



## ¿En qué consiste?

Se trata de un **curso con carácter aplicado** en el que se proporcionarán conocimientos teórico-prácticos relevantes sobre **las relaciones de pareja y la vida en pareja** con el fin de desarrollar **habilidades** que ayudarán a lograr una **relación más satisfactoria** y a **prevenir el deterioro**.

---

*Contacta con  
ITEMA para más  
información*

---

## ESCUELA DE PAREJAS

### Módulos del Curso

A lo largo de diferentes **MÓDULOS** iremos desgranando la realidad de las relaciones de pareja, combinando **información teórica** con **claves prácticas, ejercicios de reflexión y propuesta de tareas** para aplicar en el día a día de la relación.

1. **Enamoramiento, amor, pasión y compromiso**
2. **Claves para una relación de pareja satisfactoria**
3. **Proceso de deterioro de la relación**
4. **Factores que explican el deterioro y estrategias para prevenirlo**
5. **Comunicación en pareja y resolución de problemas**
6. **Organización del tiempo, individualidad, intimidad, sexo**

### Apúntate en la lista

Si estás interesado escríbenos a [escueladeparejas.itema@gmail.com](mailto:escueladeparejas.itema@gmail.com) y te avisaremos para futuras ediciones del curso.

  
Instituto Terapéutico de Madrid

#### ITEMA

C/Martín de los Heros 21; 5ºA  
Madrid, 28008. Tfn. 914357595  
[contactar@itemadrid.net](mailto:contactar@itemadrid.net)  
[www.itemadrid.net](http://www.itemadrid.net)



## Modalidad Online

### Plataforma online

Los contenidos del curso estarán disponibles en una **plataforma de formación online** accesible desde dispositivo móvil y PC, a la que se dará acceso al usuario durante el tiempo que dure el curso para que pueda **gestionar libremente** el consumo de contenidos.

### Contenidos y estructura

- Vídeos explicativos
- Material por escrito descargable
- Propuesta de tareas y ejercicios

**Duración** → 1 mes y medio

El contenido estará disponible durante un mes y medio.

**Flexibilidad** → Libre acceso al contenido durante el tiempo que dure el curso desde el móvil o PC.

**ITEMA**  
*Instituto Terapéutico de Madrid*



## ¿Qué me puede aportar este curso?

Podrás beneficiarte de su contenido tanto para mejorar tu **relación actual** como de forma **preventiva** o para **futuras relaciones**.

## A quién va dirigido y cómo enfocar este curso...

Puedes realizar el curso tanto si estás en **pareja** como de forma **individual** si te interesan estos temas.

\*Si eres **Psicólogo** este curso también puede interesarte. Escribe a [escueladeparejas.itema@gmail.com](mailto:escueladeparejas.itema@gmail.com)



### ITEMA

C/Martín de los Heros 21; 5ºA]  
Madrid, 28008. Tfn. 914357595  
[contactar@itemadrid.net](mailto:contactar@itemadrid.net)  
[www.itemadrid.net](http://www.itemadrid.net)



## Contenidos y estructura

- **Vídeos explicativos** → El contenido puede ser visualizado o escuchado a través de vídeos.
- **Material escrito descargable** → El contenido en que se basan los vídeos podrá ser descargado.
- **Propuesta de tareas y ejercicios** → Se proponen tareas y ejercicios y se proporciona el material y las explicaciones necesarias para llevarlos a cabo

## Coste del Curso:

- Individual → 95€ (un usuario de acceso a la plataforma online)
- En pareja → 130€ (dos usuarios para acceder a la plataforma online)

**Inscripción** → Completar el formulario web cuando el plazo de cada edición esté abierto y formalizar el pago

*Es un curso con un enfoque práctico. El contenido lo podrás aplicar en el día a día de tu relación. Pero NO sustituye a una terapia de pareja, por lo que si existen problemas en tu relación que no estáis sabiendo solucionar se recomienda consultar con un psicólogo.*



## Resumen de contenidos

### 1. Enamoramiento, Amor, Pasión y Compromiso

Reflexionaremos sobre las relaciones de pareja, el amor, la pasión, el enamoramiento y las fases por las que pasa la relación de pareja

### 2. Claves para una relación de pareja satisfactoria

¿Qué nos aporta estar en pareja y qué implicaciones tiene? ¿De qué aspectos depende la satisfacción?

### 3. Proceso de deterioro de la relación

¿Cómo surgen los problemas de pareja y qué factores explican el deterioro? ¿Cuáles son los mitos del amor y cómo afectan?

### 4. Deterioro de la relación y estrategias para prevenirlo

Conociendo los factores que explican el deterioro de la relación podemos desarrollar estrategias para prevenirlos

### 5. Comunicación en pareja y resolución de problemas

¿Qué aspectos interfieren en la comunicación de pareja? ¿Cómo lograr una comunicación más satisfactoria? ¿Cómo resolver problemas en la pareja de forma más eficaz?

### 6. Organización del tiempo, individualidad, intimidad, sexo

Prestamos atención a estos aspectos cuyo manejo influye en la relación.