Escuela de Formación de Líderes

Diplomados

'Un camino para dejar atrás patrones viejos y crear una nueva forma de amar'

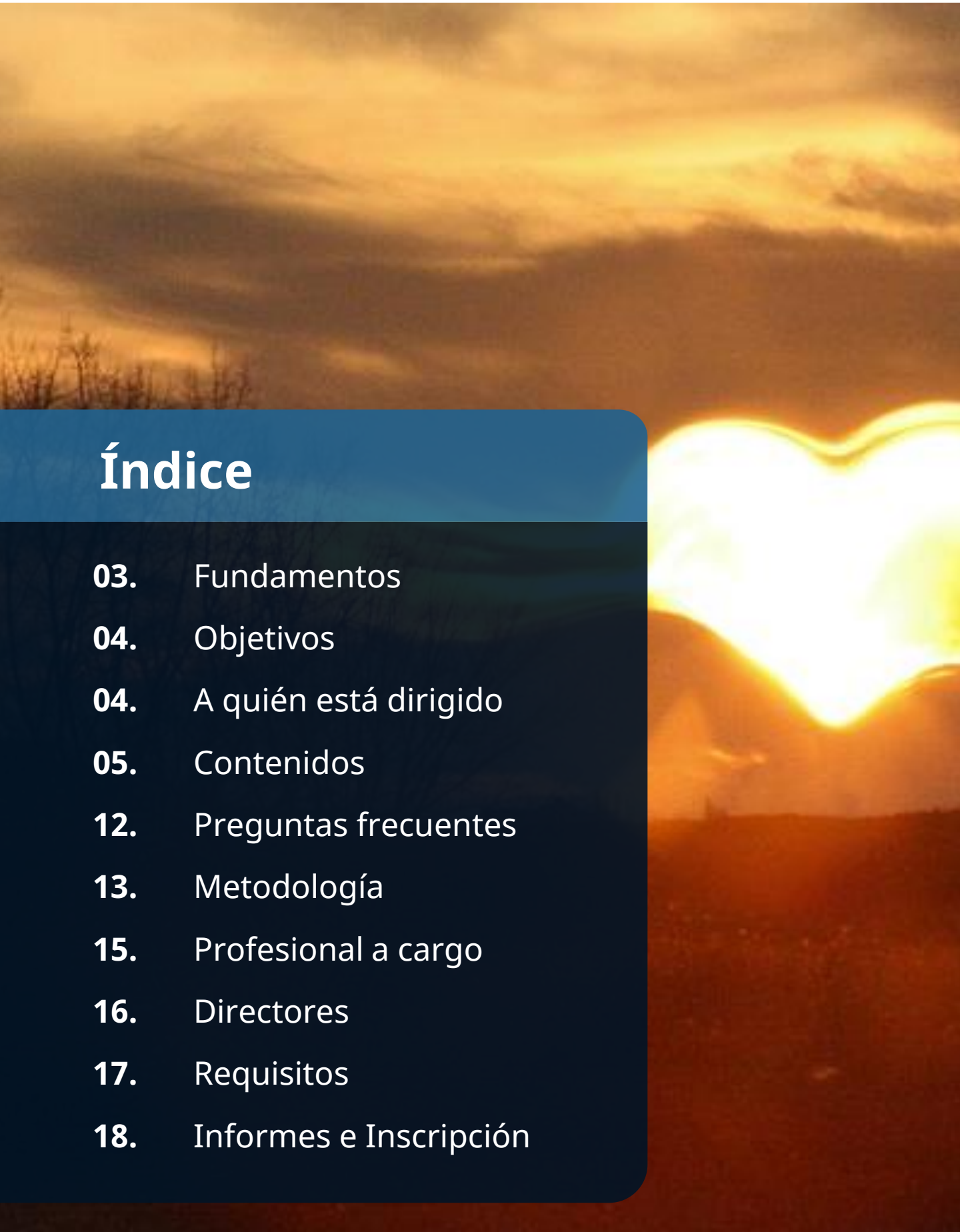
DIPLOMADO EN DISEÑO CONSCIENTE DE PAREJA

Aprobado por la International Coaching Federation (ICF) con 20 créditos CCE de formación continua en coaching.

CCE
ICF CONTINUING COACH EDUCATION
ICF

Escuela de Formación de Líderes

CCE ICF CONTINUING COACH EDUCATION ICF



Índice

03. Fundamentos

04. Objetivos

04. A quién está dirigido

05. Contenidos

12. Preguntas frecuentes

13. Metodología

15. Profesional a cargo

16. Directores

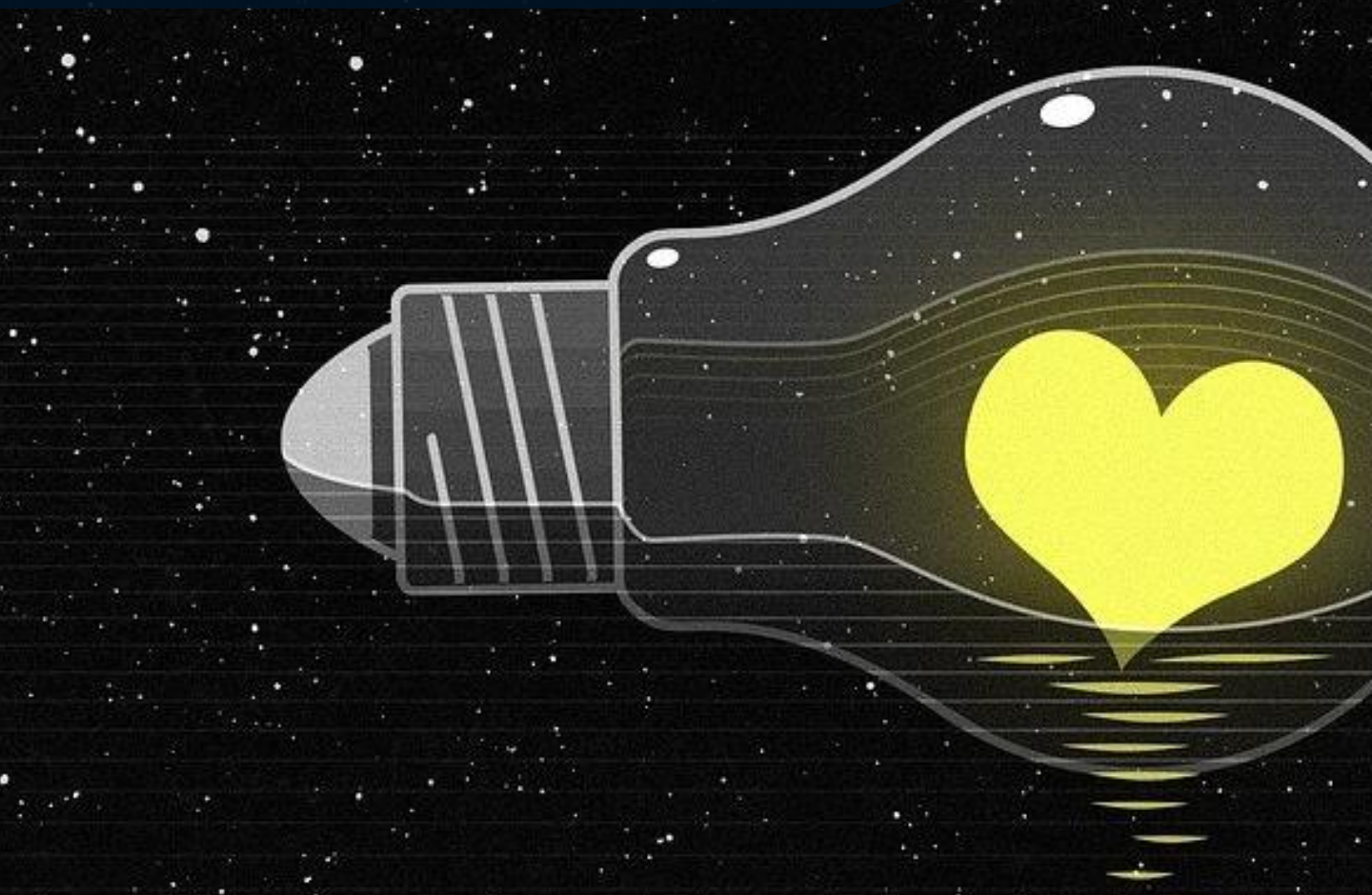
17. Requisitos

18. Informes e Inscripción

Fundamentos

El Diplomado en Diseño Consciente de Pareja se basa en las siguientes disciplinas:

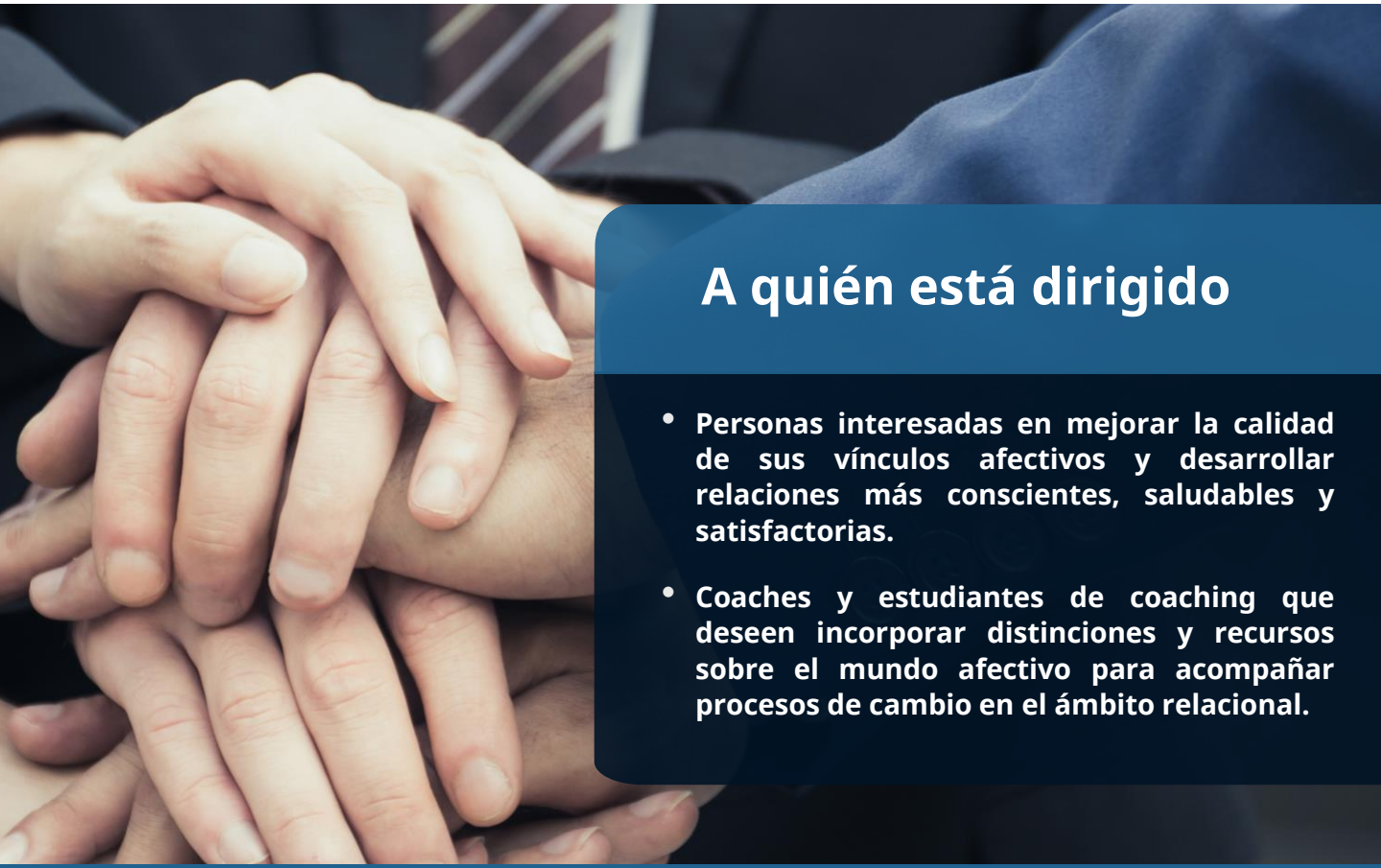
- **Neurobiología interpersonal**
- **Psicología cognitiva conductual**
- **Neurociencia afectiva**
- **Enfoque sistémico**





Objetivos

- Incorporar y desarrollar habilidades para relacionarnos afectivamente de una manera dichosa.
- Reconocer aspectos que interfieren en la capacidad de las personas de crear relaciones afectivas funcionales y saludables.
- Aprender distinciones clave para el abordaje del mundo emocional vincular en la pareja.
- Desarrollar una escucha más profunda y sensible en temas de pareja.
- Sumar poderosos recursos de intervención.



A quién está dirigido

- **Personas interesadas en mejorar la calidad de sus vínculos afectivos y desarrollar relaciones más conscientes, saludables y satisfactorias.**
- **Coaches y estudiantes de coaching que deseen incorporar distinciones y recursos sobre el mundo afectivo para acompañar procesos de cambio en el ámbito relacional.**



Contenidos

EL AMOR Y LA PAREJA

- ¿Por qué amamos? ¿Qué es el amor?.
- Desarrollo evolutivo del amor.
- Amor y relación afectiva.
- Amor condicional, incondicional y condicionado.
- Cómo acrecentar el amor.
- Hábitos valiosos a adquirir para el amor.
- Regulación del bienestar emocional y psicológico de la pareja.
- Miradas desde: filosofía, antropología, neurobiología, existencialismo, coaching. Inteligencia emocional vincular afectiva.
- Regulación de la experiencia amorosa.
- Los diferentes triángulos del amor.
- El comienzo de una relación.
- Amor romántico.
- Habituación. Adaptación. Disolución.
- Mitos sobre la pareja.
- Enamoramiento. Desenamoramiento.
- Perpetuación del amor.
- Cómo elegir una pareja.
- De la chispa inicial a la llama.

LAS DIVERSAS CLASES DE AMOR

- Cariño, encaprichamiento, amor vacío, amor romántico, amor fatuo, amor consumado.
- La Teoría de los Colores del Amor.
- Sentimientos que parecen amor y no lo son, y la importancia de diferenciarlos.
- Componentes del amor.
- Esquema del modelo triangular del amor de Sternberg.
- La escala triangular del amor.
- La Pasión, la Intimidad y el Compromiso.
- Juntos vs juntos y cercanos.
- El amor adulto.

DESARROLLO DE LAS RELACIONES

- Amplitud y profundidad.
- Los cambios dentro de la relación.
- Divergencias y similitudes en el corto y largo plazo.
- Incidencia de la edad, educación y aspiraciones educativas y nivel intelectual.
- Las principales características que inciden en las relaciones de largo plazo.
- Atributos variables en aumento y disminución en el tiempo.
- Pequeños “errores” que se pagan caro en las relaciones.
- Predictores de éxito en las parejas.



Contenidos

EVOLUCIÓN PERSONAL Y DE LA PAREJA

- Cómo mantener a la pareja en evolución y desarrollo.
- Tipos de crisis.
- Tensión de roles.
- Teoría de la reafirmación, intercambio social y equidad.
- Signos de pérdida de la identidad propia en la pareja.
- Cuando mi rueda de la vida es la de mi pareja.
- Indicadores de estar perdiendo mi identidad en la pareja y cómo abordarlo.
- Cómo reconectar con uno mismo.
- Perder la relación vs perderse a uno mismo.
- Declive de las relaciones humanas: tensión de roles, errores de atribución. Felicidad e infelicidad. Situaciones a normalizar en una pareja.

ESTILOS DE PELEA

- Diseño de conversación para generar acuerdos con la pareja.
- Recursos y estrategias.
- Afectograma.
- Por qué amamos de la manera en que amamos.
- Necesidades emocionales de los seres humanos.
- Patrones/modalidades de vinculación.
- Particularidades de las emociones y sentimientos en los vínculos afectivos: Celos, envidia, odio, enojo, miedo, vergüenza, culpa y angustia.
- “Dime que te enoja o angustia de tu pareja y te diré cuáles son tus heridas emocionales”.
- Identificación de esquemas personales y formas de abordarlos.

ESTRATEGIAS Y RESPUESTAS REACTIVAS

- Reactividad variable.
- Recursos y estrategias para cambio de conductas reactivas perpetuadoras de circuitos disfuncionales.
- Técnicas ante activación de respuestas reactivas.

TIPOS DE APEGO

- Parejas que atraemos.
- Evaluación de tipos de Apego. Dimensiones del apego.
- La autonomía y la dependencia. Codependencia. Base segura. Estrategias de activación y desactivación.
- Las pérdidas según cada estilo de apego.
- Conductas de protesta.



Contenidos

- Relaciones entre estilos.
- La distancia y la cercanía. “Necesito más tiempo juntos vs necesito más espacio”.
- Procesamiento de rupturas en cada estilo.

CÓMO GENERAR CONEXIÓN E INTIMIDAD

- Intentos de conexión emocional.
- Comportamientos que generan alejamiento en una relación.
- Requisitos de los actos de amor.
- Amar y sentirse amado.
- Lenguajes del amor. Identificación desarrollo y alineación.

- Tipos de intimidad.
- Desarrollo y variabilidad de la intimidad.
- Emoción, sentimiento y pasiones.
- Pequeños grandes actos que nutren la pareja.
- Generación y mantenimiento de rituales que profundizan la conexión.
- La calidez y la ternura en la pareja.

EVALUACIÓN DE LA SOLEDAD

- Soltería por elección o por temor.
- Soltero en aprendizaje o en sufrimiento.
- Cómo sacar el mejor provecho al estar sin pareja.

INTELIGENCIA ERÓTICA

- La atracción amorosa.
- La atracción sexual, emocional, física, romántica, estética, intelectual.
- El arte de la seducción.
- La atracción. Excitación. Proximidad. Reciprocidad. Similitud. Obstáculos.
- Teorías de la atracción. El proceso de la seducción. La seducción dentro de la pareja y fuera de contexto de pareja.
- El lenguaje no verbal en la seducción.
- Desarrollo de la inteligencia erótica. Los ingredientes del erotismo. Ecuación erótica. Cantidad y calidad.
- Lo que apaga el deseo y lo que lo enciende.
- Diferencias y relación entre el amor y el deseo.
- El deseo en relaciones de largo plazo.



Contenidos

ESTILOS EMOCIONALES QUE CONVIENE EVITAR

- Indicadores de estilos peligrosos.
- Gaslightning.
- Diferenciación entre lo que se siente por otro de lo que el otro nos hace sentir.
- Claves para evaluar sobre los cimientos de una relación.
- Conflicto vs maltrato.
- Criterios para derivar a otros profesionales.

LA ARQUITECTURA DEL COMPROMISO EN LA PAREJA

- La infidelidad en Monogamia consensual.
- Duelo, trauma y secuelas psicológicas de la infidelidad.
- Celos, humillación, vergüenza y venganzas.
- Justicia retributiva vs restaurativa.
- Micro infidelidades. La ecuación erótica en la infidelidad. Privacidad vs Secretos. Infidelidad emocional.
- Poachers theory. Etapas de la recuperación post-infidelidad. Tipologías Post infidelidad. La declaración de perdón en contextos de infidelidad.

CIERRE Y DISOLUCIÓN DE UNA RELACIÓN

- Proceso de desemparejamiento. Por qué y cómo deja de funcionar una relación. El secreto. El iniciador.
- Persona de transición. Plan de fuga. La percepción y relato de fracaso. Salida de la relación y roles.
- La ansiedad y la angustia en la separación. El que “abandona” y el “abandonado”. La pérdida del compromiso. Factores que inciden en el impacto emocional. Crisis de identidad post disolución.
- Indicadores para evaluar la conveniencia de la continuidad o cierre de una relación. Preguntas a explorar para el cierre. Cómo decir adiós. Recuperación post separación.
- Nuevo comienzo de relaciones humanas. Cómo aceptar que alguien no te ama. Los primeros meses luego de una ruptura. La experiencia emocional de la ruptura. ”Se me rompió el corazón”. Perfeccionar la ruptura. Técnica vivencial para cierre de pareja.

CCE
ICF CONTINUING COACH EDUCATION
ICF



Contenidos

HABILIDADES SOCIALES

- Acuerdos. Habilidades sociales para conocer personas.
- Cómo descomprimir una conversación tensa.
- Los errores más comunes al momento de conversar con la pareja. Habilidades sociales para conversaciones según estilo de apego.
- Recursos verbales para cuando: recibimos comentarios hiper-críticos frecuentes, cuando se desea mayor intimidad o para cuando no deseamos ese nivel de intimidad, necesidad de mayor apoyo o cercanía emocional, cuando recibimos comentarios pasivo-agresivos, cuando intuimos que al otro le sucede algo pero no lo exterioriza ante la pregunta simple y directa, cuando no nos estamos sintiendo comprendidos en una conversación, cuando queremos recomponer luego de una discusión.

EJES TEMÁTICOS DE APRENDIZAJE	APLICACIÓN EN SESIONES DE COACHING	APLICACIÓN EN LA VIDA
ESTILOS Y COMPONENTES DEL AMOR	• Distinciones y conceptos centrales para escuchar ejes de abordaje en temáticas vinculares afectivas. • Dinámicas e intervenciones para explorar y generar cambios poderosos.	• Desarrollo evolutivo del amor en los vínculos. • Cómo acrecentar el amor. Hábitos valiosos por adquirir para el amor. • Aprendizaje sobre formas de amor y su diferenciación de lo que no es amor.
ARQUITECTURA Y FUNCIONAMIENTO DE UNA PAREJA	• Herramientas de exploración de la pareja construida por el cliente o la deseada. • Identificación de fases, nivel de desarrollo y diseño de herramientas de cambio. • Recursos para conflictos específicos en temáticas de pareja.	• Comprensión del desarrollo, fases y crisis en las parejas. • Recursos para generar mayor conexión emocional. • Recursos para restaurar los diversos niveles de intimidad. • Cultivo de la estabilidad y seguridad en la pareja.



Contenidos

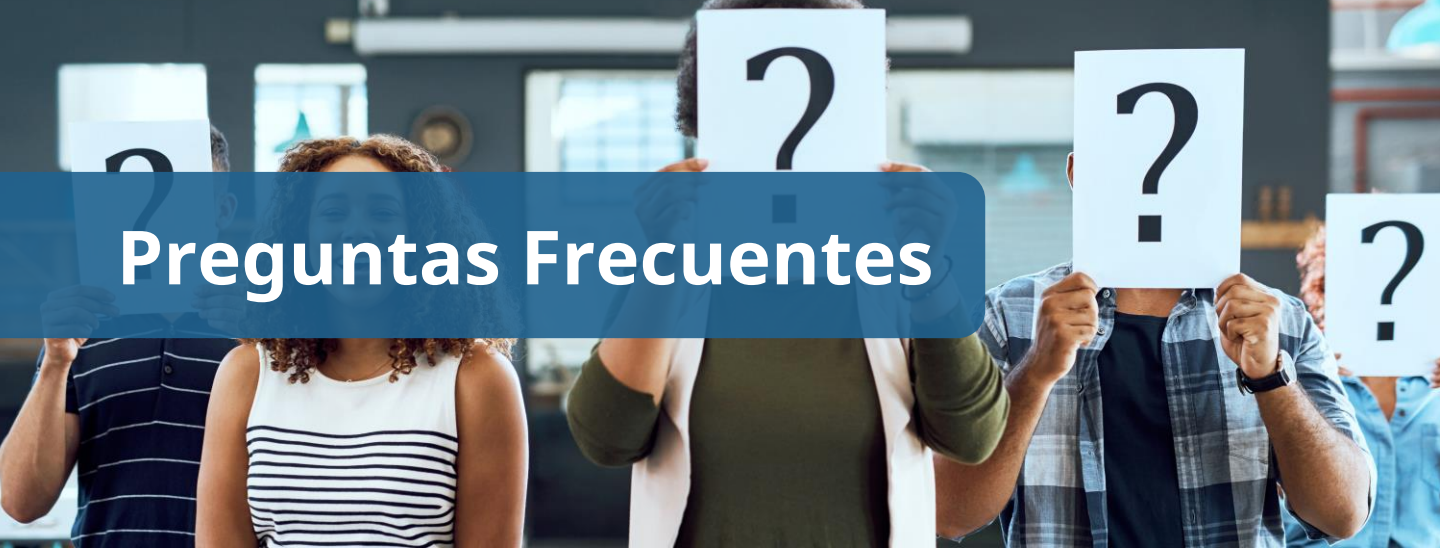
NECESIDADES EMOCIONALES Y PATRONES DE VINCULACIÓN	• Distinción de estilos de apego que el cliente trae y alineación de intervenciones según dicho apego para construcción de relaciones más satisfactorias. • Criterios de exploración para llegar a niveles profundos del ser que originan patrones de vinculación funcionales y disfuncionales. • Habilidades para desafiar a los clientes a romper patrones de conducta disfuncionales en vínculos afectivos. • Técnicas ante activación de respuestas reactivas. • Incorporación de preguntas de indagación para diferenciar soledad elegida de soledad reactiva.	• Comprensión profunda y humana de las razones por las cuales tenemos ciertos conflictos en los vínculos afectivos. • Incorporación de nuevas miradas para mejorar la experiencia emocional e incorporación de nuevos patrones de conducta. • Descubrimiento de nuestras necesidades emocionales y tipo de personas que contribuirían al bienestar personal. • Desarrollo de fortalezas y recursos para mejorar la profundidad en los vínculos afectivos. • Criterios para diferenciar qué requiere aceptación y qué requiere cambio en vínculos afectivos. • Desarrollo de habilidades para estar con uno mismo y evolucionar profundamente.
HABILIDADES SOCIALES EN VINCULOS AFECTIVOS	• Aplicación de recursos para diseños de conversación estratégicos de los clientes con sus parejas. • Recursos para convertir el conflicto en conexión.	• Diferenciar la comunicación en general de las especificidades de la comunicación en la vinculación afectiva profunda. • Incorporación de habilidades para conversaciones en vínculos afectivos.



Contenidos

INTELIGENCIA ERÓTICA	• Recursos para el desarrollo de la inteligencia erótica del cliente en su vida de pareja.	• Recursos para desarrollar el abordaje del deseo en vínculos de largo plazo. • Identificación de distintos tipos de atracción y la evolución de los mismos en la pareja.
CIERRE Y DISOLUCIÓN DE UNA RELACIÓN.	• Recursos para abordar infidelidades y ruptura de compromisos en temas de pareja. • Estrategias de exploración para toma de decisiones de continuidad o cese de una relación afectiva. • Dinámicas de exploración y cierre.	• Distinciones para el proceso de elaboración de una infidelidad. • Recursos para toma de decisiones y para el procesamiento de emociones complejas en la infidelidad.

CCE
ICF CONTINUING COACH EDUCATION
ICF



Preguntas Frecuentes

- ***¿Es conveniente hacer este Diplomado si no estoy en pareja?***

  ¡Sí! El Diplomado es profundamente valioso independientemente de la situación afectiva actual o deseada.

- ***Estoy atravesando un momento de crisis con mi pareja y estoy temeroso/a del efecto del Diplomado, ¿sería mejor hacerlo en otro momento?***

  Todo el contenido es brindado de manera respetuosa y sensible a todas las situaciones emocionales que los alumnos se encuentren transitando. Todo el recorrido enriquece cualquier momento de la experiencia afectiva.

- ***Tengo una pareja/matrimonio consolidado, creo que ya pasé por todas las situaciones posibles, no creo que tenga mucho más por descubrir.***

  Independientemente de la edad y situación afectiva, todos los seres humanos necesitamos conectar con el amor y seguir aprendiendo a cultivarlo para llevar una vida plena.

- ***En mi caso personal, no me interesa estar en pareja, si la hiciera sería solo para las sesiones de coaching, ¿será de valor para mi hacerla igual?***

  ¡Definitivamente sí! Se aprenden recursos y distinciones clave para las sesiones, así como un proceso de exploración y revisión personal afectiva profunda y enriquecedora.



Metodología

El Diplomado en Diseño Consciente de Pareja incluye la utilización de múltiples herramientas pedagógicas a los efectos de facilitar la incorporación de conceptos por parte de los asistentes.

EXPOSICIONES TEÓRICAS	**Las exposiciones teóricas han sido diseñadas como talleres participativos en los que se expondrán los conceptos del Diplomado, con el objetivo de que los participantes internalicen las distinciones que permitan alcanzar los objetivos previstos.**
DINÁMICAS DE SALA (GRUPALES/ PAREJAS)	**Se utilizarán diferentes dinámicas de sala para facilitar la internalización de distinciones conceptuales. Este tipo de dinámicas facilitan un "anclaje" más profundo de conceptos en los participantes.**
ESCENAS DE PELÍCULAS	**Se utilizan escenas de películas específicas como disparadores de determinadas distinciones a trabajar en el grupo. El coach efectúa un rescate en base a lo observado.**

COACHING DEL GRUPO

Durante el Diplomado, se tendrán conversaciones de coaching con el grupo, lo que permitirá que cada asistente observe qué le falta en particular y qué necesita hacer para mejorar sus competencias y habilidades.

ACTIVIDADES DE APLICACIÓN

El Diplomado contempla la entrega de Actividades de Aplicación Individuales y Grupales. Esto es, cada asistente será parte de un equipo, que deberá cumplimentar este requisito como equipo. Se entregará a cada Equipo una actividad enfocada en la aplicación de los conceptos observados, que deberá completar durante el período entre clase y clase.





Profesional a cargo

Lic. Analía Bevione
Instructor/Mentor

- Licenciada en Psicología. (USAL)
- Coach Ontológico Profesional PCC. (ICF).
- Certificada como Mentor coach internacional. (CMCI)
- Certificada como Coach de Relaciones Afectivas. (ECR)
- Instructora de la Escuela de Formación de Líderes. (EFL)
- Especialista en Evaluación y Diagnóstico Psicológico en los ámbitos clínicos, Forense, Laboral y Educacional. (USAL).
- Formación en EMDR: entrenamiento en Desensibilización y Reprocesamiento por el movimiento ocular. (EMDR INSTITUTE, CALIFORNIA).
- Formación de Posgrado en Terapia Cognitiva Integrativa. (CETEM).



Directores

Lic. Alberto Fernández Sanjurjo



Fundador y Director General de la Escuela de Formación de Líderes. Es Licenciado en Sistemas, y MBA (UCEMA). Asimismo, es coach MCC (Master Certified Coach) certificado a nivel internacional por la International. Coach Federation (ICF). Advanced Certification in Team Coaching (ICF). Practitioner en Programación Neurolinguística. Es formador y certificador de Coaches Ontológicos, y actualmente es coach personal de Top Managers de la Argentina. Es conferencista y speaker internacional. Al momento, ha entrenado a más de 30.000 personas en Argentina, Uruguay y Paraguay. Algunos de sus clientes: Colgate, Total Austral, Danone, BMY Mellon, Bristol-Myers Squibb, Kuehne+Nagel, Johnson £ Johnson, entre otros. Es experto en Liderazgo, Coaching, Desarrollo Gerencial, Formación de Mandos Medios y Trabajo en Equipo. Cuenta con más de 15 años de experiencia gerencial y directiva. Autor del Libro Sentido de Líder (2da. Edición. En castellano e inglés).

Cra. Claudia García Aros



Fundadora y Directora Académica de la Escuela Formación de Líderes. Contadora Pública Nacional (UBA). Es coach PCC (Professional Certified Coach) certificada a nivel internacional por la International Coach Federation (ICF). Mentor Coach. Coordinadora general del Área de Desarrollo de Contenidos. Responsable del diseño didáctico de los Programas, talleres y cursos de la Escuela de Formación de Líderes. Formadora de docentes de la carrera de coaching ontológico. Responsable del departamento de supervisión para la certificación de coaches ontológicos. Supervisora general del área de mentoría de primero y segundo año de la carrera. Responsable de la Dirección Comercial y Administrativa de la institución. Cuenta con más de 15 años de experiencia como Life-Coach y más de 10 años de experiencia corporativa.

Requisitos

Para certificar en el Diplomado en Diseño Consciente de Pareja , y obtener 20 créditos CCE (15 Créditos en Competencias Clave y 5 en Desarrollo de Recursos):

- **Asistir al menos a 6 meses completos de la formación.**
- **Aprobar las Actividades de Aplicación.**
- **Abono de la inscripción y de las 7 cuotas mensuales (se haya cursado o no la clase).**
- **Compromiso a mantener la confidencialidad de lo trabajado, dada la sensibilidad de los temas.**

INFORMES E INSCRIPCIÓN

(5411) 2481-2777
Correo electrónico: informacion@formacionlideres.com
www.formacionlideres.com

VACANTES LIMITADAS

La vacante se reserva con el pago de la inscripción

Escuela de Formación de Líderes

Para obtener información adicional, comunicarse de lunes a viernes de 9 a 18 hs
al teléfono (5411) 2481-2777
correo electrónico: informacion@formacionlideres.com