Clic al corazón

AMAR SIN APEGOS

El arte de saber amar

Analucía Gonzaga

PSICOLOGA Y COACH DE PAREJAS

Clic al corazón

1 ¿QUIÉN NO HA SUFRIDO POR AMOR?

2 ¿A QUIÉN NO LE HA COSTADO SOLTAR UNA RELACIÓN QUE LE HACÍA DAÑO?

3 ¿CUÁNTAS VECES NOS HEMOS QUEDADO EN UNA RELACIÓN ESPERANDO UN CAMBIO?

Clic al corazón

¿QUÉ ES EL APEGO?

Aunque somos conscientes, nos cuesta soltar

Incapacidad de dejar una relación que nos daña

Es como una adicción al cariño o al amor de alguien

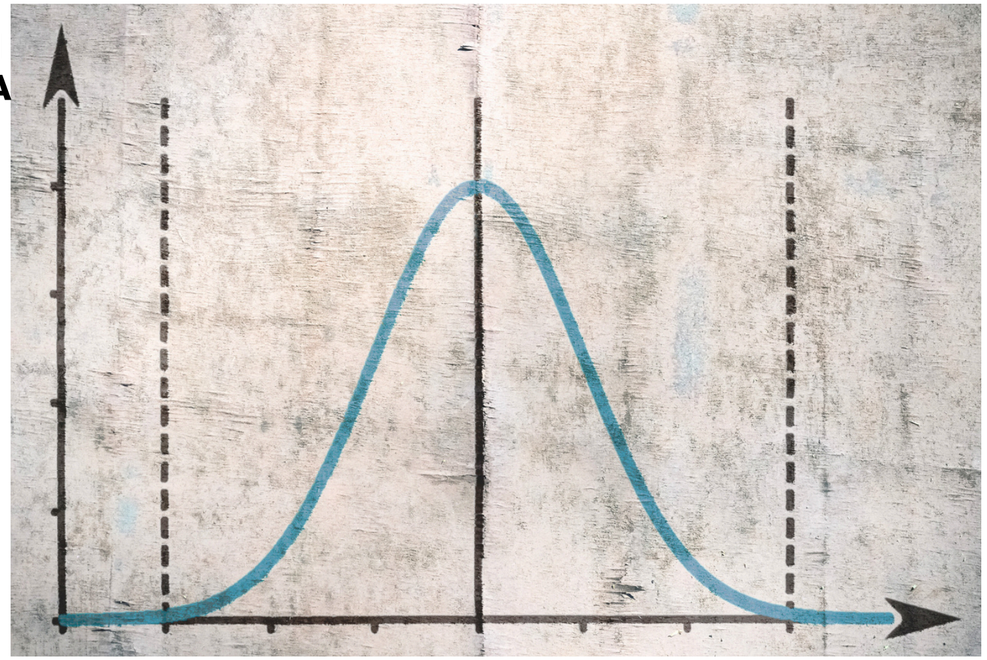
3 Razones para saber irse...

- Ya no te ama
- No puedes autorrealizarte
- Va en contra de tus principios y valores

Clic al corazón

¿Por qué las relaciones tóxicas son adictivas?

Clic al corazón



Elegimos desde la necesidad, no desde la libertad

Confundimos necesidad con preferencia

¿Cómo elegir a una buena pareja?

Clic al corazón

LA CHISPA
Conpatibilidad

RAZONAMIENTO
¿Me conviene SI O NO?

INVERTIR
en la relación

Triángulo de Conpatibilidad

Clic al corazón

25%

4
Secuntarias

75%

4
Cosas esenciales que van acorde a tu proyecto de vida y principios

5 Leyes del Amor

Clic al corazón

1

SI TIENE DUDAS, NO TE AMA

- En el amor no hay grises

2

NO IMPORTA CUÁNTO TE DICE QUE TE AMA, SINO CÓMO TE AMA

- ¿Amor teórico?
  No sirve

3

TU DOLOR LE DUELE, TU ALEGRÍA LE ALEGRA

- El amor es todo lo contrario a la indiferencia

4

EL AMOR ES AUSENCIA DE MIEDO

- Si tienes miedo a perder a esa persona y vives en constante incertidumbre, eso no es amor es dependencia.

Clic al corazón

5

PARA PODER AMAR DEBES AMARTE PRIMERO

- Para poder recibir amor debemos empezar por el amor propio

Clic al corazón

¿Cómo amar bien?

CULTIVANDO UNA VIDA ANTI APEGOS

Fórmula Anti apego

Clic al corazón

PROYECTO DE VIDA

SENTIDO DE VIDA

VOCACIÓN

AUTORREALIZACIÓN

Clic al corazón

En las relaciones son dos personas dispuestas a crecer juntos sin perder su individualidad

El amor real es libre, es recíproco y bondadoso

Clic al corazón

@clicalcorazon

www.clicalcorazon.com