DIPLOMADO

EN LOGOTERAPIA HUMANISMO Y SENTIDO

Programa impartido por: Tere Lemus de Vanek

Psicóloga clínica y logoterapeuta

TEMARIO

Todos necesitamos el despertar del espíritu humano con la misión y destino que cada uno tiene por derecho.

Tenemos la responsabilidad de darle un sentido y significado a nuestras vidas, dejando nuestra muy personal marca en este mundo.

Desde nuestras capacidades y circunstancias podemos generar un cambio positivo en nuestras vidas y en nuestra comunidad. La logoterapia brinda esos invaluables tesoros que logran impactar la vida de cualquiera que tiene la oportunidad y el deseo de conocerlos.

Todos los derechos reservados - academia.logoforo.com ®

MÓDULO 1 **Un acercamiento a la vida y obra de Viktor Frankl.**

Obtendrás un amplio panorama de la vida del Dr. Viktor E. Frankl y de su obra. Su experiencia como prisionero de los campos de concentración nazis y cómo impactó en su escuela psicoterapéutica.

Conocerás los recursos en los que se apoyó para lograr sobrevivir y trabajarás una herramienta para aplicarlos en tu vida. Empezarás desde ahora, a incluir prácticas que te ayudarán a esclarecer tu sentido de vida.

Temas a revisar:

- Introducción: Acercamiento a la vida y obra de Viktor Frankl.
- ¿Quién es Viktor Frankl? ¿Qué es y para que sirve la Logoterapia?
- Introducción al Análisis Existencial y Logoterapia.
- Sentido, ¿para qué?
- ¿Para qué sirve la Logoterapia?
- El holocausto como suceso histórico y como huella definitiva en Viktor Frankl.
- Recursos en los que se apoyó el Dr. Frankl para sobrevivir el holocausto.
- La importancia de la visión a futuro, la cosmovisión y visualización como herramientas de supervivencia.
- El hombre en busca de sentido.
- Extractos del libro -El hombre en busca de sentido- para adentrarnos en el Logos.
- La herramienta del logodiario.
- Bibliografía recomendada.

Todos los derechos reservados - academia.logoforo.com ®

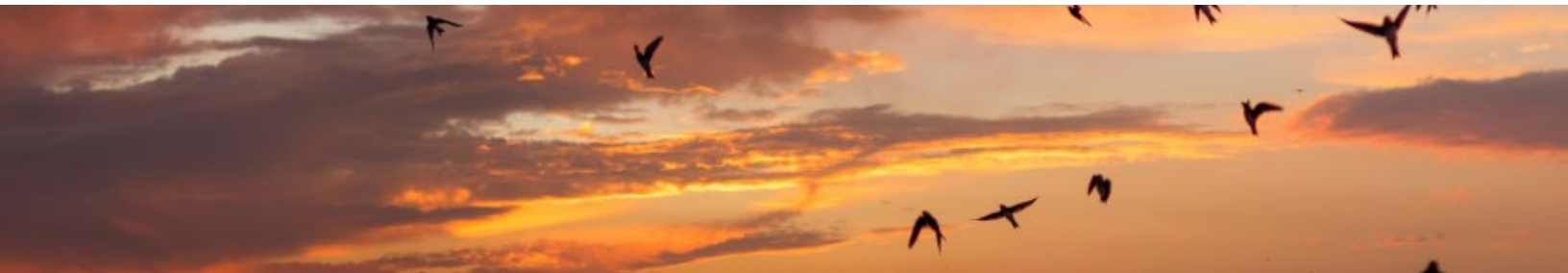
MÓDULO 2 **Origen y fundamentos de Análisis Existencial y Logoterapia.**

Entenderás de dónde surge en Análisis Existencial y Logoterapia, cuáles son sus propuestas, cómo aplica los conceptos de la filosofía existencial, qué se entiende por sentido en la visión Frankliana, distintos tipos de sentido y cómo cultivarlos.

Temas a revisar:

- Origen, fundamentos y raíces filosóficas del Análisis Existencial y Logoterapia.
- Antecedentes históricos del Análisis Existencial y Logoterapia. Raíces científicas.
- Un panorama general: fundamentos, técnicas y métodos.
- Filosofía existencial y su aplicación a la psicoterapia.
- Propuestas de la Logoterapia para tu vida personal.
- Cuestionario: Tu sentido de vida y Explorando mi propósito en la vida.
- ¿Qué se entiende por sentido?
- ¿Es humanista la psicología humanista? Un cuestionamiento de Viktor Frankl.
- Distintos tipos de sentido: Sentido del momento, sentido de la vida como tarea, sentido último.
- Tarea y proceso en tu vida cotidiana.
- Cuestionario: ¿Cómo vivo los distintos tipos de sentido?
- Bibliografía recomendada.

Todos los derechos reservados - academia.logoforo.com ®



MÓDULO 3 **Principales conceptos: multidimensionalidad humana, voluntad de sentido, vacío existencial.**

Viktor Frankl parte de una visión integral del ser humano en la que cada una tiene su lugar e importancia. Revisaremos las causas y manifestaciones del vacío existencial y cómo aprovecharlo para crecer.

Temas a revisar:

- Multidimensionalidad humana, voluntad de sentido y vacío existencial.
- Visión del ser humano desde el Análisis Existencial y la Logoterapia.
- Práctica: Mis relaciones.
- Neurosis Noógena.
- Profundizando en el concepto de Vacío Existencial: causas y manifestaciones.
- El carácter espiritual del hombre.
- Cómo nutrir lo espiritual en ti.
- El poder de obstinación del espíritu humano.
  La base biológica de la espiritualidad.
- Teoría humanista de las necesidades. ¿Es el sentido una necesidad?
- Manejo adecuado e inadecuado de las necesidades.
- Práctica: Explorando el manejo de mis necesidades.
- Los sentimientos como orientación a las necesidades.
- Los mensajes de los sentimientos. Manejo saludable.
- Reseña de la obra completa de Viktor Frankl.
- Bibliografía recomendada.

Todos los derechos reservados - academia.logoforo.com ®

MÓDULO 4 Diálogo socrático, áreas de sentido y valores.

En este módulo exploraremos el diálogo socrático como la técnica por excelencia de la Logoterapia, qué son las áreas de sentido y valores como caminos específicos hacia el sentido.

Temas a revisar:

- Introducción al módulo.
- Diálogo socrático: la técnica por excelencia de la Logoterapia.
- Preguntas para iniciar un diálogo socrático.
- Cuentos y diálogo socrático.
- 10 cuentos en audio para aplicar el diálogo socrático y exploración de valores.
- Áreas de sentido.
- Autodescubrimiento, unicidad, elección, responsabilidad y trascendencia.
- La identidad: autoconcepto y autoestima como parte importante del autodescubrimiento.
- Afirmación de la autoestima.
- Práctica para trabajar las áreas de sentido.
- Axiología: la ciencia de los valores.
- ¿Qué influencia tienen los valores en la vida cotidiana?
- Práctica: Los valores que me mueven.
- Clasificación Frankliana de los valores: Valores de creación, de experiencia y de actitud.
- Una práctica como valor de experiencia.
- El sentido del amor como valor de experiencia.
- Amor y desarrollo de consciencia.
- Prácticas para explorar tu forma de amar.
- Bibliografía recomendada.

Todos los derechos reservados - academia.logoforo.com ®

MÓDULO 5 Triada trágica y triada neurótica.

La triada trágica es inevitable en la vida humana: culpa, dolor y muerte, pero ¿Cómo puedes darle sentido para no caer en la desolación? Este es un tema central en la Logoterapia.

La tríada neurótica, un mal de nuestro tiempo, es evitable y tratable. La logoterapia es la psicoterapia específica para dicha neurosis.

Temas a revisar:

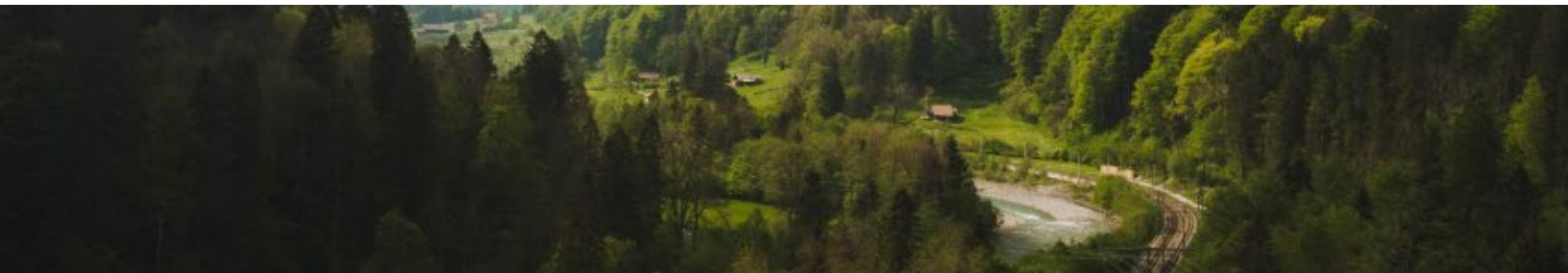
- Triada trágica y triada neurótica.
- Tipos de culpa y cómo trabajarla.
- El dolor. El significado del dolor en la vida humana, sus mensajes y posibles riquezas.
- La muerte, tercer elemento de la triada trágica. ¿Tiene sentido la vida si un día vamos a morir?
- Práctica: Exploración del sentido desde la visión de la muerte.
- Aportes de Elisabeth Kübler-Ross al tema de la muerte.
- Sobre la vida de Elisabeth Kübler-Ross.
- Algo de la obra de Kübler-Ross como aporte al sentido de la vida desde una visión de la muerte.
- Vivir hasta despedirnos. La integración de los cuatro cuadrantes del ser humano.
- La triada neurótica: Agresión, Depresión, Adicción.
- Codependencia vinculada al tema de adicción.
- Apego afectivo y codependencia.
- Una herramienta para explorar la codependencia.
- Bibliografía recomendada.

Todos los derechos reservados - academia.logoforo.com ®

MÓDULO 6 **Cerramos el Diplomado con estos grandes temas: Crisis, duelo y resiliencia.**

Todos vivimos diferentes crisis a lo largo de la vida, todos vivimos pérdidas y tendremos que lidiar con el proceso de duelo y todos podemos ser cada más resilientes para lidiar mejor con ellos e imprimirles un sentido.

Temas a revisar:

- Introducción al tema: crisis, duelo y resiliencia.
- El sentido de la crisis: El por qué y el para qué de la crisis.
- Tipos de crisis.
- El manejo de la crisis: el trabajo necesario.
- Herramientas y formas de autocuidado en la crisis.
- Las pérdidas y el proceso de duelo.
- ¿Qué es el proceso de duelo? Etapas y desarrollo.
- Trabajo necesario en cada etapa de duelo. Ayuda terapéutica.
- El sentido del duelo desde Elisabeth Lukas.
- El concepto de Resiliencia y la Logoterapia.
- El poder de oposición del espíritu humano.
- ¿Qué te hace resiliente?
- Sí a la vida a pesar de…
- Bibliografía recomendada.
- Conclusiones del Diplomado.

Todos los derechos reservados - academia.logoforo.com ®