

## Taller escritura terapéutica Mujeres y Mixto



**El diario de vida: aprende a gestionar tu subjetividad y expresa tu verdad con técnicas de escritura de probada efectividad terapéutica.**

### Taller de técnicas básicas

**Dirigido a:** adultos interesados en el auto conocimiento a través de la escritura, especialmente estudiantes, profesores, psicólogos, educadores y terapeutas.

**Objetivos:** conocer y practicar técnicas de escritura para llevar un diario de vida creativo que sostenga un trabajo personal de auto conocimiento y sanación.

**Horarios:** 12 sesiones de 150 minutos/ Grupo mujeres: lunes 19.30 a 22.00 hrs/ Grupo mixto: martes 19.30 a 22.00 hrs

**Lugar:** CONSULTALLER Ale del Río. Purísima 370, Bellavista.

**Valor promocional:** 120.000 pesos chilenos.

Reserva de inscripción: 20.000 a cuenta Rut de Alejandra del Río Lohan, 7.896.888-5, con mail de confirmación a [millan.centro@gmail.com](mailto:millan.centro@gmail.com)

El resto en efectivo al principio del taller o documentar con 3 cheques.

**Inscripción e información:** [millan.centro@gmail.com](mailto:millan.centro@gmail.com)

**Fecha inicio:** lunes 2 de abril 2018 (mujeres) / martes 3 de abril (mixto)

**Fecha término:** lunes 25 de junio 2018 (mujeres) / martes 26 de junio (mixto)

## Contenidos:

- 1) Técnicas **desbloqueadoras** de la creatividad: permiten la apertura a la creatividad.
- 2) Técnicas **diagnósticas**: sirven para observar el momento actual en el proceso.
- 3) Técnicas de manejo de la **energía**: logran equilibrar la energía.
- 4) Técnicas de **asociación** libre: aptas para investigar el inconsciente.
- 5) Técnicas **gráficas**: sirven para sacar información del inconsciente vinculando ambos hemisferios del cerebro.
- 6) Técnicas de jerarquía y **organización**: excelentes técnicas para ordenar, clasificar y hacerse una visión panorámica de las cosas.
- 7) Técnicas de la **poesía**: fórmulas para transformar contenido en poemas.
- 8) Técnicas de **amplificación** de contenido: para reunir información sobre un tema.
- 9) Técnicas del trabajo **mágico**: para crear realidades intencionadas.
- 10) La **carta**: la mejor técnica para dirigirse a otro.
- 11) El **diálogo**: la mejor técnica para aprender de otro.
- 12) El **retrato**: la mejor técnica para conocer a otro.

## Taller de técnicas avanzadas

**Dirigido a:** adultos interesados en el auto conocimiento y la sanación a través de la escritura, especialmente estudiantes, profesores, psicólogos, educadores y terapeutas que hayan tomado el taller de técnicas básicas.

**Objetivos:** aplicar y combinar las técnicas de escritura básicas, además de conocer las formas naturales de la expresión escrita, para llevar un diario de vida creativo que sostenga un trabajo de auto conocimiento y sanación.

**Horarios:** 12 sesiones de 150 minutos/ Grupo mujeres: lunes 19.30 a 22.00 hrs/ Grupo mixto: martes 19.30 a 22.00 hrs

**Lugar:** CONSULTALLER Ale del Río. Purísima 370, Bellavista.

**Valor promocional:** 120.000 pesos chilenos (reserva de inscripción: 20.000, el resto se puede pagar en efectivo o documentar en 3 cuotas)

**Inscripción e información:** [millan.centro@gmail.com](mailto:millan.centro@gmail.com)

**Fecha inicio:** lunes 6 de agosto 2018 (mujeres) / martes 7 de agosto (mixto)

**Fecha término:** lunes 27 de octubre 2018 (mujeres) / martes 8 de agosto (mixto)

## Contenidos:

- 1) Forma natural de la expresión: **Catarsis**, para purgar.

- 2) Forma natural de la expresión: **Descripción**, para fijarse en los detalles.
- 3) Forma natural de la expresión: **Intuición**, comunicación con lo invisible.
- 4) Forma natural de la expresión: **Reflexión**, aprender del sabio interno.
- 5) Trabajo de **imagería**. Para usar la imaginación a tu favor.
- 6) Cambio de **perspectiva**. Para desarrollar empatía.
- 7) Trabajo con las **creencias**. Transmutar y potenciar.
- 8) Trabajo con el **trauma**. Aprender a soltar.
- 9) Trabajo con los **sueños**. Observar el propio mundo onírico.
- 10) **Meditación** Haikú. Contemplación de la naturaleza y el instante.
- 11) Curriculum alternativo. Crea tus propias **afirmaciones** homeopáticas.
- 12) Técnicas de **lectura** y valoración del diario. Escribir para leerse.

Para más información sobre mí y mi trabajo puedes consultar mi página

[www.alejandraderio.cl](http://www.alejandraderio.cl)

o puedes escribirme a mi mail [millan.centro@gmail.com](mailto:millan.centro@gmail.com)

o whatsapp +569 94237580