INTRODUCCIÓN A LA PSICOMITOLOGÍA ESTRATÉGICA

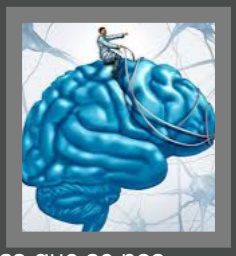
Creencias que limitan

"La ciencia tiene que empezar con los mitos y con la crítica de los mitos"

Karl Popper

El término *mito* proviene del griego *mythos* y quería significar "discurso" y/o "palabra", por oposición a "acto". El antropólogo B. Malinowski afirmaba que no hay aspecto importante de la vida que sea ajeno al mito, y aclara que el mito pertenece al orden de las creencias y que si bien es una explicación, no es una explicación racional, sino cultural.

Por nuestra parte hemos llamado psicomito a aquellas creencias y mitos que tratando de dar sentido a lo que nos pasa, se encuentra en la raíz de la mayoría de los problemas humanos.



Esta introducción a la psicomitología quiere ofrecer una mirada estratégica las creencias que pueden enturbiar la mirada y limitarnos en la resolución concreta de los problemas que se nos plantean personalmente o en el ámbito terapéutico, así como ofrecer posibles vías de salida a los laberintos construidos por los psicomitos.

PROGRAMA

- **¿Qué son las psicomitos? Introducción**
- **PSICOMITOS DE LAS FUERZAS DEL CAMBIO:** *La fuerza de voluntad, la motivación, "Cuando me sienta X podré hacer Y", la autoestima*
- **PSICOMITOS DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES:** *"Hablando se entiende la gente", la sinceridad/sincericidio, "No debería importarme la opinión de los demás"*
- **PSICOMITOS DE LAS RELACIONES INTRAPERSONALES:** *La certidumbre, la espontaneidad, "ser uno mismo"/"ser auténtico", "pienso demasiado"/"pienso en negativo"*
- **PSICOMITOS DE LAS "VERDADES VERDADERAS" :** *La objetividad, "el retrovisor", la felicidad*
- **Técnicas y tácticas para superar los bloqueos**

Docentes: Santi Olmo y Adela Resurrección - Área de Intervención Estratégica
Institut Gestalt - Verdi, 94 - 08012 Barcelona - www.institutgestalt.com - Tel 932372815

institut gestalt

SEMINARIO MONOGRÁFICO

En esta jornada se presentará una nueva línea de investigación sobre elementos que intervienen en la formación y mantenimiento de los problemas humanos desde la perspectiva de la terapia estratégica.

Presentación de los psicomitos como creencias populares o culturales no cuestionadas que subyacen a algunos bloqueos y problemas.

Dirigido a:
Alumnos del segundo curso de Intervención y terapia estratégica y a los que han terminado la formación en promociones anteriores. Este seminario está también abierto a otras personas interesadas.

Curso avanzado superior
Este seminario forma parte del tercer curso opcional de la formación y es uno de los cuatro obligatorios para acceder al certificado.