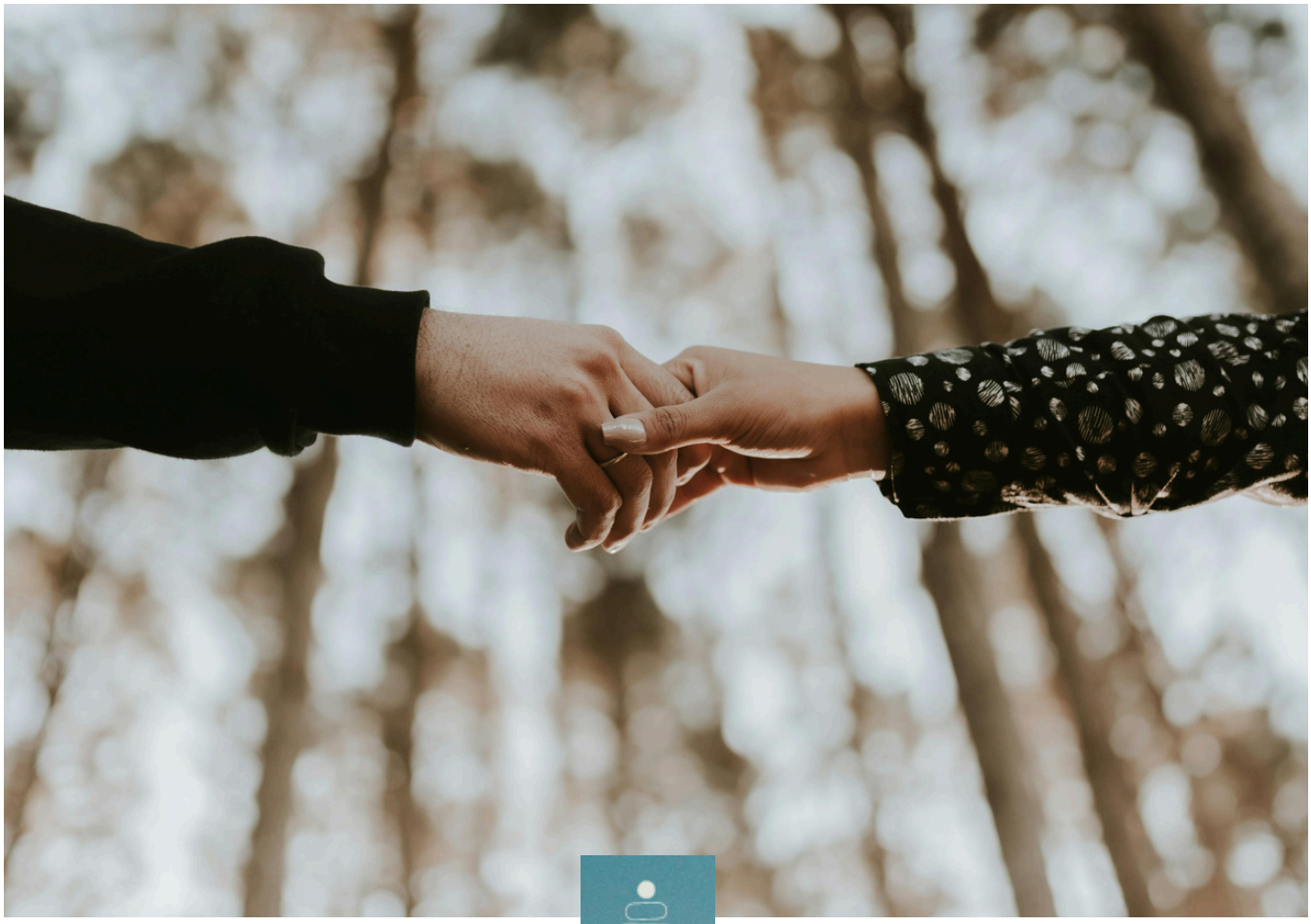
Juntos

TERAPIA PARA PAREJAS

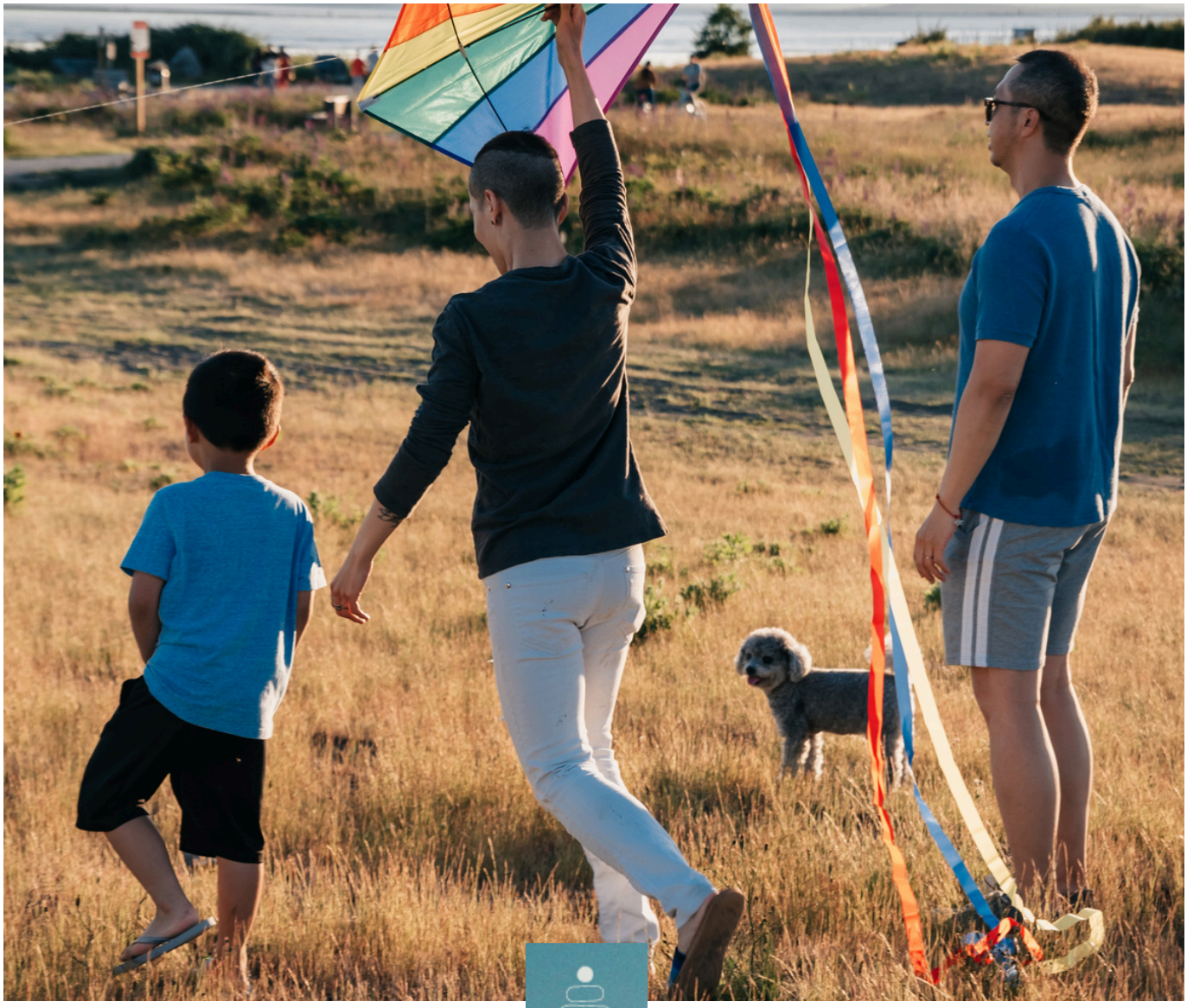


Juntos es un espacio terapéutico presencial u online que ofrece programas personalizados para la resolución de asuntos de pareja.

Acompañamiento
JULIETA MESSINA

JUNTOSENTERAPIA.COM

Juntos



Gran parte de los problemas en el ámbito de la pareja no se deben a la falta de amor sino más bien a las dificultades para gestionarlo y vivirlo de manera que procure bienestar.

Juntos es para ti si estás buscando

Sanar y restablecer
el vínculo de pareja.

Sumar herramientas
para conectar con una
sexualidad plena.

Revisar patrones y
creencias para conectar
emoción, cuerpo y mente.

Profundizar la
comunicación para ver en
la diferencia, la
complementariedad.

Actualizar el modelo de
pareja que tenéis para
potenciar el formato
afectivo que mejor se
adapte a vuestro momento
actual.

Juntos ¿Cómo funciona?

Durante la terapia las parejas aprenden a reemplazar patrones de “ataque / defensa” por un modelo de interacción más empático y de **respeto mutuo.**

Las intervenciones estimulan la cercanía e **intimidad**, favorecen la comunicación, los lazos de amistad y profundizan la conexión emocional, abriendo un espacio de **vulnerabilidad** donde además se abrazan viejas heridas que necesitan ser atendidas y escuchadas.

La terapia ayuda además a revisar el **formato de relación** y da herramientas para crear nuevos pactos o **acuerdos** que fortalezcan la escucha mutua y la responsabilidad de ser parte de un sistema familiar que llamamos pareja.

La meta principal del programa **JUNTOS**, es potenciar la intimidad, el respeto y el afecto, removiendo las barreras que crean la sensación de estancamiento en situaciones de atasco, aumentando la capacidad de empatizar y creando cambios en una **sexualidad más consciente.**

¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA?

Juntos

4 SESIONES ONLINE DE TERAPIA DE PAREJA
1 hora y 15 minutos
(UNA SESIÓN CADA 7/ 10 DÍAS)

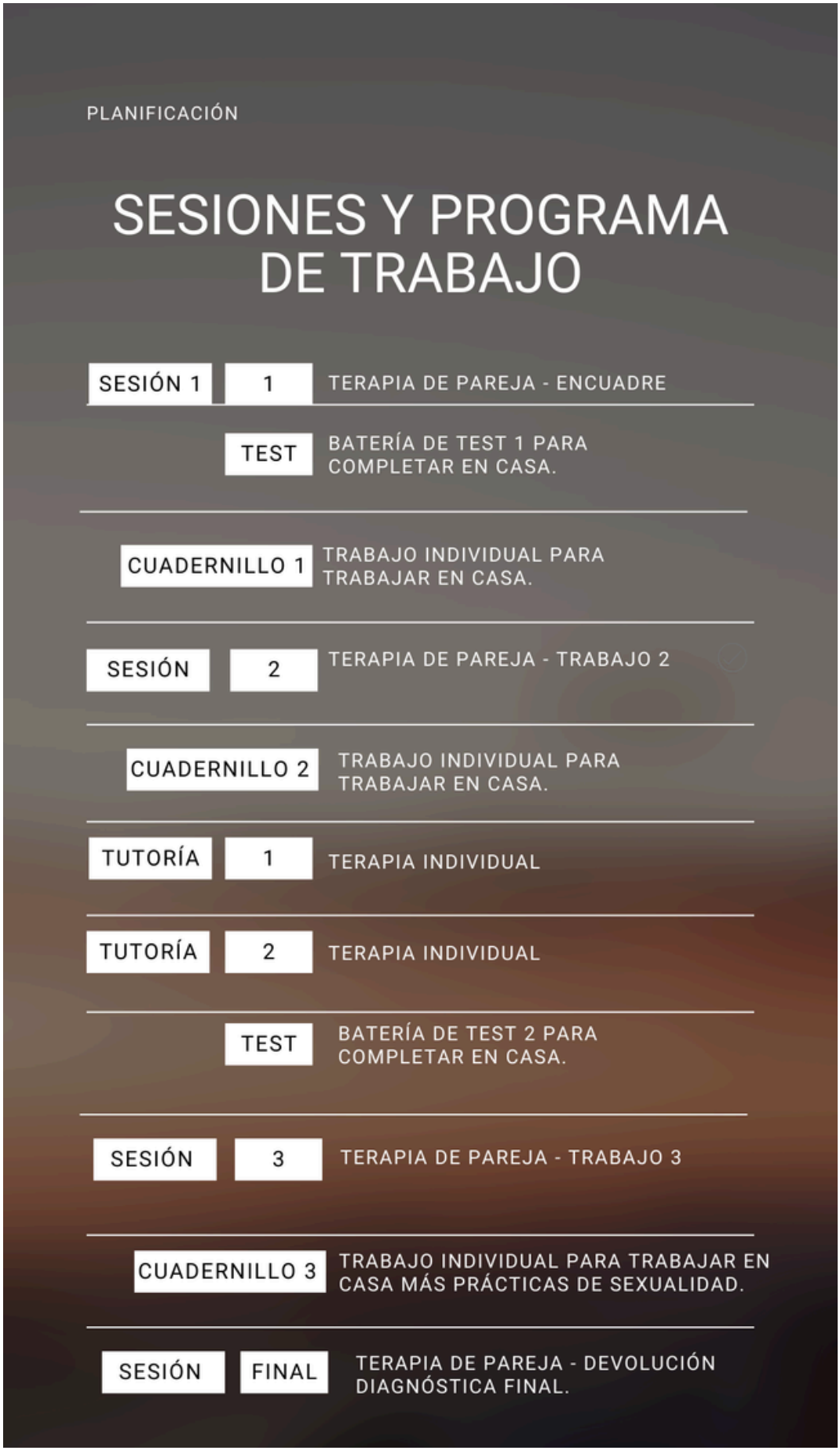
UNA GUÍA DE EJERCICIOS PRÁCTICOS PARA REVISAR EL VÍNCULO

UNA TUTORÍA INDIVIDUAL PARA CADA MIEMBRO DE LA PAREJA
1 hora
(A MITAD DEL PROCESO)

UNA GUÍA CON PRÁCTICAS SEXUALES PARA RE-CONECTAR CON LA INTIMIDAD, EL CUERPO Y EL DESEO

JUNTOSENTERAPIA.COM

Juntos


PLANIFICACIÓN
SESIONES Y PROGRAMA DE TRABAJO
SESIÓN 1
1
TERAPIA DE PAREJA - ENCUADRE
TEST
BATERÍA DE TEST 1 PARA COMPLETAR EN CASA.
CUADERNILLO 1
TRABAJO INDIVIDUAL PARA TRABAJAR EN CASA.
SESIÓN
2
TERAPIA DE PAREJA - TRABAJO 2
CUADERNILLO 2
TRABAJO INDIVIDUAL PARA TRABAJAR EN CASA.
TUTORÍA
1
TERAPIA INDIVIDUAL
TUTORÍA
2
TERAPIA INDIVIDUAL
TEST
BATERÍA DE TEST 2 PARA COMPLETAR EN CASA.
SESIÓN
3
TERAPIA DE PAREJA - TRABAJO 3
CUADERNILLO 3
TRABAJO INDIVIDUAL PARA TRABAJAR EN CASA MÁS PRÁCTICAS DE SEXUALIDAD.
SESIÓN
FINAL
TERAPIA DE PAREJA - DEVOLUCIÓN DIAGNÓSTICA FINAL.

COSTE DEL PROGRAMA

475 EUROS

EL 50 % SE ABONA EN LA MITAD DEL PROCESO Y EL RESTO AL FINALIZAR EL PROGRAMA

Juntos

JULIETA MESSINA

Terapeuta & Sexóloga
Especialista en Parejas
Gottman & Emotionally Focused Therapy,
Arte-terapia, Gestalt
Grupos y Comunicación.

Soy Julieta Messina, licenciada en Comunicación, terapeuta de parejas y sexóloga, una mente inquieta movida por la curiosidad y el profundo interés por comprender cómo nos vinculamos, amamos y construimos intimidad.
Acompaño a personas y parejas en sus procesos de transformación, ayudándolas a atravesar crisis, fortalecer sus vínculos, mejorar la comunicación y reconectar con una sexualidad más consciente, auténtica y satisfactoria. Mi trabajo integra diferentes enfoques terapéuticos basados en la evidencia, entre ellos el Método Gottman, la Emotionally Focused Therapy (EFT) y la Terapia Gestalt, creando una mirada cercana, humana e interdisciplinaria.
Soy autora del libro "Amor en Construcción. 21 actividades para fortalecer tu relación y cultivar un vínculo sano", una invitación práctica a cuidar el amor desde la conciencia cotidiana.

Email
julies.messina@gmail.com

Phone
00 34 691424397

Address
Ibiza
Barcelona

@julietamessina.terapia.