**YO TE CUIDO, TÚ ME CUIDAS**

**Objetivo:** dejar de centrarse en uno mismo para acercarse a las necesidades del compañero.

**Actividad :** durante el tiempo que se considere ( un día, semana…) se sortean las parejas que han de cuidarse. Transcurrido ese tiempo se expone cómo ha sido la experiencia, qué vivencias se han tenido, qué emociones han experimentado…

En familia: aprovechando algún día especial ( en este caso “ día de la madre “ ) les propuse durante una semana cuidar y mimar a mamá de forma especial.

