

# TALLER DE MIEDO Y VALOR

El fin de semana trataremos de acompañar desde el adulto que somos al niño que fuimos para vencer los temores infantiles que actúan al día de hoy



El miedo es una emoción que nos habla de la necesidad de protegernos ante un peligro real o imaginario, exploraremos las diferentes reacciones ante éste, huida, parálisis y enfrentamiento en función de la historia personal y necesidades de cada uno/a para así poder sentir valor. Sólo atravesando el miedo podemos sentir el valor.

La ausencia de miedo no es valor, el valor es la capacidad de enfrentarse a la vida a pesar del miedo.

Trataremos de acompañar desde el adulto que somos al niño que fuimos para vencer los temores infantiles que actúan en nuestra vida actual.

Taller vivencial dirigido a personas que estén en proceso terapéutico o interesadas en ello.

Lugar: Equipo Centro de Psicoterapia y formación. Calle Joaquín María López Nº15.

Fecha: 13 de abril de 2013.

Precio: 60 euros.

Horario: de 10.00 a 14.00 y de 16.00 a 20.00 (horario aproximado).

Contacto: [eva@heliconia.es](mailto:eva@heliconia.es), tfn: 678911310.