

TALLER DE FIGURAS PARENTALES

10-13 de diciembre 2026

Nuestras figuras de apego —madre, padre u otros cuidadores— son el primer lugar donde buscamos el amor, la seguridad y el vínculo. A través de ellas aprendemos, muchas veces sin darnos cuenta, cómo relacionarnos con los demás y con nosotros mismos: cómo podemos ser y cómo no, qué debemos callar, cómo comportarnos para que nos quieran, cómo protegernos y qué hacer con lo que sentimos.

Lo que vivimos en esos primeros vínculos deja una huella profunda. Como niños y niñas necesitamos adaptarnos para sentirnos seguros y queridos, y en ese proceso, muchas veces, nos alejamos de nuestras necesidades profundas y auténticas, construyendo una personalidad que nos ayuda a sobrevivir emocionalmente pero que, con el tiempo, nos dificulta vivir con libertad, responsabilidad y conexión con nuestros verdaderos deseos.

Trabajar en este taller con las figuras de apego permite traer a la conciencia esas experiencias tempranas y entender de dónde vienen muchas de nuestras dificultades actuales. Nos ayuda a diferenciar el pasado del presente, a dejar de reaccionar desde el niño o la niña herida, y a empezar a vincularnos con nuestras figuras parentales y demás relaciones, desde el adulto o la adulta que somos hoy.

Además, hacerlo en un espacio acompañado y seguro nos permite dar lugar a emociones como la rabia, la tristeza, la vergüenza o la culpa que quizá no tuvieron espacio entonces. Al reconocerlas y validarlas, recuperamos partes de nosotros que quedaron bloqueadas y ganamos más libertad y autoestima.

El trabajo con el perdón, el amor y la validación de lo que sentimos nos ayudará a hacer las paces con nuestra historia. A través de sencillos ejercicios corporales y emocionales, acompañados por el equipo de terapeutas, buscaremos recuperar el contacto con nuestro niño o niña interior genuino para conseguir más energía y presencia en el aquí y ahora.

información

Cuándo: del 10 al 13 de diciembre de 2026.

Horario: comienzo jueves a las 17 horas (llegada a las 16 horas para instalarse) a domingo a las 18:30 horas.

Precio: 350€. El precio no incluye el alojamiento ni la manutención.

Reserva de plaza: Abonar un importe de 50€ (reembolsable hasta 10 días antes del inicio del taller, después de esa fecha se guardará para el siguiente taller) en el nº de cuenta ES70 2100 2126 5102 0067 3049 indicando "FFPP 2026" en el concepto.

Lugar: El refugio de cristal (Toledo). Alojamiento y manutención no incluidos.

Requisito para participar: tener una entrevista previa y formalizar la reserva de plaza.

Material: se indicará al formalizar la reserva.

Dirección del taller: **Marta O'Kelly**, psicóloga sanitaria col. M-35855, formada en Psicoterapia Gestalt, Psicoterapia sensoriomotriz para el tratamiento del trauma y las heridas relacionales y del desarrollo, Movimiento expresivo y terapia transpersonal para el desarrollo humano, Psicología de los eneatis, Terapia de pareja y acompañamiento en el duelo. Cofundadora y docente de la Escuela ELEUSIS de Terapia Gestalt. Miembro docente y supervisor de la AETG.

Contacto: Tel. 645931781 (preferiblemente whastapp)

E-mail: marta.okelly@centroeleusis.es



eleusis

Orientación, Psicoterapia y Formación Gestalt,
desde 1988