

Santander, lunes 26 de octubre de 2015

Análisis de los roles que interpretamos, en un curso de Extensión Universitaria de UNED Cantabria

“En nuestra vida cotidiana interpretamos diferentes papeles o roles. Somos hijo/a, hermano/a, padre/madre, la pareja, el amigo/a, el profesional, el miembro de un club o una sociedad...”, Luis Palacios Araus

En el **Taller “Encantado de conocerme. Conciliando los personajes que me habitan”** que impartirá **Luis Palacios** **lunes 16, miércoles 18 y viernes 20 de noviembre, en horario de 16:30 a 20:30 h.** se conocerán algunos de los personajes que interpretamos habitualmente a lo largo de nuestra vida, los recursos que desarrollamos en cada uno de ellos, la forma en que condicionan nuestras relaciones, cómo a veces se complementan y otras entran en conflicto. En este monográfico intensivo, dirigido por **Luis Ángel Saúl** -Profesor del Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos de la UNED- y a partir de la realización de ejercicios prácticos, se reflexionará, durante 12 horas lectivas, sobre los roles que interpretamos y como compatibilizarlos para mejorar nuestro bienestar emocional.



En nuestra vida cotidiana interpretamos diferentes papeles o roles. Somos hijo/a, hermano/a, padre/madre, la pareja, el amigo/a, el profesional, el miembro de un club o una sociedad... “Dentro de como interpreto cada uno de esos papeles, puede haber aspectos que me gusten o disgusten. Me puede parecer bien mi actitud con mi pareja cuando compartimos actividades de ocio, pero a lo mejor me gusta menos como me comporto con esa misma pareja cuando debemos tomar una decisión relacionada con la educación de nuestros hijos o una compra importante y tenemos criterios diferentes”, así explica Luis Palacios, Psiquiatra y Biólogo, la base del **Taller “Encantado de conocerme. Conciliando los personajes que me habitan”**.

En otras ocasiones, surgen conflictos entre roles que desarrollamos simultáneamente. Por ejemplo, la conciliación entre mi rol profesional y otros roles más personales; o entre mi rol en mi familia de origen y mi rol en la familia que yo he constituido. En este taller, que se impartirá a mediados de diciembre y que cuenta con **0.5 créditos (1 LC)**, según afirma el profesor Palacios, “se analizarán nuestros roles y se facilitará el desarrollo de cambios en nuestra forma de interpretarlos que nos ayuden a mejorar la calidad de nuestras relaciones y bienestar personal”. Para ello, concluye Palacios, “se ofrecerá una actividad práctica y experiencial que incluye la realización de ejercicios grupales y espacios de reflexión. También se realizará un seminario dialogado que aportará el componente más técnico y formativo del taller”.



Taller “Encantado de conocerme. Conciliando los personajes que me habitan”

Fechas: del lunes 16, miércoles 18 y viernes 20 de noviembre de 2015

Horario: de 16:30 a 20:30 h.

Horas lectivas: 12

Créditos: 0.5 (1 LC)

Lugar: Centro UNED de Cantabria

Ver calendario de la actividad: <http://extension.uned.es/actividad/9693&codigo=TDCC>

Boletín de “Cursos y Actividades del Centro Asociado”

Para estar puntualmente informado sobre las actividades y cursos que se llevan a cabo en el Centro Asociado solo hay que acceder al enlace de “Cursos y Actividades del Centro Asociado”, e introducir la dirección de correo electrónico a la que se enviarán los avisos:

<http://extension.uned.es/suscripcionalta/idcentro/3>

Todo, en... www.unedcantabria.org