

# TALLER "PROTOCOLO PARA LA GESTIÓN DEL CONFLICTO EN LA PAREJA"

PRIMERA EDICIÓN

# CONTENIDO

## OBJETIVOS

Tratar con la pareja desde un primer trabajo individual de las habilidades sociales y comunicativas.

Aprender a desmontar mitos románticos y dinámicas relacionales disfuncionales, mejorar hábitos y fomentar la responsabilidad afectiva en la pareja.

Adquirir recursos prácticos sobre autoconocimiento, autocontrol, habilidades comunicativas y gestión del conflicto para poner en práctica con parejas

Saber cómo dotar de herramientas a la pareja para la resolución y gestión de conflictos de forma funcional

Saber manejar una discusión para volver a la calma y conseguir continuar con el trabajo de la pareja

## INTRODUCCIÓN

La mediación familiar puede ser un gran servicio para las distintas fases de una pareja y, aunque estamos acostumbrados a usarlo en el momento de ruptura, nos puede ayudar a prevenir la llegada de situaciones graves.

Trabajar desde el principio los mitos del amor romántico, las dinámicas relacionales, la comunicación de la pareja o la responsabilidad afectiva, entre otras cosas, permitirá que la persona tenga más herramientas y predisposición para resolver conflictos de mayor magnitud.

## ¿POR QUÉ?

Dotar a la pareja o a la persona de habilidades emocionales y comunicacionales que permitan abordar un desacuerdo en la convivencia de la pareja desde un principio, evitará el sumatorio de malentendidos, reproches, etc, que provocan la escalada del conflicto.

Este taller no va dirigido únicamente a mediadores/as, sino a todos aquellos profesionales que trabajan con familias y parejas y que buscan tratar la comunicación y la gestión del conflicto en la pareja.

---

# ÍNDICE

---

## **MÓDULO 1. CONFLICTO: BASES DEL NUEVO PARADIGMA**

- Nadie te hace nada
- La relación con los demás es reflejo de tu propia relación contigo
- Componente emocional
- Causas de conflicto varias
- Dependencia emocional, trampa mutua, celos, expectativas y otros
- Sin libertad no hay amor
- Sostener desde la emancipación emocional

## **MÓDULO 2. CONSTRUIR UNA RELACIÓN SANA**

- ¿Para qué?
- Heridas del pasado sin curar
- Expectativas
- Responsabilidad afectiva
- Necesidades
- Cosas que no pueden faltar y cosas que se pueden ceder
- Límites claros y consecuencias
- Amor propio
- ¿Te permites ser quien eres?

## **MÓDULO 3. LA RELACIÓN EN PAREJA REQUIERE TRABAJO (RECURSOS PRÁCTICOS)**

- El error de las suposiciones
  - Eje de comportamiento frente al conflicto
  - Postura e intereses
  - Ejercicio meditación: manejo de la ira
  - 3 niveles de escucha
  - Mesa y balcón
  - Family matters
  - El servicio de Mediación
-

---

# METODOLOGÍA

---

El taller se impartirá en **directo** a través de la plataforma YouTube por acceso privado donde podrás participar de forma activa durante toda la sesión.

Tendrás una **tutora/tutor personal** con la que podrás resolver todas tus dudas a través del email o de tutorías por Skype. Se encargará de ayudarte con tus ejercicios prácticos y de ofrecerte consejos y comentarios para mejorar tu trabajo.

Además, tendrás **asesoramiento** gratuito con el Instituto durante y después del taller para cualquier cosa que podamos ayudarte.

## REQUISITOS PARA SUPERAR EL CURSO

- Asistencia al taller
- Participación en el módulo de recursos prácticos

Una vez finalizado el curso, recibirás por email tu **título certificado** por **io-social** que acredita haber participado en el taller.

Esta titulación incluirá el nombre del taller, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el contenido teórico estudiado y el sello de nuestro Instituto.