



EntreHomes

EntreHomes

**REHACIÉNDONOS
HOMBRES
2020/21**

9ª Promoción _ GH9

DOSIER INFORMATIVO

Psicoterapia / formación / intervención social.
www.entrehomes.org

Bienvenidos

Sed bienvenidos a este espacio de atención y búsqueda.
En este documento podréis encontrar toda la información relativa al grupo de hombres de este curso 2020-21.

¡Esperamos os sea útil!

"Que el viaje de autodescubrimiento del hombre que llevamos dentro sea un trabajo individual, no significa que debemos hacerlo solos. El camino para reconciliarnos y fortalecer una nueva manera de ser hombres incluye la necesidad de recuperar el espíritu de comunidad entre hombres".

Daryl Sharp

Índice

Rehaciéndonos hombres

Testimonios

Curso superior

Calendarios

Inscripciones

Residenciales

Compromiso

Tutorías

Prioridad y descuentos

Equipo





REHACIÉNDONOS **HOMBRES**

Proponemos este espacio en forma de proceso donde un grupo de hombres nos adentraremos conjuntamente a hacer una revisión vivencial de nuestra experiencia de ser hombres. Una invitación a “conspirar” la masculinidad; literalmente, respirarla juntos.

*Respirar juntos las heridas que cargamos
Sus creencias subyacentes,
Nuestra vulnerabilidad,
Los miedos que nos invaden,
Los bloqueos enquistados en nuestros cuerpos,
Las incertidumbres que nos visitan...
Así como nuestra fuerza,
Nuestro apoyo,
La entrega cada vez mayor,
El compromiso con conquistar
el reino de nuestros corazones...*



Puede que lo que nos daña sea fruto de tantos mandatos patriarcales del hombre todopoderoso que nos ha empujado a ir más allá de nuestros límites, a no escuchar-nos y a no ver al otro/a. O puede que tenga que ver con no haber encontrado referentes masculinos o espacios con otros hombres con quien poder transitar ciertas emociones, estados de consciencia o experiencias significativas en nuestro proceso de desarrollo como hombres.

¿Qué significa ser hombre hoy?

Es difícil y hasta contraproducente dar una simple y única respuesta. No obstante estamos seguros que a muchos de nosotros nos ayuda indagar al lado de iguales desde el permiso, la entrega i el calor que nos podemos dar en el caminar.

Entre la agonía del patriarcado, que late moribundo en nuestros cuerpos, y una masculinidad saludable y nutricia, hay un camino. Aquí os ofrecemos un espacio para descubrirlo y transitarlo juntos, en compañía de otros hombres.

TESTIMONIOS

Miguel Rodríguez

“Formar parte del grupo de hombres me ha sido de gran ayuda para afrontar situaciones de todo tipo en mi vida este año.

Para mí ha sido como una columna vertebral a partir de la cual he trabajado aspectos muy diversos de mi vida, desde la sexualidad, hasta mi relación con los hombres, o aspectos de mí mismo que me bloquean o me hacen sufrir. El hecho de trabajar en grupo me ha favorecido la capacidad para expresarse, para mostrarse transparente ante el resto y para relativizar los problemas personales. La gran diversidad de realidades dentro del grupo abre la mirada y actúa de efecto espejo, puesto que muchas de las cosas que comparten otros compañeros me resuenan o se me hacen familiares de alguna u otra manera.

Este tipo de terapia me parece algo revolucionario, algo recomendable para todo tipo de personas, ya que ayuda a derribar viejos conceptos trillados y permita una introspección profunda en uno mismo, no desde la razón y la teorización, sino desde lo emocional, lo corporal y lo vivencial.”

Víctor Mateos

Este ha sido mi segundo año de pertenencia a mi grupo de hombres. Un grupo de hombres que siento como mío, un grupo que ya camina casi sólo y va expresando sus propias necesidades, asumiendo diferentes roles que se ajustan al momento, algo precioso y simbiótico.

A mí el grupo me ayuda a tener un espacio cuidado, seguro, de confianza y confidencialidad. Me gusta haber llegado a este punto de crecimiento individual acompañado por un grupo de hombres, para mí ha sido todo un reto, poder confiar y no sentirme juzgado. Compartir de igual a igual entre hombres ha sanado internamente mucha lucha y competitividad con el resto, tanto dentro del grupo como fuera.

Joaquim

Me llevo el haber podido conectar mucho con mi herida masculina (en el sentido que está en gran parte condicionada por el hecho de ser un hombre) desde un lugar de empatía conmigo mismo y con el resto de hombres. Esto para mí ha sido un gran regalo, sobre todo teniendo en cuenta factores clave de mi historia personal.

Conectar con la vulnerabilidad de los hombres me ha ayudado a valorar nuestra fuerza, nuestra capacidad de generar vida, la importancia de lo masculino.

Mi reencuentro con mi padre y el inicio de una nueva etapa de nuestra relación “Psicoterapia, formación e intervención social”, tiene gran parte de sentido dentro de mi evolución a partir de la actividad en el grupo. Ahora mismo siento gran admiración por los hombres, lo cual me sana mucho.

Anónimo

Me llevo el haber podido mirar mis heridas, sin querer huir de ellas, en un ambiente de respeto y no juicio. Eso ha sido muy valioso para mí pues expresar y sacar a fuera lo que llevaba dentro, me ha ayudado a vaciar cosas que ya no servían y a ordenarme más. Soy más consciente de mi funcionamiento en un grupo grande, de atreverme a decir lo que pienso/siento, aprender a cuidar a los demás, dejarme cuidar y pedir lo que necesito. También aprendiendo la importancia de poner sanos límites.

Anónimo

Ha sido una experiencia súper enriquecedora de autodescubrimiento y reconocimiento como hombre y hacerme visible entre hombres. Sentir que pertenezco a un grupo de hombres, conscientes y responsables con lo que son. Como grupo nos hemos ayudado, unos a otros y he visto la fortaleza y fragilidad depende en qué momento (mes) tenía cada uno. Y cada dinámica, experiencia, salida que hacíamos como grupo he notado que hemos ido evolucionado como grupo a mejor donde el respeto, la confidencialidad ha sido nuestra prioridad.

Anónimo

Me llevo agradecimiento conmigo mismo por la valentía, el continuar con el compromiso que adquirí en redescubrirme como hombre y poder mostrarme a la sociedad masculina tal y como soy, y ser reconocido.

Daniel Sánchez

He vivido una sinergia desde comienzos de Octubre hasta final del grupo, Julio de menos a más. Este proceso ha sido para mí un trabajo de destaparme, abrirme ante el grupo. Tengo resistencias a mostrar mis emociones dentro de un grupo masculino. Esto ha sido un hecho desde el principio y he sentido como ha ido evolucionando hasta fecha de hoy. Noto un poco menos de esas resistencias. Aún así, hay mucho trabajo por delante.

He sentido que las veces que yo no me abría, que me quedaba fuera del grupo, tanto consciente como inconsciente, el grupo me nutría y me daba presencia, empatía para volver a entrar. La parte empática ha sido y sigue siendo primordial para que yo pueda estar cómodo en el grupo. Sentirme digno y que los demás por reciprocidad, me hagan ver que yo soy digno de ser lo que soy y que puedo ir cambiando maneras mías que no son sanas poco a poco y a partir del cariño.

Esto, "Psicoterapia, formación e intervención social", es realmente importante para mí ya que tiendo a avanzar a base de esfuerzo y esfuerzo y no desde un lado más amoroso. Un lado dónde es más mental y menos corporal. El grupo me ayuda a que insista en escucharme más que antes y pueda marcar mis pausas. Momentos para estar conmigo y momentos para estar con el grupo. Siento que he creado junto con los demás, un grupo afectivo-masculino. Aquellos recuerdos que tengo de haber pertenecido a un grupo de hombres pero acentuando el componente emocional y de apertura.

Vicente Tatay

Siento que me ha ayudado a encontrar mi sitio en el momento actual, a reconciliarme con mi masculinidad y entenderla desde otro lugar: ni avergonzarme ni chocar contra ella, sino asimilarla, darle mi significado, estar a gusto con ella y que no signifique ello que me haga daño a mí mismo o a otras personas.

Romper actitudes, permitirme explorar y estar de otra manera más honesta con otros hombres, sin hacerme chiquito ni intentar seducir o imponerme.... o dar imagen de tío guay. Poder ser fuerte cuando toca y vulnerable cuando lo estoy, ser recogido por el grupo, poder confiar en que otros hombres me van a recoger y cuidar (no cargarlo solo). Mi descubrimiento del primer residencial y muy importante del proceso ha sido: Ah!! Era esto, si yo confío y me dejo están ahí y me sostienen y cuidan, puedo confiar y dejarme caer si lo necesito.

Al principio no sabía cuál era mi sitio ya que había otros hombres más jóvenes, con más energía y fuerza y yo ya no estoy para esto. Me ha ayudado a ver dónde estoy, soltar la competitividad y encontrar mi sitio desde mí... y ser aceptado. Esto también me influye en mi vida personal, en mis proyectos, de pareja... mi sitio. Y me llevo incomodidad y me gusta, el proceso me ha supuesto un reto en cuanto a mis prejuicios y homofobia interiorizada, invitando a experimentarlo, a atravesarlo. Siento que me voy más abierto de mente, mejor persona y ampliando mis límites que me autoimpongo con mi heterosexualidad: he podido estar con un hombre tumbados y abrazados desnudos sintiéndolo como algo precioso sin que eso me lleve a ponerme nervioso y que entren en juego mis prejuicio.



CURSO SUPERIOR **20/2021**

Algunos de vosotros será vuestro 5º año, otros el 4º y el 3º y para los demás el 2º. Como sabéis, este proyecto que inició en 2015 ha ido creciendo y madurando con el tiempo, y con ello las propuestas y enfoques que en él se desarrollan.

CALENDARIO 20/2021

Meses	Lunes	Residencial
Octubre	día 19 (dos grupos)	
Noviembre	2, 16 y 30 noviembre	
Diciembre	14 y 21 diciembre	
Enero	11 y 25 enero	días 14 al 17 (El padre)
Febrero	1 y 15 febrero	
Marzo	1 y 15 marzo	
Abril	12 y 26 abril	Fecha concretar (Sueños masculinos)
Mayo	17 y 31 mayo	
Junio	14 y 28 junio	días 19 al 20 (Rituales sobre lo Sagrado)

Frecuencia: Quincenal.

Dirección: Espai Cosmos. Calle Pere IV 78-84.
Planta 6 local 8. Para entrar al edificio tenéis que marcar al interfono: 1608 + la tecla "ok". Una vez entréis al final encontraréis el ascensor hasta la sexta planta.

Horario: 18.30 a 21.30h.

**Este calendario puede sufrir modificaciones, os mantendremos informados si hay algún cambio.*

Tareas externas:

Si bien el trabajo que proponemos es experiencial y se realiza durante las sesiones, ocasionalmente os invitaremos a realizar algunas tareas en casa.



INSCRIPCIONES 20/2021

Precio:

Pago inicial anual: 100€. Al inicio del curso.

Mensualidad: 60€/mes. Se realizará entre el día 1 y 5 de cada mes entrante mediante transferencia bancaria. La no asistencia a alguna sesión no exime de su respectivo pago mensual.

El método de pago de las mensualidades y los residenciales será por transferencia bancaria al siguiente número de cuenta:

ES84 0081 0374 5800 0141 0746 (Banc Sabadell)

En concepto: Formacio_GH_nombre y apellidos

Destinatario: Rai Crespí

* Si fuera el caso que necesitas tener la factura del pago, debes avisarnos al inicio del grupo, haciéndonos llegar la información fiscal así cómo el porcentaje a retener de IRPF.



RESIDENCIALES 20/2021

Los precios de los residenciales son:

1º Residencial "el Padre" (4 días /3 noches):

350€ (incluye alojamiento).

Lugar: Masia "La Comademont" – Olot, La Garrotxa.

Hora de llegada: jueves a las 18.30h.

Hora de finalización: domingo a las 16.30h.

2º Residencial "Sueños Masculinos" (3 días /2 noches):

280€ (incluye el alojamiento). Los dos grupos Superior y GH9

Fecha y lugar a confirmar.

3ª Residencial "Rituales sobre lo Sagrado en la Naturaleza"

(3 días y 2 noches): 120€, dormiremos en la naturaleza y compartiremos la comida. Todos los grupos de hombres y ex_alumnos.

Del 18 al 20 de junio.

Recordad que la asistencia al residencial es importante. En el caso de no poder asistir a alguno de los residenciales, **se deberá avisar como máximo durante el mes de octubre**, es decir, al inicio del curso. Un mes antes del residencial se realizará un pago previo de 100€ no reembolsable, excepto en casos por enfermedad.



COMPROMISO DE ASISTENCIA

Para nosotros es muy importante el compromiso con uno mismo y con el grupo.

Cuidar este espacio y comprometernos con nuestro proceso es un pilar elemental en nuestro desarrollo. En este sentido, no recomendamos inscribirse a aquellos que ya al inicio sabéis que no vais a poder asistir a un 75% de los encuentros.

Paralelamente, os pedimos el compromiso de si en algún momento decidís no continuar en el grupo, vengáis a una última sesión para hacer un cierre con los miembros del mismo.



SESIÓN DE **TUTORÍA**

El proceso incluye la posibilidad de hacer una sesión individual de tutoría de manera gratuita a lo largo del curso. La podéis pedir en cualquier momento que lo necesitéis, y la podemos realizar presencialmente o via skype. Esta nos sirve como un apoyo puntual para poder tratar cualquier cuestión relacionada con el grupo y vuestro proceso en él.

PRIORIDAD Y DESCUENTOS

Nuestro compromiso con los participantes del Rehaciéndonos Hombres conlleva también:

- 1.** Prioridad en la participación de otras actividades de EntreHomes.
- 2.** En todos los trabajos llevados por el equipo de EntreHomes os ofrecemos un 10% de descuento.

Y procuraremos realizar descuentos similares para los trabajos de terapeutas externos que vengan a EntreHomes.

EQUIPO

REHACIÉNDONOS HOMBRES

Equipo de ayudantes:

Durante todo el año, cada grupo va a tener entre 1 y 2 ayudantes, que son hombres veteranos de los grupos anteriores; es decir, hombres que ya realizaron el mismo proceso por el cual vais a transitar vosotros y que estarán a vuestra disposición sesión tras sesión.

Equipo terapéutico:

A lo largo del curso distintos terapeutas van a venir de manera puntual a llevar algunas sesiones del grupo. Cada año procuramos traer a distintos terapeutas, que nos enriquecen con su enfoque y experiencia.

Tutor: Rai Crespí

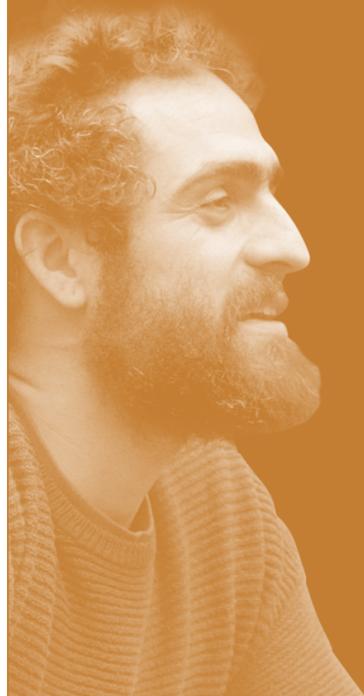
Fundador EntreHomes. Miembro del equipo del ESPAITCI y docente de la formación en TCI. Terapeuta individual, de pareja (Espai Comú) y de grupos en Barcelona. Licenciado en Antropología Social y Cultural (UAB).

Formado en Terapia Gestalt (Colombia y Barcelona), miembro adherente de la AETG. Formado en Terapia Corporal Integrativa (Espai TCI Barcelona) y Constelaciones Familiares (Institut Gestalt Barcelona).

Psicoterapeuta Integrativo en el programa SAT del Dr. Claudio Naranjo (Argentina y España). Formado en teatro social con Héctor Aristizabal. Curso de especialización en "Abordaje terapéutico de la sexualidad" con Albert Rams. Meditación Vipassana con Goenka y Yoga no dualista del Cachemire con Eric Baret.

En formación en Codependencia con Ketan Reventós. Desde el 2008 me dedico a temas de género y masculinidades, habiendo trabajado con múltiples proyectos y entidades de este ámbito desde entonces. Especializado en trabajo con hombres.

Trabajé en el Servei d'Atenció a Homes del Ayuntamiento de Barcelona (2014-2017) y anteriormente en medidas penales alternativas para hombres con delitos de Violencia de género. Impulsor de diversos grupos de hombres, desde 2015 facilito el curso anual "Rehaciéndonos hombres".





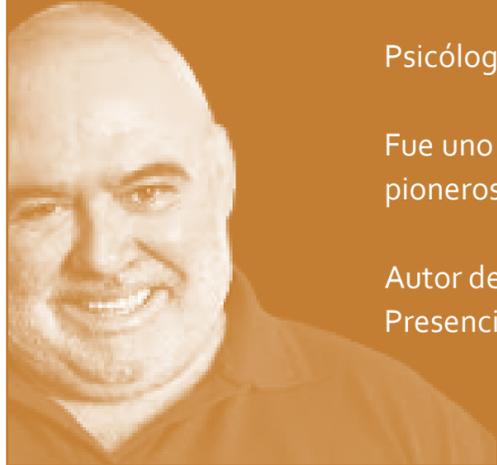
Toni Aguilar

Licenciado en Medicina y Cirugía, Psicoterapeuta gestáltico. Director del Espai TCI y Espai Gestalt de Barcelona. Didacta y supervisor de la AETG. Formado en terapia corporal integrativa y psicoterapia transpersonal. Instructor de meditación Vipassana. Master en Terapia Breve Estratégica. Discípulo y colaborador del Dr. Claudio Naranjo en el programa SAT. Director de la Formación Transpersonal Integrativa.



Ketan Reventós Klein

En 1999 regresa a España después de estar durante 9 años en el Ashram de OSHO en la India. Es entonces cuando funda el Centro de Meditación Sammasati, donde comparte espacios de meditación y sanación. Ha desarrollado un rico programa basado en la codependencia, las enseñanzas de Osho y las constelaciones de Bert Hellinger.



Albert Rams

Psicólogo, psicoterapeuta, formador y supervisor de terapeutas desde 1979. Miembro de honor de la Asociación Española de Terapia Gestalt.

Fue uno de los primeros gestaltistas del estado español. Es profesor invitado en diversas escuelas de formación del sur europeo y de España. Uno de los pioneros de la psicomusicoterapia y de la sexoterapia gestáltica.

Autor de "Clínica gestáltica", "Metáforas de Viaje" (2001), "Veinticinco años de Gestalt", "Memorias de un gestaltista precoz" (2004) y "Gestalt y Atención. Presencia y espiritualidad en la experiencia terapéutica" (2015), además de una veintena de artículos científicos.



Peter Kogelbauer

Fundador y co-director del Instituto de Cuerpo y Sexualidad. Educador sexual somático formado en el Institut for *Sexological Bodywork*, Zúrich. Terapeuta Gestalt. *Certified Sexological Bodyworker*. Formador en comunicación emocional y procesos grupales. Licenciado en ingeniería ambiental, *Universitat fur Bodenkultur*, Viena. Postgrado Cuerpo y Arte.

En sus cursos, formaciones y sesiones individuales se ha especializado en el acompañamiento de las personas en su crecimiento personal en la intimidad y la sexualidad. Colabora con diferentes centros de formación y terapia en España y Centro-Europa. Fundador del Instituto de Cuerpo y Sexualidad, Barcelona.



EntreHomes

Psicoterapia, formación e intervención social.

Web: www.entrehomes.org

Mail: info@entrehomes.org

Teléfono: 62837524