

# TALLER TEORICO VIVENCIAL

## DIALOGANDO CON NUESTRAS EMOCIONES

### IMPARTIDO POR LUCIA ARANDA KILIAN



Sábado 11 y domingo 12 de febrero

**OBJETIVO:** Aprender a través de la identificación de nuestros sentimientos y emociones, a relacionarnos de una manera positiva, para llevar una vida más plena.

Las emociones en los seres humanos son un elemento importante en la formación de pensamientos, sentimientos y actitudes para determinar las conductas y habilidades sociales. Los estados emocionales adversos o negativos bloquean las relaciones humanas tales como el enojo, la soledad, la tristeza, la impotencia, el dolor, el sufrimiento y la inseguridad, entre otros, ya que van inhibiendo la participación y la sana convivencia de la persona consigo misma y con los demás.

A través de este taller, y con el apoyo de ejercicios teórico-vivenciales, los participantes llevarán a cabo un análisis de sus estados emocionales para encontrar cómo transformarlos de una manera positiva y generar estados de plenitud y bienestar emocional.



**LUCIA ARANDA KILIAN:** Su práctica profesional como Terapeuta Familiar la ha efectuado en el Instituto Latinoamericano de Estudios de la Familia (ILEF) de la Ciudad de México, en su consulta privada y realizando labores de investigación sobre situaciones de la vejez. También es Profesora invitada de la Escuela Nacional de Trabajo Social de la UNAM y de la Universidad de Londres.

Dentro de sus investigaciones, destaca la utilización de títeres en la Terapia Familiar y el trabajo con adultos mayores, transmitiendo sus conocimientos sobre este particular en diversos países de Latinoamérica como Argentina, Perú, Chile, Uruguay, Costa Rica y Brasil, así como en Asia y Europa.

Frecuentemente es invitada a participar en programas radiofónicos sobre temas de la vejez como: soledad, sentido, proyecto de vida y nueva identidad en los Adultos Mayores, así como de culpas y pérdidas, entre otros, con Paty Kelly en la 12.60 AM.

**Casa de Cultura "Jesús Reyes Heróles"**  
Francisco Sosa 202, Coyoacán.

Sábado 11 de febrero: 4:00 pm a 8:00 pm.  
Domingo 12 de febrero: 9:00 am a 6:00 pm.

**Inscripciones y costos:**

5554-8244 (Consultorio)

044 55-2300-2695

luciaranda@hotmail.com