

TALLER
BREU

VIU UN PROCÉS DE PERDÓ

(Eines psicològiques del perdó)



OBJECTIU DEL CURS

L'objectiu del taller és viure un procés de perdó. Per això serà necessari endinsar-se en el propi món interior i reviure les diferents situacions en les que la persona s'ha quedat bloquejada. A través d'unes nocions senzilles de teoria de psicologia profunda i a través de dinàmiques diverses s'aniran desenvolupant les diferents etapes del procés de perdó.

OBJECTIUS ESPECÍFICS

1. Coneixement de nosaltres mateixos i de les nostres biografies.
2. Adquisició d'una breu conceptualització operativa des de l'àmbit psicològic.

3. Desemmascarar les falses concepcions del perdó

4. Conèixer la complexitat del procés de perdó: agressió, venjança, culpa, reparació.

5. Treballar en les diferents etapes del procés de perdó.

METODOLOGIA

El taller es realitzarà a través de reflexió, relaxacions, diverses dinàmiques i d'algunes sessions d'artteràpia.

HORARI I CALENDARI

El curs es fa en 5 sessions setmanals de 3 hores.

Dies: dimarts 21 i 28 d'abril, 5, 12 i 19 de maig

Hora: de 18h a 21h.

Lloc: Seu de l'Institut Universitari de Salut Mental Vidal i Barraquer.

PREU

250 €

A CÀRREC DE:

Maite Valls

Llicenciada en Psicologia. Psicòloga Sanitària. Especialista d'orientació educativa. D.U. Magisteri. Professora del Postgrau d'Acompanyament Espiritual, IUSM Vidal i Barraquer, URL.

Montse Jané

Màster i Postgrau en Artteràpia. Postgrau en Orientació i tutoria. D.U. Magisteri.



Institut
Universitari
de Salut Mental

UNIVERSITAT RAMON LLULL

GRUP DE RECERCA

PSICOLOGIA, ESPIRITUALITAT I RELIGIONS
Psicopatologia i Salut Mental - GdR PER
IUSM - Vidal i Barraquer

UNIVERSITAT RAMON LLULL