

prh
Personalidad y Relaciones Humanas
FORMACIÓN Y DESARROLLO



GRUPOS DE CRECIMIENTO
2018-2019 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 2018, dirigiéndose a la persona que anima el Grupo de crecimiento en el que deseáis participar

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

**MATRÍCULA
GRUPOS DE CRECIMIENTO
CURSO 2018-2019**

Escala de ingresos mensuales	Matrícula(*)
hasta 1.000 €	269 €
hasta 1.400 €	375 €
hasta 1.800 €	484 €
hasta 2.200 €	592 €
A partir de 2.200 €	695 €

(*).- La matrícula en el caso Grupos de Crecimiento para 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 (269€). 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.

EL AMOR UNA FUERZA DE VIDA

OBJETIVO:

- Descifrar la propia experiencia de:
 - amar,
 - sentirse amado,y su poder transformante,
- Identificar las vivencias de desamor, sus consecuencias y la gestión de las mismas,

Para crecer en capacidad de amar y de recibir el amor de otros favoreciendo así un mundo más humano.

CONTENIDO:

ACCESO GLOBAL

1ª Parte: EXPERIENCIA DE AMAR Y DE DEJARSE AMAR

- El amor que me habita y vivo.
- Mi experiencia de sentirme amado/a.
- Facilidad y dificultad para recibir el amor de otros.

2ª Parte: EL DESAMOR Y SUS CONSECUENCIAS. GESTIÓN

- Mis experiencias de no sentirme amado/a: En mi historia y en el presente.
- Mis faltas de amor hacia los otros y mis posibilidades de avance.

BALANCE

ANIMADO POR: Francisco Saborido

1er Encuentro: sábado 06 de octubre, de 10:00 a 13:00 horas.

Lugar: Madrid

Inscripción: Telf. 660 446 078 – francisco.saborido@prh-iberica.com

CRECER EN COMUNICACIÓN, ES CRECER EN RELACIÓN

OBJETIVO:

Este Grupo de crecimiento 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: María Gomez Navarro

1er. Encuentro: viernes 05 de octubre, a las 17:30 a 20:30 horas.

Lugar: Madrid-Zona Norte.

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

QUIERO DECIDIR Y ACTUAR FIEL A MI CONCIENCIA PROFUNDA

OBJETIVO:

- Llegar a distinguir y sopesar la influencia de las diferentes conciencias: socializada, cerebral y profunda, en mi vida cotidiana.
- Aprender a escuchar y a discernir las llamadas de la conciencia profunda, tanto en las decisiones importantes, como en los actos cotidianos y en los imprevistos no elegidos.

Para ser fieles a nuestra conciencia profunda en los diferentes sectores de nuestra vida y crecer en solidez y autonomía.

DESARROLLO:

Puesta en marcha: Las conciencias socializada, cerebral y profunda.

1ª Parte: Mis decisiones tienen consecuencias:

- Mis decisiones, una responsabilidad personal.

2ª Parte: Mi conciencia profunda, mi gran oportunidad de crecer.

- La docilidad a mi conciencia profunda me construye.
- Las actitudes y los medios para ser fiel a la conciencia profunda.
- Los actos que siguen a mis discernimientos son ocasiones para crecer.
- Los imprevistos que contrarían el rumbo de mi vida, retos a afrontar y vivir en fidelidad.
- Los errores que he cometido en mi toma de decisiones, una escuela de aprendizaje.

Balance - síntesis

CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN:

- Haber seguido el curso "*Aprendo a tomar decisiones constructivas*", o hacerlo durante el año.
- Estar motivado/a a crecer en fidelidad a la conciencia profunda

ANIMADO POR: Mario Águeda

Los encuentros serán un **sábado** al mes de 10:00 a 13:00 horas.

El primer encuentro, de forma excepcional, será el domingo 30 de septiembre

Lugar: Secretariado PRH, c/ Las Naves, 20 1º A - Madrid

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

MI SISTEMA DE DEFENSA Y MI CRECIMIENTO

OBJETIVO:

- Aprender a delimitar los propios mecanismos de defensa y/o de protección
 - Tomar conciencia de qué me defiendo y lo que protejo de mí mismo/a
 - Re-educar los mecanismos de defensa exagerados que no son constructivos.
- Para un crecimiento armonioso y coherente.

DESARROLLO:

1^{er} encuentro: El fenómeno del sistema de defensa y/o de protección

2^o encuentro: Acceso global a mis mecanismos de defensa y/o de protección

3^{er} encuentro: Me pongo a distancia de los otros

4^o encuentro: Me pongo a distancia de mí mismo/a

5^o encuentro: Me endurezco frente a las situaciones, algunas personas, acontecimientos o vivencias personales

6^o encuentro: Minimizo mis necesidades y mi aspiración a existir

7^o encuentro: El mecanismo de justificación

8^o encuentro: Para una gestión constructiva de mi sistema de defensa

9^o encuentro: Balance

ANIMADO POR: Rosa M^a Jiménez

Los encuentros serán un **sábado** al mes de 11:00 a 14:00 horas.

El primer encuentro, de forma excepcional, será el domingo 30 de septiembre

Lugar: TORRELODONES (Madrid)

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

LOS VALORES QUE GUÍAN MI VIDA

OBJETIVO:

- Clarificar los valores que han guiado y guían mi vida.
- Distinguir los que me son más esenciales de otros menos importantes.

Para potenciar los valores que más me caracterizan y conducir mi vida a partir de ellos.

DESARROLLO:

Acceso global

1ª Parte: Accesos a mis valores

- Las personas que admiro por sus valores profundos
- Valores que me conmueven
- Mis llamadas profundas
- La persona que aspiro a ser

2ª Parte: Valores guías de mi historia y de mi vida actual

- Valores que han marcado mi historia
- Mi vida actual y mis valores

Balance

ANIMADO POR: Ana Mª Reynés

1er Encuentro: domingo 07 de octubre, a las 10:30 horas

Lugar: Doctor Urquiola 20 2º A – Madrid

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

MANTENER VITALIZADA NUESTRA RELACION DE PAREJA EN LO COTIDIANO

OBJETIVO:

- Conectar con mi aspiración profunda de ser feliz con mi pareja.
- Avivar el amor profundo en nosotros, abiertos a su novedad.
- Comprometernos con la vitalización de nuestra realidad de pareja.

Para que nuestra pareja se mantenga viva y dinámica en lo cotidiano

DESARROLLO:

1ª PARTE: Mi aspiración profunda de felicidad en mi vida de pareja hoy

2º PARTE: Amar a mi pareja

3º PARTE: Vitalizar nuestra relación de pareja en lo cotidiano.

CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Deben participar los dos miembros de la pareja.

ANIMADO POR: Ana Mª Reynés Formadora PRH y **Pedro León**

Encuentros: Fines de semana: 01 y 02 de diciembre, 16 y 17 de febrero
y 11 y 12 de mayo. Trimestral

Horario: comienza sábado a las 10:00 y termina domingo a las 14:00 horas

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.gomeznavarro@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

FRANCISCO SABORIDO Telf. 660 446 078
francisco.saborido@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.



Cl. 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