

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](https://www.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

1,5 HR

(UNA SESIÓN CADA 7/ 10 DÍAS)

UNA GUÍA DE EJERCICIOS PRÁCTICOS PARA REVISAR EL VÍNCULO

UNA TUTORÍA INDIVIDUAL PARA CADA MIEMBRO DE LA PAREJA

45' HR

(A MITAD DEL PROCESO)

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

JUNTOSENTERAPIA.COM

Juntos

PLANIFICACIÓN

2023

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.



JULIETA MESSINA

Terapia de pareja * Sex Therapist * Arteterapia * Gottman & Emotionally Focused Therapy EFT * Gestalt

Soy Julieta Messina, una mente inquieta con una trayectoria que abarca múltiples campos. Me licencié en Comunicación y me especialicé como Terapeuta en Parejas y Sexualidad. He dedicado mi carrera a explorar las complejidades de las relaciones humanas. Mi enfoque se basa en una combinación única de los modelos Gottman, Emotionally Focused Therapy y Terapia Gestalt. Además, cuento con más de 20 años de experiencia trabajando con equipos creativos y desarrollando estrategias de comunicación en instituciones, empresas y centros educativos.

Soy Argentina, donde incursioné en el arte-terapia, la investigación social, el teatro y el periodismo político. Los últimos 14 años los he pasado en la inspiradora isla de Ibiza. Además, soy la autora del libro "Amor en Construcción. 21 Actividades para fortalecer tu relación y cultivar un vínculo sano".

Con mi enfoque interdisciplinario y mi gran pasión por la autenticidad, me considero una guía para aquellos en busca de relaciones genuinas y enriquecedoras.



Email

julies.messina@gmail.com



Phone

00 34 691424397



Address

Ibiza
Barcelona



@julietamessina.terapia.