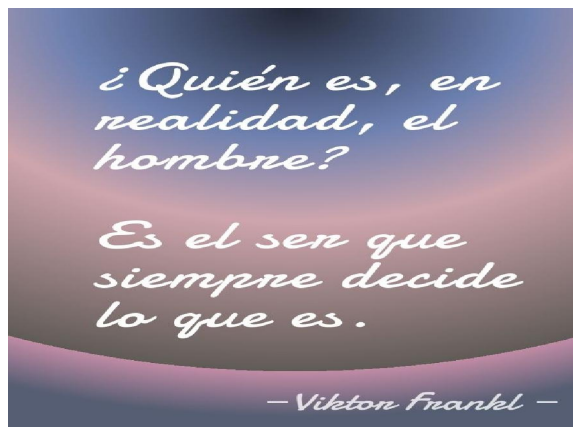


# **GAM “JUVENTUD Y SENTIDO”**

## **¿Qué quiero hacer con mi vida?**



<b>DIRIGIDO A</b>	1.- Personas entre 21 y 30 años (aproximadamente), que deseen participar en un GAM organizado por la asociación Viktor Frankl región de Murcia.
<b>OBJETIVOS</b>	1.- Aprender estrategias interesantes que ayuden a la persona a reflexionar sobre “ <u>qué es lo que desean hacer con su vida</u> ” en esta etapa de la vida. 2.- Compartir con el grupo <u>vivencias y experiencias personales</u> relacionadas con los temas del GAM. 3.- Conocer y reflexionar sobre <u>diferentes valores humanos</u> que nos ayudarán a crecer como persona y a encontrar el sentido de nuestra vida.
<b>CONTENIDOS</b>	Sesión 0: SESIÓN DE INTRODUCCIÓN AL GAM. “HOY COMENZAMOS JUNTOS UN CAMINO DE CRECIMIENTO PERSONAL” Sesión 1: “BIOGRAFIA DE VIKTOR FRANKL: PADRE DE LA LOGOTERAPIA”. Sesión 2: “EL BUSCADOR”, DE JORGE BUCAY. Sesión 3: “EL LOGODIARIO: UNA HERRAMIENTA TERAPÉUTICA”. Sesión 4: “HABILIDADES DE LAS PERSONAS CON INTELIGENCIA EMOCIONAL”. Sesión 5: “LA IMPORTANCIA DE LA DE EMPATÍA: SIGNIFICADO Y CARACTERÍSTICAS”. Sesión 6: “LA BÚSQUEDA DEL SENTIDO”, SEGÚN VIKTOR FRANKL. Sesión 7: “LA CREATIVIDAD LE DA SENTIDO A LA VIDA”. Sesión 8: “CULTIVA TU INTELIGENCIA ESPIRITUAL?” Sesión 9: “¿POR QUÉ ES IMPORTANTE TENER UN SENTIDO EN LA VIDA?” Sesión 10: “¿CÓMO LE ENCUENTRO SENTIDO A LA VIDA?” Sesión 11: “IKIGAI: EL SECRETO JAPONÉS PARA VIVIR MÁS Y MEJOR”. Sesión 12: “LAS PERSONAS CON MÁS VÍNCULOS SOCIALES, SON MÁS FELICES...” Sesión 13: EVALUACIÓN FINAL DEL GAM
<b>COORDINACIÓN DEL GRUPO</b>	El coordinador/ra del GAM es miembro y colaborador/a de nuestra asociación.
<b>METODOLOGÍA</b>	Para cada sesión se dará un <u>documento de trabajo</u> (con unas preguntas). Cada miembro del grupo llevará preparado el documento para el buen desarrollo de la

	<i>sesión.</i>
<b>SESIONES</b>	<i>Habrá UN SOLO GRUPO.</i>
<b>HORA DE COMIENZO</b>	<i>A las <u>19.00 horas</u> (máximo dos horas de duración). Las sesiones de cada grupo se celebrarán quincenalmente.</i>
<b>Nº DE ASISTENTES</b>	<i>Cada grupo tendrá un máximo de <u>12 personas</u> (por orden de inscripción).</i>
<b>FECHAS DE COMIENZO</b>	<i>Lunes , <u>23 de Octubre</u> de 2023.</i>
<b>DIRECCIÓN DE LA SEDE</b>	<i>Las <u>reuniones presenciales</u> tendrán lugar en esta dirección: <u>Plaza Bohemia 1, Bajo Murcia - 30009</u></i>
<b>PRECIO</b>	<i>Gratuito.</i>
<b>INSCRIPCIÓN PREVIA</b>	<i>Enviando un correo a <a href="mailto:correo@viktorfranklregiondemurcia.org">correo@viktorfranklregiondemurcia.org</a> con la hoja de <b>INSCRIPCIÓN RELLENADA</b> con los siguientes datos: <b>NOMBRE Y APELLIDOS, Nº DE TELÉFONO Y CORREO ELECTRÓNICO.</b></i>
<b>ORGANIZADOR</b>	<i><u>ASOCIACIÓN VIKTOR FRANKL REGIÓN DE MURCIA</u></i>
<b>WEB</b>	<i><a href="https://viktorfranklregiondemurcia.org/">https://viktorfranklregiondemurcia.org/</a></i>

**HOJA DE INSCRIPCIÓN EN ESTA ACTIVIDAD:**

<b>NOMBRE Y APELLIDOS</b>	
<b>Nº DE TELÉFONO</b>	
<b>EMAIL.</b>	

**Autorizo a la Asociación VIKTOR FRANKL REGIÓN DE MURCIA a tener mis datos para organizar esta actividad.**

**Murcia a,..... de.....de**

**(FIRMA)**

