

Coloquio interdisciplinario de Doctorado – Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla.

La comunicación asertiva para fortalecer las relaciones de pareja en usuarias de una institución pública en Atlixco, Puebla.

María Virginia Álvarez Alonso - Antonia Pacheco Guarneros

Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla

viky.alvarez@hotmail.com

tony_psicologa@hotmail.com

Resumen

El tema de la comunicación asertiva y otros estilos comunicativos ha sido abordado por diferentes autores (Estrella 1991, Lepe 2007, Macario 2007, Sosa 2011). En el presente trabajo, se reportan los resultados de un trabajo práctico de investigación de posgrado, el cual tiene como objetivo comprobar que el fortalecimiento de las relaciones de pareja puede alcanzarse mediante la instrucción en un estilo asertivo de comunicación.

Para ello se implementó un curso-taller de siete sesiones cuyos participantes fueron ocho parejas de la ciudad de Atlixco, Puebla. Se aplicaron instrumentos de evaluación antes, durante y al final de las sesiones para medir su eficacia. Uno de ellos fue diseñado en base a Estrella N. (1991) para identificar los estilos comunicativos de los sujetos y trabajar en las sesiones temas de comunicación. Los principales resultados obtenidos son la mejora en la relación y en la comunicación de las parejas; se comprobó que la asertividad está muy relacionada con la calidad en la relación y la satisfacción en pareja.

Con lo anterior, se concluye que este proyecto contribuye al fortalecimiento de las relaciones de pareja y de la familia, ya que puede ser un recurso eficaz en la prevención de problemas sociales y de apoyo a la salud social.

PALABRAS CLAVE: relaciones de pareja, comunicación asertiva, dialogo.