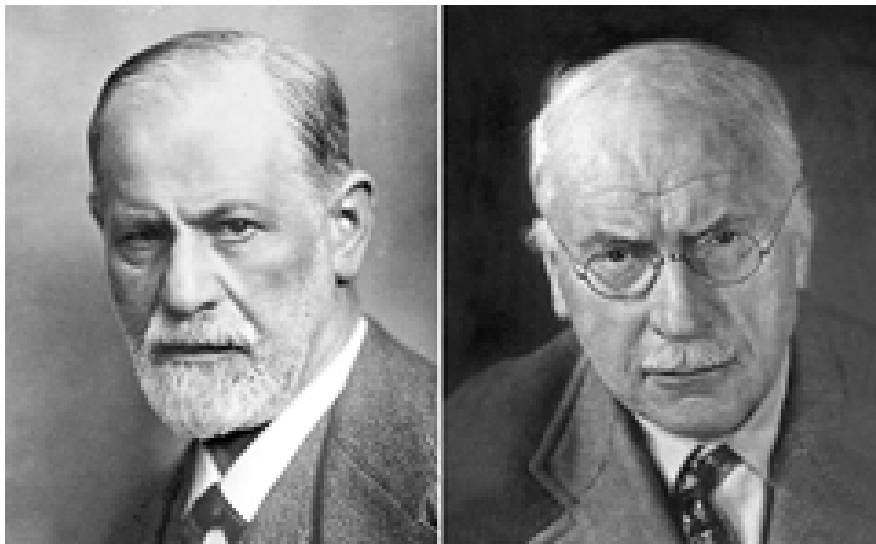


Encuentra **TE** con Jung y Freud

Un trabajo de autoconocimiento profundo a través del simbolismo inconsciente y la escritura subjetiva



Sigmund Freud

Carl Gustav Jung

Creadores del programa: **Jaume Soler** y **Mercè Conangla**

Desarrollo, docencia y Área escritura subjetiva: **Antonela Basilio**

Dirección y facilitación Área Inconsciente y autoconocimiento: **Xavier Guix**

Laboratorio de Autoconocimiento y Simbolismo Inconsciente del



Presentación

“Equilibrista es el eterno buscador de equilibrio.” Jaume Soler

Partimos de que es clave adquirir una consciencia de nosotros mismos que nos lleve al autoconocimiento y a la acción de mejora y a un mayor bienestar emocional y calidad de vida.

A fin de que las **Buenas Prácticas** estén presentes en las ofertas de formación, hay que vincularlas con una **investigación profunda** tanto de los materiales como de los procesos y métodos con los que se apliquen.

Este programa se ha diseñado a partir de la experiencia de cincuenta años de Jaume Soler, fundador de **Fundació Ecologia Emocional**, en el campo del autoconocimiento y la gestión emocional, y las investigaciones de todo el equipo del IREECP (Institut de Recerca en Ecologia Emocional i Creixement Personal).

En este programa, vamos a visitar el lugar donde habita el olvido...

El **autoengaño** es uno de los mecanismos de nuestra psique que, pretendiendo protegernos, acaba causando daños, al alejar la verdad profunda de quienes somos, de la vida que acabamos llevando. El autoengaño, pretendiendo evitar el sufrimiento sólo nos acaba llevando a él.

Dado que nuestra capacidad de autoengaño es profunda y que, a más conocimientos acumulados, más herramientas tenemos para construir un relato que lo justifique todo, se hace evidente la importancia de trabajar con el inconsciente colectivo e individual.

En este programa trabajamos con el inconsciente a fin de saltar algunos muros que nos impiden ver con claridad quiénes somos, y construir un sentido de vida coherente. Para conseguirlo será preciso vencer muchas resistencias que frenan el paso del conocimiento intelectual a una forma de aplicarlo para vivir con mayor equilibrio la propia existencia.

Encuentra **TE** con Jung y Freud

¿A quién se dirige este programa?

- Va dirigido a las **personas que quieren realmente profundizar en su autoconocimiento** y desarrollo de su consciencia, aplicándolo a la mejora de su propia vida y del mundo que les rodea.
- A **docentes, formadores, facilitadores y capacitadores en temas de gestión emocional** que deseen trabajar consigo mismos para que cuando estén "con los demás" sean capaces de adoptar las distancias más adecuadas y hacer un abordaje más ético y coherente de los conflictos individuales y grupales que se puedan presentar en su práctica.
- A **personas que llevan mucho tiempo trabajando en su crecimiento personal** y que estén dispuestas a dar un paso hacia adelante buceando en su "iceberg interior" al encuentro de lo que está oculto.



IMPORTANTE:

- Este programa no es una terapia.
- Este programa supone un trabajo personal que se vivirá en grupo reducido y se compartirá en la medida que cada persona desee.
- A lo largo de este programa habrá un acompañamiento por parte de profesionales expertos con una sólida formación psicológica.
- Este programa está vinculado al LABORATORIO DE INVESTIGACIÓN, en todo su proceso: anterior, de desarrollo y posterior.

Metodología

- Basada en investigaciones del IREECP y conocimientos psicológicos.
- Estrategias concretas para pasar de la autoconsciencia a la acción concreta de mejora de la propia vida y una aportación bondadosa y equilibrante al entorno.
- Tabla de sonido emocional. Evaluación de la experiencia subjetiva del proceso basada en una herramienta generada y testada por el IREECP.
- Trabajo intenso personal y en grupo reducido.
- Tutorías.

Contenido

FASE 1 - ARTESANOS DEL AUTOCONOCIMIENTO

General

1. **Yo y mi vida a través de los símbolos.** En esta sesión inicial se presentará la dinámica del Relato autobiográfico y se hará una primera aproximación a lo simbólico.
2. **Aprender a esperar lo inesperado: la incertidumbre.** Límites como espacio de esperanza. Trabajando las líneas de sutura. Seguridades y autoconfianza.
3. **Moldes emocionales.** El juego de las creencias. Los opuestos. La sombra. Los mandatos. Convicciones íntimas
4. **El invierno no es eterno.** Los mecanismos de autoprotección emocional. El autoengaño, la postergación y la justificación.
5. **Sensibilidad, corporalidad y sentidos.** Lo que nos cuenta el cuerpo acerca de nosotros mismos. Una exploración de los paisajes de la calma y el silencio.
6. **Trabajando la ocurrencia y la creatividad.** Reestableciendo el reino de las posibilidades.
7. **Maitri "Amistad incondicional hacia mi mism@".** Con autoestima no es suficiente, por lo tanto, tenemos que trabajar con la amabilidad y autoternura.

Transversales

Se trabajará en tres aspectos concretos:

1. **Artisanos de la autoconciencia:** Form-acción y toma de consciencia. En cada una de las sesiones los participantes elegirán, a partir de lo trabajado, un valor-acción para trabajarlo y valorarlo en el tiempo de forma consciente y práctica en su vida cotidiana.
2. **El inconsciente colectivo, un camino hacia el autoconocimiento:** Como dijo Jung: "Hasta que no hagas consciente tu inconsciente, éste dirigirá tu vida y lo llamarás destino". Trabajo a partir de la simbología y su proyección en la vida cotidiana.
3. **El relato autobiográfico y escritura subjetiva:** Un trabajo en forma de diario sobre la gestión de los significados y la elaboración de una autobiografía que será la culminación del trabajo realizado con el propio mapa personal a lo largo de este programa.

EncuentraTE con Jung y Freud

Información general FASE 1: Artesanos del autoconocimiento

- **DURACIÓN:**
42 horas (28 horas con facilitador (14 sesiones de 2 horas) + 14 horas de trabajo personal, lecturas y tutorías)
- **2 MODALIDADES:**
 - **Presencial (*)** en aulas de la Fundació Ecologia Emocional en el Recinte Fabra i Coats (c/ Sant Adrià, 20 - 08030 Barcelona)
 - **Online** a través de Zoom
- **IDIOMA:**
Castellano
- **HORARIO:**
De 18.00 a 20.00 (hora España) en las dos modalidades
- **FECHAS:**

Modalidad presencial (lunes):	Modalidad online (martes):
18 y 25 octubre 2021	9, 16, 23 y 30 noviembre 2021
8, 15, 22 y 29 noviembre 2021	14 y 21 diciembre 2021
13 y 20 diciembre 2021	11, 18, 25 enero 2022
10, 17, 24 y 31 enero 2022	1, 8, 15, 22 febrero 2022
7 y 14 febrero 2022	1 marzo 2022
- **FORMADORES:**

Antonela Basilio. Licenciada en Ciencias de la Educación, especializada en el área de la Psicología Cognitiva Cultural y Psicocreatividad.

Xavier Guix. Psicólogo, formador y escritor.

Mercè Conangla. Psicóloga con especialidad clínica y educativa, enfermera y escritora. Cocreadora del modelo Ecología Emocional.

Jaume Soler. Psicólogo experto en dinámica y facilitación de grupos. Escritor y cocreador del modelo Ecología Emocional.
- **PRECIO:**
450€ precio general
350€ precio Amics i Amigues de la Fundació Ecologia Emocional

(*) Si la situación sanitaria no lo permite, se compaginará con sesiones online

INSCRIPCIONES: <http://bit.ly/EncuentraTE>

INFORMACIÓN: Teléfono: 647 742 140 - Email: fundacio@fundacioecologiaemocional.org

Encuentra **TE** con Jung y Freud

Continuidad del programa

FASE 2 - EL INCONSCIENTE COLECTIVO, UN CAMINO DE AUTOCONOCIMIENTO

Exclusivo para las personas participantes en la FASE 1: ARTESANOS DEL AUTOCONOCIMIENTO que deseen bucear a mayor profundidad en los aspectos inconscientes y la simbología.

En esta parte del programa se trabajará con la simbología como lenguaje para hacer consciente el inconsciente que puede ser un freno para avanzar en el desarrollo personal.

El objetivo es pasar a la acción concreta de mejora aplicando lo que se ha hecho consciente a fin de incrementar el bienestar emocional al desbloquear temas enquistados o inconscientes que sabotaban las mejores capacidades y posibilidades de cada persona.

Dirección y facilitación: **Xavier Guix** (psicólogo, formador y escritor)

- **Duración Fase 2:** 40 horas
- **Fechas:** a determinar



Las personas que completen la Fase 1, la Fase 2 y realicen el proyecto final, obtendrán el **CERTIFICADO EN FACILITACIÓN AUTOCONOCIMIENTO Y SIMBOLISMO**