



Extensión Universitaria UNED Cantabria

Santander, lunes 26 de octubre de 2015

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

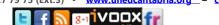
"En nuestra vida cotidiana interpretamos diferentes papeles o roles. Somos hijo/a, hermano/a, padre/madre, la pareja, el amigo/a, el profesional, el miembro de un club o una sociedad...", Luis Palacios Araus

En el <u>Taller "Encantado de conocerme. Conciliando los</u> 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 <u>Taller "Encantado de conocerme. Conciliando</u> 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

