

## Emociones hacia la Acción.

---

Talleres de Gestión de las Emociones a través del estudio de fragmentos clave de la Literatura Universal.



Juan F. Gómez

---

<http://www.bytepsique.com>  
Correo electrónico: [jjuan7f@gmail.com](mailto:jjuan7f@gmail.com)

## Emociones y Literatura.

---



*Gestiona y Avanza.*



## Emociones y Literatura.

¿Qué nos enseña la literatura acerca de las emociones?

El impacto que pueda producirnos una obra literaria depende de la capacidad que tengamos de permitir a nuestras emociones aflorar.

El taller "Emociones y Literatura" nos muestra ejemplos de la Literatura Universal en que las emociones fluyen contagiando al lector de su poder hacia la acción.

### INTRODUCCIÓN

- Abordar un texto literario.
- Ficción y sentimientos.
- ¿Qué son las emociones?
- Fórmula: Emoción hacia Acción.

## LITERATURA.

- Amor romántico. Viaje a través de la atracción, intimidad y compromiso de los personajes de la Literatura. Cuando el tiempo se detiene, cuando nada más importa, cuando nos abandonamos a todo. Visitamos el imaginario de autores ingleses.
- Pena, dolor. El duelo, como etapa necesaria para sobreponernos a la adversidad. Sentiremos la poesía japonesa en su envolvente sutilidad.
- Alegría. La explosión sincera, la manifestación liviana de la vida. Fluir junto a ella mediante textos de autores chinos. Permitir que nos embarga la fuerza del optimismo sincero.
- Culpabilidad, vergüenza, celos. La literatura castellana y su torrente de pasiones, odios y anhelos. El sur, emocionalmente cautivador.
- Compasión y lástima. Autores norteamericanos nos muestran el lado desgarrador de la humanidad, sin eufemismos. Pura realidad.

## Emociones.

- Sentimiento, emoción y estado de ánimo. Cómo diferenciarlos.
- Intervenir con las emociones.
- Legitimidad de las emociones.
- Inteligencia emocional.
- Uso de las emociones.
- Características de las emociones.
- Expresión distorsionada de las emociones.
- La reconstrucción lingüística.

