

GRUPOS DE CRESCIMIENTO (GRAC-PRH)

***Para crescer e vitalizar
junto dos outros***



PORTUGAL 2019-2020

prh

Personalidad y Relaciones Humanas

FORMACIÓN Y DESARROLLO



GRUPOS DE CRESCIMENTO PRH

Os **Grupos de Crescimento PRH** são um dos meios que a Formação PRH propõe para uma formação pessoal contínua. Sentir-se acompanhado no próprio crescimento.

Os seus **objetivos** são:

- Estimular o crescimento pessoal num grupo de aproximadamente 5 a 8 pessoas.
- Favorecer a vitalização e a melhoria das relações com os outros.
- Facilitar a continuidade e integração da formação pessoal no dia a dia.

É possível iniciar a formação PRH por este meio de formação. A modalidade será bimensal (6 horas por encontro).

Cada grupo tem um itinerário balizado. Requer um compromisso de assistência a todos os encontros e motivação para trabalhar individualmente e em grupo.

Permitem:

- avançar no conhecimento pessoal;
- viver a solidariedade de crescimento;
- praticar a análise das sensações;
- integrar os fundamentos antropológicos e psicológicos da Formação PRH.

Prazo de inscrição: 25 de agosto de 2019.

Nota - É desejável realizar a inscrição logo que possível para facilitar a formação dos grupos e o começo na data indicada.

MATRÍCULA ANO 2019-2020
GRUPOS DE CRESCIMENTO - PORTUGAL

Escala de rendimentos mensais	Matrícula
até 1.000 €	215 €
até 1.400 €	301 €
até 1.800 €	387 €
até 2.200 €	473 €
A partir de 2.200 €	559 €

Situe-se na escala de rendimentos mensais que em equidade se ajuste mais à sua situação real.

Existe a possibilidade de solicitar **uma bolsa de formação** que cobre 50% da tarifa mínima (215€). Estas bolsas são oferecidas e concedidas, se for o caso, pela Associação PRH Espanha (www.amigosandrerochais.org). Se for essa a sua situação, entre em contacto com becas@amigosandrerochais.org e informá-lo-ão sobre o assunto.

OS VALORES QUE GUIAM A MINHA VIDA

OBJETIVO:

- Clarificar os valores que têm guiado e guiam a minha vida.
- Distinguir os que me são mais essenciais de outros menos importantes.

Para potenciar os valores que mais me caracterizam e conduzir a minha vida a partir deles.

DESENVOLVIMENTO:

Acesso global

1ª Parte: Acessos aos meus valores

- As pessoas que admiro pelos seus valores profundos
- Os valores que me comovem
- Os meus convites profundos
- A pessoa que aspiro a ser

2ª Parte: Valores-guia da minha história e da vida atual

- Os valores que têm marcado a minha história
- A minha vida atual e os meus valores

Balanço

Dinamizado por: Preciosa Cid

Modalidade: Bimensal

1º Encontro:

- PORTO, 31 de agosto às 9.30h

CRESCER EM COMUNICAÇÃO É CRESCER EM RELAÇÃO

OBJETIVOS:

Este Grupo de Crescimento quer ajudar-te a:

- Chegar a ser consciente dos teus modos de comunicação.
- Detetar mais rapidamente os teus disfuncionamentos neste campo.
- Experimentar uma comunicação clara e assertiva.

Para que encontres o teu próprio estilo de comunicação e cresças em viver relações autênticas.

DESENVOLVIMENTO

1º encontro: A minha comunicação e a sua história

2º encontro: A comunicação: interacção entre pessoas

3º encontro: O meu coração fala na comunicação

4º encontro: Elementos perturbadores da comunicação e chaves que favorecem a comunicação

5º encontro: A comunicação, meio de crescimento em relação

Balanço

Dinamizado por: Preciosa Cid

Modalidade: Bimensal

1º Encontro:

- SANTARÉM , 21 de setembro às 9.30h



**ACOMPANHAMENTO DE GRUPOS DE
PERSONALIDADE E RELAÇÕES HUMANAS (PRH)
PORTUGAL**

PRECIOSA CID ÁLVAREZ

C/ Faustino Míguez 10, 3º C
32002 Ourense
Telf. 0034 988 25 29 31/ 0034 659 714 743
email: preciosacid@gmail.com



INSCRIÇÃO:

Preciosa Cid Álvarez

Telf. (0034) 988 25 29 31 ou (0034) 659 714 743 ou

Tlm. (00351) 918290399 preciosacid@gmail.com

PROMOTORAS:

Carla Ventura da Cruz e Silva

Tlm. 962355366 carlavcsilva@hotmail.com

Alice Ferreira

Tlm. 964592426 alicepreciosa0@sapo.pt

Marta Valador

Tlm. 916875520 martavalador@gmail.com

O que é Personalidade e Relações Humanas (PRH)?

É uma **Escola de Formação** baseada numa investigação psicológica e pedagógica permanente sobre o crescimento da pessoa.

A formação proposta ajuda a:

- trazer à luz as riquezas pessoais e desenvolver uma solidez interior,
- viver em fidelidade a si próprio/a,
- libertar a capacidade de amar e de se deixar amar.

Transmitimos uma visão positiva da pessoa. A **fé nas suas capacidades e o respeito pela sua liberdade** são valores centrais desta formação.

Utilizamos **um método** de análise da experiência pessoal **com meios** complementares **que aceleram o crescimento das pessoas, dos casais e dos grupos.**

Propomos **programas formativos** de distinta duração.

Deste modo contribuímos para a humanização da sociedade desde 1970.



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

Tel: 91 473 95 05

infoprh@prh-iberica.com

www.prh-iberica.com

www.prh-international.org