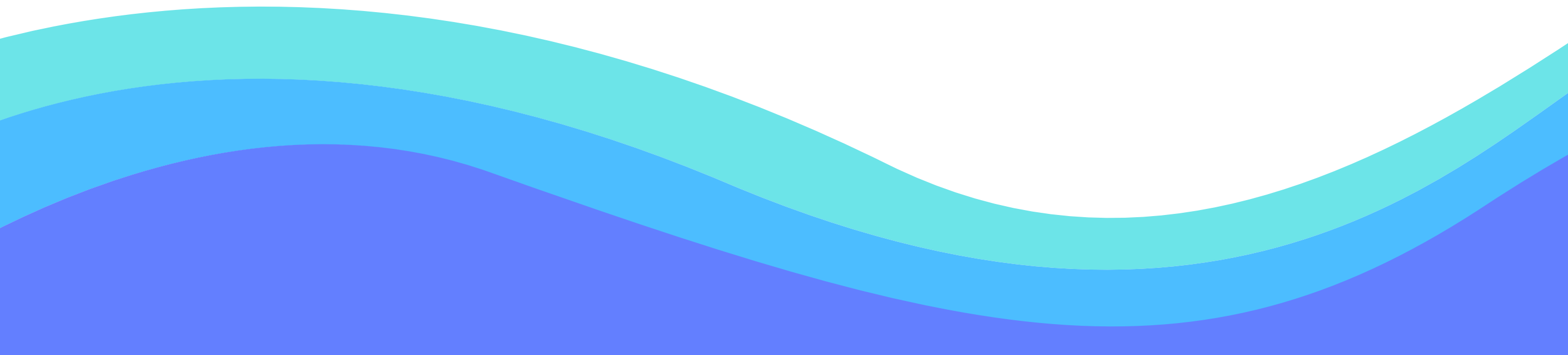




POR EL DESARROLLO HUMANO
Y LA PSICOEDUCACIÓN

TALLER:
LA EXPERIENCIA INTERNA
GRUPO DE MEDITACIÓN
PSICOCORPORAL

DEL 5 DE OCTUBRE AL 2 DE NOVIEMBRE DEL 2026

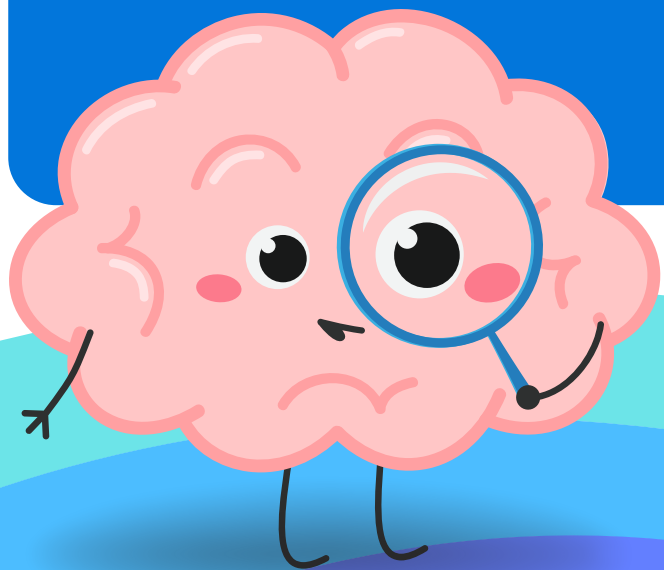




TALLER POR EL DESARROLLO HUMANO Y LA PSICOEDUCACIÓN

¿QUÉ ES LA “EXPERIENCIA INTERNA”?

Es un concepto que se refiere a todo aquello que **integra la experiencia del ser humano**. Por ejemplo, nuestros pensamientos, sensaciones, emociones, sentimientos, conductas, heridas, memorias conscientes e inconscientes, las propias funciones del organismo, nuestra historia de vida, la espiritualidad, los vínculos afectivos y más. Como verás, la experiencia interna **es extensa, diversa y en constante evolución**; por ello, redescubrirla, recuperarla e integrarla ha probado ser una **vía de autoconocimiento y sanación** desde hace mucho tiempo.



¡Vive la experiencia!
www.nestorteur.com



TALLER POR EL DESARROLLO HUMANO Y LA PSICOEDUCACIÓN



Objetivos

- Contactar con nuestra experiencia interna a través de técnicas entrelazadas por la psicoeducación, la psicocorporalidad y la meditación.
- Acceder a la memoria corporal, en ocasiones desapercibida para la conciencia para liberarla y vivir mejor en el presente.
- Mejorar la calidad de vida a través del abordaje del cuerpo y su relación con los pensamientos, emociones, sentimientos y conductas.

Dirigido a personas

- Interesadas en aprender técnicas de autorregulación emocional.
- Con gusto por el crecimiento y desarrollo personal.
- Practicantes de la meditación o personas que desean iniciar en esta vertiente.
- Con deseo de aprender herramientas para acceder a la atención plena a través de la psicocorporalidad.

Sesiones

- **Fecha:** del 5 de octubre al 2 de noviembre del 2026
- **Duración:** 5 sesiones de 2 horas c/u. Todos los lunes de 7pm a 9pm (hora CDMX).
- **Modalidad virtual:** sesiones en vivo través de la plataforma de Zoom.
- **Costo:** \$2,250 MXN.
- **Cupo máximo:** 20 personas.

Inscripción

Formas de pagos: transferencia bancaria, depósito o con tarjeta de crédito a través del link de Mercado Pago que se proporciona posterior al inscribirte.

Para registrarte, contáctanos a través de nuestros canales de comunicación:

 **(+52) 33 3808 9906 /**  **nestorteur@gmail.com**



TALLER POR EL DESARROLLO HUMANO Y LA PSICOEDUCACIÓN



Impartido por Néstor Casillas

Doctorante en psicoanálisis (UIC).

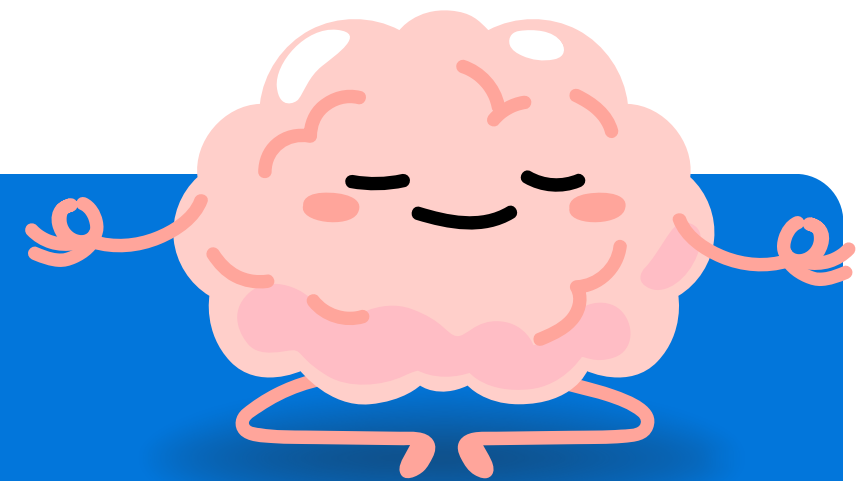
Maestro en psicoterapia (ITESO). Doble licenciatura y posgrado en la vertiente de comunicación (Universidad Panamericana). Certificación en estudios del estrés traumático (EEUU) y formación especial en neuropsicología, intervención en crisis, primeros auxilios psicológicos, técnicas cognitivo-conductuales, nutrición para la salud mental y demás.

Es **académico** desde hace 10 años colaborando para los sistemas universitarios del Tecnológico de Monterrey, Universidad Panamericana, Universidad Anáhuac, Escuela Bancaria y Comercial, entre otros.

Sus líneas de investigación se han centrado en el **propósito de vida** y el **abordaje del trauma desde las neurociencias, la psicocorporalidad y el psicoanálisis**.



TALLER POR EL DESARROLLO HUMANO Y LA PSICOEDUCACIÓN



BENEFICIOS

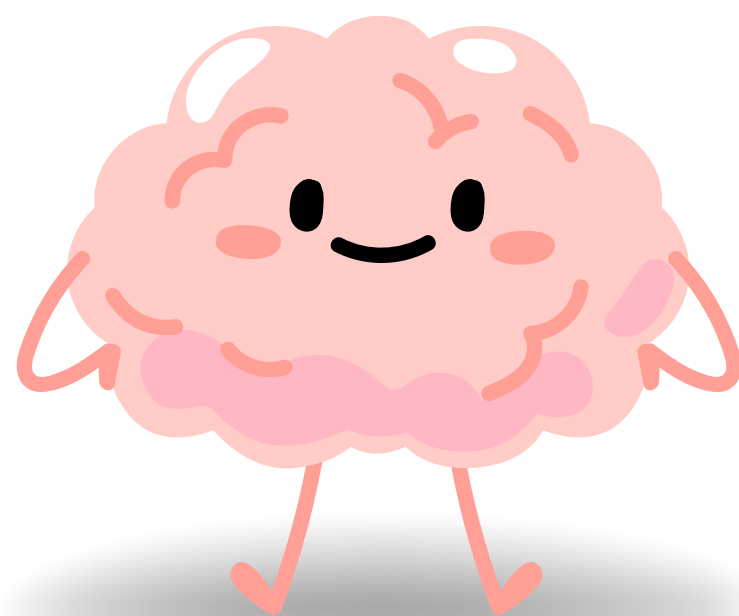
Las técnicas que se enseñarán durante el taller, suelen emplearse para **elaborar experiencias traumáticas, atender altos niveles de ansiedad o estrés, mejorar la calidad del sueño, abordar síntomas psicosomáticos, favorecer la toma de conciencia y decisiones, explorar experiencias preverbales, entre otras.**

Este taller no pretende suplir la psicoterapia, se sugiere que los participantes se encuentren en un proceso psicoterapéutico a la par de este taller, dado que ambas experiencias pueden colaborar hacia sus objetivos personales. Sin embargo esto no será un requisito para vivir el taller.

¡Vive la experiencia!
www.nestorteur.com



POR EL DESARROLLO HUMANO
Y LA PSICOEDUCACIÓN



INSCRIPCIONES AL:
(+52) 33 3808 9906

¡Vive la experiencia!
www.nestorteur.com