

# **GRUPOS DE CRECIMIENTO (GRAC-PRH)**

***para crecer y vitalizarse  
junto con otros***



**GALICIA 2019-2020**

**prh**

*Personalidad y Relaciones Humanas*

**FORMACIÓN Y DESARROLLO**



## GRUPOS DE CRECIMIENTO PRH

Los Grupos de Crecimiento PRH 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: 1 de septiembre de 2019**, dirigiéndose a la persona que anima el grupo 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

**MATRÍCULA  
GRUPOS DE CRECIMIENTO  
CURSO 2019-2020**

<b>Escala de ingresos mensuales</b>	<b>Matrícula</b>
hasta 1.000 €	269 €
hasta 1.400 €	375 €
hasta 1.800 €	484 €
hasta 2.200 €	592 €
A partir de 2.200 €	695 €

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](http://www.amigosandrerochais.org)). Si es su situación, póngase en contacto con [becas@amigosandrerochais.org](mailto:becas@amigosandrerochais.org), donde le informarán al respecto.

# 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.

## CONTENIDO:

### 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 vida actual.**

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

### Balance

**Animado por:** Preciosa Cid

**Modalidad:** Mensual.

**1º Encuentro:**

- ***Santiago de Compostela***, 8 de septiembre a las 16.30 h.

## Inscripción:

**Preciosa Cid** Telf. 988 25 29 31 – 659 714 743 - [preciosacid@gmail.com](mailto:preciosacid@gmail.com) ó  
**Jessica Paradela** Telf: 616536998 - [jesmariap@hotmail.com](mailto:jesmariap@hotmail.com)

## CRECER EN COMUNICACIÓN ES CRECER EN RELACIÓN

### OBJETIVOS:

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.

### CONTENIDO:

**1º encuentro:** Mi comunicación.

**2º encuentro:** Mi historia de comunicación.

**3º encuentro:** Comunicación: interacción entre personas.

**4º encuentro:** Mi corazón habla en la comunicación – I

**5º encuentro:** Mi corazón habla en la comunicación – II

**6º encuentro:** Elementos perturbadores en la comunicación.

**7º encuentro:** Claves que hacen avanzar la comunicación.

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

**9º encuentro:** Balance: La comunicación, medio de crecimiento en relación.

**Animado por:** Preciosa Cid

**Modalidad:** Mensual.


**1º Encuentro:**

- **Pontevedra**, 3 de octubre a las 16 h.

### Inscripción:

**Preciosa Cid** Telf. 988 25 29 31 – 659 714 743 - [preciosacid@gmail.com](mailto:preciosacid@gmail.com) ó

**Jessica Paradela** Telf: 616536998 - [jesmariap@hotmail.com](mailto:jesmariap@hotmail.com)



"Saborear la vida  
que comienza  
a brotar, o que  
ya brota en  
abundancia;  
saborear  
las cosas  
más  
valiosas  
en nosotros"

ANDRÉ ROCHAS

© Personalidad y Relaciones Humanas, PRH Formación y Desarrollo, 2018

**ACOMPAÑANTE DE GRUPOS DE PERSONALIDAD Y  
RELACIONES HUMANAS (PRH)  
- GALICIA -**

**PRECIOSA CID ÁLVAREZ**

C/ P. Faustino Míguez 10, 3ºC  
32002 OURENSE  
Telf. 988 25 29 31 - 659 714 743  
[preciosacid@gmail.com](mailto:preciosacid@gmail.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

[infoprh@prh-iberica.com](mailto:infoprh@prh-iberica.com)

[www.prh-international.org](http://www.prh-international.org)

[www.prh-iberica.com](http://www.prh-iberica.com)