## Guión para la reflexión individual y en pareja

Este guión tiene la finalidad de favorecer la **reflexión personal** sobre algunos aspectos de la vida de pareja, que condicionan la comunicación de la misma en los diferentes ámbitos.

- 1- Nivel de acuerdo con tu pareja en los siguientes puntos:
  - Reparto de tareas.
  - Cuidado de los hijos.
  - Organización del tiempo libre.
  - Economía familiar.
  - Relación con las familias de ambos.
  - Estilo de pareja
- 2- Cómo cuidamos nuestra relación:
  - Expresiones de afecto.
  - Relaciones sexuales.
  - Tiempos de expansión de la pareja.
  - Proyectos comunes (que os ilusionan a los dos).
- 3- Cómo actuamos en la pareja para solucionar las diferentes visiones y reacciones ante los conflictos:
  - Hablamos poco, nos quedamos mal. Se van acumulando los enfados
  - Es imposible hacer compatibles los puntos de vista de cada cual porque somos distintos en muchas cosas
  - Después del conflicto buscamos un ratito sereno para charlar y solemos llegar a acuerdos
  - Al principio nos duraban mucho los enfados. Ahora estamos contentos al escuchar y comprender las posturas de cada uno.
  - Estamos aprendiendo a valorar las visones o reacciones de la pareja
- 4- ¿Estamos compartiendo con nuestra pareja las reflexiones y contenidos de la Escuela de familias?