

Mis compromisos prioritarios

Opciones, compromisos y actuar esencial

LO QUE TE PUEDE APORTAR EL CURSO

- Distinguir y nombrar con precisión lo que percibes hoy como el eje de tu actuar esencial.
- Comprometerte con más determinación en el eje de este actuar esencial.

EL CONTENIDO DEL CURSO

- *1ª parte – Estoy en el eje de mi actuar esencial?*
 - Historia de mis opciones significativas
 - El eje de mi actuar esencial a través de la emergencia de mi ser
- *2ª parte – Cómo comprometerme en el eje de mi actuar esencial?*
 - Pongo sobre la mesa mis actividades actuales
 - Puesta en orden de mi vida
- *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 de un compartir libre, sin entrar en discusión. Con vistas a profundizar en la búsqueda personal de cada participante, el(la) formador(a) interviene y utiliza diferentes medios pedagógicos (esquemas, aportaciones, notas de síntesis, ...) El trabajo en grupo permite enriquecerse de la diversidad de las experiencias. Se les invita a una toma de decisiones reflexionadas en relación con su realidad concreta.

CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Es necesario haber seguido el curso *¿Quién soy yo, hoy?* y *Aprender a escucharme*. Haber estado o estar en una formación personal metódica (FPM/FPP). Este curso no es aconsejable a personas fuertemente perturbadas o en psicoterapia salvo el parecer favorable de su psicoterapeuta.