



INSTITUTO CONHECIMENTO LIBERTA

OS SEGREDOS DOS RELACIONAMENTOS SAUDÁVEIS

PILAR ESPIRITUAL

18 aulas



Margareth Signorelli

CONHEÇA SUA PROFESSORA

Profissional com formação internacional, Margareth Signorelli tem como missão auxiliar, apoiar, encorajar e guiar pessoas no processo de transformação, buscando o autoconhecimento profundo e quebra de obstáculos internos que impedem que o bem-estar e o amor fluam livremente em suas vidas, para isso possui a seguinte formação: é pós-graduada em Sexualidade e terapia sexual – Prosex- FMUSP. Certificada no Método Gottman de Terapia de Casal – Level I e II, facilitadora oficial do Método Gottman “Os 7 Princípios para um Relacionamento durar”. Certificada Especialista em Relacionamento e Sexualidade – Abrap e Centro Metamorfose. Certificada Especialista em Relacionamento – Los Angeles – USA. Certificada Especialista em Relacionamento Conjugal – ICI; Certificação Internacional Gold Standard Advanced EFT Terapeuta; Certificado Optimal EFT terapeuta; Psicologia Básico e Avançado – Instituto de Psicologia Positiva & Comportamento – São Paulo; Quantum Evolution – ICI – São Paulo – Brasil, Feminine Power Mastery – Los Angeles – USA e Bacharel em Enfermagem – PUC – Campinas.

Apresentação

Este é um curso baseado em estudos e pesquisas dos maiores estudiosos sobre relacionamentos do mundo. São eles: John Gottman, Pat Allen, John Gray, Deepack Chopra, entre outros. Começamos nossa jornada limpando o passado dos nossos relacionamentos anteriores e nos preparando para o futuro, uma vez que para que possamos compreender melhor o Outro, autoconhecimento é extremamente importante.

Observarmos quais são nossas crenças limitantes para eliminar bloqueios mentais, e a partir daí, entrarmos em uma jornada de entendimento fisiológico, emocional e comportamental. Só assim podemos aumentar as possibilidades de maior compreensão de nossas parcerias já existentes ou as que queremos atrair.

Trago ferramentas fundamentais para trabalhar diálogos, conflitos, situações diversas e se relacionar melhor. Com certeza estas técnicas simples irão influenciar os seus relacionamentos como um todo, trazendo mais equilíbrio para sua vida. Estas ferramentas podem mudar toda a dinâmica do relacionamento, trazendo harmonia para os dois. No caso de uma relação já existente, isto também irá se refletir na família como um todo.

Conteúdo Programático



Aula 01- Limpar o Passado

Orientações da melhor forma de absorver o curso
Deixando o passado no passado
Ressentimento
Perdão
Meditação da Desconexão.



Aula 02 – Tirar Bloqueios

Por meio da neurociência e do EFT iremos desconstruir as crenças limitantes nos relacionamentos.



Aula 03 – Se conhecer para se relacionar

Suas Necessidades
Seus Valores
Seus Interesses.



Aula 04 – Masculino e Feminino

Iremos explorara as diferenças fisiológicas/emocionais e comportamentais que fazem a grande diferença entre os dois.



Aula 05 – Reconstruindo a Feminilidade e Sensibilizando o Masculino

Mentalização em busca da feminilidade
Trabalhar seus 5 sentidos para aguçar sua sensualidade.



Aula 06 – Flertar para Masculino e Feminino

Procedimentos que poderão facilitar seus primeiros encontros.



Aula 07 – As 6 Leis da Paixão

O caminho para se apaixonar.



Aula 08 – As 5 Linguagens do Amor

Vamos nos aprofundar em cada uma delas para identificá-las em nós e no outro.



Aula 09 – Relacionamento Saudável 1

Relacionamento Ideal

A Melhor pessoa que você pode ser
Comunicação saudável.



Aula 10 – Relacionamento Saudável 2

Conflitos- Como trabalhá-los -Mentalização
Equilíbrio entre dar e receber
Controle das emoções com EFT.



Aula 11 – Relacionamento Saudável 3

Os 4 Vilões do relacionamento
A Fonte do que você precisa
Lei dos 30 segundos
Desabafo
O Pior sentimento do Mundo.



Aula 12 – Relacionamento Saudável 4

Pensamento- Sentimentos
Familiaridade
Romance
Resolução de Problemas
Afirmar- questionar
Apreciar- Apoiar
Sonhos.



Aula 13 – Relacionamento Saudável 5

Os 4 As do relacionamento
Situações- Soluções.
Acordos



Aula 14 – Relacionamento Saudável 6

Níveis de evolução do Relacionamento
Características que Homens e Mulheres admiram no outro
Dicas para se relacionar melhor.



Aula 15 – As outras 10 Formas de Trair

Entender melhor que a traição vai muito além do que ter um relacionamento fora do relacionamento.



Aula 16- Inteligência Emocional nos Relacionamentos

Como usar os Princípios da Inteligência Emocional na Relação.



Aula 17- 35 Formas de se Relacionar Melhor com a Pessoa Amada

Situações e formas bem objetivas de resolver conflitos, falta de diálogo, comportamento masculino e feminino que farão sua vida mais simples.



Aula 18- Aula tira-dúvidas com Margareth Signorelli

Efeito Zeigarnik

Referências

- BRIZENDINE, Louann. The Male Brain / The Female Brain.
- GOTTMAN, John. The Seven Principles to make a marriage work.
- ZAK, Paul. A Molécula da Moralidade, 2012.
- HAWKINS, David R. Power vs. Force, 1994.
- HENDRICKS, Gay. The 10 second Miracle, 1998.
- ALLAN, Pat. The answer book - Getting to Ido, 1995.
- COFFEY, Lissa. Mantra.
- SELIGMAN, Martin. Felicidade Autêntica, 2002.
- LINS, Regina Navarro. O livro do Amor Vol 1 e 2, 2012
- GOLEMAN, Daniel. Inteligência Emocional, 1995.

Cursos Com:

Jonh Gray
Deepack Chopra
Alison Armstrong
Jonathon Aslay
Katie Hendricks
Carol Look
Gary Craig
Helen Fisher
David Cameron
Gladys Dias
Harville Hendrix
Arielle Ford

Matthew Hussey
Katherine Woodward Thomas
Claire Zammit
Donna Eden
Craig Hamilton
Mastin Kipp
Sonia Ricotti