



Menteunida
TERAPIA ONLINE

TALLER DE LECTURA Y ESCRITURA TERAPÉUTICA

Asociación de psicólogos enfocados
en Servicios de Bienestar.





¿QUIÉNES SOMOS?

Somos una asociación de psicólogos enfocados en **SERVICIOS DE BIENESTAR** mental. Contamos con psicólogos especializados en **biblioterapia y escritura terapéutica**.

¿QUÉ HACEMOS?

Proponemos la lectura de textos literarios de distintos tipos como así también ejercicios de escritura como una herramienta terapéutica en tanto propiciadora del autoconocimiento y de la conexión con nuestras emociones, inquietudes y angustias. La literatura tiene la capacidad de resonar en nosotros porque son los mismos escritores los que la utilizan para sanar.

Borges superó su insomnio escribiendo Funes el memorioso mientras que Isabel Allende alivió su dolor por la muerte de su hija al escribir Paula.



TRISTEZA



MIEDO



ENOJO



SILENCIO



EXIGENCIA



CULPA



REALIDAD



TIEMPO



PASIONES



CONFIANZA



DUELO



SOLEDAD



PATRIARCADO





La lectura y la escritura nos permite encontrar una voz propia. Nos permite recomponernos tras una desilusión amorosa, un luto o una enfermedad. Nos ayudan a organizar el pensamiento y encontrar sentido, aprendizaje y belleza incluso en el dolor.



¿CÓMO LO HACEMOS?

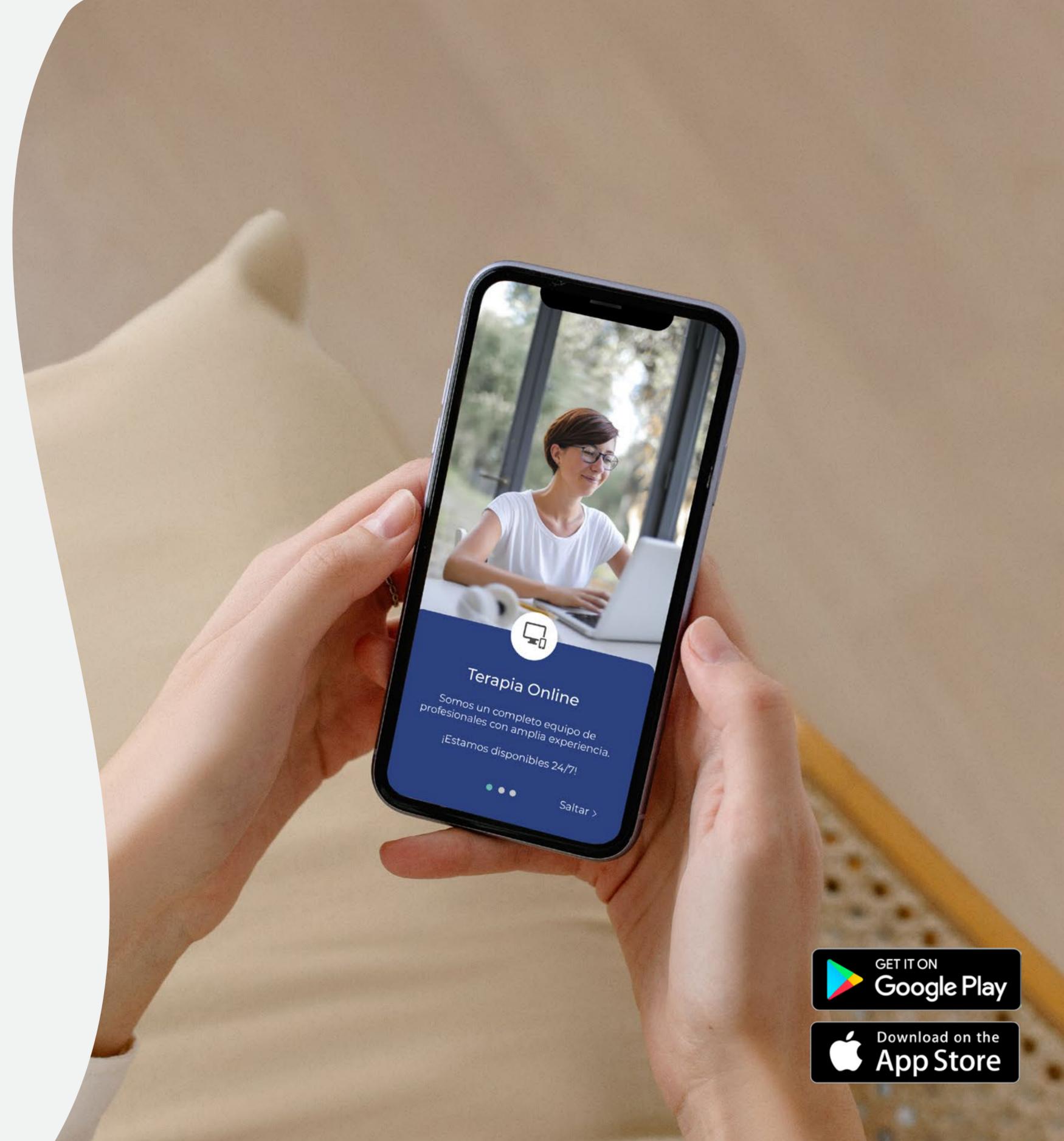
Los encuentros pueden ser **individuales** o **grupales**. En cualquiera de los casos, se aborda alguna de las temáticas mencionadas a partir de un texto literario.

No se apunta a un análisis escolar de la obra sino a la conexión personal que cada persona puede establecer con el texto. Asimismo, en cada encuentro se hace una propuesta de escritura en relación a lo discutido.



¿QUÉ CONTIENE NUESTRO SERVICIO?

Nuestro servicio consta de un **paquete de 6 sesiones** que son acordados con el/los consultantes.





Somos un completo equipo con amplia experiencia.

