



UTN.BA
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA NACIONAL
FACULTAD REGIONAL BUENOS AIRES

/ **SCEU** | SECRETARÍA DE CULTURA
Y EXTENSIÓN UNIVERSITARIA



EXPERIENCIAS
UNIVERSITARIAS
PARA PERSONAS
MAYORES

Taller de Cuentos, Emociones, Creatividad.

Presentación:

El taller propone favorecer el envejecimiento saludable mediante la práctica de la escucha y reconocimiento de nuestras emociones para interactuar con el mundo de forma receptiva y enriquecer nuestra comunicación intra e interpersonal. Los cuentos con valores nos permiten acercarnos y entrar en relación con personas, historias y culturas, provocando una experiencia interior que estimula la memoria, la reflexión y el debate. Trabajaremos sobre nuestras experiencias emocionales tratando de resignificarlas y liberarlas por medio del arte y la comunicación. La simbolización por medio de imágenes e improvisación llega donde las palabras no pueden llegar.

Objetivos

Objetivo General: Aprender a conectar nuestro mundo interior. Reconocer y expresar nuestros sentimientos y emociones para mejorar la calidad de vida y lograr un envejecimiento saludable.

Objetivos Específicos:

- Promover la solidaridad grupal.
- Ejercitar el lenguaje verbal y no verbal
- Favorecer la integración grupal y el trabajo colaborativo
- Identificar y respetar nuestras emociones y las de los otros. Compartir cuentos como disparadores de recuerdos y emociones que nos ayudan a estimular la memoria

Contenido

- Relatos – Valores – Emociones – Empatía - Autoconocimiento

Se trabajará en modalidad vivencial, con una selección de cuentos de diferentes culturas y autores, a través de recursos del arte como la narrativa, la lectura crítica, la interpretación, la plástica, etc. Ejercitaremos el reconocimiento de nuestros propios sentimientos y emociones y cómo estos nos influyen de manera que podamos utilizar sus aspectos positivos, sin dejarnos llevar por los negativos, lo que nos ayudará a crear vínculos más eficientes y estrechos con aquellos con quienes nos relacionamos.

Se integrarán recursos de variadas disciplinas artísticas, contando además con acompañamiento personalizado y confidencial.