

Parejas Unidas, Familias Unidas

A Mi Alcance Resumen Semana a Semana



1 **Como son las relaciones en la actualidad**

Toma tiempo para considerar tu punto de vista en relaciones y discuta como las relaciones de adultos afectan otros aspectos de la vida.

2 **Relaciones Saludables y Dejarse Llevar versus Decidir**

Aprenderás más de como son las relaciones saludables y luego aprenderás como hacer decisiones más claros en tus relaciones.

3 **Amor Inteligente y Conociendote a Ti Mismo Primero**

Aprenderás más sobre como hacer decisiones buenas en relaciones, las 7 principios de amor inteligente, y entenderás más sobre quien eres y como tus antecedentes te han formado.

4 **Tomando Tus Propias Decisiones y Patrones Peligrosos en Relaciones**

Explorarás tus expectativas de relaciones, sí es que son realísticas o no, y como manejar expectativas en relaciones. Luego, indentificarás cuatro desafíos grandes de comunicación.

5 **Donde Comienza el Conflicto y Comunicación Inteligente**

Aprenderás como manejar situaciones cuando sentimientos grandes aparecen y aprenderás herramientas para ayudar con desafíos de comunicación.

Parejas Unidas, Familias Unidas

A Mi Alcance Resumen Semana a Semana



6

La Técnica del Hablante y Oyente

Aprenderás y practicarás una técnica para ayudar de minimizar desafíos de comunicación y aprenderás como hablar de problemas con más respeto.

7

Infidelidad, Desconfianza, y Perdón

Identificarás cuales comportamientos estas dispuesto de tolerar de su pareja y cuales estándares te mantendrás en las relaciones.

8

Compromiso: Por Que es Importante Para los Niños

Comprenderás los dos tipos de compromiso en relaciones y considerarás cuales sacrificios estás dispuesto de hacer por los demás.

9

Elección del Facilitador

El facilitador escogerá uno de dos lecciones, dependiendo en las preferencias del grupo.

10

Mi Futuro Esta a Mi Alcance

Reviserás la visión que hiciste para tu mismo al comienzo del programa y deciderás en los pasos concretos para realizar esa visión.