



¿QUIEN SOY YO, HOY?

Conocer mejor el núcleo sólido de la personalidad

CURSO DE FORMACION Y DESARROLLO PERSONAL



OBJETIVOS

- Acceder a un mejor conocimiento de sí mismo
- Identificar las aspiraciones esenciales
- Clarificar las condiciones necesarias para el despliegue de la personalidad y la estima de sí mismo
- Progresar en solidez y seguridad para hacer frente mejor a las dificultades de la vida.

CONTENIDO

- **1ª parte – Dos puertas de entrada en el conocimiento de sí mismo**
 - La imagen que tengo de mí
 - Mi grado de autonomía frente a los otros
- **2ª parte – Las realidades importantes de la persona**
 - El ser: realidad esencial y central de la personalidad, yacimiento de potencialidades y aptitudes, a menudo poco conocidas
 - Inteligencia, libertad, voluntad: tres facultades que pueden cooperar para nuestro pleno desarrollo
 - El cuerpo, fuente de energías, que requiere ser tenido en cuenta
 - La sensibilidad: sus manifestaciones – sus reacciones – el fenómeno de la hipersensibilidad y sus causas
 - La conciencia profunda nos orienta para tomar decisiones que construyen
- **3ª parte – ¿Cómo progresar?**
 - Ser actor, actriz del propio crecimiento

DIRIGIDO A TODA PERSONA QUE QUIERA:

- Adquirir un **buen equilibrio personal y comprenderse mejor.**
- **Sentirse más libre y a la vez más cercano a los demás.**
- **Ser más eficaz** socialmente y liberar la energía para ello.
- **Reordenar las formas de funcionar** con las que no se sienta coherente.

METODOLOGIA

Trabajos personales para responder por escrito, acompañados de tiempos de puesta en común, notas de observaciones de PRH-Internacional y aportaciones del formador que anima el curso.

Personalidad y Relaciones Humanas (PRH)

Es una **Escuela de Formación** basada en una investigación psicológica y pedagógica permanente 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.

Transmitimos una visión positiva de la persona. La **fe en sus capacidades y el respeto a la libertad** son valores centrales de esta formación.

Proponemos programas formativos de distinta duración. De este modo contribuimos a la humanización de la sociedad desde hace más de 40 años.

FECHA: 6, 7, 8 Y 9 DE DICIEMBRE 2017

DURACIÓN: 24 horas LUGAR: MADRID

ACOMPañANTE-COACH PRH: Francisco Saborido Gómez. Psicólogo General Sanitario

(660446078/914739505/infopr@prh-iberica.com/fsaborido@cop.es)

Tarifa mínima: 212€ (tarifa modulada en función de ingresos)