



Centro Humanista de Soluciones Sistémicas

“Al Servicio de la Vida”

“Las personas no siempre eligen pareja por amor... muchas veces la eligen desde sus heridas emocionales.”

¿Quieres comprender profundamente las relaciones de pareja?

Aprende herramientas psicológicas, emocionales y de comunicación para construir vínculos más sanos, conscientes y duraderos.

Bloque 1:

A veces el problema en la pareja no es la falta de amor... sino la falta de comprensión.

Muchas personas aman profundamente, pero no saben:

- cómo comunicarse
- cómo sanar heridas emocionales
- cómo manejar los conflictos
- cómo mantener viva la conexión.

Por eso creamos el Diplomado: TODO SOBRE LA PAREJA

Un espacio para comprender las relaciones desde la psicología, la emoción y la conciencia.

Aprenderás:

- Cómo construir vínculos sanos
- Cómo mejorar la comunicación
- Cómo sanar heridas emocionales
- Cómo fortalecer la intimidad y la confianza

Porque amar también se aprende.

Bloque 2:

¿Sabías que la mayoría de los conflictos de pareja se repiten por patrones inconscientes?

Elegimos parejas que activan:

- nuestras heridas emocionales (heridas del Ser)
- nuestros miedos
- nuestras historias familiares.

Cuando comprendemos estos procesos, la relación puede transformarse.

En el Diplomado: TODO SOBRE LA PAREJA aprenderás:

Psicología profunda de las relaciones

Comunicación consciente

Sexualidad y vínculo emocional

Manejo de conflictos

Crecimiento personal dentro de la pareja

Un diplomado pensado para quienes desean comprender realmente cómo funciona el amor y las relaciones.

Bloque 3:

Hace tiempo en un taller una mujer dijo algo que nadie olvidó: "Yo sí amo a mi pareja... pero no sé cómo estar en pareja."

Muchas personas se identificaron con esa frase. Porque amar no siempre significa saber:

- cómo dialogar
- cómo resolver conflictos
- cómo sanar heridas emocionales
- cómo mantener la conexión con el tiempo.

Las relaciones de pareja también se aprenden y se construyen. Por eso creamos el Diplomado: TODO SOBRE LA PAREJA. Un espacio para comprender, sanar y transformar nuestras relaciones.

Queremos preguntarte algo:

¿Qué es lo más difícil en una relación de pareja?

Bloque 4:

Transforma tu forma de amar y relacionarte.

- Dinámica emocional de la pareja
- Comunicación consciente
- Sexualidad y vínculo afectivo
- Manejo de conflictos
- Sanación de heridas en la relación
- Amor propio y crecimiento en pareja

Bloque 5:

En este diplomado integral descubrirás cómo funciona realmente la dinámica de la pareja desde la psicología, la emoción y la conciencia.

Aprenderás:

Cómo elegir y construir una pareja sana

Psicología de las relaciones

Comunicación consciente en pareja

Sexualidad, intimidad y vínculo emocional

Sanación de heridas afectivas

Manejo de conflictos y reconciliación

Crecimiento personal dentro de la relación

Bloque 6:

7 ERRORES QUE ESTÁN DESTRUYENDO LAS RELACIONES DE PAREJA... Y CASI NADIE LO SABE

Muchas relaciones no terminan por falta de amor... terminan por errores emocionales que casi nadie nos enseñó a reconocer.

Estos son algunos de los más comunes:

✘ 1. Creer que el amor lo resuelve todo.

El amor es importante, pero sin comunicación y comprensión no es suficiente.

✘ 2. Esperar que la pareja adivine lo que sentimos.

Cuando no expresamos nuestras necesidades, aparecen la frustración y los conflictos.

✘ 3. Repetir patrones familiares sin darnos cuenta.

Muchas veces repetimos en la pareja lo que vimos en nuestra familia.

✘ 4. No saber manejar los conflictos.

Discutir no destruye una relación... no saber resolverlo sí.

✘ 5. Dejar de cuidar la conexión emocional.

La rutina puede apagar poco a poco el vínculo si no se cultiva.

✘ 6. Confundir apego con amor.

A veces permanecemos en relaciones por miedo a la soledad.

✘ 7. No trabajar en uno mismo.

Las relaciones sanas comienzan con personas emocionalmente conscientes. La buena noticia es que todo esto se puede aprender.

Por eso creamos el DIPLOMADO: TODO SOBRE LA PAREJA

Un espacio para comprender profundamente las relaciones, sanar patrones y construir vínculos más sanos.

Pregunta para ti:

¿Cuál de estos errores crees que es el más común en las relaciones?

Bloque 7:

8 TIPOS DE PAREJA QUE EXISTEN... ¿CUÁL ERES TÚ?

Las relaciones de pareja no son todas iguales. Cada relación tiene una dinámica emocional distinta.

Según la psicología de las relaciones, estos son 8 tipos de pareja que aparecen con mayor frecuencia:

1. La pareja apasionada

Mucho deseo, mucha intensidad emocional... pero a veces también muchos conflictos.

2. La pareja compañera

Hay respeto, apoyo y amistad profunda, aunque a veces puede faltar chispa.

3. La pareja dependiente

Uno o ambos sienten que no pueden estar bien sin el otro.

4. La pareja en conflicto constante

Discuten con frecuencia, pero siguen unidos por una fuerte conexión emocional.

5. La pareja que crece junta

Aprenden, evolucionan y se apoyan mutuamente en su desarrollo personal.

6. La pareja silenciosa

Hay pocos conflictos... pero también poca comunicación emocional.

7. La pareja que repite patrones

Repiten las mismas discusiones o problemas una y otra vez.

8. La pareja consciente

Ambos trabajan en sí mismos, aprenden a comunicarse y construyen una relación más sana.

Todas las parejas pasan por diferentes etapas... pero comprender la dinámica de la relación puede transformarla.

¿Cuál de estos tipos de pareja crees que describe mejor tu relación?

Bloque 8:

LAS 5 FRASES QUE ESTÁN DESTRUYENDO LAS RELACIONES DE PAREJA

Muchas relaciones no terminan por falta de amor... terminan por la forma en que nos hablamos.

Estas son algunas frases que poco a poco dañan la relación:

✘ 1. "Tú siempre haces lo mismo."

Generalizar hace que la otra persona se sienta atacada.

✘ 2. "No es para tanto."

Minimizar lo que el otro siente rompe la conexión emocional.

✘ 3. "Si me amaras, cambiarías."

El amor no debería usarse como presión.

✘ 4. "Haz lo que quieras."

Muchas veces es una forma de cerrar la comunicación.

✘ 5. "Eres igual que..."

Comparar con otras personas o con la familia genera resentimiento. Las relaciones sanas se construyen con respeto, escucha y conciencia emocional.

¿Cuál de estas frases crees que hace más daño en una relación?

Bloque 9:

¿CÓMO SABER SI TU RELACIÓN ES SANA O TÓXICA?

A veces es difícil reconocerlo cuando estamos dentro de la relación. Aquí hay algunas señales que pueden ayudarte a reflexionar.

Una relación sana:

- Puedes ser tú mismo
- Existe respeto y comunicación
- Se apoyan mutuamente
- Pueden hablar de los problemas

Una relación tóxica:

- Hay control o celos constantes
- Te sientes emocionalmente agotado

- No puedes expresar lo que sientes
- Los conflictos nunca se resuelven

Las relaciones no tienen que ser perfectas... pero sí deben ser espacios donde ambos puedan crecer.

¿Cuál crees que es la señal más clara de una relación tóxica?

Bloque 10:

LAS 7 HERIDAS EMOCIONALES QUE LLEVAMOS A LA PAREJA

Muchas veces creemos que los problemas de pareja comienzan en la relación... pero en realidad empiezan mucho antes.

Todos llegamos a la relación con historias emocionales. Algunas de las heridas más comunes son:

1. Herida de abandono

Miedo constante a que la pareja se aleje.

2. Herida de rechazo

Sensación de no ser suficiente.

3. Herida de traición

Dificultad para confiar.

4. Herida de humillación

Vergüenza o inseguridad profunda.

5. Herida de injusticia

Necesidad excesiva de control o perfección.

6. Herida de desvalorización

Sentir que la pareja no reconoce tu valor.

7. Herida de soledad emocional

Sentirse solo incluso estando acompañado. Cuando estas heridas no se trabajan, aparecen conflictos en la relación. Pero cuando se comprenden... la relación puede transformarse profundamente.

¿Cuál crees que es la herida emocional que más afecta a las parejas?

Bloque 11:

LAS 10 PREGUNTAS QUE DEBES HACER ANTES DE CASARTE

Antes de tomar una decisión tan importante, es fundamental hablar de temas que muchas parejas evitan.

Estas son 10 preguntas clave que pueden ayudarte a conocer mejor la relación:

- 1 ¿Cómo resolvemos los conflictos cuando discutimos?
- 2 ¿Qué significa para cada uno la fidelidad?
- 3 ¿Cómo manejaremos el dinero?
- 4 ¿Queremos tener hijos o no?
- 5 ¿Cómo es nuestra relación con la familia?
- 6 ¿Cómo expresamos el amor y el afecto?
- 7 ¿Qué esperamos del futuro juntos?
- 8 ¿Cómo enfrentamos los momentos difíciles?
- 9 ¿Qué cosas son realmente importantes para cada uno?
- 10 ¿Estamos dispuestos a crecer y cambiar juntos?

El matrimonio no solo se sostiene con amor... también necesita comunicación, comprensión y conciencia emocional.

¿Cuál de estas preguntas crees que es la más importante antes de casarse?

Bloque 12:

5 TIPOS DE HOMBRES Y MUJERES CON LOS QUE ES DIFÍCIL TENER UNA RELACIÓN

En muchas relaciones el problema no es el amor... sino los patrones emocionales que cada persona trae.

Estos son 5 perfiles que suelen generar relaciones complicadas:

1. La persona que no sabe comunicar lo que siente.

El silencio constante crea distancia emocional.

2. La persona extremadamente celosa.

El control y la desconfianza desgastan la relación.

3. La persona que evita los conflictos.

Ignorar los problemas hace que se acumulen.

4. La persona que siempre quiere tener la razón.

Cuando nadie cede, la relación se convierte en competencia.

5. La persona que no trabaja en sí misma.

El crecimiento personal es clave para una relación sana.

Todos podemos cambiar y aprender... pero la conciencia emocional es fundamental.

¿Cuál de estos tipos crees que es más difícil en una relación?

Bono para ti:

6 SEÑALES DE QUE TU RELACIÓN SÍ TIENE FUTURO

No existe la relación perfecta... pero sí hay señales de que una pareja puede construir algo duradero.

Inicio próximamente

(lunes 6 de abril, horario de 19:00 A 21:00, 1 lunes al mes, duración 12 meses)

Incluye:

- ✓ Material de apoyo
- ✓ Ejercicios vivenciales
- ✓ Constancia de participación

Cupo Limitado