

LO QUE EL CURSO TE PUEDE APORTAR

- Desarrollar tus capacidades afectivas y relacionales.
- Analizar en profundidad qué es amar.
- Encontrar pistas para gestionar tus dificultades en el sector afectivo y relacional.
- Descubrir puntos de referencia para acceder poco a poco a una mayor madurez afectiva.

EL CONTENIDO DEL CURSO (24 horas)

- *1ª parte – Amar y ser amado*
 - Amar y ser amado/a.
 - Algunos fenómenos – síntomas de la «necesidad exagerada» de ser amado(a).
- *2ª parte – ¿Qué es amar?*
 - ¿Qué es amar?
- *3ª parte – Las condiciones de un proceso afectivo*
 - Los seis raíles del crecimiento afectivo.
- *Plan de acción y 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 del compartir libre, sin entrar en discusión. Con vistas a profundizar en la búsqueda personal de cada participante, el(la) formador(a) interviene utilizando diversos medios pedagógicos. El trabajo en grupo permite enriquecerse de la diversidad de las experiencias. Se les invita a tomar decisiones reflexionadas en relación con su realidad concreta.

CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Es necesario haber hecho al menos el curso *¿Quién soy yo, hoy?* o los módulos *Descubrir los rasgos de mi identidad* y *Progresar en solidez*. Este curso no se aconseja a las personas en tratamiento psiquiátrico, salvo parecer favorable de su psiquiatra.