

# GRUPOS DE CRECIMIENTO (GRAC - PRH)

para crecer y vitalizarse  
junto con otros



## CASTILLA Y LEÓN 2020 - 2021

**prh**  
*Personalidad y Relaciones Humanas*  
FORMACIÓN Y DESARROLLO



## GRUPOS DE CRECIMIENTO PRH

Los *Grupos de Crecimiento PRH* (anteriormente "*Grupos de acompañamiento PRH*") son uno de los medios que propone la Formación PRH, para una formación personal continuada.

Sus objetivos son:

- Estimular el crecimiento personal en 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, del que existen dos modalidades: mensual y bimensual (3 ò 6 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.

**Plazo de inscripción:**

**hasta el 27 de septiembre de 2020**

**Dirígete para inscribirte al formador que imparte el grupo.**

*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 PRH**  
**CURSO 2020-2021**

Ingresos mensuales	Matrícula (1)
Hasta 1.000 €.....	280€
Hasta 1.500 €.....	375 €
Hasta 2.000 €.....	485 €
Hasta 2.500 €.....	595 €
A partir de 3.000 €....	(2)

(1) Actividad formativa exenta del IVA, en virtud del Art. 20, punto 9 de la Ley 37/1992.

(2) Para calcular la tarifa que le corresponde sitúese, según sus ingresos familiares, proporcionalmente a partir de la tarifa anterior.

Existe la posibilidad de solicitar una beca de formación que cubre el 50% de la tarifa mínima (280€). Estas becas son ofrecidas y concedidas por la Asociación PRH España ([www.amigosandrerochais.org](http://www.amigosandrerochais.org)). Si es esa su situación, póngase en contacto con [becas@amigosandrerochais.org](mailto:becas@amigosandrerochais.org), donde tramitarán su solicitud.

# ACOGERSE A SI MISMO/A, CAMINO DE VIDA

## OBJETIVO:

- Comprender la importancia de la actitud de acogerse a sí mismo/a, para la vida y el crecimiento.
- Favorecer esta actitud y experimentar que:
  - ayuda a avanzar en armonía interior
  - facilita dar lo mejor de sí mismo/a.

## PRESENTACIÓN DEL ITINERARIO

1. ¿Dónde estoy en la acogida de mí mismo/a?
2. Abrirme a mi valor y a mi bondad.
3. Vivir la aceptación de mí mismo/a.
4. Vivir una presencia consciente y amorosa hacia uno mismo.
5. Hacia una acogida incondicional.
6. Permanecer en una actitud de acogida de sí.
7. Consecuencias de la acogida de sí para la vida y el crecimiento.
8. Acoger a las personas.
9. Balance final

## CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

- Se puede comenzar la formación PRH por este grupo de crecimiento.
- Sentir el gusto y la motivación para avanzar en esta actitud.
- Estar dispuesto/a a dedicar 3-4 horas, durante el mes, al trabajo personal.

## INFORMACIÓN PRÁCTICA:

9 Encuentros con una periodicidad mensual, de octubre a junio.

Inicio: sábado, 3 de octubre 2020

Hora: 16,30 horas

Lugar: Zaratán, (Valladolid)

Anima: Carlos Casar Telf.- 677 340 305 [carloscasar@prh-iberica.com](mailto:carloscasar@prh-iberica.com)

# ACOGERSE A SI MISMO/A, CAMINO DE VIDA

## OBJETIVO:

- Comprender la importancia de la actitud de acogerse a sí mismo/a, para la vida y el crecimiento.
- Favorecer esta actitud y experimentar que:
  - ayuda a avanzar en armonía interior
  - facilita dar lo mejor de sí mismo/a.

## PRESENTACIÓN DEL ITINERARIO

1. ¿Dónde estoy en la acogida de mí mismo/a?
2. Abrirme a mi valor y a mi bondad.
3. Vivir la aceptación de mí mismo/a.
4. Vivir una presencia consciente y amorosa hacia uno mismo.
5. Hacia una acogida incondicional.
6. Permanecer en una actitud de acogida de sí.
7. Consecuencias de la acogida de sí para la vida y el crecimiento.
8. Acoger a las personas.
9. Balance final

## CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

- Se puede comenzar la formación PRH por este grupo de crecimiento.
- Sentir el gusto y la motivación para avanzar en esta actitud.
- Estar dispuesto/a a dedicar 3-4 horas, durante el mes, al trabajo personal.

## INFORMACIÓN PRÁCTICA:

9 Encuentros con una periodicidad mensual, de octubre a junio.

**Inicio:** sábado, 3 de octubre 2020

**Hora:** 10,30 horas

**Lugar:** Residencia Hnas. Esclavas. Avda. Palencia, nº 1. 09001 Burgos

**Anima:** Carlos Casar Telf.- 677 340 305 [carloscasar@prh-iberica.com](mailto:carloscasar@prh-iberica.com)

## DESEO SER FELIZ EN MI VIDA COTIDIANA

### OBJETIVO:

- Entrar a fondo en mi aspiración a ser feliz y en mi experiencia de felicidad.
- Clarificarme en mis dificultades para sentirme feliz y aprender a gestionarlas, con la finalidad de progresar en vivirme feliz en lo cotidiano de mi vida.

### DESARROLLO:

Acceso global: ¿Dónde estoy respecto a mi felicidad?

1ª Parte: Mi aspiración a ser feliz.

2ª Parte: Experiencia de felicidad:

-Mi historia feliz

-Lo que me hace feliz hoy

3ª parte: Mis dificultades para ser feliz. Gestión y/o liberación de los obstáculos.

4ª Parte: ¿Cómo progresar? Actitudes a vivir. Medios a tomar .

BALANCE

### CONDICIONES DE PARTICIPACION:

- Se puede comenzar la formación PRH por este grupo de crecimiento
- Sentir el gusto y la motivación para avanzar en esta actitud.
- Estar dispuesto/a a dedicar a trabajo personal 3/4 horas durante el mes.

### INFORMACIÓN PRÁCTICA:

9 Encuentros con una periodicidad mensual, de octubre a junio.

Inicio: sábado, 3 de octubre 2020      Hora: 10,30 horas

Lugar: Dominicas Francesas. Camino de los Tramosos, 6    Valladolid 47013

Anima: Juan Carlos Cisneros    Telf.- 620 973 753

[juancarloscisneros@prh-iberica.com](mailto:juancarloscisneros@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.*

*c/ de las naves, 20 - 1º A - 28005 - Madrid*

*Tel: 91 473 95 05*

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

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

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