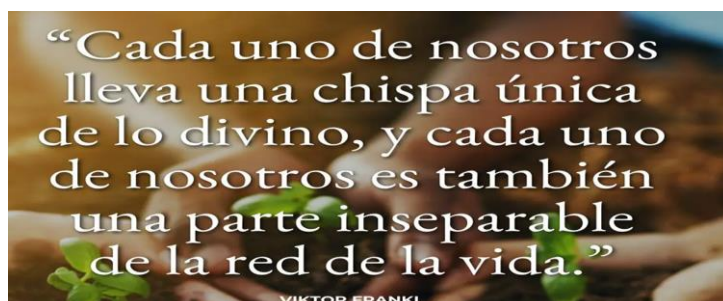


GRUPO DE REFLEXIÓN PRESENCIAL: **“DESARROLLO PERSONAL, VALORES Y SENTIDO”.**



FECHA DE INICIO:	20 de Octubre de 2025 (tercer lunes de mes).
DIRIGIDO A :	1. - Personas “ASOCIADAS” Y COLABORADORAS de la Asociación Viktor Frankl Región de Murcia. 2.- Personas que han participado en actividades de nuestra Asociación durante años anteriores.
OBJETIVOS DEL GRUPO:	1.- <u>Participar en un grupo de reflexión</u> presencial organizado por la Asociación Víctor Frankl Región de Murcia . 2.- Tomar conciencia de que la LOGOTERAPIA es <u>aprender a vivir con sentido cada etapa de nuestra vida</u>. 3.- Reflexionar sobre la <u>importancia del crecimiento personal</u> en el día a día. 4.- Conocer <u>estrategias que ayuden a mejorar nuestra vida diaria</u> con la familia, los amigos, el trabajo... 5.- <u>Compartir experiencias personales</u> dentro del grupo. 6.- Reflexionar sobre <u>Valores Humanos</u> que nos ayudarán a mejorar nuestro <u>sentido de vida</u>.
CONTENIDOS DEL GRUPO:	Sesión 1: “<u>Eres responsable de ti mismo</u>” (20/10/25). Sesión 2: “<u>La importancia de las Creencias desde la Psicología</u>” (17/11/25). Sesión 3: “<u>Date permiso para cambiar, sanar y conectar contigo mismo</u>” (15/12/25). Sesión 4: “<u>La Gratitud nos hace mejores personas y más fuertes</u>” (19/01/26). Sesión 5: “<u>Algunos inconvenientes de dar demasiado</u>” (16/02/26). Sesión 6: “<u>Hábitos que ayudan a alcanzar la madurez emocional</u>” (16/03/26). Sesión 7: <u>El valor de la Confianza: clases, características y ejemplos</u>” (20/04/26). Sesión 8: “<u>Claves y estrategias para mejorar el ánimo en tu vida diaria</u>” (18/05/26). Sesión 9: “<u>Como tomar decisiones en tu vida diaria</u>”. EVALUACIÓN final de la actividad (15/06/26).

COORDINACIÓN DEL GRUPO	Cada sesión presencial <u>será coordinada por una persona diferente</u> (de las personas que participen en este grupo).
SESIONES	Habrà 9 sesiones (una al mes, de Octubre 2025 a Junio 2026).
HORA DE COMIENZO:	De las 19.30 a las 21:00 horas (máximo 90 minutos de duración).
Nº DE ASISTENTES:	Un máximo de 20 personas (por orden de inscripción).
FECHAS DE LAS SESIONES:	20 de octubre; 17 de noviembre; 15 de diciembre; 19 enero; 16 de febrero; 16 de marzo; 20 de abril; 18 de mayo; 15 de junio.
LUGAR DE LAS SESIONES	CENTRO CULTURAL PUERTAS DE CASTILLA (en planta 1ª: sala de Danza). AVDA MIGUEL DE CERVANTES 1, MURCIA – 30009
PRECIO DEL GRUPO	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.
CREACIÓN DE UN GRUPO DE WASSAP	-Se creará un GRUPO DE WASSAP para la gestión de la actividad (avisos, informaciones y documentos de interés...)
ORGANIZADOR	ASOCIACIÓN VIKTOR FRANKL REGIÓN DE MURCIA
WEB	https://viktorfranklregiondemurcia.org/

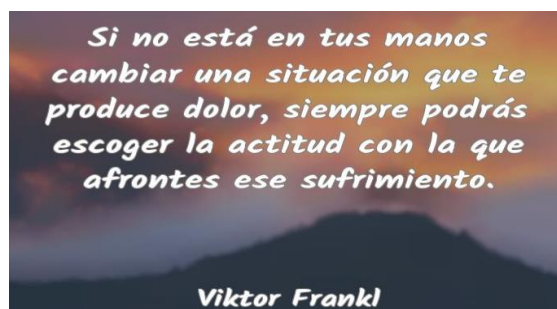
HOJA DE INSCRIPCIÓN EN ESTA ACTIVIDAD:

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 GRUPO DE REFLEXIÓN: "DESARROLLO PERSONAL, VALORES Y SENTIDO".
<https://viktorfranklregiondemurcia.org/>