

TALLER FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA A TRAVÉS DEL AUTOCONOCIMIENTO

Ante la pertinencia y relevancia de iniciar de manera formal y sistem atizada acciones que propicien el desarrollo de una mayor conciencia acerca de la importancia de autoconocerse y valorarse a sí mismo, la Facultad de Artes Plásticas de la Universidad Veracruzana en coordinación con el Centro de Estudios e Investigación Gestálticos (CESIGUE) organizan el Taller: “Fortalecimiento de la Autoestima a través del Autoconocimiento”, el cual se sustenta desde la perspectiva del Desarrollo Humano que promueve el aprendizaje significativo bajo un clima psicológico seguro, con actitudes de congruencia, empatía, y aprecio incondicional, tendientes a lograr el crecimiento personal de los estudiantes y donde se integran la afectividad con la efectividad, la libertad con la disciplina y el respeto a su proceso personal, es decir:

[...] un proceso continuo de transformación que tiende de manera natural a realizar el infinito potencial innato que se encuentra en estado latente en cada una de las dimensiones que conforman la naturaleza humana. Se trata de un proceso ascendente y constante de aprendizaje y cambio que, cuando no se ve obstaculizado o distorsionado por el ambiente circundante, tiende de manera natural a la autorrealización y la trascendencia (González, 1995, p. 132).

OBJETIVO:

Que el estudiante transite por un proceso vivencial de autoconocimiento/ aceptación que le posibilite fortalecer su autoestima.

EL TALLER PRETENDE QUE LOS ESTUDIANTES:

- Logren una mayor conciencia de sí mismos y de la subjetividad con que enfrentan el mundo que les rodea.
- Que cuenten con una mayor autodirección en relación a los marcos de referencia que dicta su cultura.
- Capacidad de manifestar una mayor apertura con respecto a los estímulos que discrepan de su autoconcepto.

Para concretar lo anterior se:

- Propician conocimientos básicos en torno a la importancia del autoconocimiento de sí

mismo.

- Crean ambientes de aprendizaje que promuevan la importancia del autoconocimiento para conocer a los demás.
- Favorecen actitudes de apertura, honestidad, tolerancia, aceptación, responsabilidad y compromiso profesional.

METODOLOGÍA

Estrategia de trabajo centrada en los estudiantes y con tal fin se implementan una serie de ejercicios estructurados de aprendizaje que propician la reflexión en torno a:

- El autoconocimiento para comprenderse a sí mismo.
- Comprenderse a sí mismo para comprender a los demás.
- Potenciar su autoestima a través de la práctica de:
 - ✓ Vivir conscientemente.
 - ✓ Aceptarse a sí mismo.
 - ✓ Aceptar responsabilidades.
 - ✓ Afirmarse a sí mismo.
 - ✓ Vivir con un propósito.
 - ✓ La integridad personal.

TALLER GRATUITO DIRIGIDO A: Estudiantes de la Universidad Veracruzana

FACILITADORES: Mtra. Claudia Cristina Cázares Valenzuela¹; Dr. Alfredo García Martínez²

INICIO: 10 de octubre de 2013

SESIONES: Jueves de 18:00 a 20:00 hrs

DURACIÓN: Octubre - Diciembre 2013

LUGAR: Instalaciones de la Facultad de Artes Plásticas

¹Licenciada en Administración y Docencia. Cursa la Maestría en Psicoterapia Gestalt y ha participado en algunos cursos relacionados con el ámbito gestáltico. Se desempeña como docente en programas de apoyo a niños y adolescentes en situación de vulnerabilidad.

² Licenciado en Artes Plásticas, Maestro y Doctor en Educación. Cursa la Maestría en Psicoterapia Gestalt. Se desempeña como académico de la Facultad de Artes Plásticas de la Universidad Veracruzana. Ha participado como ponente en diversos Congresos Nacionales e Internacionales.

INFORMES E INSCRIPCIONES:

fap.uv.taller.autoestima@gmail.com ; fap.uv.taller.autoestima1@gmail.com

BLOG:

<http://artesautoestim.blogspot.mx>

SE OTORGARÁ CONSTANCIA DE PARTICIPACIÓN