



## ANA OTERO

Soy licenciada en Derecho y abogada en ejercicio desde hace más de veinte años. También mediadora en asuntos civiles y mercantiles.

Hace varios años tuve la fortuna de conocer la **Comunicación No Violenta (CNV)**, que se ha convertido en una de las piedras angulares de mi vida, y en la que continuo formándome cada año.

A raíz de mi formación como terapeuta **IFS**, he decidido emprender un nuevo camino, acompañando a personas utilizando este modelo, con el objetivo de contribuir a que alcancen mayor equilibrio y armonía en su sistema interno y puedan afrontar las distintas experiencias y retos vitales con calma, coraje, confianza, y con el corazón y la mente abiertos.

Me encantará acompañarte en el proceso de conectar con tu esencia interior, para, desde ahí, acercarte con comprensión y compasión a todo lo que esté vivo en ti. Podemos hacer sesiones individuales online y también presenciales en Madrid, en español o en inglés.