

# Amor y libertad en mis relaciones

## **LO QUE PUEDE APORTAR EL CURSO**

---

- Conocerme cómo estoy viviendo el amor y la libertad en mis relaciones.
- Comprender qué hace que sea así.
- Para crecer en amor gratuito y libertad.

## **EL CONTENIDO DEL CURSO (9 horas)**

---

- Puesta en marcha.
- **1ª Parte:** ¿Amo en libertad?
  - La imagen que tengo de mí en este tema.
  - Hay amor y amor.
  - De la dependencia a la autonomía en el amor.
- **2ª Parte:** Lo que ayuda a progresar.
  - Actitudes que hay que vivir.
  - Medios que hay que poner en práctica.
- **Balance**

## **MARCO PEDAGÓGICO**

---

La formación se da en grupo. Unas preguntas invitan a cada participante a observar en su propia vida el tema tratado y a describir su vivencia. Este tiempo personal de análisis guiado va seguido de un compartir libre, sin entrar en discusión. Con vistas a profundizar en la búsqueda personal de cada participante, el(la) formador(a) interviene utilizando diferentes medios pedagógicos (esquemas, aportaciones, notas de síntesis,..). El trabajo en grupo permite enriquecerse de la diversidad de las experiencias. Se les invita a una toma de decisiones reflexionadas en relación con su realidad concreta.

## **CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN**

---

Este curso se dirige a toda persona adulta. Este curso no es aconsejable a las personas en tratamiento psiquiátrico, salvo parecer favorable de su psiquiatra.