



**Dra. Consuelo Rollán**

Colegiada: 45.382

**APOYO PSICOLÓGICO  
FORMACIÓN EN ANÁLISIS TRANSACCIONAL**

### **Análisis narrativo del origen e influencias del Guión de Vida**

La narrativa vital, esto es, el modo en que nos contamos lo que vivimos contiene limitaciones que se representan en el escenario personal y social de cada individuo.

La propuesta de análisis de este taller se inicia a partir de esta idea básica: **el cambio de la narrativa vital precisa reeducar lo que fue negligente, exagerado o carencial**. El objetivo esencial consiste en diseñar hoy una historia más constructiva y realista ajustada al momento que vivimos ahora y a lo que deseamos y es posible para el futuro.

**La revisión de las creencias nucleares que lo sustentan** en las cuales nos apoyamos para justificar nuestra teoría y recorrido de la vida, es un primer paso para conocer y modificar en lo posible el **sistema operativo** desde el cual pensamos, sentimos y actuamos en la realidad, y ampliar nuestras posibilidades de libertad y espontaneidad.

En este taller monográfico, indagamos en las influencias externas que motivaron nuestras primeras decisiones, sus consecuencias y vigencia actual.

Las primeras decisiones conllevan decirse algo acerca de lo que creemos que somos, sobre lo que son los demás y sobre qué hacer o no hacer.

Nos aproximamos a la motivación interna genuina, esto es, la experiencia emocional que acompaña lo que vivimos y las respuestas que diseñamos para que cuadren con nuestras teorías.

Evaluar aspectos significativos de nuestra vida nos conmueve de distintas maneras, no es algo superfluo. Por ello, es necesario mirar de frente y con apoyo de un lenguaje que lo descifre.

En el contexto de intimidad que proporciona el pequeño grupo, indagamos las situaciones en las que nos respondimos qué *hacer para estar bien*, o al menos para sobrevivir emocionalmente, especialmente si fue doloroso. Por ejemplo, no confiar en nadie, así no me expongo a una decepción, al rechazo, al abandono. No ser autónomo, manteniéndome cerca de los que dependo, así no tengo que pensar qué hacer por mi cuenta y no me

arriesgo al fracaso. No tener éxito, sin cristalizar nada de lo que empiezo, con la excusa del esfuerzo y del intento fallido, etc.

Comprender es un gran paso, que aliado con el descubrimiento de lo experimentado y no atendido adecuadamente, nos permite deshacer nudos enrevesados, entresijos del pasado que sobreviven en parte, en el lado inaccesible de nuestra conciencia manteniendo su efecto y que se evidencian en el modo en que vivimos y nos relacionamos, y de manera especial en lo que tememos y deseamos.

Este taller monográfico contiene los objetivos de la primera parte del trabajo que realizamos en la formación avanzada, conocida como 202. De este modo, iniciamos un recorrido que puede realizarse por módulos independientes o como parte de un ciclo completo.

### **Objetivos:**

- Conocer el contenido de las influencias del Guión de Vida
- Detectar decisiones asociadas y la programación del tiempo para cristalizarlas
- Aprender y poner en práctica alguna técnica/procedimiento reparentalizador
- Decidir hoy

### **En metalenguaje AT:**

1. Descontaminación del Adulto (vertiente cognitiva)
2. *Redecisión* desde el Niño (vertiente emocional)
3. Incorporación del nuevo Padre
4. Integración del Adulto: *Autonomía/Consciencia/Intimidad*

### **Contenidos:**

1. Anamnesis de nuestra historia: El trasfondo de lo viejo
2. El protocolo del guión de vida: primeras experiencias, primeras decisiones
3. El desarrollo inicial del guión y su vigencia actual
4. Limpiar para ver: Reconciliando luces y sombras

### **Metodología:**

Trabajamos con una propuesta de carácter esencialmente práctico y apoyado por un marco teórico que favorece la comprensión y da sentido a lo que hacemos.

Las dinámicas y actividades que se realizan en el taller forman parte del modelo de aprendizaje con el que trabajamos, por ello, cada cual decide el grado de implicación para el que se encuentra disponible.

## **Horario y emplazamiento**

Sábado, 24 de noviembre de 10,00 a 14,00 y de 16,00 a 20,00 horas

Domingo, 25 de noviembre de 10,00 a 14,00 horas

Se certifican 16 horas: 12 lectivas más 4 de lectura previa y ejercicios

El curso tiene lugar en Madrid. El lugar exacto se anunciará oportunamente.

## **Inscripción y precio**

El precio del curso es de 180 EUR. Para reservar plaza puedes realizar el pago completo del taller o ingresar 80 EUR de depósito\* en el número de cta. que recibirás en tu correo al rellenar el formulario de inscripción. Una vez recibido el depósito te lo confirmaremos por mail. El resto del pago se realizará el primer día del curso.

\* El depósito del 80 EUR no es reembolsable en caso de no asistencia.

Para más información y cuestiones relacionadas con el curso nos podéis enviar un correo a

[\*\*crollan23@gmail.com\*\*](mailto:crollan23@gmail.com)

o llamar a los teléfonos 691667832 y 627017708 en horario de lunes a viernes de 10 a 14 horas y de 17 a 20 horas.