



I JORNADAS SOBRE CUIDADOS AL CUIDADOR PROFESIONAL

TALLER 3:

“La sutil mirada. Crear y crecer a partir de nuestros miedos”

INTRODUCCIÓN:

Cada uno/a de nosotros/as queremos, tenemos, elegimos, soportamos, sufrimos... y en cualquier caso al final, vivimos una trayectoria profesional que nos va dando un bagaje técnico cada vez más eficiente, más cargado de sentido o al menos de experiencia con la que hacer frente a la realidad de mañana por la mañana. Esta experiencia es la que siempre queda visible y presente frente a nuestros/as compañeros/as. Seguramente, si tuviéramos que dar una conferencia o participar en unas jornadas como estas en las que estamos, el 90% del tiempo hablaríamos de esta experiencia (riqueza) acumulada.

Pero también, en este quehacer cotidiano, vamos adquiriendo ciertos “dejes”, posturas, opiniones, miedos, inseguridades que, aunque también son parte de nuestra experiencia, no siempre están “tan a la luz”, quedando incluso escondidos a nosotros/as mismos/as. Ni siquiera tendemos a pensar que esta experiencia (pobreza) también es parte de nuestra manera de enfrentarnos a la realidad de mañana por la mañana.

Jugar, jugar a mirar hacia dentro mediante la creatividad, nos puede facilitar detectar algunas debilidades que, a demás de restar profesionalidad y eficacia a nuestra tarea, nos impiden ser felices.

OBJETIVOS:

Crear un espacio lúdico y libre en el que favorecer la creatividad.
Analizar desde lo cotidiano los miedos y bloqueos y
Facilitar la detección de factores de riesgo en nuestro quehacer diario.

METODOLOGÍA:

Mediante el trabajo grupal y el desarrollo de técnicas creativas (plásticas y de generación de ideas) proponemos una metodología lúdica, participativa, de aprendizaje significativo y vivencial.



CONTENIDOS:

- Jugar a desbloquear. Aprender a desaprender.
- “La Sutil Mirada”: Creatividad para leer lo cotidiano.
- Los miedos y los fantasmas.
- Propuestas saludables para profesionales.