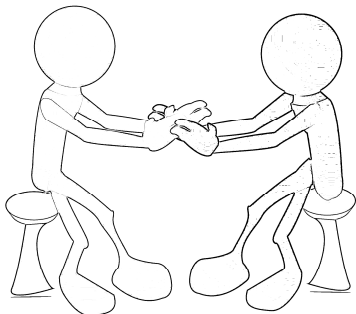


Las sesiones de escucha están especialmente indicadas en aquellos casos en los que nos enfrentamos a:

- Crisis personales, familiares, laborales o afectivas
- Problemas de autoestima
- Cambios profundos en nuestro modelo de vida
- Necesidad de acompañamiento en la toma de decisiones
- Redefinición de objetivos personales y/o de escala de valores
- Sentimientos de tristeza e incomprensión
- Duelo
- Estrés emocional y/o laboral
- Desamparo, insatisfacción o soledad



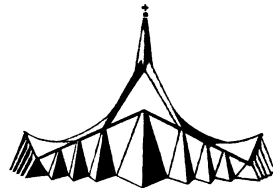
## SI QUIERES ACCEDER AL SERVICIO PARROQUIAL DE ESCUCHA:

Llama por teléfono a la secretaria de la Parroquia, de martes a sábado de 10:30 a 13:30 y de 15:00 a 20:00:

91 457 00 39

91 457 52 28

**C/Puerto Rico, 1  
28016 Madrid**



<http://parroquiadeguadalupe.com>  
[msps@parroquiadeguadalupe.com](mailto:msps@parroquiadeguadalupe.com)



PARROQUIA N.ª. S.ª. DE GUADALUPE

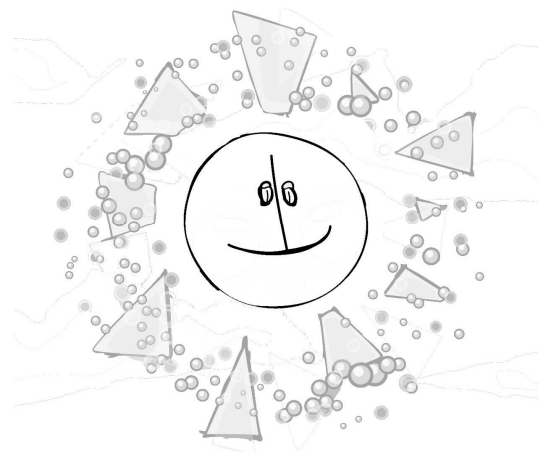
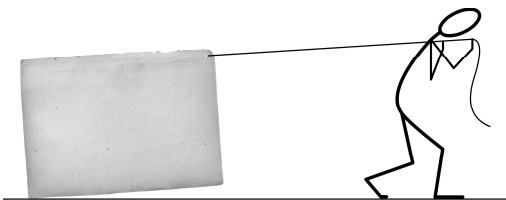
# SERVICIO DE ESCUCHA



## NECESITAMOS SER ESCUCHADOS

Necesitamos ser escuchados, especialmente en los momentos en los que tenemos que afrontar situaciones difíciles, conflictos o crisis. En aquellos momentos en los que atravesamos un bache emocional, periodos de inquietud e incertidumbre, falta de autoestima, estrés, tristeza, insatisfacción, aparente falta de horizontes....

Al contar con una persona que nos escucha y atiende nos hace conscientes de lo que realmente ocurre en nuestra vida, fortalecemos la autoconfianza para afrontar los conflictos y problemas desde uno mismo. También vamos descubriendo los propios recursos internos y externos para la superación y el crecimiento personal.



## ¿QUÉ OFRECEMOS?

Desde la parroquia de Guadalupe ofrecemos un servicio de escucha realizado por personas formadas en escucha activa, asesoramiento y acompañamiento personal ("counseling").

Se trata de un método sencillo y práctico de subsanación y/o aminoramiento de problemas por medio del uso de la palabra y la escucha consciente.

No sustituye a psicólogos o psiquiatras, ni constituye una terapia alternativa a sus tratamientos.

## LAS SESIONES DE ESCUCHA

En las sesiones individuales, de 45 minutos de duración, se utiliza la escucha consciente al servicio del individuo.

Sin críticas ni juicios, se ofrece un momento para el análisis, la reflexión y la expresión de las inquietudes; un espacio para la redefinición personal, para la búsqueda y la introspección, para la liberación y reconciliación consigo mismo, en lo que constituye un método excepcional para la recuperación de la confianza.

El número de sesiones, los temas a tratar y los periodos de trabajo los determina cada proceso.



*El servicio es gratuito, aunque damos la oportunidad de colaborar económicamente en el sostenimiento de la pastoral y acción social de la parroquia.*