ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Escritura Autobiográfica y Memorias: Relato de la Propia Vida

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Especialízate con este Curso de Formación Permanente en Escritura Autobiográfica y Memorias que te permitirá transformar tus vivencias en narrativas literarias con impacto emocional y calidad profesional. En ICUFOR sabemos que cada persona alberga historias únicas que merecen ser contadas, y por ello hemos diseñado esta formación para quienes desean explorar el arte de narrar la propia vida con autenticidad, técnica y profundidad.

A lo largo del programa, abordarás desde los fundamentos históricos del género autobiográfico hasta las técnicas narrativas más efectivas para construir escenas, desarrollar tu voz personal y estructurar relatos memorables. Profundizarás en aspectos esenciales como el pacto autobiográfico, la gestión de la memoria, la caracterización de personajes reales y los límites éticos de escribir sobre terceros.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos históricos y conceptuales de la escritura autobiográfica, identificando su evolución desde la Antigüedad hasta las formas contemporáneas y sus principales referentes en la tradición occidental e hispánica.

Conocer los mecanismos de la memoria y la identidad narrativa, aplicando técnicas de exploración y recuperación de recuerdos significativos como materia prima del relato autobiográfico.

Desarrollar una voz narrativa auténtica y un estilo personal, distinguiendo las estrategias de punto de vista, tono, distancia temporal y recursos literarios que confieren calidad al texto autobiográfico.

Saber llevar a cabo el proceso completo de escritura autobiográfica —desde la definición del proyecto hasta la revisión del manuscrito—, aplicando técnicas de planificación, redacción, reescritura y gestión de bloqueos creativos.

Diferenciar los géneros de la escritura del yo —autobiografía, memorias, diario, autoficción—, analizando sus características, fronteras y criterios de elección en función del proyecto personal.

Dominar los principios de arquitectura narrativa y estructura del relato de vida, diseñando modelos organizativos coherentes que integren arco narrativo, manejo del tiempo y progresión capitular.

Identificar los territorios temáticos y las modalidades contemporáneas de la escritura autobiográfica, relacionando cada tipología con sus desafíos narrativos, emocionales y éticos específicos.

Conocer las vías de publicación, difusión y proyección profesional del autor autobiográfico, elaborando propuestas editoriales y valorando los contextos de aplicación profesional, terapéutica y comunitaria de la escritura de vida.

Temario

01 Fundamentos históricos y conceptuales de la escritura autobiográfica

1.1. Definición y delimitación del campo de la escritura autobiográfica como práctica literaria y cultural
1.2. Evolución histórica del género autobiográfico desde la Antigüedad hasta la contemporaneidad
1.3. El canon autobiográfico occidental: obras fundamentales y su influencia en la tradición literaria
1.4. La escritura autobiográfica en lengua española: tradición, referentes y particularidades culturales
1.5. La escritura autobiográfica como práctica cultural, terapéutica y de construcción identitaria

02 El pacto autobiográfico y los géneros de la escritura del yo

2.1. El concepto de pacto autobiográfico según Philippe Lejeune y sus revisiones posteriores
2.2. Taxonomía de los géneros de la escritura del yo: características y fronteras
2.3. Diferencias y zonas de confluencia entre autobiografía, memorias, diario y autoficción
2.4. El lector ante el texto autobiográfico: expectativas de veracidad, credibilidad y recepción crítica
2.5. Criterios para la elección del género adecuado en función del proyecto de escritura personal

Temario

03 Memoria, identidad y subjetividad como materia prima del relato autobiográfico

3.1. Fundamentos neurocognitivos y psicológicos de la memoria autobiográfica
3.2. La relación entre memoria e identidad narrativa
3.3. Subjetividad, perspectiva personal y verdad emocional en la escritura autobiográfica
3.4. Técnicas para la exploración y recuperación de recuerdos significativos
3.5. El papel del olvido, los silencios y los vacíos de memoria en la narración autobiográfica
3.6. Gestión emocional del proceso de rememoración: cuidados y límites del escritor ante su propio pasado

Temario

04 Arquitectura narrativa y estructura del relato autobiográfico

4.1. Principios fundamentales de estructura narrativa aplicados a la escritura de memorias
4.2. Modelos estructurales para organizar el relato de una vida o de un segmento vital
4.3. Selección y jerarquización del material autobiográfico disponible
4.4. La construcción del arco narrativo en las memorias
4.5. Estrategias de apertura y cierre del texto autobiográfico: comienzos que atrapan y finales que resuenan
4.6. El manejo del tiempo narrativo: analepsis, prolepsis, elipsis, pausas y escenas clave
4.7. La construcción del capítulo: extensión, unidad interna, transiciones y progresión del relato

Temario

05 Voz narrativa, punto de vista y estilo en la escritura autobiográfica

5.1. La voz del narrador autobiográfico: construcción, autenticidad y singularidad
5.2. Distancia temporal y emocional entre el yo que narra y el yo narrado
5.3. Tono y registro: la actitud narrativa del autor ante su propia historia
5.4. Desarrollo de un estilo personal: la búsqueda y el hallazgo de la voz propia en la escritura autobiográfica
5.5. Análisis de voces autobiográficas destacadas en la literatura contemporánea como modelos de referencia

Temario

06 Técnicas narrativas y recursos literarios al servicio del relato autobiográfico

6.1. La escena como unidad fundamental del relato de memorias
6.2. El diálogo en la escritura autobiográfica: reconstrucción, verosimilitud y función narrativa
6.3. La descripción sensorial como herramienta de inmersión, evocación y anclaje en el recuerdo
6.4. Caracterización de personajes reales en el texto autobiográfico
6.5. Integración del contexto histórico, social y cultural como telón de fondo del relato personal
6.6. El simbolismo, la metáfora y otros recursos retóricos en la narrativa del yo
6.7. La reflexión y el ensayismo como componentes del texto autobiográfico

Temario

07 Territorios temáticos y modalidades contemporáneas de la escritura autobiográfica

7.1. Las memorias de infancia y formación: la reconstrucción narrativa de los años fundacionales
7.2. La memoria familiar y genealógica: escribir la historia de los que nos precedieron
7.3. Escritura autobiográfica del cuerpo, la enfermedad y la vulnerabilidad
7.4. Memorias de duelo, pérdida y transformación vital
7.5. El relato de la vida profesional, vocacional e intelectual
7.6. Nuevas modalidades: el ensayo personal, la crónica autobiográfica y las narrativas digitales del yo

08 Verdad, ficción y los límites éticos de la escritura autobiográfica

8.1. El problema de la verdad en el relato autobiográfico: dimensiones y tensiones
8.2. La autoficción como espacio de hibridación entre vida vivida y creación literaria
8.3. Ética de la representación de terceros en el relato autobiográfico
8.4. Consideraciones legales fundamentales: derecho al honor, a la intimidad y a la propia imagen
8.5. Responsabilidad del autor autobiográfico ante su historia, sus personajes reales y sus lectores

Temario

09 El proceso de escritura: del proyecto inicial al primer borrador completo

9.1. Definición del proyecto autobiográfico: motivaciones, objetivos, alcance y destinatarios
9.2. Investigación, documentación y recopilación de materiales personales y contextuales
9.3. Planificación y elaboración del esquema, la escaleta o el mapa del relato
9.4. Redacción del primer borrador: estrategias para sostener el impulso creativo y la continuidad
9.5. Gestión de bloqueos creativos y resistencias emocionales durante la escritura autobiográfica
9.6. Hábitos, rutinas de escritura y el taller como espacio de apoyo al proceso creativo

10 Revisión, edición y preparación del manuscrito autobiográfico

10.1. Principios generales de la revisión y la reescritura aplicados a textos autobiográficos
10.2. Revisión estructural: coherencia global, ritmo narrativo y equilibrio entre las partes del relato
10.3. Revisión estilística y lingüística del texto autobiográfico
10.4. El papel del lector beta y del editor profesional en la mejora del manuscrito
10.5. Preparación formal del manuscrito para su presentación editorial o su difusión pública

Temario

11 Publicación, difusión y proyección profesional del autor autobiográfico

11.1. Vías de publicación del texto autobiográfico en el panorama editorial contemporáneo
11.2. El libro de memorias como proyecto editorial: aspectos prácticos y profesionales
11.3. Estrategias de difusión, promoción y construcción de una identidad autoral
11.4. La escritura autobiográfica como actividad profesional y sus contextos de aplicación

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06 **Contenidos actualizados**
Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07 **El curso, por escrito**
Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08 **Autónomo, pero acompañado**
Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09 **Enseñanza adaptada**
Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10 **Estudio sencillo e intuitivo**
Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

