

Ana María (Anita) Carrizosa De Narváez

Profesional Certificada en IFS NIVEL I y II

Teléfono: +57 (314) 407-9945

Email: anacarri@yahoo.com

[@anamariacarrizosaoficial](#)

Acompaño a **personas** y **parejas** a encontrar y acceder a ese **Recurso Interno**, no dañado por ningún trauma o situación, con el que podemos **sanar** heridas, **liberar** de cargas del pasado que se expresan de manera somática y también en forma de emociones, comportamientos, creencias y roles extremos y así, **transformar** nuestra personalidad. En vez de que el barco de nuestra vida esté en manos de los marineros, que se esfuerzan sin cesar para que no se hunda, (tal como aprendieron), sacamos al capitán del sótano, y lo habilitamos para que, liderando a los marineros con sus dones, orienten y lleven el barco a buen destino.

En el trabajo con parejas descubrimos qué es lo que se encuentra detrás de esos “bailes relacionales” en los que a veces se sienten atrapadas. Aprendemos “comunicación valiente”, y a convertirse cada uno en su figura principal de apego para que el otro pueda ser esa figura secundaria de apego y, así, caminar juntos en esta aventura de intimidad de dentro hacia fuera.

Soy colombiana, vivo actualmente en Barranquilla, Colombia y trabajo en consulta privada con individuos y parejas de manera presencial y virtual tanto en inglés como en español, especialmente en temas de trauma complejo, codependencia, adicciones, heridas de apego, ansiedad, depresión y sobrevivientes de abuso narcisista, entre otros.

Soy **Certified IFS Practitioner** (*Profesional Certificada en IFS*) con Nivel 1 y 2. Me formé en **IFIO**: “Intimacy from the Inside Out”, (*Intimidad de dentro hacia afuera*), **la aplicación de IFS a la terapia de pareja**. Profesional certificada en **TIST** “Trauma Informed Stabilization Treatment” (*Tratamiento de Estabilización Informado por el Trauma*) un modelo que también reconoce nuestra multiplicidad natural interna y el liderazgo de uno mismo, que trabaja en especial Trauma y Disociación Estructural. Formada en Abordajes Integrales del Consumo de Sustancias Psico Activas y Prevención en la Salud Mental. **Psicodramatista** en periodo de certificación. **Traductora e Interprete oficial**: inglés-español-inglés. Ofrezco talleres y cursos enfocados en la recuperación del liderazgo personal y la sanación de la interioridad. Hago parte de la Red de Facilitadores Terapéuticos del Caribe.