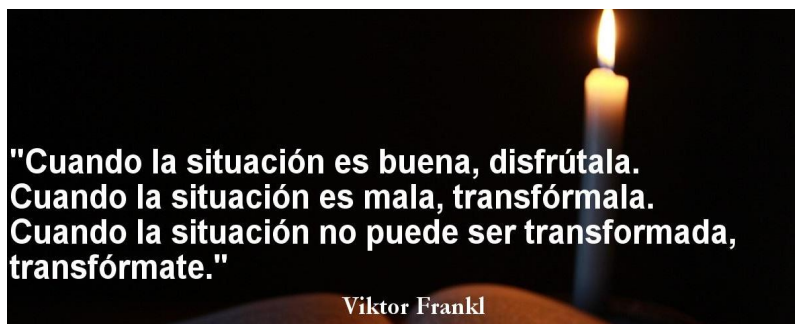


GAM “ESTRATEGIAS PARA CONECTAR CON TU SER INTERIOR”.



DIRIGIDO A	1.- <i>Personas interesadas en participar en un GAM, organizado por la Asociación Viktor Frankl Región de Murcia, en Molina de Segura.</i>
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> 1.- <i>Aprender estrategias interesantes que nos ayuden a conectar con nuestro ser interior en la vida diaria.</i> 2.- <i>Compartir vivencias y experiencias personales dentro del grupo.</i> 3.- <i>Reflexionar sobre valores humanos que nos ayudarán a crecer y mejorar el sentido de nuestra vida.</i>
CONTENIDOS	<p><i>Sesión 0: “Sesión de Introducción al GAM”.</i></p> <p><i>Sesión 1: “Qué importante es tener una mentalidad de crecimiento”.</i></p> <p><i>Sesión 2: ¿Cómo son las personas inspiradoras?</i></p> <p><i>Sesión 3: “Ubuntu: palabra sudafricana que reflexiona sobre la vida”.</i></p> <p><i>Sesión 4: “Buscar la serenidad es preferible a buscar la felicidad”.</i></p> <p><i>Sesión 5: “Importancia de aprender a poner límites”.</i></p> <p><i>Sesión 6: “Cómo son las personas íntegras”.</i></p> <p><i>Sesión 7.- “Psicología positiva existencial”.</i></p> <p><i>Sesión 8: “La sencillez y la humildad son virtudes inteligentes”.</i></p> <p><i>Sesión 9: “La habilidad de sentir asombro”.</i></p> <p><i>Sesión 10: “¿Cómo son las personas nutritivas?”.</i></p> <p><i>Sesión 11: Evaluación final del GAM.</i></p>
COORDINACIÓN DEL GRUPO	<i>Cada <u>grupo de ayuda mutua</u> tendrá su propio <u>coordinador/a</u> a lo largo del curso. Todos los coordinadores son miembros colaboradores de nuestra asociación.</i>
METODOLOGÍA	<i>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 sesión.</i>
SESIONES	<i>Habrá <u>tres grupos</u> en la sede de Molina de Segura: <u>Dos grupos</u> los <u>JUEVES</u> y <u>un grupo</u> el <u>MARTES</u>.</i>
HORA DE COMIENZO	<i>A las <u>20.00 horas</u> (máximo dos horas de duración).</i>

SEDE MOLINA DE SEGURA.

	<i>Las sesiones de cada grupo se celebrarán quincenalmente.</i>
Nº DE ASISTENTES	<i>Cada grupo tendrá un máximo de <u>12 personas</u> (por orden de inscripción)</i>
FECHAS DE COMIENZO	<i><u>Martes: 24 de Octubre de 2023</u> <u>Jueves: 26 de Octubre de 2023</u></i>
DIRECCIÓN DE LA SEDE	<i>Las <u>reuniones presenciales</u> tendrán lugar en la "<u>Sala de las Viudas</u>": <u>CENTRO EL JARDÍN. CALLE PROFESOR JOAQUÍN ABELLÁN, Nº 39 –</u> <u>MOLINA DE SEGURA.</u></i>
PRECIO	<i>Gratuito.</i>
INSCRIPCIÓN PREVIA	<i>Enviando un correo a <u>correo@viktorfranklregiondemurcia.org</u> con la hoja de <u>INSCRIPCIÓN RELLENADA</u> con los siguientes datos: <u>NOMBRE Y APELLIDOS, Nº DE TELÉFONO Y CORREO</u> <u>ELECTRÓNICO.</u></i>
ORGANIZADOR	<i><u>ASOCIACIÓN VIKTOR FRANKL REGIÓN DE MURCIA</u></i>
WEB	<i><u>https://viktorfranklregiondemurcia.org/</u></i>

HOJA DE INSCRIPCIÓN EN ESTA ACTIVIDAD:

NOMBRE Y APELLIDOS	
Nº DE TELÉFONO	
EMAIL.	

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

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

(FIRMA)

El amor es la meta más importante a la que un hombre puede aspirar.

-Viktor E. Frankl