



# LOVE READY

**PREPÁRATE PARA EL AMOR QUE MERECE**

Un programa diseñado para personas que quieren vivir el amor desde el autoconocimiento, la autenticidad y los valores que realmente importan.



INSTITUTO DE  
RELACIONES

# ¿Por qué este programa es para ti?

01

Ellevas un tiempo sin pareja y sientes que algo en ti quiere cambiar antes de volver a intentarlo.

02

Has tenido relaciones que empezaban bien pero siempre acababan de la misma manera.

03

Quieres amar desde un lugar más seguro, no desde el miedo o la necesidad.

04

Estás bien solo/a, pero sabes que podrías estar mejor acompañada.

**"Love Ready" está diseñado para romper con esas dinámicas. Es una oportunidad para llegar al amor desde la plenitud, no desde el vacío.**



# Las 3 fases de MFVI- MÉTODO DE FLEXIBILIDAD VINCULAR INTEGRAL



## FASE RECONOCER

- Evaluación de patrones de apego y estilo vinculación.
- identificación de esquemas relacionales de Young que guían tu historia amorosa.
- Toma de conciencia de creencias limitantes sobre el amor y el merecimiento afectivo.



**Porque te mereces lo mejor en el amor. ¡Es hora de LOVE READY!**

# Las 3 fases de MFVI- MÉTODO DE FLEXIBILIDAD VINCULAR INTEGRAL



## FASE SOLTAR

- Descubrir y reconocer patrones emocionales desde la raíz.
- Aprender a estar con las emociones difíciles sin que dicten tus decisiones amorosas.
- Resignificar tu narrativa amorosa: ¿Qué versión de ti está lista para amar?



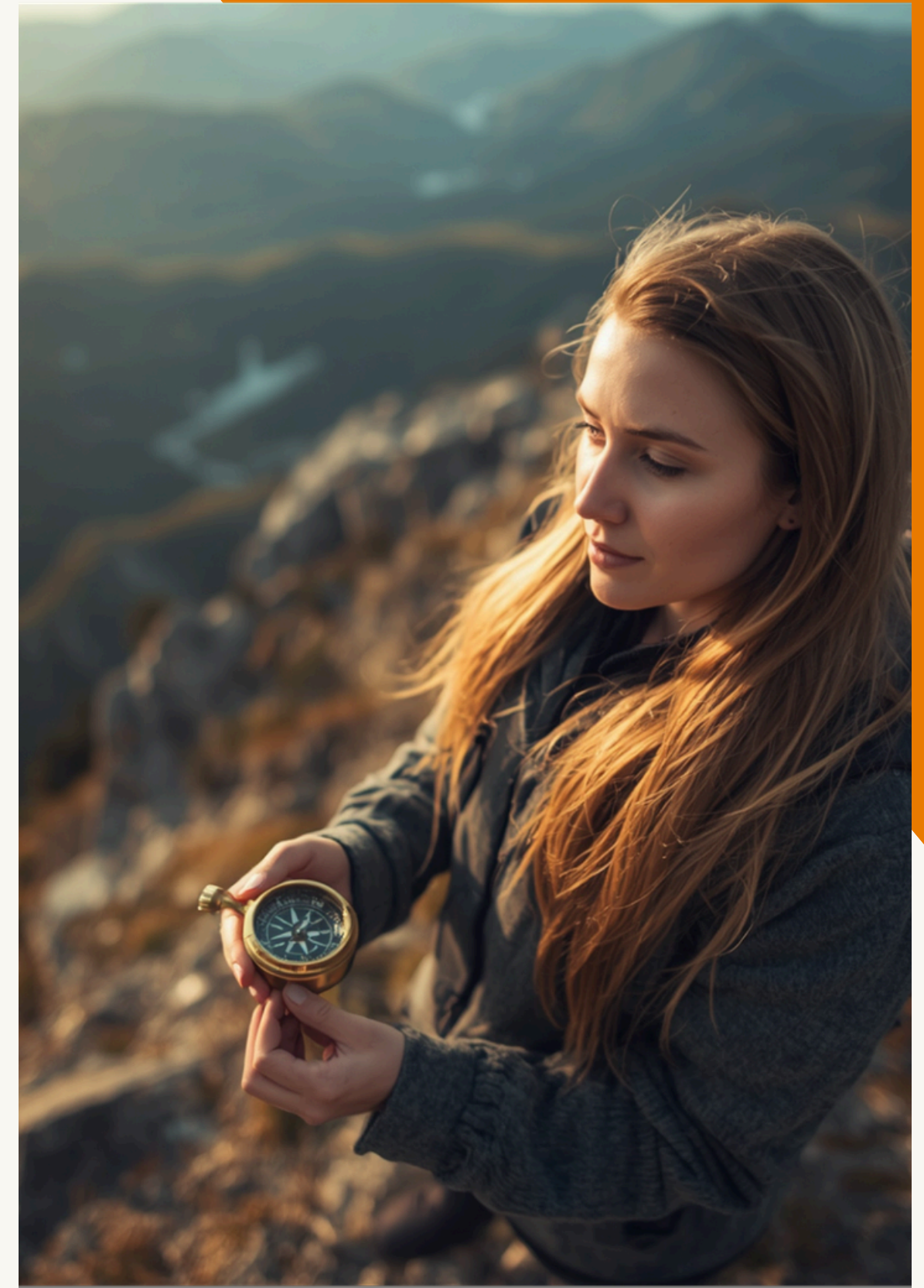
**Porque te mereces lo mejor en el amor. ¡Es hora de LOVE READY!**

# Las 3 fases de MFVI- MÉTODO DE FLEXIBILIDAD VINCULAR INTEGRAL



## FASE ELEGIR

- Clarificar tus valores y construir tu brújula relacional personal.
- Entrenar habilidades de comunicación auténtica y presencia en los encuentros.
- Diseñar un plan de acción comprometido con la vida amorosa que quieres vivir.



**Porque te mereces lo mejor en el amor. ¡Es hora de LOVE READY!**

# ¿Qué ofrece este programa?

**01**

Metodología basada en Teoría del apego, Terapia de esquemas y ACT

**02**

Enfoque individual: trabajas tú solo/a, desde dentro hacia fuera

**03**

Proceso estructurado en 8 sesiones

**04**

Herramientas prácticas que puedes aplicar desde el primer momento



# ¿Qué te vas a llevar?

01

Entenderás cómo tus esquemas y tu estilo de apego han moldeado tu vida amorosa.

02

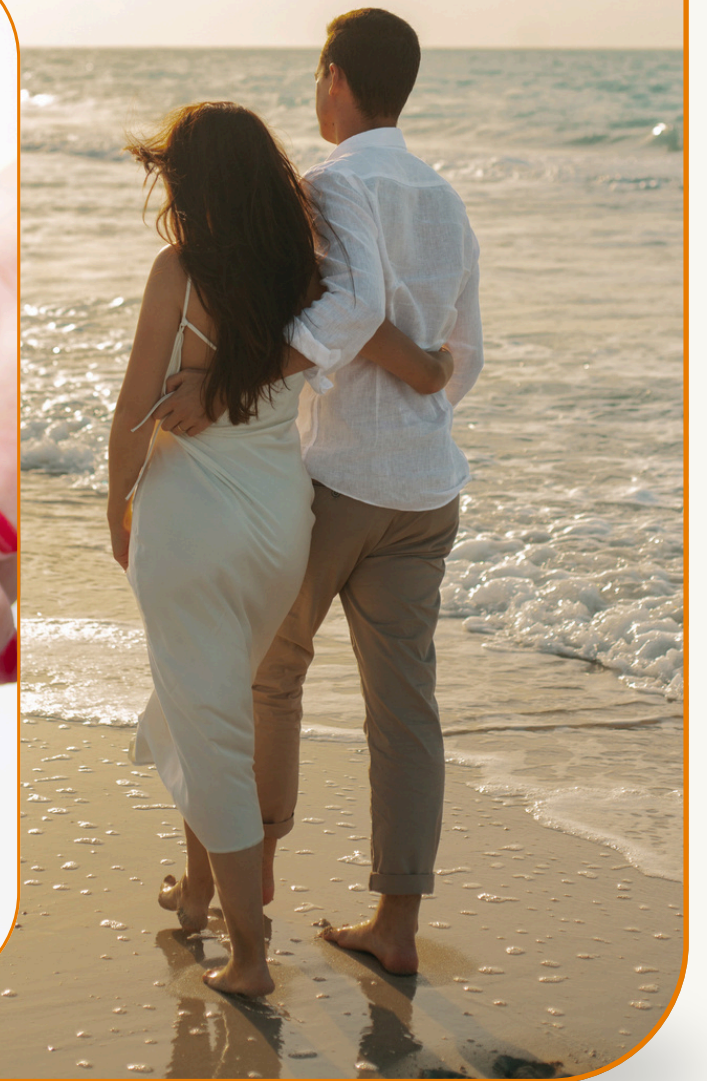
Aprenderás a relacionarte con el miedo al rechazo y la ansiedad relacional sin que te paralicen.

03

Construirás tu brújula de valores relacionales para tomar decisiones amorosas auténticas.

04

Te entrenarás en habilidades de presencia, comunicación y autoconocimiento para conectar de verdad.



# PASO A PASO HACIA EL AMOR QUE MERECE

SEMANAS



# QUE DIFERENCIA AL PROGRAMA LOVE READY DEL INSTITUTO DE RELACIONES

- PROGRAMA ESTRUCTURADO Y BREVE: 8 SESIONES
- METODOLOGIA PROPIA: MFVI – MÉTODO DE FLEXIBILIDAD VINCULAR INTEGRAL
- NO ES TERAPIA NI COACHING: ES UN MÉTODO INTEGRADOR PARA SOLTEROS/AS QUE TRABAJA MENTE, VALORES Y ACCIÓN.



# CONOCE A TU COACH



CARLES RIOS

**Psicólogo, Coach de  
Relaciones**

## EMPIEZA HOY TU CAMINO HACIA EL AMOR

**Si consideras que este programa es para ti,  
los siguientes pasos son:**

- RESOLVER TODAS TUS DUDAS
- CONTESTAR LOS CUESTIONARIOS PARA UN MAYOR AUTOCONOCIMIENTO.
- CONTRATAR EL PROCESO

RESERVA AHORA UNA SESIÓN  
INFORMATIVA GRATUITA



Porque estar listo para amar  
es el mejor punto de  
partida...

## Información de contacto:



[www.instituto de relaciones.es](http://www.instituto de relaciones.es)



[info@institutoderelaciones.es](mailto:info@institutoderelaciones.es)



Carles: 683184228



INSTITUTO DE  
RELACIONES