



TALLER de PADRES y PAREJAS

LENGUAJES del AMOR

Escucha, Comunicación y Dialogo

1. INTRODUCCIÓN

En la vida moderna, globalizada y cada vez más acelerada, con una amplia variedad de actividades y tareas, nos resulta difícil encontrar tiempo para priorizar nuestra vida en pareja. Hombres y mujeres trabajando dentro o fuera de casa, con responsabilidades en diferentes niveles y roles, cada vez con menor tiempo para uno mismo. Bajo este contexto, es fácil descuidar nuestra vida en pareja, con consecuencias nefastas para nosotros y nuestras relaciones.

Con tan poco tiempo para nosotros, sumado a nuestro cansancio, tendemos a esperar que nuestra pareja debiera de apreciar y disfrutar las cosas que nos hacen sentir bien a nosotros. Resultamos entonces sorprendidos cuando a nuestra pareja no le atraen esas cosas que nosotros hacemos y nos preguntamos por qué nos sentimos como extraños en nuestra propia casa.

Bajo este nuevo contexto, los niveles de comunicación, escucha y dialogo, deberán optimizarse, como un mecanismo eficiente de integración en la pareja.

2. DIRIGIDO A

- Parejas interesadas y dispuestas a desarrollar así como fortalecer sus habilidades relacionales de comunicación, facilitando el fortalecimiento de pareja de manera concreta, sincera y edificante..

3. OBJETIVOS DEL PROGRAMA

- Los participantes aprenderán a usar herramientas para comunicarse de manera efectiva y edificante:
 - Buscando entender primero y luego ser entendido
 - Escuchando con el alma, cuerpo y mente.
 - Identificando la necesidad detrás de cada expresión.
 - Controlando su estado emocional y prepararse para comunicar eficazmente sus necesidades su pareja.
- Las parejas participantes se comprometerán el uno con el otro para mejorar su relación.
- Que las parejas demuestren su amor el uno al otro de una manera que el otro la entienda.
- Guiar a las parejas en la identificación del lenguaje de amor de cada individuo necesita y con ello ser capaz de darlo de una manera efectiva y creativa a nuestra pareja.
- Reconocer y comprender el lenguaje del amor de mi pareja.
- Comprender como funciona cada uno de los 5 lenguajes del amor.
- Aprender a satisfacer el lenguaje del amor de mi pareja.
- Enseñar y guiar a su pareja cómo satisfacer su propio lenguaje de amor

4. TEMARIO REFERENCIAL

AMOR Y LÍMITES

Parte 1: ¿PORQUÉ LOS PADRES NECESITAN LÍMITES?

- Padres con límites, hijos que crecen con límites
- Amor, libertad, derechos y responsabilidades
- ¿Qué deseo para mi hijo?

- ¿Y qué debo hacer para lograrlo?
- Importancia de una vida basada en principios y metas
- No puedo pedir, lo que no soy capaz de dar
- Las 3 funciones de un padre o madre

ESCUCHA CORRECTA

- ¿Qué factores ayudan al proceso de escuchar?
- ¿Qué factores lo impiden?
- ¿Qué es la Escucha Activa y qué la Escucha Correcta?
- Practicando la Escucha en Grupos de tres
- Asignar roles de Interlocutor, Oyente y Observador
- Practicar contando una historia y dar retroalimentación al oyente

OFERTA Y BLOQUEO: APRENDIENDO A COMUNICARME

- ¿Qué dificulta una conversación?
- Definiendo una Oferta y un Bloqueo
- Ejemplos de Diálogos entre Parejas
- Ejemplos para Hombres, Ejemplos para Mujeres
- Ejercicio: Las parejas practican sus diálogos más comunes. El que se pica pierde

LOS 5 LENGUAJES DEL AMOR

- Qué es un lenguaje de amor y cómo funciona
- Primer Lenguaje del amor: Palabras de afirmación.
 - Palabras alentadoras.
 - Palabras bondadosas.
 - Palabras humildes.
 - Momentos clave para dar palabras de afirmación.
- Segundo lenguaje del amor: Tiempo de calidad.
 - Atención enfocada en el otro.
 - Conversación de calidad.
 - Aprende a conversar.
 - Actividades de calidad.
- Tercer lenguaje del amor: Regalos.
 - La mejor inversión.

- El regalo de uno mismo.
- Cuarto lenguaje del amor: Actos de servicio.
 - El servicio que agrada al otro.
 - Mejor es dar que recibir.
 - ¿Felpudo o amante?
- Quinto lenguaje del amor: Toque físico.
 - El poder del toque.
 - El cuerpo es para tocarlo.
 - La crisis y el toque físico.
- Aprendiendo a ser bilingüe.
 - La verdad que nos falta.
- Mantén lleno el tanque del amor.
 - Nuestro clamor por amor.

5. METODOLOGÍA

- Fase Expositiva
 - El desarrollo es interactivo, práctico y experiencial, teniendo como base las intervenciones del facilitador en la parte teórica y en la contextualización del “para qué”, planteando dinámicas, ejercicios vivenciales y experienciales, tanto individuales como grupales, motivando la intervención activa y la discusión permanente, en la búsqueda del aprendizaje y desarrollo de las habilidades necesarias.
 - Cada concepto se expone con un ejercicio posterior de auto evaluación que permita a cada quien reflexionar sobre su mirada de la situación, de manera que puedan desarrollar un diálogo sin reacciones emocionales, bajo un espacio de tranquilidad y armonía.
 - Se facilita momentos de reflexión, procesando los conceptos para llevarlos a la práctica en su vida real, propiciando espacios de diálogo de manera natural.
 - Demostración de los principios y herramientas del coaching
 - Practica de herramientas del coaching
 - Feedback
- Actividad Lúdica
 - Desarrollo de actividades orientadas como un medio de integración y auto-aprendizaje, en base a la ejecución de diversas dinámicas y

juegos, compartiendo tareas y procesos que les faciliten el logro de objetivos, así como el desarrollo de procesos reflexivos en relación a sus objetivos.

- Ejercicios individuales bajo el objetivo de “Aprender haciendo” vs. “Aprender viendo o escuchando”
 - Entrega de herramientas y consejos prácticos para lograr un desempeño personal superior
- Actitud Reflexiva
 - Se interactúa y reflexiona, sobre las situaciones expuestas, su actitud y comportamientos, así como la perspectiva que tienen sobre sus causas y efectos.
 - Actitud de Compromiso
 - Se identifican aquellos cambios en su comportamiento, que consideran más adecuados, para la mejora de sus relaciones, procesos y actividades diarias.

6. ESTRUCTURA DE TRABAJO:

CARACTERÍSTICAS DEL PROGRAMA:

- El programa se compone de TRES sesiones de 03 horas cada uno, desarrollados en una sesión semanal, en un horario adecuado para los participantes.
- Se implementan en las instalaciones del centro educativo, en la frecuencia de días y horario que mejor se adecue a los participantes.
- Se realizan combinando el modo Conferencia con dinámicas vivenciales de aplicación y ejercicios de autoevaluación.
- Dirigido a grupos pequeños, de hasta 30 parejas.
- Los materiales y resúmenes, se distribuyen en modo digital
- Se entregan certificados de participación.

7. FACILITADORES

LUIS

- Coach de Intervenciones Estratégicas del Robbins-Madanes Center for Strategic Intervention, USA. Maestría en Gerencia Social de la Pontificia Universidad Católica del Perú. 11 años trabajando en el Cuerpo de Paz, Perú. Coordinador de la Iniciativa de Habilidades para la Vida y Liderazgo para jóvenes. Capacitador de capacitadores en técnicas de educación para adultos, Interculturalidad, Comunicación Asertiva, Desarrollo de talento y Liderazgo y



Coaching. Capacitador y Coach corporativo con más de 4 años de experiencia diseñando e implementando capacitaciones para programas Desarrollo Personal y Productividad. Experiencia en manejo de temas de adaptación cultural, y habilidades técnicas para el desarrollo comunitario en entornos rurales. Experiencia en el diseño e gestión de proyectos comunitarios para programas sociales relacionados a la Promoción de Salud Comunitaria, Manejo Ambiental Comunitario, Desarrollo Económico Comunitario, Desarrollo Juvenil, Agua Saneamiento e Higiene. Coach de Vida y de Relaciones con más de 15 años de experiencia en el área de desarrollo personal, especializándose en brindar claridad de ideas para potenciar la productividad profesional y personal.

PABLO

- Ingeniero Civil UNI. Más de 1500 horas facilitando diversos talleres de desarrollo de competencias directivas para empresas del sector minero, industria y agroindustria, como Buenaventura, AESA Minería, Camposol, AgroIndustrial Laredo, ISM Industrias San Miguel, Movil Tours, Petrex, Diners Club, Club de Regatas Lima, Ministerio de la Mujer, Municipalidad de San Isidro, Municipalidad Metropolitana de Lima, U. San Cristóbal de Huamanga, Instituto de Neoplásicas INEN, IREN Norte, Hospital Almenara y EsSalud Huancavelica. Consultor de Negocios orientado al desarrollo del potencial humano. Consultor especialista del programa de Gestores Voluntarios de COFIDE y Expositor de la Tabla de Negocios MyPE. Coordinador de la implementación de los talleres de eslmagen desde hace nueve (09) años. Presidente del Instituto de la Gestión y Desarrollo Educare Perú, orientado al desarrollo e implementación de programas de fortalecimiento de las capacidades y competencias emocionales de las parejas, padres y familias. Se desempeñó como Director del Instituto de la Construcción y Gerencia, así como Director del centro Creative Center del Instituto Telematic. Ha sido jefe de Marketing de diversas organizaciones, entre ellas de Intercade, empresa de capacitación del sector minero. Ha realizado consultoría en temas de desarrollo digital e Internet para la USIL, Probide, Embajada Alemana y la Autoridad Portuaria Nacional.

