



GRUPOS
DE
CRECIMIENTO

CURSO 2017-2018

MADRID



GRUPOS DE CRECIMIENTO PRH

Los **Grupos de Crecimiento PRH** (anteriormente denominados GRAC) son uno de los medios que propone la Formación PRH para una formación personal continuada. Sentirse acompañado en el propio crecimiento.

Sus **objetivos** son:

- Estimular el crecimiento personal en un grupo entre 5 y 8 personas
- Favorecer la vitalización y la mejora de las relaciones con los otros.
- Facilitar la continuidad e integración de la formación personal en lo cotidiano.

Es posible comenzar la formación PRH por este medio formativo, en función de los objetivos y contenido. Existen tres modalidades: mensual, bimensual o trimestral (3, 6 o 9 horas por encuentro)

Cada grupo tiene un itinerario balizado. Requiere un compromiso de asistencia a todos los encuentros y una motivación para trabajar individualmente y en grupo.

Permiten:

- avanzar en el conocimiento personal,
- vivir la solidaridad de crecimiento.
- practicar el análisis de las sensaciones.
- integrar los fundamentos antropológicos y psicológicos de la Formación PRH.

Plazo de inscripción: 15 de septiembre de 2017, dirigiéndose a la persona que anima el GRAC en el que deseéis participar

Nota.- Es deseable realizar la inscripción lo antes posible, para facilitar la formación de los grupos, y el comienzo en la fecha

**MATRÍCULA
GRUPOS DE CRECIMIENTO
CURSO 2017-2018**

Escala de ingresos mensuales	Matrícula(*)
hasta 1.000 €	265 €
hasta 1.400 €	371 €
hasta 1.800 €	477 €
hasta 2.200 €	583 €
A partir de 2.200 €	698 €

(*).- La matrícula en el caso de parejas, también es por cada participante.

Sitúese en la escala de ingresos mensuales que en equidad se ajuste más a su situación real.

Existe la posibilidad de solicitar **una beca de formación** que cubre el 50% de la tarifa mínima (265€). Estas becas son ofrecidas y concedidas, en su caso, por la Asociación PRH España (www.amigosandrerochais.org). Si es su situación, póngase en contacto con becas@amigosandrerochais.org, donde le informarán al respecto.

LA HUMILDAD, CLAVE DE CRECIMIENTO Y DE SALUD

OBJETIVO

- Clarificarme en el modo como vivo la humildad y en las dificultades que tengo.
- Profundizar en esta actitud en mí, y en sus efectos positivos.

Para liberarla más y favorecer mi crecimiento y mi salud.

DESARROLLO

ACCESO GLOBAL

1ª PARTE: LA HUMILDAD EN MÍ Y EN MI VIDA

- Mi aspiración a vivir la humildad
- Aceptación de la realidad
- Humildad en lo positivo

2ª PARTE: DIFICULTADES PARA VIVIR LA HUMILDAD

- Mis dificultades principales

3ª PARTE: PRINCIPALES BENEFICIOS DE VIVIR LA HUMILDAD

- Cuatro beneficios importantes de vivirse humilde.

BALANCE

ANIMADO POR: María Gómez Navarro

1er Encuentro: domingo 1 de Octubre, a las 10:30 horas.

Lugar: Madrid - Norte

Inscripción: Telf. 609 211 145 maria.gomeznavarro@prh-iberica.com

CRECER EN COMUNICACIÓN ES CRECER EN RELACIÓN

OBJETIVO

Este GRAC quiere ayudarte a:

- Llegar a ser consciente de tus modos de comunicación.
- Detectar más rápidamente tus disfuncionamientos en este campo.
- Experimentar una comunicación clara y asertiva.

Para que encuentres tu propio estilo de comunicación y crezcas en vivir relaciones auténticas.

CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Haber seguido alguno de los cursos de formación PRH *¿Quién soy yo, hoy?* u otros.

DESARROLLO

1^{er} encuentro: Mi comunicación

2^o encuentro: Mi historia de comunicación

3^{er} encuentro: Comunicación: interacción entre personas

4^o encuentro: Mi corazón habla en la comunicación - I

5^o encuentro: Mi corazón habla en la comunicación - II

6^o encuentro: Elementos perturbadores en la comunicación

7^o encuentro: Claves que hacen avanzar la comunicación

8^o encuentro: La comunicación: un camino para existir en las relaciones

9^o encuentro: Balance: La comunicación medio de crecimiento en relación

ANIMADO POR: Rosa M^a Jimenez

1er. Encuentro: Sábado 23 de Septiembre, a las 11:00 horas.

Lugar: TORRELODONES (Madrid)

Inscripción: Telf. 615 432 170 – rosamjimenez@prh-iberica.com

PARA CONDUCIR MI VIDA Y SER FELIZ

OBJETIVO

- Integrar el contenido de la sesión "Vivir armoniosamente".
- Favorecer el llegar a vivirme en orden en los diferentes sectores de mi vida y así,
ser más yo y más feliz.

DESARROLLO

Puesta en marcha "La finalidad de la vida"

1ª Parte: ¿ME VIVO EN ORDEN?

- El lugar del ser en mi vida
- Mi respuesta a las necesidades de mis instancias

2ª Parte: LA REEDUCACIÓN AL SERVICIO DEL SER YO

- El buen funcionamiento del ser
- Los buenos funcionamientos del yo-cerebral
- Los buenos funcionamientos de la sensibilidad y del cuerpo

3ª Parte: OBSTÁCULOS A SUPERAR

- Los funcionamientos desarmoniosos
- Los mecanismos y la imagen que me separan de mí

Balance

ANIMADO POR: Mario Águeda

1er Encuentro: sábado 7 de octubre, a las 10:00 horas

Lugar: c/ Las Naves, 20 1º A - Madrid

Inscripción: Telf. 670 294 564 mario.agueda@prh-iberica.com

LA TRASCENDENCIA ME IMPULSA A SER YO

OBJETIVO:

- Descifrar mi experiencia personal de trascendencia.
- Conocer y comprender lo que me dificulta la relación y cómo gestionarlo.
- Identificar y vivir actitudes y algunos medios que construyen la relación

Para avanzar en ser más yo viviendo la relación la Trascendencia como me siento llamado/a en lo profundo.

CONTENIDO:

Acceso global.

1ª Parte: Mi experiencia positiva de trascendencia

- La trascendencia en mi
- ¿Cómo se manifiesta?
- Mi relación con la Trascendencia.

2ª Parte : Lo que dificulta o frena mi relación la Trascendencia

- Experiencias negativas
- Mis dificultades principales. Gestión y/o liberación de las mismas

3ª Parte: ¿Cómo progresar?

- Actitudes favorecedoras
- Medios a tomar

Balance final.

Requisitos de participación:

Personas interesadas de verdad en avanzar en este tema y que hayan hecho el curso "***Analizo mi experiencia de Trascendencia***". Es necesario también que las personas tengan una buena práctica de análisis PRH.

ANIMADO POR: Mario Águeda

1er Encuentro: .Domingo 8 de Octubre, a las 10:30 horas

Lugar: Cl. Las Naves 20 1º A - Madrid

Inscripción: Telf. 670 294 564 mario.agueda@prh-iberica.com

PARA RELACIONARME MEJOR CON MI PAREJA(*)

(*).- Para parejas o solo un miembro de la pareja

OBJETIVO:

Tomar conciencia de:

- Mis ideales de pareja para ajustarlos a mi realidad.
- Cómo me estoy relacionando para avanzar en lo que me sea posible.
- Lo que nos une.

DESARROLLO:

- Mi imagen y mi ideal de pareja
- Lo que veo de la relación, del otro, de mí, en la relación
- Mi escucha de mi misma/o y del otro
- Mi capacidad de comprensión
- Mi aceptación
- Mi capacidad para expresar
- Existir con lo mío (existir: tener un **ser** real y verdadero)
- Mi paciencia
- Nuestro compromiso (promesa recíproca), lo que nos une
- Balance

CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

- Haber hecho un curso de acceso a la formación PRH.
- Estar motivado a avanzar en su vida de pareja.

ANIMADO POR: Ana M^a Reynés

1er Encuentro: sábado 30 de Septiembre, a las 10:00 horas

Lugar: Doctor Urquiola 20 2º A - Madrid

Inscripción: Telf. 629 576 755 - anareynes@prh-iberica.com

CRECER COMO PAREJA EN MI VIDA COTIDIANA

OBJETIVO

- Avanzar como pareja en la vida diaria hacia un objetivo de crecimiento
- Experimentar algunos instrumentos de formación que son generadores de vida en lo cotidiano y contribuir así a una mejor gestión de nuestra vida juntos

DESARROLLO:

Primer Encuentro:

- ¿En qué dirección queremos crecer?
 - Objetivo actual de crecimiento
 - Alcanzar la vida del ser e impregnar de ella
 - Saber mirar la realidad desde el ser

Segundo Encuentro:

- Actuar, decidir y reeducar al servicio de nuestro objetivo de crecimiento

Tercer Encuentro:

- Dos medios para clarificar y comprender lo que vivimos
 - El análisis PRH,
 - La gestión de las dificultades que traban nuestra relación
- Balance final

CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Deben participar los dos miembros de la pareja.

ANIMADO POR: Ana M^a Reynés Formadora PRH y Pedro León

Encuentros: Fines de semana: 28 y 29 de octubre, 27 y 28 de enero y 12 y 13 de mayo

Horario: comienza sábado a las 10 h. y termina domingo a las 14 horas
(Trimestral)

Lugar: Madrid – Alrededores

Inscripción: Telf.: 629 576 755 – anareynes@prh-iberica.com



“La autonomía se caracteriza por el hecho de que uno se siente a la vez libre y cercano de las personas importantes para nosotros. Se las tiene en cuenta, pero ya no se actúa en función de ellas.”

André Rochais

**FORMADORES/AS DE PERSONALIDAD Y RELACIONES
HUMANAS (PRH)**

EN MADRID

MARIO AGUEDA Telf. 670 294 564
mario.agueda@prh-iberica.com

MARIA GOMEZ Telf. 609 211 145
maria.gomeznararro@prh-iberica.com

ROSA M^a JIMÉNEZ Telf.- 615 432 170
rosamjimenez@prh-iberica.com

ANA M^a REYNÉS Telf. 629 576 755
anareynes@prh-iberica.com

Personalidad y Relaciones Humanas (PRH)

Es una **Escuela de Formación** basada en una investigación psicológica y pedagógica sobre el crecimiento de la persona.

La formación propuesta ayuda a:

- sacar a la luz las riquezas personales y desarrollar una solidez interior.
- Vivir en fidelidad a sí mismo/a.
- Liberar la capacidad de amar y dejarse amar.

Trasmitimos una visión positiva de la persona. La **fe en sus capacidades y el respeto a su libertad** son valores centrales de esta formación.

Utilizamos **un método de análisis** de la experiencia personal con medios complementarios que **aceleran el crecimiento de las personas, las parejas, los grupos**.

Proponemos **programas formativos** de distinta duración.

De este modo contribuimos a la humanización de la sociedad desde 1970.



Ci. De las naves, 20 – 1º A – 28005 – Madrid

Tel: 91 473 95 05

secretariado@prh-iberica.com

www.prh-iberica.com

www.prh-international.org