller con otros participantes puede ser muy enriquecedora.

¿A quién va dirigido?

Esta dirigido a cualquier persona que haya escrito previamente o no. Personas que quieran indagar en sí mismas y busquen hacerlo de una manera íntima y al mismo tiempo tengan la posibilidad de compartirlo con el resto del grupo (no es obligatorio).

¿Qué van a conseguir las personas que hagan este taller?

Las personas que asistan se van a llevar lo siguiente:

- Herramientas para comprender lo que siento y lo que pienso.
- Herramientas de expresión emocional
- Un conocimiento más profundo sobre su identidad.
- Cómo desarrollar el hábito de escribir
- La experiencia enriquecedora del grupo

Marcela Jiménez

El taller esta formado por 4 módulos:

Contenido de cada módulo:

Fecha / Hora	Módulo 1 "El poder de la palabra escrita"
30 abril 2022 9:00 am Duración 2 hrs.	<ul style="list-style-type: none">• La conexión que hacemos con las palabras y el significado personal que le damos, la importancia del contexto.• Diferencias entre escritura terapéutica y escritura creativa.• ¿Qué hace que algo sea terapéutico?

Fecha / Hora	Módulo 2 "El mundo externo del interior"
7 mayo 2022 9:00 am Duración 2 hrs.	<ul style="list-style-type: none">• Colección de experiencias• Liberar el pasado• El secreto familiar• El duelo• La enfermedad• El sintoma• La sombra• ¿Cómo acceder a mi inconsciente por medio de la escritura? Ejercicio, Tarea y Recomendaciones.

Fecha / Hora	Módulo 3 "El mundo interno que refleja el exterior"
14 mayo 2022 9:00 am Duración 2 hrs.	<ul style="list-style-type: none">• Lo que exteriorizo y proyecto• Me permito ser yo desde mi yo interno, más que los miedos• Mis heridas de la infancia se hacen presentes• Trabajando las heridas

Marcela Jiménez

Fecha / Hora	Módulo 4 "Redactando mi felicidad, cambio de realidad"
21 mayo 2022 9:00 am Duración 2 hrs.	<ul style="list-style-type: none">• Carta al sabio• El nombre que recibí y no elegí• Cambio de realidad, el universo y yo• Actos de psico - magia

Inversión	Formas de pago	Material a utilizar	Transmisión OnLine
Un solo pago	PayPal @marcelajimenezterapi	Libro de alguna autobiografía o de autoayuda	ZOOM
\$800.00 mxn \$45.00 usd	Transferencia bancaria 014222605903824921	Libreta de apuntes y bolígrafo	Las clases No se quedan grabada
El pago se deberá efectuar a más tardar:	Deposito oxxo 5579 0700 7288 4508	Cartulina blanca	Grupo de avisos y apoyo por WhatsApp
El 25 de abril 2022	Banco Santander Angela Marcela Jimenez García	Hojas de papel blanco	Email de contacto psic.marcelajimenez@gmail.com

El secreto del cambio es enfocar tu energía, no en luchar contra lo viejo, sino en construir lo nuevo.

Sócrates

Bienvenidos