



# Comprenderme en profundidad

## *Dominio del análisis PRH*

### **LO QUE TE PUEDE APORTAR EL CURSO**

---

- Acceder a un buen nivel de dominio del método de análisis PRH.
- Verificar tu propio nivel de análisis.
- Aprender a utilizar algunos instrumentos para lograr un grado óptimo en tu dominio del análisis.
- Progresar en rigor y eficacia, lo que te permitirá acelerar tu crecimiento.

### **EL CONTENIDO DEL CURSO**

---

- *Primer día – Mi práctica del análisis y los elementos importantes del análisis PRH*
- *Los otros días – Características de los análisis de diferentes tipos de sensaciones*
  - 2º día: Análisis de una sensación dolorosa o negativa
  - 3<sup>er</sup> día: Análisis de una sensación positiva
  - 4º día: Análisis de una sensación positiva o negativa
  - 5º día: Análisis de tipo balance
- *Plan de acción y balance*

### **MARCO PEDAGÓGICO**

---

La formación se da en grupo. Unas preguntas invitan a cada participante a observar en su propia vida el tema tratado y a describir su vivencia. Este tiempo personal de análisis guiado va seguido del compartir libre, sin entrar en discusión.

A partir del segundo día, está la experimentación de un tipo de análisis, seguido de una evaluación de su trabajo y de la topografía de sus análisis, con ayuda de mini-instrumentos. Después está el compartir del trabajo de cada uno(a). La escucha de los análisis de los otros es un elemento importante de la profundización del método.

Con vistas a profundizar en la búsqueda personal de cada participante, el(la) formador(a) interviene y utiliza diversos medios pedagógicos (esquemas, aportaciones, notas de síntesis,...). El trabajo en grupo permite enriquecerse de la diversidad de las experiencias. Se invita a los participantes a tomar algunas decisiones reflexionadas en relación con su realidad concreta.

### **CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN**

---

El curso es accesible a toda persona adulta. Es necesario haber seguido algunos otros cursos de la formación PRH: *¿Quién soy yo, hoy?* o uno de los módulos *Descubrir los rasgos de mi identidad* o *Progresar en solidez*, *A la escucha de mi mundo interior*, y haber practicado el análisis PRH personalmente o en grupo.