



¿En qué consiste?

Se trata de un **Curso-Taller** en el que se abordarán los **aspectos más relevantes de las relaciones de pareja y la vida en pareja** con el fin de adquirir **conocimientos** más adecuados y desarrollar **habilidades** que nos ayudarán a lograr una **relación más satisfactoria**.

- El amor, la pasión, el enamoramiento... la reducción de la pasión.
- Los mitos y concepciones que influyen en las relaciones.
- La convivencia en pareja y sus dificultades.
- La comunicación y la resolución de conflictos y discrepancias.
- La expresión adecuada de críticas y peticiones.
- La organización del tiempo y la distribución de tareas.
- La intimidad y el sexo.

ESCUELA DE PAREJAS

Módulos del Curso

A lo largo de diferentes **MÓDULOS** iremos desgranando la realidad de las relaciones de pareja, combinando **información teórica** con **claves prácticas** para aplicar en el día a día de la relación.

1. **Enamoramiento, amor, pasión y compromiso**
2. **Claves para una relación de pareja satisfactoria**
3. **Deterioro de la relación y estrategias para prevenirlo (I)**
4. **Deterioro de la relación y estrategias para prevenirlo (II)**
5. **Comunicación en pareja y resolución de problemas**
6. **Organización del tiempo, individualidad, intimidad, sexo**

Reserva tu plaza

Contacta con ITEMA para más información



ITEMA

C/Martín de los Heros 21; 5ºA
Madrid, 28008. Tfn. 914357595
contactar@itemadrid.net
www.itemadrid.net



Fechas y Horarios:

*Consulta fechas y horarios en
ITEMA*

Modalidad Semanal

Jueves de 19.00 a 20.30 (1h y media)
*6 módulos repartidos en 6 jueves

Modalidad Fin de Semana

Sábados de 10.00 a 14.30 (4hs y media)
*Curso intensivo

Objetivos del Curso

- Conocer **información relevante** sobre las relaciones de pareja.
- Conocer **claves y herramientas** para **mejorar la relación y la convivencia**.
- **Aplicar los conocimientos** adquiridos en el día a día.
- **Aumentar y mantener la satisfacción y prevenir el deterioro**

ITEMA

Instituto Terapéutico de Madrid



¿Qué me puede aportar este curso?

Podrás beneficiarte de su contenido tanto en el **momento actual** como de forma **preventiva** o para **futuras relaciones**.

*Te recomendamos hacer el **curso al completo** para sacarle un **mayor partido**.

A quién va dirigido y cómo enfocar este curso...

Puedes realizar este curso **junto a tu pareja** o de forma **individual**.



ITEMA

C/Martín de los Heros 21; 5ªA]
Madrid, 28008. Tfn. 914357595
contactar@itemadrid.net
www.itemadrid.net



Lugar del Curso:

Curso presencial en el Instituto Terapéutico de Madrid (ITEMA)

Coste del Curso:

- **Fin de Semana:** 90€ por persona *80€ para inscripciones antes de fecha previa.
- **Modalidad Semana:** 180€ por persona *160€ para inscripciones antes de fecha previa.
- **Módulos aislados:** 35€ por persona.

Reserva de Plaza:

Grupos muy reducidos → Reserva tu plaza antes de que se cubra el cupo.

*Para la **reserva de plaza** y **abono** del curso contactar con ITEMA.

Un curso-taller con grupos reducidos y un enfoque práctico e interactivo. El contenido lo podrás aplicar en el día a día de tu relación.



Resumen de contenidos

1. Enamoramiento, Amor, Pasión y Compromiso

Reflexionaremos sobre las relaciones de pareja, el amor, la pasión, el enamoramiento y las fases por las que pasa la relación de pareja

2. Claves para una relación de pareja satisfactoria

¿Cómo medir la satisfacción en la pareja? ¿Cuáles son los beneficios y costes de una relación? ¿De qué aspectos depende la satisfacción?

3. Deterioro de la relación y estrategias para prevenirlo (I)

¿Cómo surgen los problemas de pareja? ¿Cómo se produce el deterioro de la relación y qué factores lo explican? ¿Cuáles son los mitos del amor y cómo afectan?

4. Deterioro de la relación y estrategias para prevenirlo (II)

Seguimos indagando en los factores que explican el deterioro de la relación y cómo podemos prevenirlos.

5. Comunicación en pareja y resolución de problemas

¿Qué aspectos interfieren en la comunicación de pareja? ¿Cómo conseguir una comunicación más eficaz? ¿Cómo resolver problemas en la pareja?

6. Organización del tiempo, individualidad, intimidad, sexo

Reparto de tareas. Ocio y tiempo libre (dentro y fuera de la pareja). Intimidad y sexo