



# Coaching para parejas

*“Una pareja da alegría y sabor a la vida” (Dochanlu)*

La pareja nos devuelve una imagen de nosotros mismos, como si de un espejo se tratara, refleja nuestras fortalezas y cualidades de la misma manera que muestra lo que menos nos gusta y lo que más nos duele. Las experiencias vividas en una relación sentimental, por su grado de intimidad e implicación, proporcionan una excelente oportunidad para el autoconocimiento y el crecimiento personal.

## **Objetivos:**

- Tomar conciencia de los obstáculos que dificultan la relación.
- Mejorar la relación actual.
- Desarrollar la escucha y la comunicación efectiva.
- Facilitar el manejo y resolución de conflictos.
- Trabajar los valores y misión de la pareja.
- Promover el establecimiento de compromisos y metas comunes.



**Destinado a:** Parejas que deseen trabajar en la relación actual, desarrollar el autoconocimiento y establecer alianzas basadas en la comprensión y el cariño mutuo.

## **Información adicional:**

### **Duración:**

Desde 4 hasta 12 horas.

### **Modalidades:**

Presencial y online.

