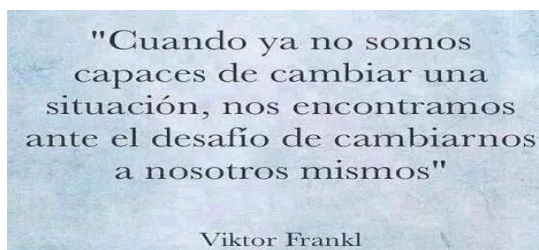


GRUPO DE AYUDA MUTUA (GAM): “COMUNICACIÓN, VALORES Y SENTIDO”.



FECHA DE INICIO:	<u>GRUPOS MARTES: 14 de Octubre de 2025</u> (periodicidad quincenal). <u>GRUPOS JUEVES: 16 de octubre de 2025</u> (periodicidad quincenal).
DIRIGIDO A :	1. - Personas “ASOCIADAS” de la Asociación Viktor Frankl Región de Murcia. 2.- Personas que están interesadas en participar en alguna actividad de formación organizada por nuestra Asociación.
OBJETIVOS DEL GRUPO:	1.- Participar de forma activa en un <u>grupo de ayuda mutua</u> organizado la Asociación Víctor Frankl Región de Murcia . 2.- Aprender y practicar estrategias interesantes que ayuden a la persona a reflexionar sobre “ <u>qué aspectos de la comunicación puede mejorar</u> ” en esta etapa de su vida. 3.- Compartir con el grupo vivencias y experiencias personales relacionadas con el tema de cada sesión. 3.- Reflexionar sobre <u>distintos valores humanos</u> que nos ayudarán a crecer como persona y a mejorar el sentido de nuestra vida.
CONTENIDOS DEL GRUPO:	<u>Sesión 1:</u> “Qué es el crecimiento personal y como lograrlo?” <u>Sesión 2:</u> “La inteligencia apreciativa”. <u>Sesión 3:</u> “ <u>Amarse para aprender a amar</u> ”. <u>Sesión 4:</u> “El valor de la humildad: ¿Cómo son las personas humildes? <u>Sesión 5:</u> “La <u>Inteligencia Comunicativa</u> : El arte de hacerse entender y emocionar”. <u>Sesión 6:</u> “Saber comprender al otro es saber Respetar”. <u>Sesión 7:</u> “ <u>Cómo mejorar las comunicación con los amigos</u> ”. <u>Sesión 8:</u> “ <u>Las microafirmaciones</u> : El poder para hacer sentir bien a los demás” . <u>Sesión 9.-</u> “El principal sentimiento de la vida es el Amor”. <u>Sesión 10:</u> “ <u>Cómo mantener conversaciones</u> que nos hagan sentir mejor”. <u>Sesión 11:</u> “Más allá del Yo”. <u>Sesión 12:</u> “ <u>EVALUACIÓN FINAL</u> de la actividad.
COORDINACIÓN DEL GRUPO	Las sesiones serán <u>coordinadas por una persona colaboradora y voluntaria de nuestra asociación.</u>

NÚMERO DE GRUPOS GAM	<u>2 grupos Martes</u> (con periodicidad quincenal). <u>2 grupos Jueves</u> (con periodicidad quincenal).
SESIONES	Cada sesión <u>tendrá lugar en Martes</u> , y habrá un total de 13 sesiones (de <u>Octubre 2025 a mayo de 2026</u>).
HORA DE COMIENZO:	De las <u>20.00 a 21.30 horas</u> (máximo 90 minutos de duración).
Nº DE ASISTENTES:	Un máximo de <u>12 personas por grupo</u> (por orden de inscripción).
FECHAS DE LAS SESIONES:	<u>GRUPOS MARTES: 14 y 28 de octubre;</u> 11 y 25 de noviembre; 9 de diciembre de 2025; 13 y 27 de enero; 10 y 24 de febrero; 10 y 24 de marzo; 14 y 28 de abril; 12 de mayo de 2026. <u>GRUPOS JUEVES: 16 y 30 de octubre;</u> 13 y 27 de noviembre; 11 de diciembre de 2025; 8 y 22 de enero; 5 y 19 de febrero; 5 y 19 de marzo; 16 y 30 de abril; 14 de mayo de 2026 de 2026.
LUGAR DE LAS SESIONES	<u>CENTRO CULTURAL EL JARDÍN</u> (sala de las viudas). Calle Profesor Joaquín Abellán 30, 30500 Molina de Segura (Murcia).
PRECIO	GRATUITO.
INSCRIPCIÓN PREVIA	Enviando un correo a correo@viktorfranklregiondemurcia.org con la hoja de INSCRIPCIÓN RELLENADA con los siguientes datos: NOMBRE Y APELLIDOS, Nº DE TELÉFONO Y EL CORREO ELECTRÓNICO.
ORGANIZADOR	<u>ASOCIACIÓN VIKTOR FRANKL REGIÓN DE MURCIA</u>
WEB	https://viktorfranklregiondemurcia.org/

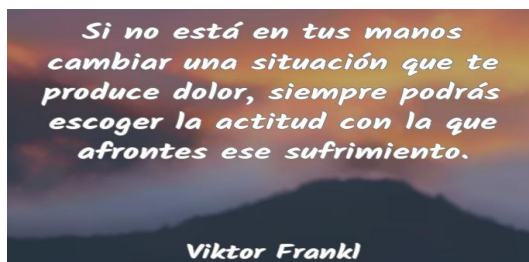
HOJA DE INSCRIPCIÓN EN ESTA ACTIVIDAD:

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)



CONVOCATORIA GAM MOLINA DE SEGURA: "COMUNICACIÓN, VALORES Y SENTIDO".
<https://viktorfranklregiondemurcia.org/>