

### LO QUE TE PUEDE APORTAR EL CURSO

---

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

### EL CONTENIDO DEL CURSO (24 horas)

---

- *Primer día – Puntualizar sobre mi práctica del análisis PRH*
- *Los otros días – Características de los análisis de diferentes tipos de sensaciones*
  - 2º día: Análisis de una sensación dolorosa o negativa.
  - 3º día: Análisis de una sensación positiva.
  - 4º día: Análisis de una sensación 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 y de aportaciones del/de la formador/a.

A partir del segundo día, está la experimentación del análisis PRH, seguido de una evaluación del trabajo con diferentes instrumentos pedagógicos. La puesta en común del trabajo de cada uno(a) es un elemento de la profundización en el 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, ...).

### 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?* y *Aprender a escucharme*, y haber practicado el análisis PRH personalmente o en grupo.