

TALLER IFS

El papel de la vergüenza y la culpa en el sufrimiento mental y cómo abordarlo con IFS



01, 02, 03 de marzo 2024

Online vía Zoom

Horario: 16h a 20h (Europa Central) | 10am - 2pm EST

Descripción del curso

En este taller aprenderás teoría y técnica, con ejercicios experimentales.

Se explicarán:

- Las diferencias entre vergüenza y culpa
- Las diferencias entre culpa adaptativa y maladaptativa
- Las diferencias entre empatía y compasión y su papel en la terapia
- El ciclo de la vergüenza:
 - Me avergüenzo
 - Mis directivos proactivos me avergüenzan
 - Mis bomberos reactivos distraen, calman o avergüenzan a los demás.

Practicaremos alternativas:

- Pensar y hablar de la vergüenza como verbo.
- Fomentar la disposición de los protectores a intentar algo nuevo

Preguntaremos:

- ¿Sentir vergüenza es un beneficio personal?
- ¿Sentir vergüenza es un beneficio social?

Duración

12 horas de formación. 4 horas por día.

Forma de Pago

€290 - Un solo pago a través del siguiente enlace:

<https://institutoifs.com/taller/tallerifs-martha-sweezy/>



La formación se dará en inglés con traducción al español.



www.institutoifs.com



+34 691410935



institutoifsmadrid@gmail.com

FORMADORA



Martha Sweezy

Martha Sweezy es profesora adjunta, a tiempo parcial, de psiquiatría en la Facultad de Medicina de Harvard, consultora de investigación y formación en el Center for Mindfulness and Compassion de la Cambridge Health Alliance, y psicoterapeuta con consulta privada en línea.

Enseña Terapia de Sistemas Familiares Internos (IFS) a nivel nacional e internacional, con especial interés en la vergüenza y la culpa. Ha sido coeditora de dos libros sobre diversas aplicaciones de la IFS y ha publicado artículos sobre la IFS en revistas especializadas, y es coautora de tres manuales de tratamiento sobre IFS (sobre trauma, terapia de pareja y adicciones), así como la segunda edición del primer libro de Richard Schwartz sobre la IFS. Su libro más reciente *Internal Family Systems Therapy for Shame and Guilt* (Terapia de sistemas familiares internos para la vergüenza y la culpa) explora la vergüenza y la culpa en el contexto de la multiplicidad psíquica.