

Programa Formación Fundamentos ABCT

TERAPIA DE COMPASIÓN BASADA EN LOS ESTILOS DE APEGO



Online sincrónico

Viernes tarde (16 a 20h)

¿Qué es y no es la compasión?

- Concepto
- Medición
- Gestos compasivos
- Frases compasivas
- Mecanismos de acción

Sábado tarde (16 a 20h)

Desarrollar modelo de apego seguro

- Dar y recibir afecto
- El sufrimiento producido por los seres humanos
- El perdón
- Reconciliación con los padres
- Ecuanimidad

Sábado mañana (10 a 14h)

Los estilos de apego

- ¿Qué son?
- Medición
- Impacto
- ¿Cómo reconocer nuestro estilo de apego?
- La figura de apego

Inscripciones y más información:

<https://terapiadecompasion.com/cursos/formacion-de-instructores-abct/>



info@terapiadecompasion.com

