

Guía de aprendizaje

Qué se hace en una sesión de coaching de pareja

La sesión organiza el acompañamiento de pareja: definir objetivos, proponer ejercicios como contacto cero, observar patrones y avanzar paso a paso en el trabajo relacional

Antes de ver el vídeo

¿Qué sabes ya de este tema? ¿Qué deseas comprender o aplicar?

Preguntas de integración

1. ¿Qué idea de «Estructurar la primera sesión» puedes explicar con tus propias palabras?
2. ¿Qué idea de «Definir objetivos de pareja» puedes explicar con tus propias palabras?
3. ¿Qué idea de «Trabajar el contacto cero» puedes explicar con tus propias palabras?

Capítulos

- 00:00:00 · Estructurar la primera sesión
- 00:12:29 · Definir objetivos de pareja
- 00:24:58 · Trabajar el contacto cero
- 00:37:27 · Explorar vínculos familiares
- 00:49:56 · Observar patrones de relación
- 01:02:25 · Acompañar ejercicios concretos
- 01:14:54 · Revisar cambios paso a paso
- 01:27:24 · Integrar el proceso de pareja