

- 2** PRH, scuola di formazione internazionale
- 3** I formatori PRH in Italia
- 4** L'etica professionale dei formatori PRH
- 5** La pedagogia dei corsi PRH
- 6** Che cosa facciamo?

7 **INDICE DEI CORSI**

- 9** Conoscenza della persona
- 26** Vita di gruppo
- 28** Formazione all'analisi PRH
- 31** Formazione alla relazione d'aiuto PRH
- 32** Per coppie
- 35** Per genitori
- 38** Per insegnanti
- 41** Accompagnamento personale
- 42** I gruppi di approfondimento
- 43** Per conoscere la formazione PRH
- 44** Informazioni e iscrizione
- 45** Le tariffe dei corsi di formazione
- 47** I libri di PRH

PRH, scuola di formazione internazionale

PRH (dal francese *Personnalité et Relations Humaines*, Personalità e Relazioni Umane) è una scuola di formazione internazionale specializzata nella **crescita** e nello **sviluppo personale**.

La formazione si rivolge agli adulti e ai giovani che desiderano acquisire più chiarezza su di sé, essere autonomi e meglio equipaggiati per affrontare le eventuali difficoltà.

Si rivolge anche alle persone che sono alla ricerca di una maggiore qualità di vita e più armonia nelle loro relazioni personali o professionali.

Per PRH lo sviluppo della persona e la competenza relazionale sono un potente motore per un apporto più costruttivo alla società.

Tutta l'offerta di formazione è il risultato di una ricerca continua sulla crescita delle persone, delle coppie e dei gruppi.

PRH è attivo in quaranta paesi da più di quarant'anni.



Luigina COMETTO

Via Statuto, 5 - 12100 Cuneo
Tel. 0171 33.21.27 - Cell. 338 99.40.079
e-mail: cometto@prh.it

Maria DE GIUSEPPE

Contrà Corte Tosoni, 94 - 35013 Cittadella (PD)
Cell. 329 25.80.425
e-mail: deggiuseppe.maria@prh.it

Ivana FANTINATO

Contrà Corte Tosoni, 94 - 35013 Cittadella (PD)
Tel. 049 59.74.000 - Cell. 347 13.10.945
e-mail: fantinato.ivana@prh.it

Samuele LORENZON

Via Castellana, 22/3 - Cantieri educativi
31050 Vedelago (TV) - Cell. 328 65.45.891
e-mail: lorenzonsamuele@gmail.com

Rocio ORTEGA DE TORO

Via Pilastro 59/A - 35042 Este (PD)
Cell. 339 62.97.291
e-mail: rocio7676@hotmail.com

Carla PARON

Via Ginnastica, 6
30028 S. Michele al Tagliamento (VE)
Cell. 333 31.21.900 - e-mail: carla.paron@prh.it

Paola POZZI

Via Silone, 51 - 10040 Rivalta (TO)
Cell. 335 71.60.344
e-mail: paolafpozzi@gmail.com

Marinela SOTIRI

Via 7 Martiri, 61 - 36078 Valdagno (VI)
Cell. 346 32.64.652
e-mail: marinela.sotiri@gmail.com

ASSOCIATO A PRH ITALIA

Mariaclotilde GENESIO

Corso Orbassano, 167 - 10137 Torino
Tel. 011 32.20.18 - Cell. 338 47.11.730
e-mail: mc.genesio@prh.it

L'etica professionale dei formatori PRH

Come Scuola di Formazione abbiamo valori e regole che i formatori PRH vivono nel loro agire professionale. Ne richiamiamo qui alcuni:

- il formatore PRH ha una **competenza specifica** nella pedagogia PRH.
Tale competenza è arricchita regolarmente attraverso un **aggiornamento continuo, a livello personale, pedagogico e professionale;**
- la formazione PRH **si rivolge ad ogni persona senza distinzione alcuna** di cultura, nazionalità, classe sociale, livello d'istruzione o religione. Perchè sia accessibile economicamente **a ogni categoria di persone** proponiamo tariffe modulate e progressive che permettono di adeguare i costi di partecipazione alle proprie risorse;
- il **metodo è un'autoformazione** e lascia al cliente la responsabilità della sua vita e del suo percorso di crescita. È un metodo che **rispetta il ritmo e le risorse della persona. Rispetta, inoltre, gli obiettivi che la persona si pone, sempre che questi rientrino nell'ambito d'azione della formazione PRH;**
- il lavoro con il cliente si situa nel quadro di una **relazione professionale alla cui base poniamo la chiarezza riguardo al metodo utilizzato e alle tariffe e al rispetto degli accordi presi con il cliente;**
- il formatore PRH è tenuto al **segreto professionale su tutte le informazioni e confidenze ricevute negli incontri individuali.** Nei corsi e nei gruppi di approfondimento, invita i partecipanti a rispettare il **carattere confidenziale degli scambi;**
- il formatore PRH si assicura che ci sia il parere favorevole del medico curante o del terapeuta per le persone fortemente perturbate o in terapia che volessero partecipare ad attività di formazione.

La pedagogia dei corsi PRH

Il metodo PRH presenta

- una conoscenza di se stessi
a partire dalla propria esperienza di vita;
- un'analisi metodica dei propri vissuti;
- un percorso di autoscoperta;
- la comunicazione e l'ascolto;
- apporti teorici e pratici del formatore;
- sintesi della ricerca PRH sul tema trattato.

*“Ogni persona è un essere unico,
complesso, misterioso.
Tocca a ciascuno entrare
in comunicazione diretta con se stesso!”*

André Rochais

Che cosa facciamo?

Offriamo corsi e programmi di formazione adatti ai bisogni di ogni persona, improntati a una visione positiva e dinamica dell'uomo e basati sulla capacità della persona di sviluppare il proprio potenziale.

I formatori sono specialisti esperti del processo di crescita. Durante i corsi danno riflessi e chiarimenti sul lavoro dei partecipanti e garantiscono un'interazione rispettosa nel gruppo. Sono disponibili anche per un accompagnamento individuale di durata variabile, secondo le esigenze di ciascuno.

Ogni partecipante stabilisce quali passi fare per progredire. In ogni corso si parte dall'esperienza personale. La scoperta e la conoscenza di sé avvengono attraverso l'analisi e la comunicazione del proprio vissuto, l'ascolto degli altri e, da ultimo, il confronto tra la propria esperienza e il quadro teorico di PRH sul tema trattato.

I partecipanti acquisiscono degli strumenti per integrare le loro scoperte nella vita quotidiana. Evolvono verso una maggiore stabilità e un funzionamento più armonioso.

PRH propone anche uno strumento unico per imparare a scegliere secondo coscienza, in modo più libero, più rispettoso di sé e al contempo tenendo conto degli altri e della realtà vissuta.

L'interazione di tutti questi elementi è la specificità di PRH ed è anche la garanzia che il processo di crescita è radicato nella realtà.

	<u>pagina</u>
Corsi d'inizio di 2 giorni	Come posso orientare la mia vita? * 9
	Sviluppare le mie capacità di leader * 10
	Chi sono io? * 11
	Imparo a funzionare in modo più armonioso 12
	Mi alleno a prendere le decisioni 13
	Vivere le relazioni nella chiarezza 14
	Scelgo di accelerare la mia crescita RINNOVATO 15
	La mia vita affettiva: amare e lasciarmi amare 16
	Liberarmi dai miei disequilibri nelle relazioni 17
	Imparo a sciogliere le difese che soffocano la mia libertà NUOVO 18
	Sentimenti, emozioni... un mondo da esplorare e da liberare NUOVO 19
	Il mio corpo e la mia crescita come persona 20
	La relazione con il mio corpo: un'armonia da costruire 21
	Esploro ciò che vivo di fronte al denaro e ai beni materiali 21
	Liberarmi dai freni e dagli ostacoli alla mia crescita 22
	Esploro la mia esperienza di trascendenza 23
	Il senso della mia vita 23
	Elaboro il lutto per tornare a vivere NUOVO 24
	La gestione dello stress nella vita quotidiana NUOVO 25

Conoscenza della persona

* I corsi segnalati dall'asterisco, aperti a tutti, sono quelli con cui iniziare la formazione PRH.
Gli altri richiedono di aver già seguito almeno un corso d'inizio.

	<u>pagina</u>
Vita di gruppo	Prendo il mio posto nei gruppi * 26
	Vivere il lavoro con più soddisfazione * 27
Formazione all'analisi PRH	Il corpo
	mediazione del vissuto interiore * RINNOVATO 28
	In ascolto del mio mondo interiore 29
	Comprendermi in profondità 30
Formazione alla relazione d'aiuto PRH	Imparo ad aiutare con il metodo della relazione d'aiuto PRH 31
Per coppie	Amarci, cosa vuol dire? * 32
	Progredire nell'armonia della vita sessuale di coppia * 33
	L'integrazione delle differenze nella coppia * 34
Per genitori	Aiutare i miei figli a essere se stessi * 35
	Scoprire la personalità di mio figlio * 36
	I sì e i no nell'educazione dei figli * 37
Per insegnanti	Le dinamiche di classe: quale potere ho come insegnante? * 38
	La gestione delle tensioni in ambito scolastico * 39
	Come trasformare la relazione insegnante alunno in un'alleanza di crescita * 40

Come posso orientare la mia vita? *

(corso di 2 giorni)

Questo corso vi permette di:

- scoprire le realtà costitutive della persona nell'approccio PRH, il posto e il ruolo che hanno in ciascuno
- verificare se, come e quando sono vissute e in che modo possono orientare la vita
- imparare a farvi riferimento come a degli strumenti che facilitano e accelerano il cammino di crescita.

	Data	Luogo	Formatore
2020	27-28 giugno	UDINE	Carla Paron

*** Corso d'inizio**

Sviluppare le mie capacità di leader *

(corso di 2 giorni)

Questi due giorni di formazione permettono di:

- scoprire e verificare la vostra leadership
- chiarire le competenze necessarie per esercitarla, per farla crescere e per realizzare la missione in coerenza con le vostre capacità.

	Data	Luogo	Formatore
2019	30 novembre-1 dicembre	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe

*** Corso d'inizio**

Chi sono io? *

Conoscere meglio il nucleo solido della propria personalità

(corso di 4 giorni)

Questo corso aiuta a:

- conoscersi meglio
- identificare le proprie aspirazioni essenziali
- chiarire quali condizioni favoriscono lo sviluppo della personalità
- crescere in solidità e sicurezza per affrontare meglio le difficoltà della vita.

	Data	Luogo	Formatore
2019	31 ottobre-3 novembre	S. VITALIANO (NA)	Carla Paron
	12-13 ott. e 9-10 novembre	MONCALIERI (TO)	Paola Pozzi
	9-10 nov. e 7-8 dicembre	ESTE (PD)	Rocio Ortega de Toro
	16-17 e 30 novembre-1 dic.	CUNEO	Luigina Cometto
	7-8 e 14-15 dicembre	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon
	27-30 dicembre	ROMA	Carla Paron
2020	2-5 gennaio	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe
	dal 2 febbraio (h 9.30-17)	MILANO	Paola Pozzi
	29 febbraio-1 e 21-22 marzo	VICENZA	Marinela Sotiri
	28-29 marzo e 18-19 aprile	CUNEO	Luigina Cometto
	25-26 apr. e 30-31 maggio	TORINO	Paola Pozzi
	30-31 mag. e 20-21 giugno	ESTE (PD)	Rocio Ortega de Toro
	11-12 e 25-26 luglio	MARCON (VE)	Carla Paron
	6-9 agosto	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon
	12-13 sett. e 3-4 ottobre	VICENZA	Marinela Sotiri
	30 ottobre-2 novembre	FOSSALTA DI PORTOGRUARO (VE)	Carla Paron
	24-25 ott. e 28-29 novembre	ESTE (PD)	Rocio Ortega de Toro
	24-25 ott. e 28-29 novembre	TORINO	Paola Pozzi
	dal 7 novembre (h 9-17.30)	CUNEO	Luigina Cometto
5-8 dicembre	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon	

* Corso d'inizio

Imparo a funzionare in modo più armonioso

Riordinare i funzionamenti per guidare bene la propria vita

(corso di 4 giorni)

Questo corso consente di:

- scoprire come mettere in atto le aspirazioni più essenziali, quelle che danno senso alla propria vita
 - comprendere i diversi funzionamenti della personalità e, tra questi, quelli che sono soddisfacenti e quelli che possono essere migliorati
 - imparare ad esercitare la libertà personale.
- **È necessario aver seguito “Chi sono io?”.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	8-11 agosto	ESTE (PD)	Rocio Ortega de Toro
	29 febbraio-1 marzo e 4-5 aprile	MARCON (VE)	Carla Paron
	14-15 novembre e 5-6 dicembre	BASSANO DEL GRAPPA (VI)	Marinela Sotiri
	13-14 e 27-28 giugno	TORINO	Paola Pozzi

Mi alleno a prendere le decisioni

Un metodo per migliorare il discernimento personale

(corso di 4 giorni)

Questo corso è un mezzo privilegiato per imparare a:

- fare chiarezza sui diversi elementi che influenzano una decisione
- fare riferimento alla coscienza profonda
- agire più liberamente nel quotidiano attraverso decisioni che favoriscano la propria crescita tenendo conto degli altri.

■ **È necessario aver seguito “Chi sono io?”.**

	Data	Luogo	Formatore
2019	9-10 novembre e 30 nov.-1 dicembre	CITTADELLA (PD)	Ivana Fantinato
2020	25-26 aprile e 30-31 maggio	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe

Vivere le relazioni nella chiarezza

Distinguere i diversi tipi di relazione per gestirli meglio

(corso di 4 giorni)

L'obiettivo del corso è di aiutare a:

- migliorare le relazioni con le persone per le quali proviamo affetto
 - fare chiarezza sul vissuto affettivo e sulle difficoltà a comunicare e a vivere in modo soddisfacente le relazioni attuali
 - avere una percezione più adeguata dei diversi tipi di relazioni e dei relativi rischi.
- **È necessario aver seguito “Chi sono io?”.**

	Data	Luogo	Formatore
2019	dal 23 novembre un sabato al mese (h 8.30-14.30)	CUNEO	Luigina Cometto
	dal 17 novembre una giornata al mese	ESTE (PD)	Rocio Ortega de Toro
2020	13-14 giugno e 4-5 luglio	FIRENZE	Marinela Sotiri
	30 luglio-2 agosto	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon

Scelgo di accelerare la mia crescita

Le condizioni dello sviluppo della personalità

(corso di 4 giorni)

RINNOVATO

Questo corso vuole aiutare a:

- entrare in una migliore comprensione della dinamica della crescita, che tiene conto di tutte le istanze della persona
- iniziare l'integrazione delle 11 leggi di crescita scoprendo il contenuto della guida FPM 01 e il programma di formazione FPM
- precisarsi come proseguire in questo processo di crescita, in modo coerente alla realtà della persona.

■ **È necessario aver seguito “Chi sono io?”.**

	Data	Luogo	Formatore
2019	9-10 novembre e 7-8 dicembre	CUNEO	Luigina Cometto
2020	25-26 aprile e 23-24 maggio	CITTADELLA (PD)	Ivana Fantinato

La mia vita affettiva: amare e lasciarmi amare

Prendersi cura e sviluppare la dimensione affettiva

(corso di 4 giorni)

Il corso approfondisce:

- come accedere a un buon equilibrio affettivo
 - la comprensione e la gestione di due realtà importanti della persona: l'aspirazione ad amare e il bisogno di essere amato
 - gli ostacoli a una vita affettiva soddisfacente (mancanze affettive, ferite relazionali...) per affrontarli meglio.
- **È necessario aver seguito “Chi sono io?” e possibilmente “Vivere le relazioni nella chiarezza”.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	6-7 giugno e 4-5 luglio	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon
	14-15 e 28-29 novembre	TORINO	Luigina Cometto
	5-8 dicembre	ROMA	Carla Paron

Liberarmi dai miei disequilibri nelle relazioni

Gestire meglio i fenomeni di transfert e di contro-transfert

(corso di 3 giorni)

Il corso propone delle piste di lavoro per:

- chiarire più a fondo il proprio vissuto relazionale
 - comprendere meglio il fenomeno del transfert e del contro-transfert
 - imparare a utilizzare le difficoltà come opportunità di crescita personale e relazionale.
- **È necessario aver seguito “Vivere le relazioni nella chiarezza” o “La mia vita affettiva: amare e lasciarmi amare”.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	21, 22 e 23 agosto	CUNEO	Luigina Cometto

Imparo a sciogliere le difese che soffocano la mia libertà

NUOVO

(corso di 3 giorni)

Questo corso aiuta a:

- identificare le difese che impediscono l'espressione della mia libertà
 - apprendere la modalità adeguata per gestirle e possibilmente uscirne
 - favorire così il consolidamento della libertà interiore.
- **È necessario aver seguito "Chi sono io?".**

	Data	Luogo	Formatore
2020	12, 13 e 14 agosto	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe

*“C'è tutto, nel sottosuolo dell'umanità,
nel sottosuolo interiore degli uomini
e delle donne di questo pianeta:
c'è tutto per forgiare un mondo più umano.”*

André Rochais

Sentimenti, emozioni... un mondo da esplorare e da liberare

NUOVO

(corso di 4 giorni con espressione creativa)

Con l'aiuto dell'espressione creativa questo corso offre la possibilità di:

- fare chiarezza ed esplorare i sentimenti e le emozioni che viviamo oggi
- entrare in contatto con essi, sia nella tonalità positiva che negativa o di sofferenza
- imparare a gestirli e a liberarsi da quelli negativi, per crescere nell'equilibrio affettivo.

■ **È necessario aver seguito "Chi sono io?".**

	Data	Luogo	Formatore
2020	dal 16 febbraio una domenica al mese	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe
	20-23 agosto	BASSANO DEL GRAPPA (VI)	Maria De Giuseppe

Il mio corpo e la mia crescita come persona

Instaurare maggiore armonia tra il corpo e le altre istanze della persona

(corso di 4 giorni)

Il percorso proposto aiuta a:

- conoscersi in profondità attraverso gli elementi costitutivi della relazione con il proprio corpo
- scoprire il posto e il ruolo del corpo nella crescita personale
- migliorare la relazione con il proprio corpo e progredire in un movimento di unificazione della persona.

■ **È necessario aver seguito “Chi sono io?”.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	in giornate dal 26 gennaio	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon

La relazione con il mio corpo: un'armonia da costruire

(corso di 4 giorni)

In questi quattro giorni di formazione potrete:

- osservare la relazione con il vostro corpo partendo dalla percezione che ne avete oggi, con la mediazione dei 5 sensi
- distinguere ciò che vivete armoniosamente e ciò che vivete in modo disarmonico nella relazione con il vostro corpo
- allenarvi ad analizzare le sensazioni, per favorire l'integrazione tra il corpo e le realtà profonde e per migliorare la relazione con voi stessi.

■ **È necessario aver seguito "Chi sono io?".**

	Data	Luogo	Formatore
2020	6-9 agosto	CUNEO	Luigina Cometto

Esploro ciò che vivo di fronte al denaro e ai beni materiali

Vivere con più lucidità e libertà questo ambito

(corso di 2 giorni)

Questi due giorni di formazione permettono di:

- chiarire come viviamo il denaro e i beni materiali
- individuare i cantieri di crescita, rieducazione e guarigione per vivere il denaro e i beni in armonia con le realtà d'essere e i bisogni legittimi.

■ **È necessario avere un po' d'esperienza della formazione PRH.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	13-14 giugno	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon

Liberarmi dai freni e dagli ostacoli alla mia crescita

Trovare un equilibrio nel lavoro di crescita, di rieducazione e guarigione

(corso di 3 giorni)

Il corso propone di:

- fare il punto su ciò che va bene e ciò che va meno bene nel proprio cammino di crescita
 - scoprire gli ostacoli che si possono presentare in un lavoro su di sé
 - imparare come superarli.
- **È necessario essere impegnati nella relazione d'aiuto PRH e aver seguito "Chi sono io?", "In ascolto del mio mondo interiore" o almeno "Il corpo mediazione del vissuto interiore" e "La mia vita affettiva: amare e lasciarmi amare".**

	Data	Luogo	Formatore
2020	3, 4 e 5 luglio	CUNEO	Luigina Cometto

Esploro la mia esperienza di trascendenza

Crescita ed esperienza di trascendenza

(corso di 4 giorni)

Il percorso proposto aiuta a:

- identificare l'esperienza di una trascendenza
- prendere coscienza dell'impatto di questa esperienza sulla crescita
- aprire la strada per una relazione con la trascendenza.

■ **È necessario aver seguito "Chi sono io?".**

	Data	Luogo	Formatore
2020	7-8 e 28-29 novembre	CITTADELLA (PD)	Ivana Fantinato

Il senso della mia vita

Orientare la vita secondo le potenzialità più essenziali

(corso di 4 giorni)

Questo corso permette di:

- entrare in una migliore comprensione di se stessi e della propria vita in una prospettiva di senso
- verificare se l'essenziale di sé vive effettivamente e se occorre riorientare la propria vita attuale perché abbia senso.

■ **È necessario aver seguito "Chi sono io?".**

	Data	Luogo	Formatore
2020	26-27 settembre e 10-11 ottobre	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe

Elaboro il lutto per tornare a vivere

(corso di 2 giorni)

NUOVO

Questo corso ha l'obiettivo di:

- reperire i lutti attuali e del passato e nominarli
 - coscientizzare quali di questi sono stati elaborati e quali no
 - individuare i segni che indicano questa elaborazione o mancata elaborazione per gestire costruttivamente le inevitabili sofferenze della vita.
- **È necessario aver seguito “Chi sono io?”.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	18 gennaio e 1 febbraio	CUNEO	Luigina Cometto
	8-9 agosto	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe

La gestione dello stress nella vita quotidiana

NUOVO

(corso di 2 giorni)

Questo corso ha l'obiettivo di:

- imparare a riconoscere i meccanismi che mettono in atto lo stress nella vita quotidiana
- offrire chiavi di lettura per cominciare un allenamento personale nella gestione dello stress
- allenarsi ad essere più padroni della propria vita e sperimentare la possibilità di un maggior equilibrio nel quotidiano.

■ **È necessario aver seguito “Chi sono io?”.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	5-6 dicembre	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe

Prendo il mio posto nei gruppi *

Comprendere ciò che succede in gruppo ed esistervi pienamente

(corso di 4 giorni)

Questo corso permette di esplorare gli aspetti essenziali di una vita in gruppo (famigliare, professionale, associativa...) con l'obiettivo di:

- sviluppare la propria efficacia e l'affermazione personale nei gruppi in cui si è impegnati
- imparare a vivere in accordo con se stessi, tenendo conto degli altri
- acquisire metodi che permettono di gestire efficacemente tensioni e conflitti
- impegnarsi nei gruppi a cui si appartiene.

	Data	Luogo	Formatore
2019	26-27 ottobre e 23-24 novembre	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe
	dal 23 novembre in mezze giornate	FIRENZE	Ivana Fantinato
2020	17-20 giugno	NAPOLI	Carla Paron

*** Corso d'inizio**

Vivere il lavoro con più soddisfazione *

Elementi chiave per essere efficaci nel lavoro

(corso di 4 giorni)

Il corso affronta tematiche della vita lavorativa al fine di aiutare a:

- sviluppare l'efficacia e l'affermazione personale nelle équipe e nelle relazioni di lavoro
- imparare a vivere in accordo con se stessi e con gli altri
- acquisire metodi che permettono di gestire efficacemente le tensioni e i conflitti
- impegnarsi nel progresso dell'impresa.

	Data	Luogo	Formatore
2020	7-8 novembre e 12-13 dicembre	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe

* Corso d'inizio

Il corpo mediazione del vissuto interiore *

Imparare a decodificare i suoi messaggi con l'analisi PRH

(corso di 4 giorni)

RINNOVATO

Questo corso permette di:

- scoprire come l'attenzione al corpo sia sorgente di una migliore conoscenza di sé
- imparare un metodo di analisi del vissuto interiore per capire meglio quello che si prova.

	Data	Luogo	Formatore
2020	9-12 luglio	CITTADELLA (PD)	Maria De Giuseppe

* **Corso d'inizio**

In ascolto del mio mondo interiore

Uno strumento di analisi del proprio sentire

(corso di 4 giorni)

È un corso essenziale per imparare a chiarire quello che si vive. Propone un metodo per andare più a fondo nella scoperta di se stessi, per comunicare meglio, per trovare le parole giuste ed esprimere i propri sentimenti e ciò che si prova.

- **È necessario aver seguito “Chi sono io?” e possibilmente “Il corpo mediazione del vissuto interiore”.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	19 aprile e 1-3 maggio	CITTADELLA (PD)	Ivana Fantinato
	25-26 aprile e 16-17 maggio	TORINO	Luigina Cometto

Comprendermi in profondità

Padronanza dell'analisi PRH

(corso di 4 giorni)

Questo corso corrisponde a un secondo livello di apprendimento dell'analisi PRH. Vuole aiutare a:

- progredire nella comprensione dello strumento dell'analisi PRH e usarlo con maggiore efficacia
 - sperimentare che l'analisi PRH è un acceleratore di crescita per la sua forza di trasformazione.
- **È necessario aver seguito “Chi sono io?” e “In ascolto del mio mondo interiore”.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	4-5 gennaio e 1-2 febbraio	CITTADELLA (PD)	Ivana Fantinato

Imparo ad aiutare con il metodo della relazione d'aiuto PRH

Un apprendimento della relazione d'aiuto come aiutante

(corso di 3 giorni)

Il corso permette di:

- imparare gli atteggiamenti fondamentali per aiutare
 - sperimentare le modalità specifiche della relazione d'aiuto PRH per aiutare le persone in modo più efficace.
- **È necessario aver seguito “Chi sono io?” e “Imparo a farmi aiutare con il metodo della relazione d'aiuto PRH”.**

	Data	Luogo	Formatore
2019	6, 7 e 8 dicembre	CITTADELLA (PD)	Ivana Fantinato

Amarci, cosa vuol dire? *

Alcuni punti chiave per la buona riuscita della propria vita di coppia

(corso di 4 giorni)

Questo corso mi permette di:

- comprendere in modo più giusto e approfondito il mio vissuto di fronte all'altro nella nostra relazione di coppia
- portare uno sguardo nuovo sulla nostra relazione di coppia identificando ciò che mi unisce all'altro e anche le basi per un avvenire duraturo insieme, nonostante le difficoltà da attraversare
- arricchire la mia comunicazione di coppia e approfondire i punti-chiave sui quali appoggiarsi per vivere meglio la relazione
- chiarire il più possibile il «divenire a due»: qual è? Come darsi le possibilità di riuscire?

■ **Al corso si può partecipare sia singolarmente sia in coppia ed è utile in qualsiasi tappa della vita a due.**

	Data	Luogo	Formatore
2020	13-14 giugno e 4-5 luglio	FOSSALTA DI PORTOGRUARO (VE)	Carla Paron
	In giornate dal 15 novembre	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon

* Corso d'inizio

Agli incontri per le coppie può partecipare anche chi non ha ancora sperimentato la formazione PRH.

Progredire nell'armonia della vita sessuale di coppia *

(serie di 4 incontri)

Questa serie di incontri ha l'obiettivo di:

- coscientizzare i vissuti personali e di coppia, riguardanti la vita sessuale
- favorire la conoscenza reciproca di questa dimensione della vita di coppia
- integrare maggiormente questo tema per crescere nell'armonia della vita sessuale.

	Data	Luogo	Formatore
2020	A partire dal 1 febbraio (h 15-18)	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon

* Corso d'inizio

L'integrazione delle differenze nella coppia *

(serie di 4 incontri)

Questa serie di incontri ha l'obiettivo di:

- favorire la relazione di coppia, facendo del dialogo un punto nodale per facilitare la relazione
- insegnare alla coppia un metodo costruttivo di dialogo.

	Data	Luogo	Formatore
2019	A partire dal 14 dicembre (h 9.30-12.30)	TORINO	Paola Pozzi

* Corso d'inizio

*“Il legame d'essere di coppia è il luogo di me
dove non mi sento completo/a senza l'altro.
Nel senso che senza l'altro
non posso accedere alla mia pienezza”*

(Apporto 36)

Aiutare i miei figli a essere se stessi *

**Favorire lo sviluppo dei figli
e scoprire il proprio potenziale di genitore**

(corso di 4 giorni)

Scoprire il potenziale di genitore e valorizzarlo per favorire la crescita dei figli e il loro percorso in autonomia.

Questo corso vuole aiutare il genitore, qualunque sia l'età dei figli, a trovare dentro di sé i punti di riferimento per:

- comprendere meglio i figli in quello che vivono, individuare le loro qualità e quello che può favorirne lo sviluppo, migliorare in modo duraturo la relazione con ciascuno di loro
- arrivare a un “saper fare” per gestire le difficoltà, comprendere la causa di alcuni comportamenti e affrontare le diverse situazioni in modo costruttivo.

	Data	Luogo	Formatore
2020	12-13 e 26-27 settembre	UDINE	Carla Paron
	In giornate dal 25 gennaio dalle 9.00 alle 17.00	CUNEO	Paola Pozzi
	1-4 agosto	TORINO	Paola Pozzi
	19-20 settembre e 17-18 ottobre	AOSTA	Paola Pozzi

*** Corso d'inizio**

Questo corso e gli incontri per genitori sono aperti anche a chi non ha ancora sperimentato la formazione PRH.

Scoprire la personalità di mio figlio *

Questa giornata ha l'obiettivo di:

- aiutare i genitori a farsi attenti al mondo interiore dei figli e ad affinare lo sguardo su di loro
- allenarsi a riconoscere le loro risorse e a individuare di cosa hanno bisogno per crescere.

	Data	Luogo	Formatore
2019	16 novembre (h 9.30-17)	MILANO	Paola Pozzi

* Corso d'inizio

*“Educare un figlio è indissociabilmente:
aiutarlo a diventare se stesso
e aiutarlo a prendere il suo posto nella società”
André Rochais*

I sì e i no nell'educazione dei figli *

(serie di 4 incontri)

Questo percorso aiuta i genitori a diventare più consapevoli di ciò che entra in gioco quando si tratta di dire sì e no nell'educazione dei figli.

Il percorso di analisi proposto potrà servire da traccia anche in seguito, nelle situazioni concrete in cui è necessario stabilire delle regole e rispondere alle richieste dei figli.

	Data	Luogo	Formatore
2020	A partire dal 6 marzo (h 18-21)	PADOVA	Rocio Ortega de Toro

*** Corso d'inizio**

Le dinamiche di classe: quale potere ho come insegnante? *

(serie di 3 incontri)

Un percorso per:

- imparare a far riferimento agli elementi costitutivi della persona per comprendere le dinamiche di classe
- acquisire delle chiavi di lettura sui fenomeni di gruppo
- coscientizzare l'importanza del proprio ruolo di insegnante nella gestione delle dinamiche di classe.

	Data	Luogo	Formatore
2020	a partire dal 3 marzo (h 15-18)	VEDELAGO (TV)	Samuele Lorenzon

* **Corso d'inizio**

Gli incontri per insegnanti sono aperti anche a chi non ha ancora sperimentato la formazione PRH.

PRH è un ente accreditato al M.I.U.R.

La gestione delle tensioni in ambito scolastico *

(serie di 3 incontri)

Questo percorso permette di:

- individuare i meccanismi che provocano lo stress
- acquisire delle chiavi di lettura per il vissuto dell'altra persona implicata nelle tensioni
- gestire meglio le tensioni per vivere un maggiore equilibrio personale e professionale.

	Data	Luogo	Formatore
2020	a partire dal 20 marzo (h 15.30-18.30)	VICENZA	Marinela Sotiri

*** Corso d'inizio**

Come trasformare la relazione insegnante alunno in un'alleanza di crescita *

(2 giorni)

In questi due giorni di formazione potrete:

- imparare a conoscere l'alunno, con le sue risorse
- scoprire e comprendere i dinamismi che entrano in gioco nella relazione
- apprendere concretamente come costruire un'alleanza di crescita.

	Data	Luogo	Formatore
2020	17-18 ottobre	VICENZA	Marinela Sotiri

*** Corso d'inizio**

La relazione d'aiuto PRH

La relazione d'aiuto PRH è un aiuto individuale mirato alla crescita della persona, a liberare i dinamismi di vita e a favorire l'equilibrio personale, per un funzionamento più armonico.

È un mezzo di formazione che PRH mette a disposizione di coloro che sentono l'esigenza di:

- parlare di ciò che sta loro a cuore;
- essere aiutati a vivere meglio alcuni disagi che avvertono nella loro vita;
- affrontare i problemi che si presentano nel quotidiano, nelle relazioni, sul lavoro.

Si tratta di incontri individuali

- in cui si segue un metodo di lavoro basato sulla lettura del proprio vissuto con l'analisi PRH;
- nell'ambito di una relazione professionale e umana che dà sostegno e consente di prendere attivamente in mano la propria crescita;
- con una frequenza e per un periodo determinati da ciascuno a partire dalle proprie necessità e in accordo con il formatore scelto.

I formatori sono abilitati ad accompagnare in relazione d'aiuto secondo la visione della persona in crescita presentata nell'opera collettiva di PRH-Internazionale "La persona e la sua crescita - Fondamenti antropologici e psicologici della formazione PRH" (1997).

Non è necessario aver già seguito un corso per intraprendere un percorso di accompagnamento personale.

Il Gruppo di Approfondimento è uno dei mezzi di formazione a disposizione di chi ha seguito un corso PRH

- per approfondire il percorso iniziato nei corsi;
- per individuare i passi concreti di crescita nel quotidiano;
- per imparare gradualmente ad analizzare il proprio vissuto con il metodo di analisi PRH;
- per ampliare la conoscenza di sé in vista della propria crescita.

Il percorso è condotto da un formatore PRH e prevede un incontro mensile della durata di tre ore, nel periodo che va da ottobre a maggio.

Ogni anno vengono proposti vari Gruppi di Approfondimento su temi diversi. Sono organizzati a livello regionale, insieme ad altre attività.

Il calendario che presenta tutte queste proposte viene inviato a chi ha partecipato a un corso PRH. È possibile anche avere informazioni visitando il sito www.prh.it o rivolgendosi ai formatori attivi nella propria regione.



I formatori sono a disposizione di:

- enti, organismi, scuole;
- imprese, amministrazioni, cooperative;
- associazioni o gruppi di:
genitori, famiglie, coppie, insegnanti e quadri delle scuole,
educatori

per progettare con loro interventi adatti alle specifiche esigenze di formazione (conferenze, cicli di incontri, serate d'informazione o altro).

Informazioni e iscrizione

Per ricevere informazioni o iscriversi a un corso PRH, contattare direttamente (per telefono o mail) il formatore che lo conduce.

Tutte le informazioni sui corsi si trovano anche sul sito

www.prh.it

Nota:

i corsi PRH hanno come obiettivo la formazione personale. Non sono consigliati a persone fortemente perturbate o in terapia, salvo parere favorevole del loro terapeuta.

*“Uno degli obiettivi della formazione PRH
è aiutare ogni persona a conoscersi
per entrare sempre più in possesso di sé
e poter gestire la propria vita nella luce”*

André Rochais

Le tariffe dei corsi di formazione

Come determinare la vostra tariffa

Per permettere ad ogni persona di accedere alla formazione PRH, viene proposta una griglia di tariffe modulate e progressive, che consente a ciascuno di adeguare i costi di partecipazione alle proprie risorse economiche.

Potete determinare la vostra tariffa situandovi nella fascia di reddito corrispondente alle vostre risorse mensili globali.

GRIGLIA INDICATIVA DELLA QUOTA DA VERSARE			
Livello delle risorse mensili del partecipante	Corsi di 2 giorni	Corsi di 3 giorni	Corsi di 4 giorni
€ 700	€ 120	€ 180	€ 210
€ 700 - 900	€ 140	€ 200	€ 250
€ 900 - 1.100	€ 160	€ 220	€ 290
€ 1.100 - 1.500	€ 180	€ 250	€ 330
€ 1.500 - 2.000	€ 220	€ 300	€ 400
oltre € 2.000	€ 280	€ 350	€ 480

Se i costi della vostra partecipazione sono a carico di un'Associazione senza fini di lucro, la tariffa è quella della seconda fascia. Se i costi della vostra partecipazione sono a carico di un Ente, la tariffa è quella dell'ultima fascia.

Per i corsi con l'espressione creativa è prevista una quota di € 20 per l'utilizzo del materiale specifico.

- **La tariffa riguarda esclusivamente i diritti di partecipazione al corso.** Non comprende le spese di vitto, alloggio e uso della sala di lavoro, che devono essere regolate direttamente con la struttura sede del corso.
- **L'iscrizione è definitiva a seguito del versamento dell'anticipo di € 50** da inviare insieme al modulo d'iscrizione. In caso di mancata partecipazione la quota predetta sarà trattenuta.
- La tariffa deve essere corrisposta per intero anche in caso di partecipazione incompleta.
- L'importo sarà fatturato, secondo i casi, dal formatore o da PRH-Italia.

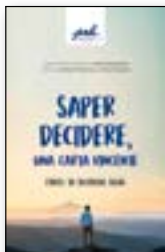
* * *

Le persone che avessero difficoltà ad attenersi alle tariffe indicate a causa di situazioni particolari, del carico familiare o di motivi di studio, possono parlarne con il formatore per concordare le modalità di partecipazione finanziaria.

Se la tariffa minima proposta costituisce effettivamente un impedimento, solo per i corsi di 3 o 4 giorni è possibile chiedere, al momento dell'iscrizione, una "borsa di corso".

Le borse di corso sono concesse in base alla disponibilità di un apposito "Fondo borse", che è alimentato dal contributo volontario dei partecipanti ai corsi.

Per le tariffe delle altre attività di formazione si possono chiedere informazioni ai Formatori o in Segreteria.



**Saper decidere,
una carta vincente**

L'arte di decidere bene

**Affermarsi
senza rovinare tutto**

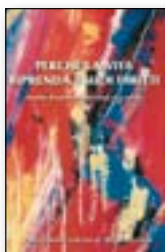
*Alla ricerca di un modo di «esistere»
franco e rispettoso*



**Un cammino di accesso
alla vita in profondità**

*Fare chiarezza su di sé
attraverso l'analisi PRH*

**Va meglio
scrivendo!**



**Perché la vita
riprenda i suoi diritti**

*Analisi di percorsi personali
di crescita*

**La persona
e la sua crescita**

*Fondamenti antropologici
e psicologici della formazione PRH*



