Guía de aprendizaje

Tipos de Percepciones del Amor

La percepción del amor puede madurar desde la búsqueda infantil de cuidado y la intensidad adolescente hacia un vínculo adulto: ver al otro tal como es, trabajar las propias proyecciones y poner la relación al servicio de un propósito compartido.

Antes de ver el vídeo

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

Preguntas de integración

1. ¿Qué expectativa infantil o adolescente podrías estar colocando sobre tu pareja?
2. ¿Qué proyecto, valor o propósito puede reunir a la pareja sin exigir que ambos sean iguales?
3. ¿Qué revela tu manera de hablar del amor sobre la etapa emocional en la que te encuentras?
4. ¿Qué parte de ti necesita ser escuchada, cuidada o integrada para relacionarte con más libertad?

Capítulos

00:00:00 · Leer cuatro percepciones del amor

00:03:09 · Amor adolescente: pasión y montaña rusa

00:09:16 · Amor con propósito: relación santa y servicio

00:14:02 · Amor infantil: buscar cuidado en la pareja

00:24:07 · Amor adulto: ver al otro y trabajar la proyección

00:43:59 · Proyecto común, pilares propios y elección

00:58:39 · Integrar la sombra y agradecer los aprendizajes

01:42:38 · Coaching: detectar la etapa y elegir cada día