

# ABRAZA A TU NIÑO INTERIOR



## Programa Abraza a tu Niño Interior

Te damos la más cordial bienvenida al enriquecedor viaje de autodescubrimiento y sanación a través de nuestro taller "Abraza a tu Niño Interior".



Este taller experiencial te brinda la oportunidad de sumergirte en un espacio de profunda reflexión y autocuidado, donde explorar con delicadeza las distintas facetas de tu pasado para identificar y abordar las heridas que puedan haber dejado huella durante tu infancia.

En un ambiente amable, de respeto, confidencialidad, seguridad y protección, te guiaremos a través de una serie de ejercicios de introspección, meditaciones guiadas y actividades terapéuticas diseñadas cuidadosamente. Queremos asegurarte de que en ningún momento tus emociones se desborden, ya que nuestro equipo de facilitadores capacitados estará contigo en cada paso del camino.

Nuestro objetivo es brindarte un espacio donde puedas abordar estas heridas con compasión y valentía, liberándote así de las cargas del pasado y abriendo la puerta a una vida más plena y consciente.



Algunos de los temas que se abordaran en el taller son:

### **ESTABLECER UN ENTORNO SEGURO Y RESPETUOSO**

- Conectar con nuestro niño interior.
- Aprender a escuchar sin juicio.
- Aceptar al otro incondicionalmente.
- Respetar y saber empatizar con el otro.

### **CONTACTANDO CON LOS CONDICIONANTES DE NUESTRA VIDA**

- Entendiendo las necesidades relacionales y las carencias de AMOR.
- Manejando los miedos, inseguridades, y condicionamientos.
- Sanando la vergüenza, humillación y la culpa.

## CONOCE A TU NIÑO INTERIOR

- Nuestro auténtico ser o esencia.
- Las tres necesidades infantiles no cubiertas
  - Falta de contacto
  - Falta de protección
  - Falta de alegría y disfrute
- Restableciendo el contacto con nuestro niño interior.
- Identificar el tipo de personalidad de eneagrama que hemos desarrollado.

## CONSECUENCIAS DE LAS DIFERENTES ETAPAS DEL DESARROLLO

- Aprender a establecer la comunicación con nuestro niño interior.
- Bloqueos en las etapas del desarrollo y sus consecuencias actuales.
- Como se desarrollan los apegos y sus tipos:
  - Seguro
  - Evitativo
  - Ansioso
  - Desorganizado
- Sanación de los bloqueos.

## APRENDER A NUTRIR A NUESTRO NIÑO INTERIOR

- Contactar con nuestro adulto amoroso interior.
- Escuchar nuestras conversaciones internas.
- Identificar y resolver los conflictos internos.
- Restablecer la confianza, esperanza e ilusión.

Te invitamos con entusiasmo a unirte a nosotros en este poderoso viaje de autodescubrimiento y sanación en el taller "Abraza a tu Niño Interior". En un espacio seguro y guiado, tendrás la oportunidad de explorar tus experiencias pasadas con compasión y crecer a través de la curación interior.

## Programa Abraza a tu Niño Interior

No pierdas la oportunidad de liberarte de las cargas del pasado y abrir las puertas a un futuro más luminoso y pleno. ¡Esperamos verte en el taller y compartir este camino transformador juntos!

