

CONTENIDO

Se abordan 11 temas (perdón: 6 temas; reconciliación: 5 temas) relacionados con el bienestar psicológico del participante: manejo de emociones, perdón como decisión personal, empatía, compasión, construcción de verdad, justicia restaurativa, promoción de pactos, memoria y reconciliación.

METODOLOGÍA

Cada participante elegirá una situación personal a sanar. El taller se lleva a cabo mediante el método vivencial y experiencial ESPERE: dinámicas de grupo, actividades lúdicas y simbologías acompañadas de contenidos que clarifiquen lo vivido.

Cada participante trabajará personalmente y en grupo reducido con un acuerdo de total confidencialidad.

Más de 900.000 personas han participado en el taller ESPERE, impartido con mucho éxito en más de 20 países desde hace más de 20 años.

ENTREVISTA

Imprescindible mantener una entrevista personal previa para:

- Precisar qué se pretende con el taller y qué no.
- Aclarar dudas y dialogar en torno a las expectativas.

A QUIÉN SE DIRIGE

A todas las personas que buscan sanar sus heridas. Heridas de la vida cotidiana: exclusiones, humillaciones, bullying, riñas, problemas intrafamiliares, algún tipo de abuso o violencia, etc.

CUÁNDO - DÓNDE

En el Centro de Espiritualidad Loyola (CEL)

Taller del 2º trimestre

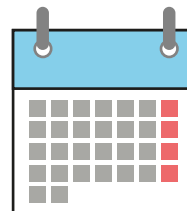
18 enero, sábado
1 de febrero, sábado
15-16 de febrero, sábado y domingo

Taller del 3º trimestre

25 de abril, sábado
9 de mayo, sábado
23-24 de mayo, sábado y domingo

En Bilbao (miércoles) y San Sebastián (lunes)

Los temas de perdón en el 2º trimestre; los de reconciliación en el 3er trimestre.



PRECIO

En el CEL-Loyola 60€ por día. Incluye alojamiento, comidas, alquiler de espacios, materiales, etc.

En Bilbao y San Sebastián 10€ por sesión. Incluye material y alquiler de espacios.

Contamos con un fondo de *becas* para jóvenes, familias y personas desempleadas.



NIRE ZAURIAK SENDATU

ESPERE metodoa

Barkamen eta adiskidetze eskolak

Gure amorruek,
gorrotoak, ezinikusiak eta
mendeku-gogoak modu
konstruktiboan eraldatuz

Responsable del taller
MANU ARRUE, SJ y EQUIPO ESPERE
Tel. 697 722 137 (Iñaki)
esper@loyola.global

EDUKIA

Partaidearen ongizate psikologikoarekin zerikusia duten 11 gai (barkamenaz 6 gai; adiskidetzaz 5 gai) aztertzen dira: emozioen erabilera, barkamena erabaki pertsonal gisa, enpatia, errukia, egia eraikitzea, justizia konpontzailea, hitzarmenen sustapena, memoria eta adiskidetzea.

METODOLOGIA

Partaide bakoitzak sendatu beharreko egoera pertsonal bat aukeratu du.

Bizipenen eta esperientzien ESPERE metodoa erabiltzen da lantegian: taldeko dinamikak, jarduera ludikoak eta sinbologia bizitakoa argitzen lagunduko duten edukiekin batera.

Partaide bakoitzak lan pertsonala eta talde txikiak lana egingo du, erabateko konfidentzialtasun akordioarekin.

900.000 lagunek baino gehiagok hartu dute parte ESPERE lantegian, duela 20 urte baino gehiagotik 20 herrialde baino gehiagotan.

ELKARRIZKETA

Ezinbestekoa aurrez elkarrizketa pertsonala izatea.

- Lantegiarekin zer nahi den eta zer ez den nahi zehazteko.
- Zalantzak argitzeko eta asmoei buruz hitz egiteko.

NORENTZAKO DA

Zauriak sendatu nahi dituzten pertsona guztientzat. Eguneroko bizitzako zauriak: bazterkeriak, umiliazioak, bullyinga, eztabaidak, familiako arazoak, gehiegikeria edo indarkeria motaren bat, etab.

NOIZ - NON

Loiolako Gogarte Etxean

2g trimestreko tailerra

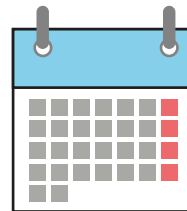
Urtarrilak 18, larunbata
Otsailak 1, larunbata
Otsailak 15-16, larunbata eta igandea

3g trimestreko tailerra

Apirilak 25, larunbata
Maiatzak 9, larunbata
Maiatzak 23-24, larunbata eta igandea

Bilbon (asteazkenetan) eta Donostian (astelehenetan)

2 hiruleko gaiak: barkamenarenak; 3 hiruleko gaiak: adiskidetzarenak.



ZENBATEKOA

Loiolako Gogartetxean 60 € eguneko. Egonaldia, jatorduak, guneen alokairua, materialak... barne.

Bilbon eta Donostian

10 € saioko. Materialak eta guneen alokairua barne.

Gazteentzako, familientzako eta langabeentzako beken funtsa dugu.



SANAR MIS HERIDAS

Método ESPERE

Escuelas de perdón y reconciliación

Transformando
constructivamente
nuestras rabias, odios,
rencores y deseos de
venganza

Tailerraren arduraduna
MANU ARRUE, SJ eta ESPERE TALDEA
Tel. 697 722 137 (Iñaki)
esper@loyola.global