

SANAR LA VERGÜENZA

ONLINE

viernes 27, sábado 28 y domingo 29 de mayo 2022

La vergüenza es una de las emociones humanas más perturbadoras e incómodas. El sello del auto liderazgo es la voluntad y la capacidad de declararse sin miedo a la vergüenza interna.

Cuando la vergüenza y el auto desprecio impregnan un sistema interno, ser vulnerable se vuelve difícil y deja a las personas atascadas en ciclos protectores de culpa, desesperanza y desesperación.

La curación de la vergüenza implica:

- 1 Reconocer las partes que han sido avergonzadas y las partes que tienen el papel de avergonzar.
- 2 Hacer un trabajo profundo para sacar a la luz a los protectores de la vergüenza y desahogar a los exiliados.
- 3 Llevar la autocompasión al propio sistema interno
- 4 Revelar con seguridad la propia experiencia e historia sin avergonzarse a sí mismo o a los demás.

Este taller abordará:

- Una definición de trabajo de la vergüenza
- La vergüenza como verbo (acción)
- La diferencia entre vergüenza y culpa
- Cómo y por qué trabajar con los protectores de la vergüenza es fundamental cuando se trabaja con un sistema
- Sistema impulsado por la vergüenza
- Cómo IFS trabaja eficazmente con el ciclo de la vergüenza interna y externa
- El propósito de la vergüenza
- La curación de la vergüenza



- Cómo el auto perdón, la autocompasión y la auto divulgación segura son un antídoto para la vergüenza.
- Saludar a partes del terapeuta cuando se enfrenta a la vergüenza extrema en los clientes.
- Cómo evitar la vergüenza en la consulta terapéutica causa más daño que bien.
- Entender la vergüenza y el sistema nervioso autónomo.
- La vergüenza en la relación

Metodología:

- Enseñanza
- Demostraciones
- Videos
- Práctica
- Ejercicios vivenciales para entender la vergüenza desde dentro.

Sesiones:

- 📅 viernes 27, sábado 28 y domingo 29 de mayo 2022
- 🕒 Horario: de 15:00 a 21:00
- 💶 Pronto pago hasta el 26 de abril 250 €
A partir del 27 de abril 300 €
- 📍 Online
- 🗣️ Español / Inglés
- @ institutoifsmadrid@gmail.com
- 🌐 www.institutoifs.com

Requisito: Haber realizado un Nivel 1 en IFS



Toni Herbine-Blank, MS, RN, C-SP, es psicoterapeuta especialista clínica y formadora principal del Center for Self Leadership.

Toni se formó en Terapia Familiar en la Universidad de Pennsylvania, donde obtuvo tanto su RN como su título de práctica avanzada en Enfermería Psiquiátrica.

Comenzó a formar a estudiantes en Terapia de Sistemas de familia Interna en 2004 y desde entonces ha sido fundamental en el diseño de programas y la redacción de planes de estudio para los programas de formación IFS de Niveles 1 y 2.

Toni ejerce su práctica privada desde 1996 y se especializa en el tratamiento de parejas e individuos.

En 2009, después de diseñar una formación para terapeutas de IFS para aplicar el modelo a la terapia de pareja, Toni ofreció el primer *Programa de Formación Intimidad del Inside Out* © en Boston, Massachusetts.

Desde entonces, el programa ha sido recibido con gran entusiasmo en todo Estados Unidos. **La pasión de Toni es guiar a los terapeutas para que sean valientes, claros y confiados.**

Tiene la reputación de ser una formadora creativa, vivaz y ferozmente compasiva. Toni vive actualmente en Durango, Colorado con su esposo Jordan. Disfrutan del magnífico aire libre siempre que pueden acompañados de sus caballos y perros.

<https://www.toniherbineblank.com/index.html>