



CHARLA-COLOQUIO: “¿CÓMO GENERAR RELACIONES SALUDABLES?”

Que el ser humano es un ser social por naturaleza es algo que nadie duda, sin embargo en lo que ya no hay tanto acuerdo es en determinar por qué a pesar de la importancia que tienen para el desarrollo biopsicosocial de la persona, estas relaciones no son siempre saludables.

¿Por qué a veces nos involucramos en relaciones complicadas que nos generan tensión y que nos dificultan el manejo adecuado de emociones? ¿Por qué en determinadas ocasiones nos cuesta mantener nuestro punto de vista y nos dejamos llevar por otras personas de más carácter?

¿Cuál es la clave para poder relacionarnos de igual a igual, manteniendo nuestra personalidad y nuestra esencia?

En definitiva, ¿qué podemos hacer para lograr relaciones más saludables? Algunas de las respuestas las encontraremos analizando los mitos del amor romántico, estableciendo las bases de las relaciones de buen trato y analizando el papel de los agentes de socialización. Para ello partiremos de conceptos clave como respeto, igualdad, autoestima y asertividad.

Si te apetece debatir y reflexionar sobre estas y otras cuestiones relacionadas, apúntate a esta charla-coloquio.

Fecha: Jueves 22 de Noviembre de 19 a 20:30 horas.

Dinamiza Carmen Ruiz Horche, psicóloga, terapeuta familiar sistémica, especialista en violencia de género.

Es una charla abierta y gratuita para todas las personas que queráis participar. Pertenece a las Actividades Abiertas de AFART del año 2012-2013.

Queremos facilitarte este espacio en el que una vez al mes podrás participar de nuestras actividades gratuitas y conocer los diferentes programas que se llevan a cabo en AFART durante todo el año.

Recuerda que es necesario reservar por teléfono o a través de nuestra página web, ya que el aforo es limitado.