¿QUIÉN SOY YO CUANDO ESTOY CONTIGO?

JORNADAS ABIERTAS
20 de junio 2023

La identidad es el grado de conciencia que tenemos sobre nosotros mismos, basado en creencias, conductas y experiencias adquiridas a lo largo de nuestra vida, una búsqueda que obtenemos diferenciándonos del otro en un proceso continuo y cambiante. Este constructo está directamente relacionado con la autoestima y la imagen que tenemos de nosotros mismos y que mostramos al mundo, esto se debe a que la identidad se conforma en relación, "YO-TU".

A veces, en el contacto, transitamos experiencias que nos hacen dudar de quienes somos sintiéndonos perdidos e indefensos, no reconociéndonos a nosotros mismos. La necesidad de aceptación social y de pertenencia hace que nos adaptemos, en muchas ocasiones, a lo que se espera de nosotros, cuando esto ocurre, aún sin sentir autenticidad, la sociedad nos puede devolver un concepto distinto de lo que creemos ser y es aquí cuando sentimos "crisis de identidad", nos des-identificamos, no sabemos quiénes somos.

En este espacio transitaremos las transformaciones que sufre la identidad en relación con el otro, pudiendo esta transformarse en función de los criterios de pertenencia, roles y expectativas. Exploraremos el "sí mismo" y la multiplicidad de roles que encarna en una relación, exploraremos la relación en la frontera de contacto y la interrupción de dicho contacto mediante mecanismos de defensa que protegen el "Yo Ideal".

información

Cuándo: 20 de junio 2023. Horario: 19:30 a 21:00 h.
Lugar: Modalidad Online-plataforma zoom
Inscripciones: admon@centroeleusis.es

Imparte:
M. Ángeles Núñez
Orientadora Gestáltica.

eleusis

Orientación, Psicoterapia y Formación Gestalt
desde 1988

www.centroeleusis.es