

# TALLER LA VERGÜENZA Y LA SOLEDAD

27 - 28 - 30 MARZO

La vergüenza limita la expresión del deseo. Nadie nos enseñó cómo ser fiel a nosotras/os mismos/as, perder el miedo al ridículo o superar la timidez que deteriora nuestro bienestar. Quien desprecia su vergüenza olvida que se está rechazando. Aceptarla, así como el miedo a sentirla, nos permite elegir y aumentar nuestra autoestima. Trabajaremos a tu lado tus problemas de vergüenza, soledad o timidez.

## Dirigido a

Quienes frenan el deseo de mostrarse como son, de expresarse espontánea y libremente, que quieran sanar experiencias de vergüenza para alcanzar mayor aceptación de sí.

## Objetivos

Explorar, -desde un espacio seguro-, cómo recolocar esas experiencias limitadoras de vergüenza, actualizando las habilidades que posees y que no utilizabas.

Vivir la soledad desde un lugar menos frustrante.

Dignificar tu vergüenza, desarrollando facetas no avergonzadas.

Legitimar tu deseo de mostrarte y de ser reconocido/a por lo que sí eres.

## información

**Cuándo:** Viernes 28 de marzo de 17.00 a 20.30.

Sábado 29 de marzo de 10.00 a 20.30. Domingo 30 de marzo de 10.00 a 14.30.

**Lugar:** Centro Eleusis. Paseo Imperial, 8 - 2ºA. 28005. Madrid (*Metro Puerta de Toledo*)

**Inscripciones:** Entrevista previa. 670 883 043 - jose.prieto@centroeleusis.es

**Precio:** 240,00€.

**220€** si reservas plaza ingresando 50,00€ (no reembolsables) antes del 1 de marzo de 2024 en el nº de cuenta ES09 2100 5356 1122 0000 9072 indicando concepto: "vys2025".

**Material:** Ropa cómoda, cuaderno y bolígrafo.

**Imparte: José Antonio Prieto** Orientador Gestalt.  
Sociólogo. Axioterapeuta.

**Coterapeuta: María Ángeles Núñez** Orientadora Gestalt.

[www.centroeleusis.es](http://www.centroeleusis.es)

The logo for 'eleusis' features the word in a lowercase, sans-serif font. The letter 'e' is stylized with a white circle around it. A white curved line sweeps under the text from left to right.

Orientación, Psicoterapia y Formación Gestalt  
desde 1988

