

II Congreso Nacional

ESTILOS DE
VIDA
SALUDABLES



Una mirada
por curso de vida

MANEJO DE LAS EMOCIONES Y BIENESTAR

POR: PSIC. LESLIE ROPERO
MAGISTER EN PSICOLOGÍA CLÍNICA
PSICOANALISTA PRACTICANTE



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos



Manejo de las Emociones y Bienestar

¿La forma en que se presentan nuestras emociones nos generan un estilo de vida saludable?

¿Cuales son las emociones que pretende manejar cada sujeto?

En su excepción





Manejo de las Emociones y Bienestar

Manejo de las emociones Vs Bienestar

Manejar la emoción o Revisar su causa

MANEJARLA OBTURA SU CAUSA





Manejo de las Emociones y Bienestar

¿CÓMO NOS MANEJAN NUESTRAS EMOCIONES?

- J.L. Miller: estamos más cerca de LA VERDADERA SALUD MENTAL cuando logramos ubicar la causa de aquello que genera un malestar significativo al sujeto, ya sea representado por las emociones o por cualquier malestar psíquico significativo





Manejo de las Emociones y Bienestar

¿CÓMO NOS MANEJAN NUESTRAS EMOCIONES?

El término “angustia” se ha ido ocultando por una serie de términos psicológicos que en realidad tapan una experiencia en cada uno.





Manejo de las Emociones y Bienestar

¿CÓMO NOS MANEJAN NUESTRAS EMOCIONES?

- La angustia tiene efectos en el cuerpo
- El cuerpo es el lugar en el que se sitúa la experiencia de cada emoción
 - Lo psíquico no se desprende del cuerpo





Manejo de las Emociones y Bienestar

¿CÓMO NOS MANEJAN NUESTRAS EMOCIONES?

Lacan: La angustia tiene certeza

Bassols: La angustia, el afecto que no engaña

“La angustia no sabe de qué se angustia” es un no saber





Manejo de las Emociones y Bienestar

¿CÓMO NOS MANEJAN NUESTRAS EMOCIONES?

¿Cómo canalizar la emergencia de las emociones en un sujeto?

Siguiendo el hilo conductor de dicha emoción en cada uno

Intentar poner palabras en la experiencia de la angustia o de la emoción negativa tiene ya un efecto terapéutico





Manejo de las Emociones y Bienestar

- Estar advertido de las pasiones no es lo mismo que manejarlas
 - Freud: Luchar o huir contra las pulsiones no tiene sentido
 - Saber hacer con eso (Bricolear las pasiones)
- Lacan: El psicótico es el ser mas congruente, el paranoide actúa, piensa y siente de acuerdo a su delirio





Manejo de las Emociones y Bienestar

“TRANSFERENCIA”

**LA IMPORTANCIA DE LA PRESENCIA DEL ANALISTA PARA ESTAR ADVERTIDO DE
LAS PASIONES**





Manejo de las Emociones y Bienestar

Sobre la Ética del Deseo

Hacer lo que el sujeto disfruta, lo que desea, lo que le apasiona

BIEN – ESTAR



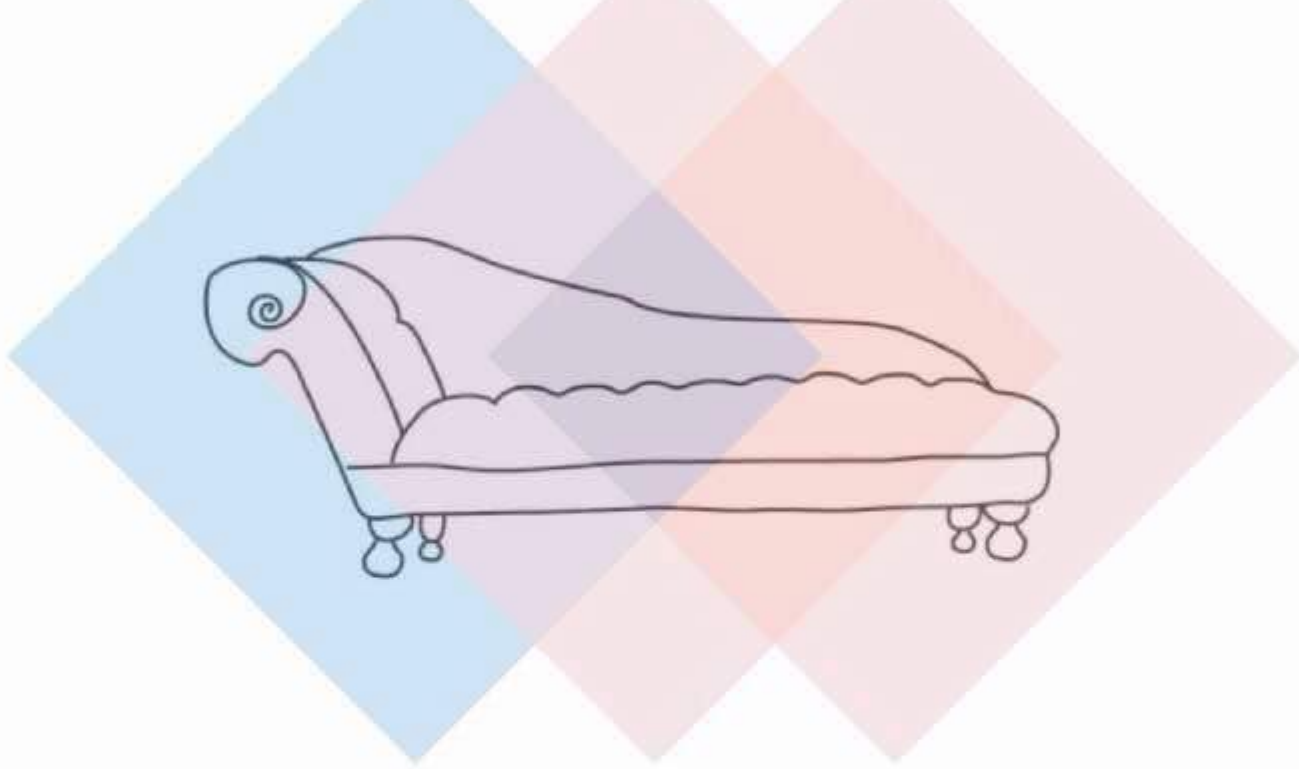


Manejo de las Emociones y Bienestar

**“LA ÚNICA COSA DE LA QUE SE PUEDE SER CULPABLE ES DE HABER CEDIDO EN
SU DESEO”**

JACQUES LACAN





Psicoanálisis Valledupar

¡MUCHAS GRACIAS!