

GRUPO DE REFLEXIÓN PRESENCIAL: “TESTIMONIO, VALORES Y SENTIDO”.

La vida ha de tener un sentido
bajo cualquier circunstancia,
incluso en la peor que seamos
capaces de concebir.

ViktorFrankl
Logoterapia y Análisis Existencial

INICIO DEL GRUPO	26 de Octubre de 2026 (lunes, una sesión al mes).
DIRIGIDO A:	1.- Personas interesadas en participar en una actividad de formación presencial organizada por nuestra asociación.
OBJETIVOS DEL GRUPO:	1.- Participar en un grupo de reflexión organizado la Asociación Víctor Frankl Región de Murcia . 2.- Tomar conciencia de que la LOGOTERAPIA es aprender a vivir con sentido en cada etapa de nuestra vida . 3.- Reflexionar sobre la importancia de las emociones en la vida diaria. 4.- Conocer estrategias que nos ayuden a mejorar nuestra emociones en la convivencia con la familia, los amigos y compañeros de trabajo. 5.- Compartir experiencias personales dentro del grupo. 6.- Reflexionar sobre diferentes Valores Humanos que nos ayudarán a mejorar nuestro crecimiento personal y el sentido de vida .
CONTENIDOS DEL GRUPO:	<u>Sesión 1: “El proceso de convertirte en persona, según Carl Rogers”.</u> <u>Sesión 2: “Valores y emociones: las fuerzas que nos guían en la vida”.</u> <u>Sesión 3: “Tener serenidad: una maravillosa actitud ante la vida”.</u> <u>Sesión 4: “¿Qué es el significado de la vida y su sentido profundo?”</u> <u>Sesión 5: “¿Cómo ser mejor persona? Claves para conseguirlo en el día a día”.</u> <u>Sesión 6: “Las personas ocupadas no siempre son felices”.</u> <u>Sesión 7: “Conexión Emocional: El pegamento de las relaciones significativas”.</u> <u>Sesión 8: “La vulnerabilidad es también una valía psicológica”.</u> <u>Sesión 9: “¿Como sentirte una persona realizada? Algunas claves desde la psicología”.</u> EVALUACION FINAL de la actividad.
COORDINACIÓN DEL GRUPO	Cada sesión presencial será coordinada por una <u>persona colaboradora de la Asociación</u> .
SESIONES	Habrà un total de 9 sesiones (una sesión al mes). Cada sesión tendrá lugar el tercer lunes de cada mes (total: 9 sesiones , organizadas de Octubre 2026 a Junio 2027).

CONVOCATORIA GRUPO DE REFLEXIÓN: “TESTIMONIO, VALORES Y SENTIDO”.
<https://viktorfranklregiondemurcia.org/>

HORA DE COMIENZO:	De las 19.30 a las 21:00 horas (máximo 90 minutos de duración).
Nº DE ASISTENTES:	Un máximo de 15 personas - mínimo de 10 (por orden de inscripción).
FECHAS DE LAS SESIONES:	26 de octubre y 16 de noviembre; 14 de diciembre de 2026; 18 de enero; 15 de febrero; 15 de marzo; 19 de abril; 17 de mayo; 21 de junio de 2027.
SEDE DE LAS SESIONES:	<u>CENTRO CULTURAL "LOS DOLORES"</u> CALLE MAESTRO ANDRÉS AZORÍN 3, 3001, LOS DOLORES, MURCIA.
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.
ORGANIZADOR:	<u>ASOCIACIÓN VIKTOR FRANKL REGIÓN DE MURCIA</u>
WEB:	<u>https://viktorfranklregiondemurcia.org/</u>

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)

