

## EL TRATAMIENTO DE LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD CON ESENCIAS FLORALES

Esencias Florales

Un curso impartido por Ricardo Mateos

En tiempos de estrés generalizado, prisas, excesos de estímulos, de información, exigencias, incertidumbres de futuro, los denominados trastornos de ansiedad son cada vez más comunes.

Merece la pena acercarnos a ellos y su naturaleza para poder ver cómo ayudamos a las personas que atendemos, o a nosotros mismos, desde los recursos amplios que contamos en Terapia Floral.

Se trata de una familia de trastornos entre los que se encuentran y tipifican la ansiedad social, el ataque de pánico, la ansiedad generalizada, el trastorno obsesivo-compulsivo, el trastorno por estrés postraumático, y las fobias.

Todos comparten elementos comunes que exploraremos en este curso, como son el miedo a lo desconocido, a lo que vendrá, al futuro, a la exposición, a lo que no tiene forma; la fuerte necesidad de control, el alto nivel de exigencia, la falta de espontaneidad, la falta de confianza en las propias capacidades, la dificultad para dejarnos fluir con lo que hay, y las fuertes presiones fruto de los mandatos familiares, sociales y culturales.

### TEMARIO

#### Definiciones

Trastornos que se engloban en el término ansiedad:

- . ansiedad social
- . trastorno de pánico
- . trastorno de ansiedad generalizada
- . trastorno obsesivo-compulsivo
- . trastorno por estrés postraumático
- . fobias

Características

Factores de riesgo

Aspectos comunes a trabajar en terapia con esencias florales:

- . fijación del acontecimiento traumático
- . miedo y sus distintos matices
- . autocentramiento
- . fantasía de control
- . represión
- . reconocimiento de la limitación
- . lo incierto, el futuro
- . hipersensibilidad
- . patrones mentales de tipo repetitivo y circular
- . respiración contraída o restringida
- . stress
- . contracturas, relajación muscular
- . etc.

Esencias florales apropiadas para los distintos tipos de ansiedad

Casos prácticos

## **CURSO IMPARTIDO POR RICARDO MATEOS**

**Ricardo Mateos** es Licenciado en Geografía e Historia, en Psicología, y en Traducción e Interpretación, técnico superior en Naturopatía, y Practitioner en Terapia Floral por la Flower Essence Society de Nevada City (California). Desde 1997 es formador en terapia floral en los sistemas florales Bach, FES y Bush, así como terapeuta floral de larga experiencia clínica.

**Fechas y horarios:** viernes 10 de junio de 4 a 8 de la tarde

**Inversión:** 50 €. Se abonarán el 50 % € con la reserva de plaza

**Para más información y reserva de plazas:**

**Esencias Matilda**

C/ Mariano Ribera, 31. 46018-Valencia

T. 96 3 82 51 69 / 617 30 22 62

info@esenciasmatilda.es