

1436



**Universidad Nacional Autónoma  
de México**

---

FACULTAD DE PSICOLOGIA

**Evaluación experimental de cua-  
tro programas de televisión para  
la prevención de problemas  
conyugales.**

**T E S I S**

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE

LICENCIADO EN PSICOLOGIA

P R E S E N T A

*Silvia Aide Chapa Fuentes*

MEXICO, D. F.

NOVIEMBRE 1986



Universidad Nacional  
Autónoma de México



## **UNAM – Dirección General de Bibliotecas Tesis Digitales Restricciones de uso**

### **DERECHOS RESERVADOS © PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO  
FACULTAD DE PSICOLOGIA**

**EVALUACION EXPERIMENTAL DE CUATRO  
PROGRAMAS DE TELEVISION PARA LA  
PREVENCION DE PROBLEMAS CONYUGALES**

**TESIS  
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA  
P R E S E N T A**

**SILVIA AIDE CHAPA FUENTES**

**ASESOR: DR. JUAN JOSE SANCHEZ SOSA**

**MEXICO D.F.**

**NOVIEMBRE 1986**

## R E S U M E N

El objetivo del presente estudio fue la elaboración, evaluación y validación del contenido de cuatro programas de televisión para la prevención del deterioro de las relaciones conyugales. El texto de los guiones se desarrolló tomando como base los criterios considerados por Satir - (1985) para lograr una comunicación adecuada. La evaluación se realizó con una muestra de 40 sujetos en un diseño de grupo control pre-test y pos-test asignando aleatoriamente 20 sujetos al grupo control y 20 al grupo experimental. El análisis de resultados se realizó utilizando la prueba Wilcoxon para muestras relacionadas y U-Mann Witney para muestras no relacionadas. Los resultados -- obtenidos indican que la lectura del contenido de los -- guiones produjo un cambio significativo en las actitudes de los sujetos con respecto al tema tratado, así como un aprendizaje en la habilidad para identificar y solucionar problemas asociados con una comunicación deficiente. Por otra parte, los sujetos reportaron un marcado interés y aceptación del tema enfatizando la importancia de este tipo de mensajes.

# I N D I C E

	pag.
DEDICATORIAS .....	
AGRADECIMIENTOS .....	
INTRODUCCION .....	1
- La Familia .....	2
- La Pareja .....	6
- La Comunicación .....	11
- La Comunicación en la Pareja .....	12
- Prevención .....	15
- Salud Mental .....	16
- Educación para la Salud .....	17
- Persuasión .....	19
- La Televisión .....	20
- Objetivo .....	21
METODO .....	22
Sujetos .....	22
Variable Independiente .....	22
Variable Dependiente .....	23
Validez .....	24
Diseño .....	25
Procedimiento .....	25
RESULTADOS .....	28
DISCUSION .....	37
REFERENCIAS .....	39
ANEXO 1 Guión 1 .....	44
ANEXO 2 Guión 2 .....	66
ANEXO 3 Guión 3 .....	80
ANEXO 4 Guión 4 .....	93
ANEXO 5 Datos Sociodemográficos .....	104
ANEXO 6 Escala de Actitud .....	105
ANEXO 7 Escala de Evaluación .....	107
ANEXO 8 Cuestionario de Solución de Problemas ....	109
ANEXO 9 Cuestionario de Validación Externa .....	113

**A mis padres**

**Evangelina y Marco tulio**

**A Rembrandt**

**A mis hijos**

**Rembrandt, Dante y  
Marco Tulio**

**Deseo manifestar:**

Mi reconocimiento respeto y gratitud al Dr. Juan José Sánchez Sosa por los estímulos, apoyo y orientación brindados

Mi gratitud al Lic. José I. Martínez G., al Lic. Fernando Herrera y al Mtro. Francisco Lara Por su orientación y apoyo.

Mi gratitud a Lorena cuya decidida participación me permitió concluir la Tesis.

Gracias a quienes con su colaboración hicieron posible la realización de este trabajo.

## I N T R O D U C C I O N

La desaparición funcional de la familia en general y de las relaciones conyugales en particular, se están convirtiendo cada vez más en un severo problema social. La delincuencia es mayor entre los hijos de familias desintegradas o con problemas maritales, el alcoholismo es más frecuente entre los miembros de parejas separadas y los problemas maritales preceden a poco menos de la mitad de los primeros ingresos a los hospitales psiquiátricos. Por otra parte, la ausencia de un marco familiar suele deteriorar fácilmente la adaptabilidad del ser humano dentro de cualquiera de sus actividades (Sánchez-Sosa, 1982; Azrin, Naster y Jones, 1973).

Cada vez es mayor el número de parejas insatisfechas con su relación y el número de parejas que se separan o divorcian (Sánchez, 1980; Sánchez-Sosa, 1982; Satir, 1983; Alvarez, 1984 y Sandoval, 1985).

Existen diferentes opiniones respecto a cuáles son las causas y consecuencias que deterioran la relación conyugal y muchas de ellas coinciden en que una comunicación deficiente o inadecuada es uno de los principales problemas que afectan las relaciones de pareja (Amara, 1980; Chagoya, 1973; Solorzano, 1980; Sánchez, 1980; Satir, 1985), y cabe señalar que no es un problema exclusivo de la relación de pareja sino de toda relación interpersonal.

Muchos y variados esfuerzos se han realizado para identificar y ayudar a resolver los problemas maritales, no así para prevenirlos.

La desintegración conyugal prevenible al igual que otros problemas de salud mental tiene una evolución o historia natu



ral a lo largo de la cual es posible precisar los factores que contribuyen a generar un desequilibrio de las relaciones de pareja y muchos de ellos pueden ser factores prevenibles, que -- son los que tienen mayor importancia para realizar programas de promoción de la salud mental orientados a mantener y mejorar la calidad de la relación familiar y conyugal.

Su aplicación puede hacerse a través de la educación para la salud utilizando, entre otros, los medios masivos de comunicación. Por sus características facilitan una amplia cobertura de información, mayor rapidez y oportunidad en la comunicación, así como menores costos de operación por recipiente, cuando -- los mensajes cubren ciertos requisitos de calidad.

A continuación, se describen de manera más detallada algunos antecedentes y bases conceptuales relacionadas con esta problemática.

## La Familia

A través de los años, la problemática del comportamiento en la familia como objetivo de estudio, ha generado múltiples enfoques, motivo de preocupación entre las más diversas disciplinas relacionadas con el comportamiento humano.

Aunque en diferentes momentos de la historia, la institución familiar ha recibido críticas en su desarrollo y evolución, no se puede negar que los aciertos y errores que ocurren en su seno, son determinantes para el crecimiento y desarrollo de niños y jóvenes. La familia es fuente de seguridad y afecto cuando existen buenas relaciones entre sus miembros; de ella depende en gran medida que los individuos satisfagan sus necesidades físicas, afectivas y culturales, logrando el desarrollo de una identidad propia. A la vez la familia puede capacitar en el desempeño de diferentes roles que posteriormente se utilizarán en la escuela, el trabajo, la vida comuni

taria, etc. Sin embargo, en una familia disfuncional todas estas características pueden volverse en contra del individuo y de la institución familiar misma.

En toda familia surgen conflictos y crisis, de no lograrse un ajuste adecuado o la superación de aquellos, suelen verse afectados padres e hijos, conduciendo a la separación, el divorcio o la desintegración familiar. Esto propicia una atmósfera de cambios y desvíos bruscos muy estresantes. Pueden surgir profundos sentimientos de frustración, resentimientos y --hostilidad que provocan alteraciones en el comportamiento y --afectan la salud mental de sus miembros. Dar y recibir expresiones afectivas en las relaciones familiares, constituye un --centro social de fuerzas que consolidan o destruyen la salud --mental (Ackerman, 1974). Las repercusiones del divorcio o la --desintegración familiar no se reducen a la pareja o familia. --Las consecuencias que puede tener un hogar destruído para un --individuo, no sólo se reflejan en él y sus padres, sino que --pueden tener consecuencias para la comunidad en sentido más --amplio. Se ha señalado que una mayoría de niños y jóvenes que incurren en problemas de delincuencia, abuso de drogas, conduc--tas desviadas, alteraciones de la personalidad y problemas de adaptación, suelen tener como factor común entre otros la procedencia de familias desintegradas o disfuncionales (Sánchez-Sosa, 1982).

A continuación, se reseñan algunos de los estudios descriptivos más representativos de los muchos que se han realizado en diferentes Centros de Integración Juvenil del país, en los que se ha explorado y confirmado que este tipo de conductas perturbadoras sistemáticamente se relacionan con la desintegración familiar.

En un estudio naturalístico sobre el fenómeno de la inhalación de solventes en niños de la Ciudad de México (Herman,

Leal y Salinas del Valle, 1977) se encontró que de 24 niños que habían abandonado su hogar, antes de hacerlo ya en 17 casos había ausencia de por lo menos uno de los padres. De los anteriores, para ocho se había sustituido al padre por un padrastro, y la razón más común para abandonar el hogar fue el mal trato por parte de los padres

Otro estudio sobre pacientes inhaladores de sustancias volátiles admitidos a un Centro de Integración Juvenil de la Ciudad de México, (Berriel, Jauregui y Contreras, 1977), señalan que la falta de una familia bien estructurada y organizada con la presencia de ambos progenitores propicia tanto el inicio de la dependencia a inhalantes como del desarrollo de conductas antisociales que van desde el abandono hasta el delito.

Otro grupo de estudios sobre la desintegración familiar la relacionan con otros problemas sociales. En un estudio sobre prostitución y drogas realizado en la Ciudad de México -- (Romero y Quintanilla, 1982), la mayoría de las prostitutas se caracterizan por provenir de familiar con índices de inestabilidad y/o alto grado de desintegración. Esta inestabilidad implicaba básicamente la ausencia de uno o ambos padres.

También son frecuentes los estudios que relacionan la desintegración familiar con otros factores. Por ejemplo, más de 30 casos supervisados en diferentes ciudades de México -- (Cd. Juárez, Mérida, Mazatlán y México, D.F.), en los Centros de Integración Juvenil (González-Nuñez y Padilla, 1981), revelaron que un 80% de los adolescentes que llegan a esa institución, además de problemas de drogadicción, consistentemente mostraron algún tipo de práctica antisocial (75%), y algún tipo de práctica homosexual (90%) y que provienen de hogares -- destruidos principalmente por la separación y el divorcio. En un programa intensivo de tratamiento y rehabilitación realiza

do en un Centro de Día perteneciente a otro Centro de Integración Juvenil en la Ciudad de México (Arroyo, 1977), se observó que la familia fue el segundo de los diez más importantes factores que funcionan como "saboteadores" que provocan la deserción o dificultan la rehabilitación. Los inhaladores que desertaron después de la primera consulta con frecuencia eran vagabundos que no vivían con su familia. Los que asistieron al Centro de Día pertenecían a familias desintegradas generalmente por la ausencia del padre. Estas familias son similares a las de farmacodependientes encontradas en estudios epidemiológicos y sociales (Schnaas y Col., 1976; Clarc, 1976).

Así, la desintegración familiar es un factor común que se relaciona funcionalmente con otros problemas sociales y de salud mental, el cual a su vez se constituye a sí mismo en un problema social cada vez más evidente y severo, tal como lo suelen señalar los especialistas en el área. Una amplísima gama de problemas sociales afecta nuestra sociedad y tiene un denominador común, la desintegración familiar. Si no cumple con las funciones adaptativas y sociales que históricamente le corresponden, la familia puede convertirse en el principal agente propiciador de conductas antisociales (Sánchez-Azcona, 1980). Estimaciones recientes sugieren que cada día aumenta el número de separaciones y divorcios (Alvarez, 1984). Un hecho notable acerca del matrimonio en los últimos veinte años es el aumento estadístico de problemas maritales (Gelman, Huck, Salholz, - - Monroe, Wheather y Morris, 1981). Aproximadamente una de cada cuatro parejas casadas son infelices en su matrimonio (Burgess y Cottrell Jr., 1937; Renne, 1970; Landis, 1963). Los divorcios de matrimonios infelices están aumentando, así como también el número de niños de matrimonios destrizados (Plateris, 1970; Morales y Fernández-Pardo 198 ). El crimen y la delincuencia es mayor entre niños que provienen de hogares infelices o desintegrados (Manalan, 1957; Siver y Derr, 1966; Siegnan, - - 1966).

Las relaciones familiares se forman alrededor de la relación marital, así la relación de ambos cónyuges es de importancia extraordinaria y son ellos los arquitectos de su familia. Una relación conyugal satisfactoria va a ser determinante para una familia más sana. Una relación de pareja precozmente conflictiva o desarrollada posteriormente puede afectar o alterar la interacción parental y por ende, la funciones de la familia y sus miembros (Macías, 1981).

### La Pareja

Se ha observado que los problemas maritales cada vez son más frecuentes y graves, así como sus consecuencias. Estos problemas son ya el motivo de muchos divorcios y de malas relaciones familiares que afectan a los miembros de las familias que las padecen reflejándose en la vida cotidiana del individuo, quien en el trabajo, la escuela, el hogar, tiene pleitos frecuentes o situaciones que le pueden llevar a problemas de drogadicción, alcoholismo, delincuencia y a sentirse incomprendido y agredido por las personas que lo rodean.

Los observadores profesionales de la familia concuerdan en que recientemente han habido muchos cambios en las experiencias y papeles familiares (Klemer, 1978). A mediados del siglo veinte Ogburn y Nimkoff (1955) pidieron a diez y ocho expertos en familia que hicieran una lista de los cambios más significativos en el transcurso de su vida profesional sobre la familia norteamericana. El grupo reportó 63 cambios, pero sólo uno de ellos fue reportado por todos: el aumento de separaciones o divorcios.

Muchos de los cambios que los expertos de Ogburn y Nimkoff propusieron parecen ir en progreso, éstos incluyen el descenso en la autoridad de los esposos y padres, el aumento de las rela-

ciones sexuales premaritales y extramaritales, el aumento en el número de esposas que trabajan fuera de la casa, un aumento en el individualismo y libertad de los miembros de la familia y la transferencia de las funciones familiares (Klemer, 1978).

Diferentes factores se han considerado como causa de -- los problemas conyugales y parece ser que mucho de lo que ha ocurrido en la relación marital en los últimos años puede resumirse en: 1) el cambio en la determinación de permanecer casado y 2) la pérdida de satisfacción en el matrimonio a -- causa de expectativas falsas (Klemer, 1978).

El cambio en la determinación.- En toda relación siempre habrá inevitablemente momentos poco gozosos. En el pasado éstos se toleraban o pasaban por alto, los valores más importantes del matrimonio eran permanecer casados, tener hijos y continuar existiendo, pero hoy, los momentos pocos gozosos son cruciales, afectan la decisión de continuar o disolver el matrimonio. Se percibe al divorcio como una fácil alternativa al nivel de tolerancia de la pareja moderna, esta concepción disminuye notablemente tal tolerancia (Klemer, 1978; Jorgensen y Johnson, 1980).

La satisfacción en el matrimonio.- A menudo, la disolución del matrimonio comienza con desencanto temprano que se sufre cuando uno de los integrantes o ambos descubre que su compañero es incapaz de satisfacer sus expectativas. Cada individuo lleva al matrimonio, no sólo sus expectativas condicionadas de hombre o mujer (Alvarez, 1985), sino una serie de costumbres, actitudes y valores "internalizados" que a veces son extremadamente importantes en sentido consciente o inconsciente.

temente. Sin embargo, estas costumbres, actitudes y valores pueden ser tan extrañas para el compañero que se perciben como caprichos tontos o concepciones completamente irracionales (Klemer, 1978).

Otro factor que se ha estudiado para tratar de determinar las causas de los problemas maritales se refiere a la razón por la que las personas se casa. Existen muchas razones y sentimientos que motivan al individuo para tomar la decisión de casarse. A estas razones y sentimientos Klemer (1978) lo divide en factores socioculturales y psicológicos.

Los factores psicosociales se refieren a la propinuidad, la exogamia y la endogamia. La propinuidad se refiere a la razón por la cual la gente se casa con un individuo en particular simplemente porque éste está allí. Alguien que está a la mano es un candidato más probable que alguien que se encuentra lejos. La endogamia se refiere a la relación de compañeros en la cual las personas pertenecientes a grupos similares en cuanto a raza, religión y estatus socioeconómico se casan entre ellos.

Factores psicológicos. Entre éstos, destacan el temor a -- quedarse solo y el escape de padres opresivos, parece ser una manera de poner fin al dominio paterno. Es sólo mucho después que la pareja descubre que el matrimonio no disminuye las restricciones y responsabilidades, sino por el contrario las aumenta. Otro factor es la identificación adulta, el deseo del joven por ser adulto o al menos parecerlo. Para probar a sus padres y al mundo que ha alcanzado la edad adulta y que por tanto debe tratarseles como tales. Recurren a una lógica muy simple, "los adultos se casan" y como quieren ser adultos se casan ellos también. La venganza y rebelión parecen ser otros motivadores expresadas como "yo les demostraré". Finalmente, la atracción sexual, así como el -- éxito y el estatus, son otros factores psicológicos que influyen en la selección de pareja.

Así, podría mencionarse una extensa variedad de factores que se sugieren como posibles causas de problemas maritales. -- Sin embargo, son muchos los expertos en el campo de las relaciones familiares y conyugal que coinciden e insisten en que la comunicación es un factor determinante en la calidad y dirección de dichas relaciones.

"Las fallas en la comunicación son una de las mayores causas de rompimiento de matrimonios" (Chagoya, 1973).

"El matrimonio no viene a ser más que una comunicación y una responsabilidad constante" (Sánchez, 1980).

"En nuestras familias actuales no existe grado de entendimiento y comprensión adecuado. La comunicación es insuficiente para que realmente exista armonía" (Solorzano, -- 1980).

"La comunicación es el único factor y el más importante que afecta la salud de una persona y sus relaciones con los demás" (Satir, 1985).

"En la relación permanente de dos personas, la comunicación es uno de los factores de mayor importancia y trascendencia, porque de no existir o ser inadecuada puede determinar o corroer la atracción afectiva" (Alvarez, 1985).

Asimismo, los resultados de diversas investigaciones cuyo objetivo ha sido delimitar los problemas que afectan las relaciones familiares y conyugales, y en evaluaciones de diferentes tratamientos terapéuticos de pareja, han mostrado en común la existencia de una deficiente comunicación entre los cónyuges -- (Azrin, Naster y Jones, 1973; Hahlweg, Revenstorf y Schindler, -- 1984; Satir, 1985).



Algunos de los estudios han aplicado escalas de autoregistro, opiniones y cuestionarios que suelen incluir las áreas de comunicación, expresión de afecto, sexual, recreación, responsabilidades domésticas, etc. Probablemente algunos de los más usados son: Wallace Marital Adjustment Scale (MAS) (Locke y Wallace, 1959); el Area of Change Questionare (A-C) (Weiss, Hops y Patterson, 1973); y el Marital Happiness Scales (MHS) (Azrin, Naster y Jones, 1973). Poco se ha mencionado acerca de la validez de tales instrumentos (Sánchez-Sosa, 1982).

Otros procedimientos frecuentemente usados han elaborado e instrumentado contratos conductuales solos o en combinación con otros procedimientos. También se ha recurrido a realimentación mediante videós mientras se analizan los problemas y posibles soluciones para los mismos (Margolín y Weiss, 1978), generalmente se proporciona a los cónyuges escritas o verbales - acerca de cómo mejorar la relación y estrategias para analizar los problemas maritales. En esta modalidad, los investigadores han cubierto una amplia variedad de conductas, estos procedimientos implican la intensificación de conductas "blanco" y su definición en términos observables que generen un registro sistémico y confiable.

La literatura de investigación contiene una mayoría de estudios incluyendo los ya reseñados que se enfocan al estudio de causas y consecuencias del problema o al tratamiento de parejas y familias cuya situación ya es crítica y han recurrido a la ayuda profesional, en cambio, es muy poco lo que se ha trabajado con relación a la prevención de esta clase de problemas.

En esta línea de investigación Markman (1979-1981) dirigió un estudio longitudinal con parejas comprometidas en matrimonio.

monio mostrando indicios que apoyan la hipótesis de que una comunicación deficiente es predictiva de insatisfacción en la relación, basado en estos resultados Markman, Jamieson y Floyd (1981) elaboraron un programa de intervención derivado de principios de comportamiento de terapia marital para evaluar los efectos del programa a corto y largo plazo. El programa comprendió habilidad de comunicación y entrenamiento para el refuerzo del comportamiento, esto es, se enseñó a la pareja a escuchar y hablar; a cómo manejar sus propios comportamientos y cómo hacer peticiones específicas para lograr un cambio en la conducta, además se les instruyó para darse retroalimentación acerca de los comportamientos que ellos encontraban placenteros o no placenteros. Los resultados publicados hasta ahora señalan la efectividad del procedimiento en la prevención de la insatisfacción marital, aunque éstos pueden ser limitados debido a que se incluyó una muestra pequeña, proporcionan datos que apoyan el uso de procedimientos preventivos.

De lo anterior se deriva la importancia que se le ha dado a la comunicación en el presente trabajo.

### Comunicación

El esquema sobre comunicación retomada para el caso que nos ocupa es el propuesto por Anzieu (1980) quien la define "como el conjunto de los procesos físicos y psicológicos mediante los cuales se efectúa la operación de relacionar a una (o varias) persona(s) - el emisor - con una (o varias) persona(s) - el receptor - con el objeto de alcanzar determinados objetivos" y propone que este proceso se puede estudiar de acuerdo a dos perspectivas: Por una parte, un aspecto formal, reductible a un aspecto cibernético; por otra, su aspecto psicossociológico, que tiene en cuenta la puesta en situación de los locutores.

"En los aspectos psicosociológicos se ponen en contacto dos o varias personalidades comprometidas en una situación común que luchan por las significaciones. En seguida se describen los elementos esenciales de este aspecto:

**Personalidad.**- Los individuos que se comunican se caracterizan por su historia personal, un sistema de motivaciones, un estado afectivo, un nivel intelectual y cultural, un marco de referencia, un estatus social y roles psicosociales, los cuales influyen en la emisión y recepción de los mensajes.

**Situación común.**- La comunicación posibilita la acción sobre los demás dentro de una situación definida. Es un medio para hacer cambiar ésta última; los objetivos de la comunicación: informar, convencer, modificar una opinión, hacer actuar, callar y expresar sentimientos, instruir, actuar sobre el equilibrio emocional y la salud psíquica, inducir sentimientos influyen sobre el contenido y el estilo de las comunicaciones. La naturaleza de la situación puede ser tal que suscite en los interlocutores una necesidad más o menos intensa de comunicarse y a veces la negativa de uno de ellos a entrar en comunicación.

**Significación.**- No solamente se intercambia información sino también significaciones, esencialmente símbolos, más o menos conocidos por los interlocutores, más o menos claro, raramente unívocos."

## La Comunicación en la Pareja

Desde que el ser humano llegó a este mundo, la comunicación ha resultado ser el factor más importante que determina el tipo de relaciones que va a tener con los demás y lo que sucede en el mundo que lo rodea (Satir, 1985).

Los estudios sobre conflictos de la pareja y en el seno de la familia, ofrecen repetidas evidencias de que las siguientes aseveraciones son confiables: frecuentemente los mensajes se distorsionan en su tránsito desde el que los envía hasta el que

los recibe. Los estilos de vida difieren y es posible llegar a un acuerdo sobre ellos, la necesidad de cercanía de uno, a veces contradice la necesidad de aislamiento de otro, deben especificarse las pruebas de confianza, debe verbalizarse la asociación de la importancia de una mutua relación, a manera de reforzamiento positivo de la misma, deben establecerse las áreas de separación de poderes para evitar los sentimientos de uso, abuso y explotación, el "conocimiento" incuestionable del otro es una fantasía que debe exponerse a fin de manejar la realidad del ser de cada quien (Bernhard, 1981).

Algunos definen a la comunicación en el matrimonio (Chagoya, 1983) como un constante intercambio de información (o mensajes) entre los miembros de la pareja a través del lenguaje hablado, expresiones faciales y/o corporales.

El problema no parece tan sencillo; muchas veces el mensaje recibido no es el mensaje enviado (Chagoya, 1983; Alvarez, 1985; Satir, 1985), el problema no sólo ocurre a nivel verbal, el silencio también es comunicación así como las actitudes la expresión a través de posturas y la expresión facial por medio de gestos, muecas, miradas o la falta de éstas.

Una de las grandes dificultades entre individuos es reconocer lo que otra persona "quería decir realmente", por lo cual entre más explícito y directo sea un mensaje, es más difícil que aparezcan "respuestas inconscientes motivadas" (Chagoya, 1983).

Cada mensaje tiene por lo menos tres aspectos: el primero consiste en lo que se dice o escribe, el significado de las palabras; el segundo define el significado o naturaleza del mensaje, "cómo debe percibirse", cómo el que envía el mensaje intenta influir en la naturaleza de la relación con el que lo recibe, la intención del que lo envía puede ser sugerida por la voz, gestos, etc.; el tercer aspecto está delimitado por las implicaciones

nes culturales de lo que se comunica (Chagoya, 1983).

Satir (1985), explica y ejemplifica los aspectos de la comunicación, mismos a los que de una forma u otra hacen referencia diferentes expertos (Bernhard, 1981; Chagoya, 1983; Macías, 1986). A continuación se presenta una breve descripción de los mismos; de ellos se deriva el contenido de los programas propuestos en el presente trabajo.

La comunicación abarca toda la amplia gama de formas en -- que las personas intercambian información, incluye la informa-- ción que proporcionan y reciben, y la manera en que ésta se uti-- liza y comprende el sentido que las personas dan a esa informa-- ción.

Ninguna relación interpersonal puede ser positiva a menos que todos los aspectos puedan comentarse libre y francamente. Así pueden hablar de todo; desengaños, temores, penas y críticas al igual que de alegrías y éxitos.

Una trampa de comunicación es la suposición de muchas per-- sonas de que todos los demás saben todo acerca de ellas y que no importa cómo digan las cosas, ellos tienen la obligación de entenderlas.

Las posiciones o distancias físicas también afectan la co-- municación, así como el que cada quien tenga puesta la aten-- ción en lo suyo, aunque hablen de algo muy importante.

Todos sentimos la necesidad y el deseo de una caricia. El tabú que existe contra tocar y ser tocado explica en gran medi-- da las experiencias estériles y frustraciones que mucha gente tiene en su vida sexual. Hay cientos de parejas que no llegan a tocarse excepto en momentos de coraje o con fines sexuales, no se miran a los ojos a no ser por distracción o de reojo. Mu-- chas personas nunca llegan a mostrar su afecto o aprecio, dan

por hecho que los demás ya lo saben y no hay necesidad de reiterarlo.

En resumen, los aspecto que implica la comunicación a que hace referencia Satir son: expresión de lo que se piensa y siente o deseos, temores, alegrías, gustos, etc.; la forma en que se hagan las expresiones, se abarca gestos, ademanes, verse a los ojos y las distancias físicas; la demostración afectiva que comprende la expresión verbal y el contacto físico; poner atención a lo que la otra persona nos dice; todo mundo reacciona al tono de voz, a veces es fuerte, suave, alto, bajo, claro, apagado, lento, rápido y se tienen sentimientos y pensamientos respectivos a lo que se oye, la voz de una persona ayuda o dificulta a los demás captar el sentido de sus palabras.

### Prevención

Se dijo anteriormente que es muy poco lo que se ha realizado en cuanto a prevención de problemas conyugales. En México son muy escasos los estudios sistemáticos para el diagnóstico de la situación de la pareja, menos aún aquéllos realizados para caracterizar dichos problemas y prácticamente inexistentes los orientados a proponer acciones para previnirlos, así como para mantener el funcionamiento adecuado de la pareja en particular y la familia en general.

Habitualmente, la atención que se brinda a los problemas psicosociales en el país es mínimo, sin embargo, en los últimos años se les ha dado mayor importancia; ésto obliga a que se inicien o realicen estudios que rebasan los aspectos tradicionales orientados a atender problemas ya existentes. Se deben realizar estudios que tengan como finalidad mantener y fomentar la relación familiar en un nivel óptimo, lo que implica desarrollar programas y actividades con énfasis verdaderamente preventivos a través de las técnicas que ofrecen disciplinas como la psico-

logía, la salud pública , de educación, de la comunicación y -  
otras.

Abordemos ahora la relación que se establece entre los even  
tos psicológicos, sociales y biológicos, así como las posibilida  
des del manejo de la prevención y el control del problema que --  
nos ocupa.

### Salud Mental

La gente tiene un concepto sobre su propia salud muy dife--  
rente al que tienen los profesionales del campo, y en lo que a -  
la salud mental atañe, las personas se han formado una imagen --  
muy parcial de enfermedad y salud mental, se le ha ubicado en un  
contexto puramente médico sin considerar el aspecto psicosocial,  
no han considerado los aspectos precipitantes cotidianos que de-  
terioran a la salud mental, esto es, los estilos de vida, los --  
que en su mayor parte son aprendidos en la familia.

Una concepción básica adoptada progresivamente por expertos  
del Sector Salud y que parecen estarse ampliando rápidamente, se  
centra en el concepto de que la mayoría de los problemas de sa--  
lud están claramente precedidos por, o relacionados con conduc--  
tas que han estado presentes durante mucho tiempo (Sánchez-Sosa,  
1985).

El avance epidemiológico en este siglo ha mostrado que mu--  
chas de las enfermedades prevalentes en el mundo actual están a-  
sociadas con estructuras sociales determinadas y con el comportam  
iento individual.

En el nivel primario se ha comprobado que con frecuencia los  
síntomas orgánicos se encuentran confundidos con situaciones con  
flictivas de tipo social, económico o emocional. Como resultado  
muchos individuos físicamente sanos llevan vidas infelices y en-  
fermas, marcadas por la angustia, la depresión y por el abuso --  
del alcohol o estupefacientes (Lima, 1986).

Así, la salud mental ocupa un sitio vital para el desarrollo y el bienestar del ser humano. Sin salud mental, se verán -- afectadas la educación, la producción, no hay estabilidad social y no puede haber bienestar ni grado alguno de felicidad (Sánchez Sosa, 1985).

Las mejores estimaciones sobre el estado de la salud mental del mexicano en fechas recientes muestran un panorama que requiere una atención inmediata si no es que urgente (De la Fuente, 1977). Un ejemplo que pone en claro la magnitud de la necesidad de promover la salud mental del mexicano es la desintegración familiar y los problemas conyugales.

El impacto del rompimiento marital sobre la salud mental es enfatizado por la inclusión reciente de los problemas maritales en el DSM III (Markman, Jamieson y Floyd, 1983).

Una posibilidad de manejo de la problemática a nivel preventivo cae en el área de la salud pública con énfasis en la -- educación para la salud.

#### Educación para la salud

La educación para la salud ha formado parte de los programas y actividades que se realizan para fomentar, preservar y restaurar la salud y la capacidad del individuo. En México, la práctica de la educación para la salud está establecida en Título -- Séptimo, Capítulo II de la Ley General de Salud.

Artículo 112.- La educación para la salud tiene por objeto:

I.- Fomentar en la población el desarrollo de actitudes y conductas que le permitan participar en la prevención de enfermedades -- individuales, colectivas y accidentes, y protegerse de los riesgos que pongan en peligro su salud.

II.- Proporcionar a la población los conocimientos sobre las causas de las enfermedades y de los daños provocados por los efectos nocivos del ambiente en la salud.



III.- Orientar y capacitar a la población preferentemente en materia de nutrición, salud mental, salud bucal, educación sexual, planificación familiar, riesgos de la automedicación, prevención de la farmacodependencia, salud ocupacional, uso adecuado de los servicios de salud, prevención de accidentes, prevención y rehabilitación de la invalidez y detección oportuna de enfermedades.

La educación para la salud es una de las disciplinas auxiliares de la salud pública, que ofrece alternativas de solución a los problemas colectivos de salud de la población al apoyar las acciones que permiten mantener la salud, prevenir la aparición de enfermedades y modificar favorablemente la evolución natural de la misma cuando ya se ha presentado; es la acción más trascendente para promover la participación activa y consciente de la población en el cuidado de su propia salud.

Esta consiste en influir favorablemente en los conocimientos, las actitudes y los hábitos de las personas en relación a su salud, para lograr un completo bienestar biopsicosocial. En este caso, es trascendente su aplicación para la prevención oportuna de la desintegración familiar y/o conyugal a fin de promover y fomentar un equilibrio óptimo de dichas relaciones.

Los recursos didácticos cuya función principal es facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje son los medios auxiliares de que se vale la educación para la salud. Estos recursos didácticos se han clasificado de diferentes maneras, pero la Dirección General de Educación para la Salud en México ha considerado dos grupos, en uno se encuentran aquellos que son utilizados directamente por el educador en pequeños grupos, y en el otro los que se emplean para la información masiva de la comunidad. En el primer grupo quedan incluidos el rotafolio, el franelógrafo, el pizarrón, las transparencias, las cintas fijas y las -

gráficas; en el segundo, comprende el cartel, el folleto, el volante, el periódico mural, el teatro guiñol, la prensa, la radio, la televisión, el cine y el equipo de sonido.

La información transmitida a través de cualquiera de estos medios debe contener los siguientes aspectos:

- La presencia de un problema de salud, los factores que lo originan, sus manifestaciones y consecuencias, es decir, la existencia de un riesgo.
- La posibilidad de que tal riesgo afecte a los individuos que reciben el mensaje.
- La existencia de medidas de prevención y control.
- La forma de tener acceso a ellas ofreciendo y disponiendo de recursos a la localidad.

Por último, hay que agregar un aspecto de gran importancia, para que el mensaje tenga mayor y mejor efectividad es necesario que sea persuasivo.

### Persuasión

Para que un mensaje sea persuasivo se debe considerar: quien lo envía o respalda, cómo se dice, a quién y de qué manera.

Si se pueden inducir cambios en los conocimientos que una persona tiene acerca de un objeto social, es probable que se produzcan cambios en los sentimientos y en la manera de actuar que dicha persona muestra hacia el objeto. Pero esto va a depender de los factores ya mencionados. (Rodríguez, 1979)

Las características del comunicador, tal como las percibe quien recibe la comunicación, tendrá una importancia considerable en cuán persuasivo sea el primero. Hay fuentes de comunicación en las que creemos y fuentes en las que no creemos y hay públicos más susceptibles a un tipo de persuasión que otros. También son distintas las consecuencias para el cambio, la forma en que se presenta la comunicación y al medio que sirve para entregarla (la radio, la televisión, el cine, la prensa, etc.) Aronson (1981).

## La Televisión

La tecnología de la televisión ha avanzado a pasos agigantados de tal manera que actualmente podemos ver a través de su pantalla eventos que ocurren a gran distancia en el momento en que éstos suceden, además el sistema de videotape ha abatido sus costos de tal forma que ahora muchas personas pueden grabar y reproducir sus programas favoritos en su propia casa.

Asimismo, se puede observar que cientos de miles de personas dedican un mínimo de su vida cotidiana a ver televisión como cualquier otra actividad "indispensable".

La televisión constituye el medio informativo y recreativo de mayor alcance porque sintetiza a los otros medios y posee una penetración cultural extraordinaria; no hay duda que la televisión se ha extendido a todos los estratos sociales (Covarrubias, 1986).

Su uso, generalmente se encuentra en manos de la iniciativa privada, la cual determina en alto grado el tipo de mensajes que se envían o transmiten y éstos son tendientes a lograr el consumo por parte del televidente. Sin embargo, recientemente se ha reconocido la importancia que representa el uso de la televisión como una opción adicional a la solución del problema de la educación.

Existen señalamientos que sugieren que la televisión posee importantes ventajas educativas. Se dice que tiene el sentido de "inmediatez", es decir, de la involucración del televidente a través de la imagen. "Mueve" lugares, personas y recursos de un sitio a otro, multiplicando su efectividad y valor; focaliza la atención de los aspectos temáticos más importantes, eliminando elementos distractores (Lara-Almazán y González-Costa, 1981).

Por otra parte, sus características facilitan una amplia cobertura de población, mayor rapidez y oportunidad de la comunicación.

ción, así como menores costos de operación por educando, siempre y cuando los mensajes cubran ciertos requisitos de calidad.

En el caso que nos ocupa, es importante su uso en el campo de la educación para la salud, conduciendo programas que cumplan tres requisitos básicos: a) que resulten atractivos a una amplia proporción del país; b) que respondan en efecto, a las necesidades de salud mental del mexicano de modo que genere un -- apoyo sistemático de las instituciones relacionadas con la sa-- lud y c) que incluya una alta calidad tanto en lo referente a -- apoyo científico como en lo referente a producción (Sánchez-Sosa, 1985).

El país cuenta con el avance metodológico en ciencias del comportamiento, con los científicos y profesionistas que han generado dicho avance y con una amplia experiencia en comunicación masiva.

### Objetivo

El objetivo general del presente estudio es la evaluación de los efectos de cuatro programas de televisión para la prevención del deterioro de la relación conyugal. En este trabajo se -- presentan los resultados de la primera etapa que consistió en la elaboración, evaluación y validación del contenido de los guio-- nes para los programas

## M E T O D O

### Sujetos

El estudio se llevó a cabo con una muestra de 40 sujetos casados, 20 de sexo femenino y 20 de sexo masculino, con un rango de edad de 20 a 60 años. Se asignaron aleatoriamente 10 hombres y 10 mujeres a un grupo experimental y 10 hombres y 10 mujeres a un grupo testigo.

### Variables Independientes

El contenido escrito de cuatro guiones para programas de televisión. (Anexos 1, 2, 3 y 4).

El texto se desarrolló tomando como base los criterios considerados por Satir (1985), para lograr una comunicación adecuada. En el primer guión se enfatizó la necesidad de hablar de sentimientos, ideas, deseos, gustos, disgustos y platicar con la pareja; en el segundo, la información se centra en la forma de decir las cosas, así como el lugar y momento adecuados para hacerlo; el tercero se enfoca hacia la importancia y necesidad de saber escuchar; y el cuarto, se refiere básicamente a la demostración del afecto.

La secuencia del contenido es la siguiente:

- Introducción descriptiva del tema señalando la incidencia y gravedad del problema en México, sus repercusiones familiares y sociales.
- Ejemplificación de los factores más comunes asociados a los problemas conyugales.
- Descripción del problema y estrategias para la identificación precoz de factores de riesgo más frecuentes a través de la entrevista a un experto.
- Ejemplificación de cómo se puede prevenir el problema.
- Resumen.

En el diseño técnico de cada guión se aplicaron los criterios que facilitan el rendimiento en la adquisición de contenidos temáticos audiovisuales propuestos por Sánchez-Sosa, Martínez-Guerrero, Lara-Almazán y González-Costa, 1981. Estos criterios se refieren a:

- La correspondencia audiovisual, es decir, mantener la relación entre el contenido de las escenas y el contenido verbal.
- La ausencia de distractores, esto es, evitar que haya elementos ajenos en la ejemplificaciones visuales de los conceptos y recomendaciones.
- El uso de ejemplos pertinentes que realmente ilustren el problema.
- La claridad y secuencia en la presentación de los contenidos.
- El énfasis en los puntos importantes.
- El resumen o conclusiones generales.

#### Variable Dependiente

La actitud de los sujetos hacia las conductas habituales - asociadas con la comunicación de la pareja. Se midió con una escala de actitud tipo Likert, que consistió en una serie de reactivos favorables o desfavorables respecto del objeto de juicio al que los sujetos respondieron en grado de acuerdo y desacuerdo. Esta se elaboró considerando los criterios de Edwards (1957)

La calidad de la comunicación de la pareja utilizando una escala tipo Likert en la que los sujetos contestaron en términos de "siempre" a "nunca" reportando la presencia o no de conductas que promueven una adecuada comunicación.

Habilidad en la identificación y solución de problemas. Se midió con un cuestionario de solución de problemas con reactivos de opción múltiple. Este cuestionario describe ejemplos de situaciones cotidianas que reflejan formas de comunicación que deterioran la relación conyugal, contemplado en el contenido del material leído por los sujetos. Los sujetos seleccionaron el reactivo que consideraron describía lo que debería hacerse para mejo

rar o resolver cada problema. (ver anexo 8).

Estos cuestionarios se construyeron apegándose a los siguientes criterios derivados de la información contenida en los guiones:

- Expresión de sentimientos, pensamientos, deseos, gustos, disgustos, malestares, tristezas y alegrías.
- Forma de expresarlos, el gesto, el tono de voz, ademanes, lugar y momento adecuados para expresarlos.
- Saber escuchar, que implica poner atención y hacer ver con palabras y actitud dicha atención.
- Expresión de afecto físico y verbal.

#### Validez

La validación de instrumentos se realizó por jueces. A 10 expertos se les presentaron las preguntas de los cuestionarios de actitud y de evaluación de la calidad en la comunicación. Cada pregunta estaba escrita en una tarjeta.

Se les pidió a los jueces que después de leer cuidadosamente cada reactivo, colocaran la tarjeta correspondiente en la categoría que ellos consideraban medía la pregunta en ella escrita.

Se les entregó un sobre para cada categoría. Las categorías están integradas por los criterios descritos en la sección de "Variable Dependiente".

Del total de preguntas fueron eliminados siete reactivos -- por no alcanzar el 80% de acuerdos independientes. Dos correspondientes a los reactivos de actitud y cinco a los reactivos que medían la calidad de la comunicación.

Cuatro de las preguntas de la escala de actitud fueron reubicadas con un 80% de acuerdos o más en categorías diferentes de las consideradas originalmente, estos reactivos fueron: Las pre--

guntas 13 y 16 originalmente ubicadas en la categoría "C" se reubicaron en la categoría "A"; la cuatro se pasó de la categoría "C" a la "D" y la dos se reubicó de la categoría "C" a la categoría "D".

Finalmente los cuestionarios quedaron contruidos:

El primero por 23 reactivos, ocho reactivos en la categoría A (7, 9, 11, 12, 13, 18, 20 y 23); cuatro en la categoría B (1, 2, 5 y 19); tres en la categoría C (15, 16 y 17) y ocho en la categoría D (3, 4, 6, 8, 10, 14, 21 y 22) (ver anexo 6).

El segundo quedó integrado por 17 reactivos: cuatro en la categoría A (1, 9, 10 y 17); tres en la categoría B (5, 7 y 16); cuatro de la categoría C (2, 4, 6 y 8) y seis en la categoría D (3, 11, 12, 13, 14 y 15) (ver anexo 7).

## Diseño

Se utilizó un diseño de grupo control pre-test y pos-test, en el que se asignaron aleatoriamente 20 sujetos a grupo experimental y 20 a grupo control. Se sometió a prueba la variable dependiente con un pre-test para verificar la igualdad de ambos grupos en esta fase. Posteriormente se aplicó la manipulación experimental (lectura del contenido de los guiones al grupo experimental y la lectura de material neutral al grupo control) y finalmente se aplicó un pos-test para evaluar el efecto de la variable independiente. (Kerlinger, 1975).

## Procedimiento

Elaboración del material. Guiones: el tema del contenido se eligió a partir de los resultados de diversos estudios en los que se encontró una deficiente comunicación entre los principales problemas que existen en las relaciones conyugales (Azrin, Naster y Jones, 1973; Hahlwäg, Revenstorf y Schindler, 1984; Markman, Jamieson y Floyd, 1983; Satir, 1985); El énfasis que hacen diferen-



tes teóricos y expertos en que la comunicación es un factor de gran importancia que puede mejorar o deteriorar la relación conyugal (Satir, 1985; Chagoya, 1973; Alvarez, 1985; Sánchez, 1980); y a los resultados de una encuesta realizada en el área metropolitana de la Ciudad de México con la finalidad de encontrar los indicadores que propician el deterioro en la relación de pareja (Romero-Meza, Martínez-Guerrero, Singer y Sánchez-Sosa, 1985) - donde el 47% de la muestra reportó que la comunicación con su pareja era deficiente .

El material con el que trabajó cada pareja se colocó previamente en un folder, después se intercalaron un folder con material para sujetos de grupo experimental y uno con material de grupo control quedando de tal manera que al entregarlo a cada pareja a una le correspondía material para grupo experimental y a la siguiente material para grupo control.

Para la realización del estudio se solicitó a 30 parejas - su colaboración participando en la investigación, explicándoles que se trataba de evaluar la forma de comunicación entre las parejas y que el estudio consistía en la aplicación de cuestionarios y lectura del material.

La aplicación se llevó a cabo en la sala de una casa particular, las dimensiones del lugar fueron suficientemente amplias para que los sujetos pudieran estar cómodos.

En una primera sesión se reunieron nueve parejas de las cuales cuatro se asignaron aleatoriamente al grupo experimental y cinco al grupo control; En una segunda cita asistieron 11 parejas, 6 se asignaron al grupo experimental y cinco al grupo control. La muestra total fue de 20 parejas, pues el resto no asistió.

Las instrucciones fueron las siguientes: "Primero contestarán un cuestionario, después leerán un material que se les va a -

proporcionar y posteriormente contestarán otro cuestionario. Le recomendamos que contesten lo más honestamente posible y lean el material con mucha atención. La información que nos proporcionen será anónima".

A todos los sujetos se les aplicó el pre-test que incluía la escala de actitud, la escala de evaluación de calidad de la comunicación y un cuestionario de solución de problemas, además se anexó una hoja para datos sociodemográficos. Una vez que terminaron se les entregó el material de lectura. Después de que leyeron dicho material se les aplicó el post-test, que incluyó la escala de actitud, el cuestionario de solución de problemas y un cuestionario para la validación externa del material. (ver anexo 9)

Una vez obtenidos los datos, se hizo un análisis de frecuencias de las variables sociodemográficas para un análisis descriptivo de la muestra. Se utilizó U-Mann Whitney para muestras independientes con la que se obtuvo la significancia de cambios entre grupos antes y después del tratamiento y la prueba -- Wilcoxon para muestras relacionadas con la que se obtuvo la significancia de cambio intra grupo antes y después del tratamiento en cada uno de ellos. (Siegel, 1985).

## R E S U L T A D O S

El análisis de frecuencias de los datos sociodemográficos muestran:

### Edad

Rango	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
20 - 30	7	17.5
31 - 35	13	32.5
36 - 40	9	22.5
41 - 45	7	17.5
46 - 50	2	5
50 - 60	2	5

### Escolaridad

Primaria Completa	1	2.5
Preparatoria Incompleta	1	2.5
Preparatoria Completa	3	7.5
Técnico o Normal	4	10
Profesión Incompleta	6	15
Profesionista	19	47.5
Estudios de Posgrado	6	15

### Ocupación

Ama de Casa	9	22.5
Empleado	11	27.5
Técnico o profesor	4	10
Profesionista	4	10
Iniciativa privada	8	20
Otra	4	10

## Edad al casarse

Rango	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa
15 - 20	1	2.5
21 - 25	22	55
26 - 30	16	40
31 - 35	1	2.5

## Tiempo de casados

Menos de 1 año	2	5
1 - 5	7	17.5
6 - 10	14	35
11- 15	7	17.5
16- 20	2	5
21- 25	8	20

## Número de hijos

Ninguno	6	15
uno	6	15
dos	10	25
tres	14	35
cuatro	4	10

Las categorías medidas en cada una de las escalas fueron:

Categoría A: Expresión de sentimientos, pensamientos deseos, gustos, disgustos, malêstares, tristezas y alegrías. Categoría B: Forma de expresarlos, el gesto, el tono de voz, ademanes, lugar y momento adecuados para expresarlos. Categoría C: Saber escuchar. Categoría D: Expresión de afecto física y verbal.

Los resultados obtenidos entre grupos con la prueba U-Mann - Whitney para muestras independientes en las aplicaciones pre-test y pos-test con un nivel de significancia de ).05, fueron:

Actitud	Pre-test		Pos-test	
	p	z	p	z
Categoría A	0.5135	-0.6534	0.0007	-3.3911
Categoría B	0.3323	-0.9696	0.0012	-3.2451
Categoría C	0.0560	1.9114	0.0005	-3.4993
Categoría D	0.2270	1.2080	0.0000	-4.8717

### Calidad de la Comunicación

	Pre-test	
	p	z
Categoría A	0.4180	0.8099
Categoría B	0.8157	-0.2331
Categoría C	0.1488	-1.4439
Categoría D	0.8153	-0.2336

### Solución de Problemas

	Pre-test		Pos-test	
	p	z	p	z
Categoría A	0.2738	-1.0944	0.0006	-3.4171
Categoría B	0.5693	-0.5691	0.0015	-3.1671
Categoría C	0.8866	-0.1426	0.0001	-3.8232
Categoría D	0.9301	0.0871	0.0000	-4.4169

Los resultados intragrupo obtenidos con la prueba Wilcoxon para muestras relacionadas en pre-test y pos-test con un nivel de significancia de 0.05 fueron:

### Actitud

	Gpo. Experimental		Gpo. control	
	p	z	p	z
Categoría A	0.001	-3.309	0.944	-0.070
Categoría B	0.000	-3.621	0.128	-1.521
Categoría C	0.001	-3.209	0.500	-0.674
Categoría D	0.000	-3.823	1.000	0.000

### Solución de Problemas

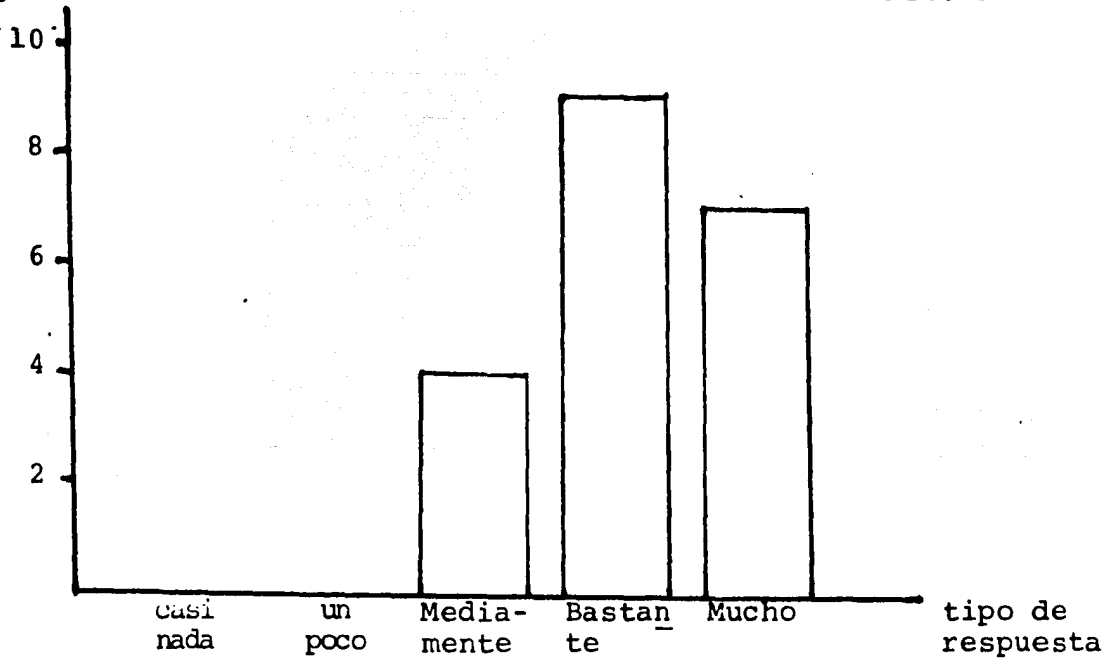
Categoría A	0.003	-2.934	0.317	-1.000
Categoría B	0.002	-3.059	0.686	0.405
Categoría C	0.004	-2.870	0.595	0.585
Categoría D	0.001	-3.408	1.000	0.000

Los resultados del cuestionario para la validación externa del material se muestran en las figuras 1 a la 9.

Tipo de respuestas a la pregunta ¿Corresponden las recomendaciones a los problemas planteados?

Número de personas

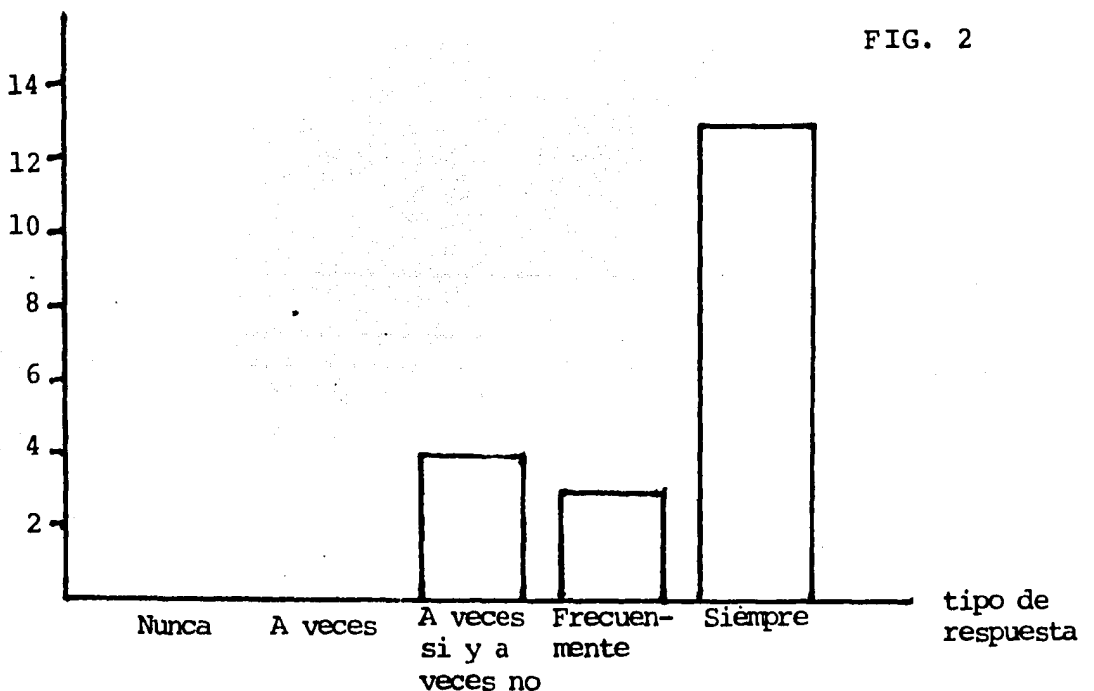
FIG. 1



Tipo de respuestas a la pregunta ¿Las recomendaciones sugeridas abordan el problema en cuestión?

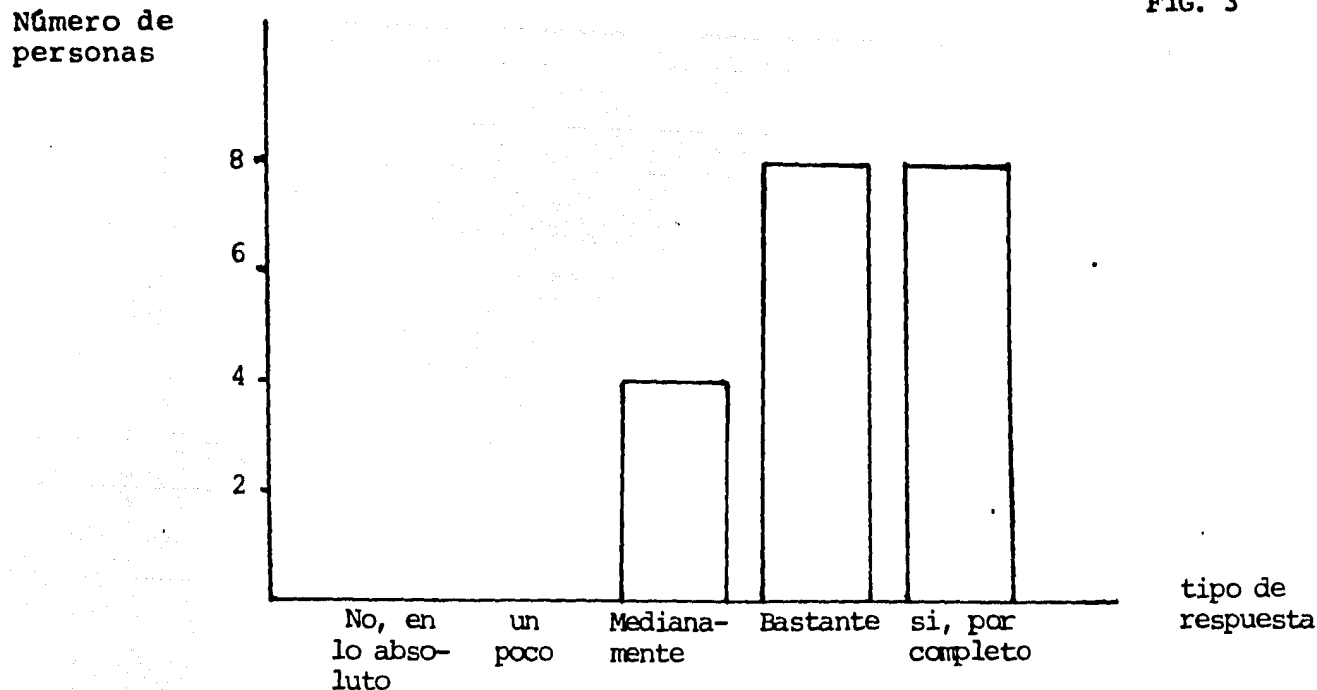
Número de personas

FIG. 2



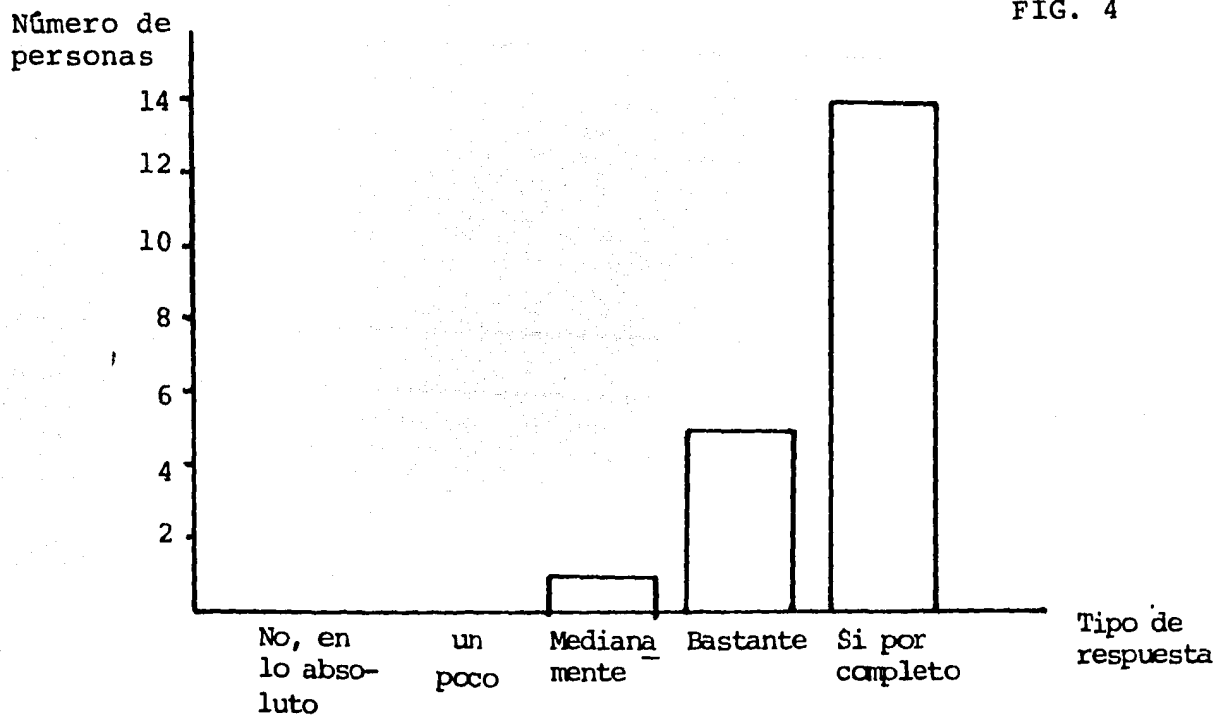
Tipo de respuesta a la pregunta ¿Podría la mayoría de las personas llevar a cabo las recomendaciones sugeridas?

FIG. 3



Tipo de respuesta a la pregunta ¿Son comprensibles los ejemplos de los problemas y sus soluciones?

FIG. 4

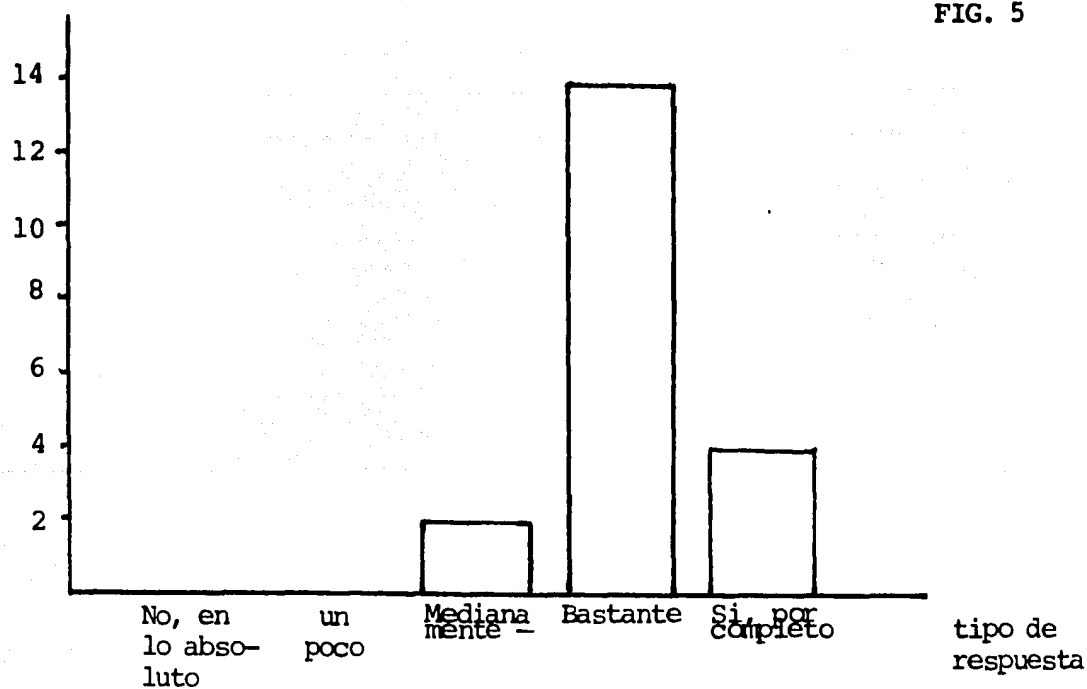




Tipo de respuesta a la pregunta ¿Cree usted que los aspectos que se mencionan en las recomendaciones son los más importantes?

Número de personas

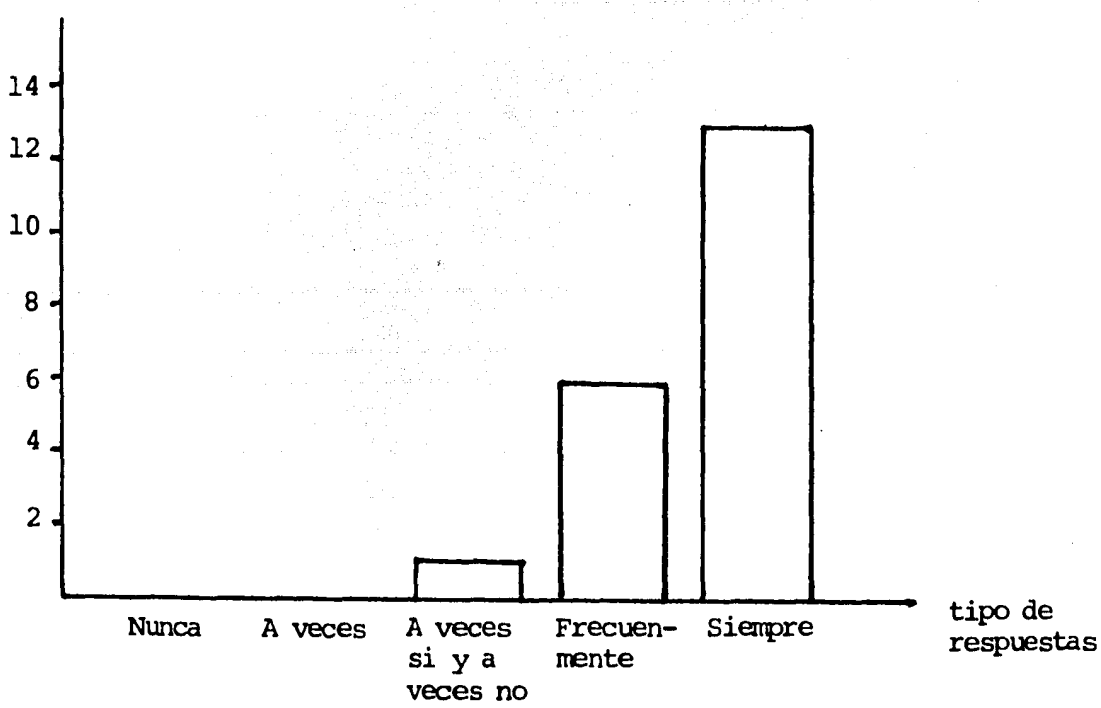
FIG. 5



Tipo de respuesta a la pregunta ¿En los resúmenes se enfatizan los puntos más importantes?

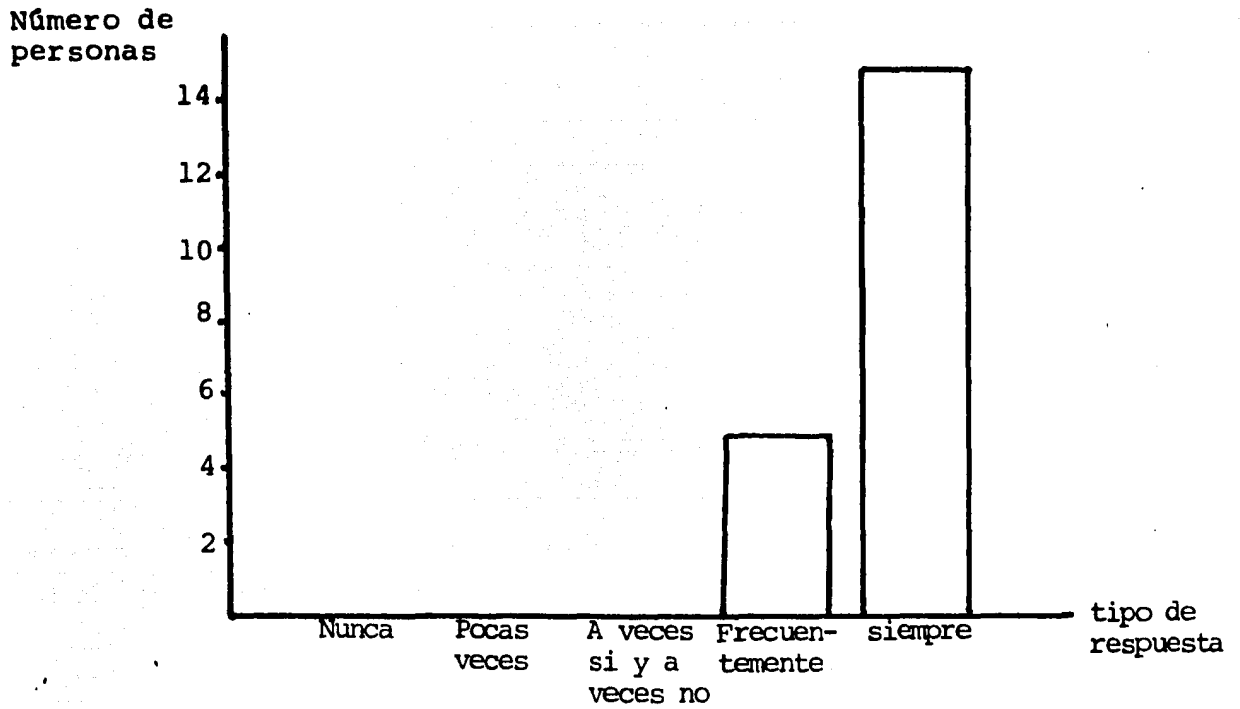
Numero de personas

FIG. 6



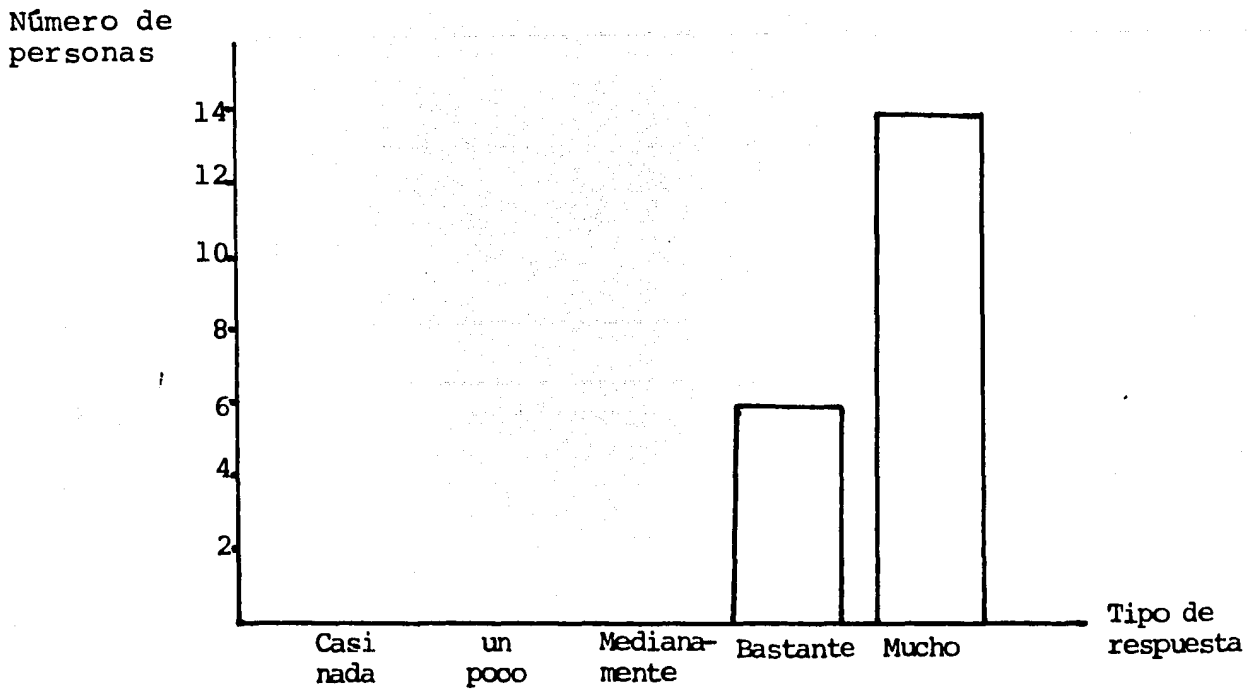
Tipo de respuesta a la pregunta ¿A lo largo del tema se completa cada idea que se inicia?

FIG. 7



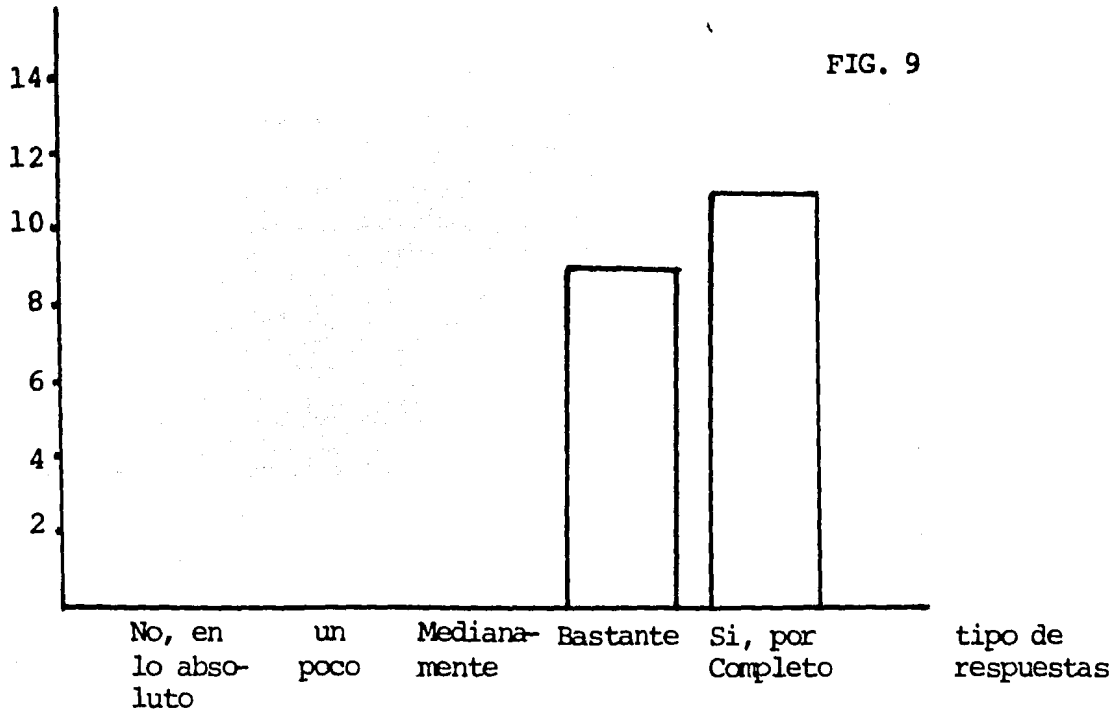
Tipo de respuesta a la pregunta ¿Los ejemplos planteados reflejan situaciones de la vida real?

FIG. 8



Tipo de respuesta a la pregunta ¿Considera usted que la información recibida es importante para evitar conflictos en la relación de pareja?

Número de personas



## D I S C U S I O N

El presente estudio tuvo como objetivo evaluar la efectividad del contenido de cuatro guiones de programas de televisión para la prevención del deterioro en la relación conyugal, sobre la actitud de los sujetos hacia conductas relacionadas con la comunicación en la identificación de solución de problemas asociados a la comunicación entre la pareja, así como la validación externa del contenido.

Se encontró que hubo un cambio significativo en la acti--tud de los sujetos hacia conductas que favorecen o promueven una comunicación adecuada y en el aumento de la habilidad para iden--tificar y solucionar los problemas que pueden surgir de una comunicación deficiente.

El análisis de la evaluación pre-test entre grupos indica que éstos eran homogéneos, de lo que se deduce que la significan--cia de cambio obtenida a través de la evaluación pos-tratamiento entre grupos y la obtenida intra grupo en el pre-test y pos-test del grupo experimental no se vió influenciada por las variables historia, maduración y manipulación y si tuvieron alguna influen--cia ésta fue la misma para ambos grupos.

Por lo tanto, se infiere que el contenido de los guiones produjo un cambio significativo en las actitudes de los sujetos con respecto al tema tratado, así como un aprendizaje en la habi--lidad para identificar y solucionar los problemas.

Estudios similares de enseñanza se han realizado para me--jorar la comunicación de la pareja con el fin de mantener y pro--mover la calidad de la relación, utilizando diversos medios como, entrenamiento en grupo, videotape, autoregistro, etc. (Hahlweg, Revenstorf y Schindler, 1984; Azrin, Naster y Jones, 1973; Mark--man, Jamieson y Floyd, 1983).

Considerando que en este estudio, sólo se evaluó el contenido de los programas cuyo efecto esperado se encontró significativo, cabe suponer que los programas en sí obtengan mejores resultados, ya que cuentan con otras posibilidades que no se pudieron incluir en esta fase. Por ejemplo, en cuanto a la persuasión, la fuente no estuvo claramente identificada o respaldada, el programa de televisión podrá estar respaldado por una institución de prestigio e incluir la opinión de expertos en el tema a través de entrevistas, además, se describió anteriormente cómo las características de la televisión, las ventajas educativas y los requisitos de calidad, promueven una mayor efectividad en la enseñanza-aprendizaje del mensaje.

Cabe aclarar que los programas en sí no son suficientes para la prevención inmediata del deterioro de las relaciones conyugales debido a que la forma en que un sujeto se comunica no puede ser modificada fácilmente, pues es un patrón aprendido y establecido a través de toda su vida, y a que existen otros factores que también afectan dicha relación. Sin embargo, estos últimos podrían disminuir si la persona sabe identificarlos, -- aclararlos y resolverlos con su pareja.

Los datos reportados por los sujetos en la validación, señalan un marcado interés y aceptación del tema, enfatizando la importancia de este tipo de mensajes.

En futuras investigaciones se sugiere la evaluación experimental de los programas con muestras "cautivas" más grandes y hacer un seguimiento para evaluar la permanencia del efecto. -- Además que los programas se transmitan sistemáticamente apoyando los con mensajes cortos y repetitivos.

## REFERENCIAS

- Anzieu, D. y Martin, J.Y. (1980) La Dinámica de los Grupos Pequeños. Ed. Kapelusz. Buenos Aires.
- Akerman, N. W. (1977) Diagnóstico y Tratamiento de las Relaciones Familiares. Ed. Paidós. Buenos Aires.
- Alvares, G. (1985) La Condición Sexual del Mexicano. Ed. Grinjalbo.
- Amara, G. La Influencia de los Medios Masivos de Comunicaciones en la Familia. Endulanto, E. (1980) La familia Medio Propiciador o Inhibidor del Desarrollo Humano. Ediciones Médicas del Hospital Infantil de México.
- Aronson, E. (1981) El Animal Social. Introducción a la Psicología Social. Ed. Alianza.
- Arroyo, A. Programa Intensivo de Tratamiento y Rehabilitación
- Contreras, P. (1977) Inhalación Voluntaria de Disolventes Industriales. Ed. Trillas. México.
- Azrin, N. H., Naster, B. J. y Jones, R. (1973) Reciprocity --- Counseling: A Rapid Learning-Based Procedure for Marital Counseling. Behavioral Research and Therapy. 11. 365-382.
- Bernhard, Y. M. (1981) Como Mejorar Conflictos de Pareja. Ed. Pax-México.
- Berriel, Jauregui y Contreras (1977) Estudio Sobre las Características generales de pacientes usuarios de sustancias volátiles. Contreras P. (1977) Inhalación Voluntaria de disolventes Industriales. Ed. Trillas.
- Burgess y Cottrell, Jr. (1963) The Prediction of Adjustment in Marriage. Citado por Azrin, N. H. Naster y Jones, R. 1973.

- Clarc, H. (1976) Investigación Social Sobre el Adolescente - Farmacodependiente en el Distrito Federal y Zonas Colindantes. CEMEF. Citado por Contreras P. (1977).
- Contreras, C.P. (1977) Inhalación Voluntaria de Disolventes Industriales. Ed. Trillas, México.
- Covarrubias, A. y González, O. (1982) Comunicación Educativa en Planificación Familiar. Revista de la Asociación Latinoamericana de Psicología Social.
- Chagoya, B.L. (1973) Psicoterapia Familiar y Marital. Material de Seminario. ISSSTE.
- De la Fuente, R. (1977) La Salud Mental en México. Salud Mental 1, 4-13.
- Edwards, A.L. (1957) Techniques of Attitude Scale Construction New York. Appleton.
- Gelman, D.Huck, J. Salholz E. Monroe, S. Weathers, D., y Morris, (1981) How Marriages Can Last. New Week Magazine, July 13, Citado por Sánchez-Sosa (1982)
- Jorgensen, S.R. y Johnson, A.C. (1980) Correlates of Divorce Liberality. Journal of Marriage and the Family. August 617-626.
- Kerlinger F. (1975) Investigación del Comportamiento. Ed. Interamericana.
- Klemer R.H. (1978) Encuentro Hombre-Mujer. Ed. Pax-México.
- Landis, UT (1963) Social Correlates of Divorce or Nondivorce - Among the on Happy Married. Marriage Family Living, 25, 178-180 Citado por Azrín, Naster y Jones (1973).
- Lara, A. y González C. (1981). Evaluación Sistemática de Productos Educativos Televisados. Fac. Psicología UNAM (tesis).

- Lima, R. (1986) La Atención Primaria en Salud Mental. Salud Pública de México. Vol. 28 No. 4
- Locke, H.J. y Wallace K.M. (1957) Short Marital Adjustment and Prediction Test: Their Reliability and Validity. Marriage and Family Living. 21, 251-255.
- Macias, R. (1981) El Grupo Familiar, Historia su Desarrollo y su Dinámica. Instituto de la Familia, A.C. Síposium Sobre la Dinámica y Psicoterapia de la Familia. Noviembre 7 México.
- Margolin, G. Weiss (1978) Comparative evaluation of the Therapeutic Components Associated With Behavioral Marital Treatment. Jornal Of Consulting and Clinical Psychology.
- Markman, H. Jamieson, K. Y Floyd, F. The Assessment and Modification of Premarital Relationships. Preliminary finding on the Etiology and Prevention of Marital and Family Distress. Advances in Family Intervention, Assessment and Theory. Vol. 3 pag. 41-90.
- Ogburn W.F. y Nimkóff, M.F. (1955) Technology and the Changing Family, Boston, Houghton, Mifflin. Citado por Klemmer (1978).
- Platerias A..A. (1970) Increases in Divorces. Citado por Azrin, Naster y Jones (1973).
- Renne K.S. (1970) Correlates of Dissatisfaction in Marriage. Citado por Azrin, Naster y Jones (1973).
- Romero A. Quintanilla E. (1982) Prostitución y Drogas. Ed. Trillas México.
- Romero L, Martínez J, Singe, K y Sánchez J.J. (1985) La Prevención Primaria de la Desintegración Familiar a Través de la Exposición Sistemática a Materiales Televisados validados socialmente.



Trabajo presentado en el Cuarto Congreso Mexicano de Psicología. Noviembre, México, D.F.

- Rodríguez, A. (1979) Cambio de Actitud Whittaker, J. La Psicología Social en el Mundo de Hoy. Ed. Trillas, México
- Sandoval, D.M. (1985) El Mexicano: Psicodinámica de sus Relaciones Familiares. Ed. Villicaña, S.A. México.
- Sánchez Sosa, Martínez, J., Lara, A., y González C. La Televisión Educativa en el Nivel Universitario: Un Sistema de Evaluación Sistemática Validado Socialmente. Revista de la Asociación Latinoamericana de Psicología Social. (1981) Vol. 1 No. 2 pag. 313-363.
- Sánchez Sosa, J. (1982): Behavior Analysis in Marriage Counseling. A Methodological review of the Research Literature. Revista Mexicana de Análisis de la -- Conducta. Vol. 8 No. 2
- Sánchez Sosa, J.J. (1985) Psychology and Primary Prevention in Public Health: Some Implications for Developing Nations and a Progress Report. In: J.J. Sánchez-Sosa, (Ed). Health and Clinical Psychology. Amsterdam, North Holland.
- Sánchez, A.J. (1981) Familia y Sociedad. Cuadernos Joaquín Mortiz México.
- Satir, V. (1985) Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar. Ed. - Pax-México. México.
- Schnaas, L. Suárez, C., Mier y Teran, C., Quintanilla, A.M. Serina M. y Vargas, G. (1976) Características - Psicosociales de un Grupo de Internos Farmacodependientes. Biblioteca Mexicana de Prevención y Readaptación Social.
- Siegmán, A.W. (1966) Father Absence During Early Childhood and Antisocial Behavior. Citador por Azrin (1973).

Siegel, S. (1985) Estadística No Paramétrica Aplicada a las Ciencias Sociales. Ed. Trillas. México.

Siver, A.W. y Derr, J. (1966) A Comparison of Selected Personality Variables Between Parents of Delinquent -- and Non-Delinquent Adolescents. Citado por - Azrin, Naster y Jones (1973).

Solorzano, L, La Familia en México. En Dulanto, E. (1980). La Familia. Medio Propiciador o Inhibidor del Desarrollo Humano. Ediciones Médicas del Hospital Infantil de México. México.

Weiss, R. y Birchler, G. (1975) Areas of Change Questionnaire. Unpublished Manuscript. University of Oregon.

PROGRAMA No. 1

EL NARRADOR

CENTROS DE INTEGRACION JUVENIL

ESTABLECI-  
MIENTO, SALAS DE ESPERA, ETC). SE  
VEN GRUPOS DE ADOLESCENTES

PAREJAS INDIFERENTES EN  
LA CALLE

NARRADOR: ¿Se ha dado cuenta de que la mayoría de las parejas que se separan legalmente lo hacen porque no se llevan bien?

¿Sabía usted, que la mayoría de los niños y adolescentes que son atendidos en los centros de integración juvenil del país, por delincuencia, abuso de drogas y alcohol, provienen de hogares donde los papás no se llevan bien o están separados?

¿Le gustaría conocer algunas formas para resolver los problemas que surgen entre usted y su pareja sin pelear?

¿Se ha dado cuenta que el no platicar con nuestra pareja es una de las causas por las que peleamos mucho?

EDIFICIO JUZGADO

SALA

EN LA SALA DISCUTEN CON ADEMANES Y GESTOS DE ENOJO.

COCINA

LA SEÑORA (QUE ACABAMOS DE VER DISCUTIR) SENTADA EN LA COCINA, COMIENDO? SE LE VE PENSATIVA Y MOLESTA.

RECAMARA

AL SEÑOR RECOSTADO EN LA CAMA. SE LE VE TRISTE Y PENSATIVO.

FABRICA

LOS OBRREROS SALEN DE LA FABRICA. INVITAN A UNO DE ELLOS A QUE LOS ACOMPAÑE, EL NO ACEPTA Y SE QUEDA SERIO Y PENSATIVO.

NARRADOR . Se sabe que los problemas de pareja, cada vez son más frecuentes y graves, así como las consecuencias. Estos problemas son el motivo de muchas separaciones, y malas relaciones familiares que afectan a los miembros de las familias que los padecen, reflejándose en la vida cotidiana de estas personas.

La no solución de los problemas con la pareja nos lleva a sentirnos insatisfechos...

...y desilusionados de nuestra relación, provocando en nosotros una sensación de continuo malestar y preocupación que en muchas ocasiones no sabemos por qué las sentimos.

Otras veces estamos tristes cansados y frecuentemente nos sentimos incómodos, sobre todo en la casa.

El trabajo se nos hace pesado y no tenemos ánimos de convivir socialmente.

SALA

UNA PAREJA VE LA TV. LLEGA SU HIJA DE 7 AÑOS Y LES ENSEÑA UN DIBUJO HECHO POR ELLA. ELLOS VOLTEAN A VERLO INDIFERENTES. LA NIÑA IN SISTE, PARA QUE VEAN SU DIBUJO. LA PAREJA LA EMPIEZA A REGAÑAR Y LA CO RREN DEL LUGAR. LA NIÑA SE VA LLO RANDO.

PATIO ESCUELA

2 NIÑOS SE PELEAN  
OTROS LES HACEN "BOLA"

PATIO ESCUELA

UNA NIÑA, SOLITARIA,  
SENTADA EN UN RINCON, TRISTE.

COMEDOR

UN NIÑO QUE NO COME Y SOLO VE EL PLATO. MUEVE LA SOPA CON LA CUCHA RA, LA MAMA SE LE ACERCA Y LO REGA-  
NA.

PARQUE

UN GRUPO DE ADOLESCENTES FUMAN Y  
BEBEN ALCOHOL

Todas estas situaciones representan obstáculos que impiden llevarnos bien con nuestros hijos, que platiquemos, que les tengamos paciencia y aten- damos sus necesidades. Por el contrario, les gritamos, los insultamos y llegamos a pegarles, y no les damos el apoyo y comprensión que necesitan para lograr un desarrollo sano y completo como personas.

\_\_\_\_\_ Cuando nues-  
tros hijos no reciben satisfacción a estas necesidades, presentan problemas tales, como pelear mucho.

\_\_\_\_\_ ...no tener  
amigos...

\_\_\_\_\_ ...no comer,  
orinarse en la cama, bajo rendi-  
miento en la escuela y posterior-

\_\_\_\_\_ ... o en los ca-  
sos más severos, problemas, como  
delincuencia, drogadicción, alco-  
holismo, etc.

RECAMARA MATRIMONIAL DEPTO.  
UNA PAREJA EN PIJAMA, DENTRO DE  
LA CAMA, PLATICAN SONRIENTES

\_\_\_\_\_ Es indispensable  
que los que la tengamos tratemos  
de mejorar nuestra relación de pa  
reja; busquemos convivir verdade-  
ramente con ella y tratemos de re  
solver los problemas sin pelear.  
Para ello, necesitamos acercarnos,  
platicar, escuchar y manifestar  
nuestro afecto mutuamente.

\_\_\_\_\_ ¿Les gustaría conocer  
algunas soluciones para resolver  
este problema?

"Cuida tu salud mental".

- 
- 
- 
- 1.- ¿Platica usted mucho con su pareja?
  - 2.- ¿De qué platica usted con su pareja?
  - 3.- ¿Le gusta platicar con su pareja?
  - 4.- Cuando usted se siente triste, cansado o molesto, ¿le platica a su pareja lo que le pasa?
  - 5.- ¿Cómo resuelve usted los problemas con su pareja?
  - 6.- ¿Cuáles cree usted que son algunas de las razones por las que las parejas se pelean al tratar de resolver sus problemas?
  - 7.- ¿Qué tan frecuentemente pelea con su pareja?
  - 8.- ¿Por qué pelea con su pareja?
  - 9.- ¿Cómo se siente usted, después de que peleó con su pareja?
  - 10.- ¿Ha intentado usted evitar pelear con su pareja? ¿Cómo?
  - 11.- ¿Cree usted que se podrían evitar los pleitos que surgen entre las parejas por no poder resolver sus problemas?

(MEDIODIA)

ESCALERAS MULTIFAMILIAR

EL SEÑOR SUBE LAS ESCALERAS.  
VIENE DE TRABAJAR, CANSADO Y  
MOLESTO

INTERIOR DEPTO. (ANTECOMEDOR)

EL SEÑOR ENTRA A LA CASA.  
SE LE VE MOLESTO.

LA SEÑORA, EN BATA ESTA PONIENDO  
LA MESA. EL SEÑOR SE ACERCA A LA  
MESA Y NO LE CONTESTA, MAS QUE CON  
UN ADEMAN. SE SIENTA A LA MESA.

EL SEÑOR NO LE CONTESTA.  
TIENE LA MIRADA EXTRAVIADA.

NARRADOR: ¿Por qué  
nos llevamos mal con nuestra pare  
ja?

El no platicar con nuestra pareja  
acerca de cómo nos sentimos, qué  
pensamos, queremos, opinamos, lo  
que nos gusta o nos disgusta; son  
algunas de las causas por las que  
peleamos con nuestra pareja.

Cuando no platicamos de cómo nos  
sentimos y el por qué; no adivina  
remos lo que ella siente.

SEÑORA: Hola.

(Poniendo la mesa)  
¿Cómo te fue?

SEÑOR: ¿Ya comemos?

SEÑORA: Ya mero. Oye me habló  
Carmen para ver si vamos al bau-  
tizo de su niña.

SEÑORA: ¿Me oíste?

SEÑORA: No quiero hablar ahorita

SEÑORA: (extrañada)

SEÑOR: Porque no, déjame en paz.  
¡No muelas!

SEÑORA: Pero qué te pasa.

SEÑOR: (muy molesto)

¿que no oyes, caramba?  
¡No quiero hablar!



LA SEÑORA, EXTRAÑADA Y CONTRARIADA  
QUISIERA AYUDAR A SU MARIDO, PERO NO  
LE INSISTE MAS Y SE METE A LA COCINA.

ANTECOMEDOR

EL SEÑOR Y LA SEÑORA COME  
CABIZBAJA, UN POCO CONTRARIADA (POR  
LA ESCENA ANTERIOR).  
EL SEÑOR LA VOLTEA A VER.

LA SEÑORA LO VOLTEA A VER

LOS DOS SIGUEN COMIENDO EN SILEN-  
CIO.

LA SEÑORA SIGUE MUY CONTRARIADA Y  
EL SEÑOR MOLESTO.

SEÑOR: ¿Qué tienes?...  
¿Qué te pasa?

SEÑORA: ... nada.

SEÑOR: ¿Cómo que nada? ¿y por qué  
estás así?

SEÑORA: (Quejándose)  
¿Y cómo quieres que esté,  
si llegas gritándome y no  
me quieres platicar lo que  
te pasa? Muy contenta se-  
guramente.

SEÑOR: (molesto)  
¿Ya vas a empezar? Por lo  
menos déjame comer tranqui-  
lo. A veces en lugar de  
que me ayudes me ocasionas  
más problemas.

NARRADOR

Nuestra pareja no adivinará cómo  
nos sentimos, y vamos a suponer  
que no nos comprende, o no quie-  
re ayudarnos, si no se lo plati-  
camos. Además posiblemente re-  
clamará que no le tenemos cofian-  
za y terminaremos peleando.

PASILLO RECAMARAS

LA SEÑORA, SE DIRIGE A LA RECAMARA  
DESPUES DE HABER COMIDO.

ENTRA A LA RECAMARA.

RECAMARA MATRIMONIAL

SEÑORA ENTRA A LA RECAMARA. EL

SEÑOR BUSCA ALGO EN EL BURO.

HAY ROPA DEL SEÑOR (REGADA POR  
TODO EL SUELO)

(SU CORBATA, SU SACO)

LA SEÑORA EMPIEZA A RECOGER LA ROPA

EL SEÑOR SIGUE BUSCANDO

LA SEÑORA, SE LE QUEDA VIENDO, CON  
LAS MANOS EN LA CINTURA. EL SEÑOR  
LA MIRA DE ARRIBA A ABAJO.

NARRADOR

Cuando no hablamos de las cosas  
que nos gustan o nos disgustan,  
o lo que nos gusta y nos disgusta  
de nuestra pareja, esta nunca  
se enterará.

SEÑORA: (Molesta)

Y luego dices que yo soy la que  
no te ayuda.

Solo porque vienes enojado, quie  
res que yo también me enoje ¿no?  
Riegas tus cosas por todos lados.  
Como a ti no te cuesta pasarte to-  
da la mañana limpiando.

SEÑOR: Y tu adrede siempre me qui-  
tas las cosas del lugar donde yo  
las dejo.

SEÑOR: Qué, ¿te sientes muy sexy  
en bata? ¡te ves horrible!

SEÑORA: (ofendida)

Yo me visto como se me da la gana.

SEÑOR: (buscando en el buró)

¿Me visto?

Te ves ridícula, vete en un espe-  
jo.

SEÑORA: Y tu muy chulo ¿no?

EL SEÑOR SIGUE BUSCANDO EN EL BURO.

LA SEÑORA SALE Y ENTRA DE LA RECAMARA

EL SEÑOR ENCUENTRA LO QUE BUSCABA; UN FRASCO DE MEDICINA, Y SE TOMA UNA PASTILLA. SE DA CUENTA QUE SOBRE EL BURO ESTAN 2 RECIBOS (DE LUS Y TELEFONO).

LA SEÑORA GUARDA ALGO EN EL CLOSET.

NARRADOR Como nuestra pareja no sabe las cosas que nos gustan o las que nos disgustan, nosotros suponemos que hace las cosas con intención de molestar-nos. Entonces nos enojamos, nos reprochamos y terminamos peleando.

Cuando no platicamos de las cosas que nos gustaría que nuestra pareja hiciera, y esperamos tan solo que las adivine y las haga, habrá malos entendidos.

SEÑOR: (on los recibos en la mano) No pagaste la luz y el teléfono.

SEÑORA: ¿yo?

SEÑOR: Si tu.

SEÑORA: Tu no me dijiste que lo hiciera.

SEÑOR: Pero por eso te dejé aquí los recibos.

SEÑORA: Yo no los ví. Además cómo voy a saber que querías que los pagara, si tu siempre lo haces.

SEÑOR: ¿Y tu no podías pensar que si te los dejé era para eso?

SEÑORA: Ya te dije que no los ví. ¿Y con qué querías que los pagara? ¿Querías que le pidiera dinero al vecino?

SEÑOR: Lo podias tomar del gasto y yo luego te lo reponía.

SEÑORA: Pues no soy adivina.

EL SEÑOR SE INCORPORA  
DEJA LOS RECIBOS EN EL BURO.

EL SEÑOR TOMA SU SACO Y SU CORBATA

EL SEÑOR SE PONE EL SACO, Y SE SALE DE LA RECAMA.

ANTECOMEDOR

ENTRA EL SEÑOR SEGUIDO POR LA SEÑORA  
AL ANTECOMEDOR

EL SEÑOR SALE AZOTANDO LA PUERTA  
LA SEÑORA SE ACERCA A LA MESA. MALHUMORADA, IMPOTENTE Y CONTRARIADA  
EMPIEZA A RECOGER LOS TRASTOS Y LLEVARLOS A LA COCINA.

SEÑOR: Aquí los dejo

SEÑORA: ¿Para qué?

SEÑOR: (muy molesto)

¿Para qué va a ser? ¡Para que los pagues mañana!

SEÑORA: Yo tengo mucho que hacer. Encima quieres que vaya a pagar. ¿No quieres que también vaya a trabajar por tí? Mucha ayuda, mucha ayuda, pero tu no puedes traerme la medicina.

SEÑOR: ¿Ahora cuál medicina?

SEÑORA: La que estoy tomando, ya se me acabó.

SEÑOR: ¿Y a qué hora me dijiste que te la trajera?

SEÑORA En la mañana que te ibas, te dije que se me había terminado.

SEÑOR: ¿Y por qué no fuiste a comprarla?

SEÑORA: Yo esperaba que tu me la trajeras, por eso te dije.

SEÑOR: (Molesto)

Mira, cuando quieras algo me lo dices claramente. Y ya estuvo suave no puede uno estar un momento en paz, ni en su propia casa, caray.

NARRADOR

Cuando no aclaramos ni explicamos las cosas que queremos que nuestra pareja haga, provocará malos entendidos y estaremos peleando nuevamente.

ANTECOMEDOR

EL SEÑOR Y LA SEÑORA EMBARAZADA COMEN EN SILENCIO (PAREJA JOVEN)

ACABAN DE COMER, LA SEÑORA RECOGE LOS PLATOS Y LOS LLEVA A LA COCINA.

EL SEÑOR SE VA A LA SALA (JUNTO AL ANTECOMEDOR) Y SE PONE A LEER EL PERIODICO (ULTIMAS NOTICIAS).

EL SEÑOR TOMA EL TELEFONO Y MARCA ESPERA A QUE LE CONTESTEN.

EL SEÑOR

CUELGA EL TELEFONO.

SE INCORPORA. TOMA SU SACO Y SE DIRIGE A LA PUERTA.

SALA

LA SEÑORA EMBARAZADA VE LA TV (TELENOVELAS).

(SUENA EL TIMBRE DE LA CASA)

LA SEÑORA APAGA LA TV.

LA SEÑORA SE INCORPORA

ABRE LA PUERTA APARECE DOÑA

MATILDE SU VECINA.

NARRADOR

Cuando no platicamos con nuestra pareja de las cosas que nos pasan en el día o de acontecimientos sociales, políticos y culturales, los buscaremos platicar con otras gentes y nos alejaremos de nuestra pareja

SEÑOR: (Sonriendo) ¡Papucho como estás!... Bien gracias. ¿Tu mujer cómo sigue? Que bueno... ¿Qué crees? ya se solucionó la bronca que traía en el trabajo... sí, sí. Yo pensé que se iba a complicar más... ¡No hombre cómo crees!

Orale nos vemos a las ocho.

SEÑOR: (A la señora):

¡Ya me voy!

MATILDE: Chelita

¿Cómo sigue esa pancita, eh?

SEÑORA: Bien, gracias doña Mati, páselo.

LA SEÑORA SE DIRIGE A LA COCINA  
DOÑA MATILDE SE VA A LA SALA.

SALA

DOÑA MATILDE CON EL MOLDE DE PASTE-  
LES EN LA MANO SENTADA EN EL SILLON.  
LA SEÑORA SENTADA FRENTE A ELLA PLA-  
TICAN.

DOÑA MATILDE SALE APRESURADA.  
LA SEÑORA VUELVE A LA SALA Y EN-  
CIENDE LA TV.

MATILDE: ¿Y los niños?

SEÑORA: Están en casa de su abue-  
lita.

MATILDE: ¿No los extrañas?

SEÑORA: Pues si ¡pero ay! si vie-  
ra que este descansito no me cae  
nada mal.

MATILDE: Oye Chelita, te vengo  
a molestar, a ver si me prestabas  
tu molde grande para pasteles.

SEÑORA: Claro que sí, ahorita  
se lo traigo, pásesele.

MATILDE: ¿Oye, y ya supiste que  
cambiaron a la directora de la  
escuela de los niños?

SEÑORA: ( desde la cocina)  
No, no lo sabía doña Mati.

MATILDE... ¡Qué barbaridad! Cómo  
se va el tiempo. Ya llevo dos ho-  
ras aquí y sólo venía por el mol-  
de, gracias Chelita, luego te lo  
devuelvo, que sigas bien.

SEÑORA: Gracias Doña Mati que le  
vaya bien.

NARRADOR

Cuando no platicamos con nuestra  
pareja, de las cosas que nos pa-  
san, o de nuestras opiniones, oca-  
sionará que nos veamos con indife-  
rencia, y nos estaremos distancia-  
do.

EXTERIOR CALLE (NOCHE)  
EL HOMBRE Y LA MUJER SALEN DE  
UNA FIESTA. SE SUBEN A SU  
AUTOMOVIL

INTERIOR AUTOMOVIL.  
EL HOMBRE Y LA MUJER HAN SUBIDO  
AL AUTO

EL HOMBRE PRENDE LA MARCHA DEL  
AUTOMOVIL

ARRANCA EL AUTOMOVIL

EL AUTOMOVIL EN MARCHA

LA SEÑORA COMIENZA A SOLLOZAR

EXTERIOR CALLE (NOCHE)  
EL AUTOMOVIL CIRCULA POR LAS CALLES

NARRADOR Cuando que-  
remos aclarar algo, si lo hacemos  
gritando, exigiendo o culpando,  
haremos que nuestra pareja se eno-  
je y empiece a gritar también.

HOMBRE: (un poco alcoholizado y  
enojado, gritando):  
¡No quiero que vuelvas a ponerme  
en ridículo, y menos delante de  
nuestras amistades!

SEÑORA: ¡Y tú ya sabes que no me  
gusta que tomes tanto en las  
fiestas!

HOMBRE: ¡Yo tomo todo lo que se  
me da la gana! ¡No te voy a andar  
pidiendo permiso!

¡Siempre es lo mismo! las reunio-  
nes son pra divertirse no para  
estar poniendo caras como las que  
pones!

SEÑORA: Pues la próxima te vas a  
divertir solo... y ojalá te es-  
trelles en el camino para no vol-  
verte a ver.

HOMBRE: ¡Vete a la fregaña! ¡Ya  
verás como sí me voy a divertir  
y no precisamente solo!

NARRADOR Gritar, culpar o  
inponer no nos ayudará a aclarar  
situaciones ni a resolver los pro-  
blemas, lo único que lograremos se-  
rá ofendernos y molestarnos más.

## SOLUCIONES

NARRADOR: Es necesario y muy importante que aprendamos a platicar con nuestra pareja. Esto nos ayudará a conocernos, a entendernos y así podremos llegar a un acuerdo y solucionar los problemas que surjan, lo que nos hará sentir cerca uno del otro y satisfechos de nuestra relación.

\_\_\_\_\_ ¿Qué podemos hacer para aprender a platicar con nuestra pareja?

3. (MEDIODIA)

### ANTECOMEDOR

LA SEÑORA, EN BATA ESTA PONIENDO LA MESA, ENTRA EL SEÑOR POR LA PUERTA, VIENE DE TRABAJAR, SE LE VE CANSADO Y MOLESTO.

EL SEÑOR CONTESTA EL SALUDO CON UN ADEMAN. SE QUITA EL SACO Y SE SIEN TA A LA MESA.

LA SEÑORA ENTRA A LA COCINA CON EL PLATO DE SU MARIDO EN LA MANO.

NARRADOR \_\_\_\_\_ Debemos hablar de cómo nos sentimos, con respecto a lo que nos sucede; ya sea tristeza, alegría preocupación coraje o temor.

SEÑORA (sonriente, mirándolo)  
Hola

SEÑORA: ¿Cómo te fue?

SEÑOR: (mirándola) No muy bien que digamos. ¿Ya comemos?

SEÑORA: (un poco desconcertada)  
Si... ahorita te sirvo



LA SEÑORA SE VE PREOCUPADA,

LA SEÑORA SALE DE LA COCINA CON EL PLATO SERVIDO.

LA SEÑORA LE SIRVE DE COMER

EL SEÑOR LE SONRIE A SU ESPOSA Y LE ACARICIA LA MANO. LA SEÑORA SE SIENTA A COMER.

RECAMARA MATRIMONIAL

EL SEÑOR ENTRA A LA RECAMARA. AVIENTA SU SACO A LA CAMA, SE QUITA LA CORBATA Y LA TIRA HACIA UNA SILLA, Y SE QUITA LOS ZAPATOS, DEJANDOLOS A MEDIO CAMINO SE ACERCA AL BURO Y SE PONE A BUSCAR ALGO, QUE NO PUEDE ENCONTRAR

LA SEÑORA ENTRA A LA RECAMARA. AL VER LOS ZAPATOS, LA CORBATA Y EL SACO FUERA DE SITIO, HACE UN LIGERO GESTO DE DESAPROBACION

EL SEÑOR SUSPENDE SU BUSQUEDA UN INSTANTE.

SEÑORA: (Mirándolo a los ojos) ¿Paso algo malo?

SEÑOR: (Mirándola) La verdad es que preferiría no hablar ahorita de ello.

SEÑORA: Si quieres podemos platicar más tarde, cuando te sientas mejor. Me gustaría poder ayudarte.

SEÑOR: Si, gracias.

NARRADOR De la misma forma en que platicamos con un buen amigo, hagámoslo con nuestra pareja; de esta manera podremos recibir un gesto de apoyo y comprensión de ella.

NARRADOR: Cuando algo nos molesta en la casa, o de nuestra pareja; comentémoslo y expongamos nuestro punto de vista, considerando su opinión. Pongámonos de acuerdo en las posibles soluciones, evitando así malos entendidos que ocasionan problemas.

SEÑORA: Amor, quisiera pedir un favor.

SEÑOR: (Volteándola a ver): Si... dime.

LA SEÑORA RECOGE, ZAPATOS, CORBATA  
Y SACO Y LOS ACOMODA EN UNA SILLA

LOS DOS SE SONRIEN

EL SEÑOR CONTINUA SU BUSQUEDA  
EN EL BURO

LA SEÑORA SE RECUESTA EN LA CAMA

EL SEÑOR SE INCORPORA

EL SEÑOR SE ACERCA A ELLA EN LA  
CAMA

SEÑORA: (mirándolo) Cuando te  
quites tus cosas acomódalas en  
algún lugar. Si no, me haces  
trabajar doble y no es justo.

SEÑOR: Perdóname gorda  
Trataré de no hacerlo ya, pero  
recuérdamelo para que me acos-  
tumbre y no se me olvide por  
favor.

SEÑOR: Oye, ¿dónde está el frasco  
de mis pastillas que dejé en el  
buró?

SEÑORA: Lo puse en el cajón de  
las medicinas.

SEÑOR: Bueno, pero un favor, no  
me muevas las cosas del lugar en  
que las deje, porque luego me  
vuelvo loco buscándolas.

SEÑORA: (Sonriente) De acuerdo,  
pero las cosas en su lugar,  
¿eh?

SEÑOR: (Sonriente)

Las cosas en su lugar...

(la besa)... ¿saves? Me gustaría  
que cuando llegue ya no estés en  
bata.

Quiero verte arregladita.

Ya se que tienes mucho trabajo  
y casi no tienes tiempo, pero  
date un tiempcito para vestirme  
¿no?

LA SEÑORA SE QUEDA PENSATIVA  
UNOS SEGUNDOS Y SONRIE.

LOS DOS SE RIEN. EL SEÑOR LE DA  
UN BESO, SE INCORPORA Y SALE  
DEL CUARTO.

LA SEÑORA QUEDA TRANQUILA  
Y SONRIENTE RECOSTADA EN LA CAMA

ANTECOMEDOR

EL SEÑOR Y LA SEÑORA EMBARAZADA  
COMEN, PLATICAN SONRIENTES.

AL HABLAR LOS DOS SE MIRAN A  
LOS OJOS.

SEÑORA: Ya lo he pensado, pero  
como no voy a salir a ningún la-  
do...

SEÑOR: Pero aunque no salgas.  
Yo llego y quiero verte diferente.

SEÑORA: (Sonrie)  
Bueno, aunque después no me vas  
a reconocer, ¿eh?

SEÑOR: ¿No?

NARRADOR Cuando de-  
seamos que nuestra pareja haga  
algo, pidámosle la buena forma,  
como nos gustaría que lo hiciera,  
y si es posible aclaremos por qué.  
Así evitaremos malos entendidos.

NARRADOR

Platicar o comentar lo que nos  
pasó en el día, o de acontecimien-  
tos sociales, culturales y artís-  
ticos se puede hacer durante la  
comida, en la tarde en lugar de  
ver televisión o por la noche an-  
tes de acostarnos.

SEÑOR: Pues, hoy me fue bastante  
bien.

LA SEÑORA PONE SU MANO SOBRE  
LA DE EL. SONRIEN.

SEÑORA: (sonriendo)

Que bueno. Oye ¿y qué pasó con el problema que tenías en el trabajo?

SEÑOR: Ya sé aclaró todo... la verdad estaba bastante preocupado.

SEÑORA: Si, se te notaba.

SEÑOR: El tráfico hoy estuvo tranquilísimo. Ojalá y así estuviera todos los días.

SEÑORA: Ojalá... ¿Te conté que cambiaron a la directora de la escuela de los niños...

---

#### ANTECOMEDOR

EL SEÑOR Y LA SEÑORA HAN TERMINADO DE COMER. SE INCORPORAN DE LA MESA.

LA SEÑORA COMIENZA A LEVANTAR LOS PLATOS. EL SEÑOR LE OFRECE AYUDA.

SEÑOR: ¿Te ayudo?

SEÑORA: Gracias amor, puedo yo sola. ¿Sabes qué? Mejor hablé a mi mamá para ver como están los niños.

EL SEÑOR SE DIRIGE AL TELEFONO

SEÑOR: Y de una vez le hablo a Lupe y a Carlos para ver si siempre vienen mañana a cenar y a jugar dominó.

EL SEÑOR EMPIEZA A MARCAR  
LA SEÑORA SALE DE LA COCINA.

SEÑORA: Yo te iba a decir a ver si mejor nos íbamos al cine los cuatro. Hace mucho que no vamos.

EL SEÑOR SE LE ACERCA A LA SEÑORA  
Y LA ABRAZA, PONIENDO UNA MANO  
SOBRE SU ABDOMEN. (LA SRA. ESTA  
EMBARAZADA).

EXTERIOR CALLE (NOCHE)  
EL HOMBRE Y LA MUJER,  
SALEN DE UNA FIESTA  
SE SUBEN A SU AUTOMOVIL,

INTERIOR AUTOMOVIL  
EL HOMBRE Y LA MUJER HAN  
SUBIDO AL AUTO.

SEÑOR: ¿No sería mejor que no  
salieras?

SEÑORA: (Sonriéndole) ¡Ay gordo!...  
no exageres.

NARRADOR

Quando aclaremos algo, primero  
preguntemos a nuestra pareja,  
Consideremos su opinión y evi-  
temos gritar.

MUJER: (seria, sin gritar y  
sin mirarlo)  
Habíamos quedado en que no ibas  
a tomar de más en las fiestas...  
(pausa) yo no debí haber hecho  
lo que hice, (voltea a verlo)  
pero me enoja que empieces a  
decir y a hacer cosas que sien-  
to que me pones en ridículo.

HOMBRE: (Mirándola)  
Perdón, deveras. La verdad no  
se que decirte... la regué.  
Ya otras veces casi no he to-  
mado, hoy, hoy se me pasó la  
mano. Trataré de que no suce-  
da otra vez. Okey?

MUJER: (Mirándolo, asiente  
con la cabeza)  
Bueno.

EL HOMBRE PONE EN MARCHA EL  
AUTOMOVIL

NARRADOR

Recordemos que todos podemos equivocarnos o cometer algún error, y aclarando las cosas de buena forma, podemos evitar problemas y que se repitan. Si tiene usted este tipo de problemas, está a muy buen tiempo de evitarlos.

EL NARRADOR :

LA PAREJA DISCUTE POR LA  
ROPA REGADA

EL SEÑOR DISCUTE CON LA SEÑORA,  
PORQUE EL NO QUIERE PLATICAR  
EN ESE MOMENTO.

LA PAREJA, SENTADOS EN LA CAMA  
PLATICANDO SONRIENTES, SE DAN  
UN BESO.

NARRADOR: Hemos visto los efectos negativos que pueden tener en nuestras vidas, y en la de nuestros hijos, el hecho de no llevarnos bien con nuestra pareja.

\_\_\_\_\_ Se dijo que uno de los principales problemas que afectan la relación de pareja es la falta de comunicación.

\_\_\_\_\_ Esta falta de comunicación implica entre otras cosas el no hablar de nuestros sentimientos, de lo que queremos, de las cosas que nos gustan o nos disgustan, de lo que nos pasa diariamente o de cosas que suceden y que no están relacionadas con nosotros.

\_\_\_\_\_ Platicar de estas cosas nos ayudará a conocernos y a evitar malos entendidos que provocarían peleas.

\_\_\_\_\_  
LA PAREJA COMIENDO EL SEÑOR  
LE DICE A LA SEÑORA QUE PRE  
FIERE NO HABLAR DEL PROBLE-  
MA EN ESE MOMENTO Y LA SEÑORA  
COMPENSIVA LO AYUDA.

\_\_\_\_\_  
LA PAREJA EN LA SALA FRENTE A  
LA TV. EL SEÑOR ESCUCHA Y  
MIRA A LOS OJOS A LA SEÑORA.

\_\_\_\_\_  
Si nuestra pa-  
reja sabe qué nos pasa y cómo  
nos sentimos, es más fácil que  
pueda darnos el apoyo y compren-  
sión que necesitamos y esperamos.

\_\_\_\_\_  
Recordemos:  
Si hablamos y nos escuchamos,  
podremos entendernos y ponernos  
de acuerdo, así evitaremos pelear  
constantemente y nos sentiremos  
más satisfechos de nuestra rela-  
ción.

\_\_\_\_\_  
Nuestro bienestar  
y el de nuestros hijos bien va-  
len la pena un esfuerzo.  
¡Intentémoslo!  
Sí podemos cambiar.

\_\_\_\_\_  
FIN PROGRAMA No.

SERIE: PROBLEMAS RELACION PAREJA.



SERIE: RELACION PAREJA

PROGRAMA No. 2

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

EL NARRADOR

\_\_\_\_\_

NARRADOR: ¿Ha pensado usted cómo podría hacer para evitar pelear con su pareja?

\_\_\_\_\_ ¿Ha pensado que frecuentemente suponemos que nuestra pareja hace las cosas con intención de molestarnos?

\_\_\_\_\_

SALA

\_\_\_\_\_

UNA PAREJA, HACIENDO GESTOS Y ADEMANES BRUSCOS

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ ¿Ha notado cuando pelea con su pareja, muchas veces es por la forma en que se hacen las cosas?

\_\_\_\_\_ ¿Le gustaría saber, qué podría hacer para no pelear tanto con su pareja?

\_\_\_\_\_

RECAMARA MATRIMONIAL

\_\_\_\_\_

UNA PAREJA JOVEN DE CASADOS. DISCUTEN, MOLESTOS

Los datos más recientes de la S.P.P. indican que la mayoría de las parejas que se separan lo hacen porque no se llevan bien, y estas separaciones son más frecuentes en los primeros 5 años de casados.

PARQUE

UNA PAREJA DE NOVIOS DISCUTE  
VIOLENTAMENTE

COMEDOR

UNA PAREJA JOVEN COME EN  
SILENCIO, SIN VOLTEARSE A  
VER. SE LES VE MOLESTOS

SALA

OTRA PAREJA (ADULTA) DISCUTE  
EN LA SALA.

UN NIÑO (SU HIJO) DE 8 AÑOS,  
SE LES ACERCA Y LES PREGUNTA  
ALGO. LA PAREJA LE GRITA AL  
NIÑO, QUE SE ALEJE.

LAS PAREJAS

DISCUTEN)

El problema de la desintegración conyugal no es ajeno a ninguno de nosotros, pues todos de alguna forma, en algún momento de nuestra vida lo podemos padecer.

En una relación como novios, o esposos, si no tomamos las medidas necesarias, corremos el riesgo de que el trato con nuestra pareja se vuelva conflictivo, afectando nuestra salud mental y bienestar emocional.

En todas las parejas surgen problemas y si no logramos superarlos nos veremos afectados, no solamente nosotros, sino también nuestros hijos.

En el programa anterior se dijo que una mala comunicación, o la falta de ésta, es una de las causas por las que peleamos con nuestra pareja. Se habló y se explicó, el cómo no platicar con nuestra pareja provoca discusiones

Es muy importante

EN EL PARQUE, JUEGAN EL PADRE,  
LA MADRE Y SUS HIJOS

llevarnos bien con nuestra pareja,  
ya que del tipo de relación que  
mantengamos va a depender en parte  
nuestro bienestar y el de nuestros  
hijos.

NARRADOR: Ahora veremos cómo afect  
a la relación, la forma en que nos  
comunicamos con nuestra pareja, y  
que podemos hacer al respecto para  
evitar pelear, aquí en nuestro pro  
grama "Cuida tu Salud Mental".

1. ¿En qué momentos platica usted con su pareja?
2. Cuando a usted le molesta algo de su pareja ¿Cómo se lo dice?
3. Cuando usted está en un lugar de la casa, por ejemplo la recámara, y su pareja está en la cocina y quiere usted decirle o pedirle algo ¿Cómo lo hace?
4. ¿Qué hace usted cuando llega molesto (a) a su casa?

(POR LA MAÑANA)

ANTECOMEDOR DEPARTAMENTO LA MUJER  
 SIRVE EL DESAYUNO AL HOMBRE Y A SUS  
 DOS HIJOS. LA MUJER ENTRA A LA CO-  
 CINA.

COMIENZAN A DESAYUNAR.

LA MUJER SALE DE LA COCINA CON SU  
 DESAYUNO Y SE SIENTA A LA MESA. EL  
 HOMBRE COME CON LA BOCA ABIERTA Y  
 HACE RUIDO. LA MUJER DESAPRUEBA EL  
 GESTO, Y VOLETA A VER A UNO DE SUS  
 HIJOS QUE COME TRANQUILLO.

NARRADOR Cuando utili-  
 zamos a una tercera persona como a  
 un hijo o a un amigo, para decirle  
 cosas que nos molestan de otra per-  
 sona, o le damos vueltas al asunto  
 solamente creamos confusiones y pr-  
 oblemas.

MUJER: (grita) ¡Coma bien! No ha-  
 gas ruido con la boca.

EL NIÑO ASUSTADO LA MIRA

EL HOMBRE SIGUE COMIENDO CON LA BOCA ABIERTA, ANTE LA MIRADA DE ENOJO DE LA MUJER. TERMINAN DE DESAYUNAR, SE DESPIDEN Y SALEN (PUES LOS NIÑOS YA VAN TARDE A LA ESCUELA).

ANTECEDOR DEPARTAMENTO  
LA MUJER ESTA RECOGIENDO LOS TRASTES DEL DESAYUNO

EL HOMBRE ENTRA BRUSCAMENTE AL DEPARTAMENTO. ESTA MUY MOLESTO

LA MUJER SIGUE RECOGIENDO LOS TRASTOS

HOMBRE: ¿Por qué le gritas?

MUJER: Para que coma bien.

HOMBRE: Pero no tienes que gritarle, (al niño):

... come bien Carlitos

NARRADOR Si no decimos las cosas directamente a nuestra pareja, ella no sabrá realmente lo que quisimos decir.

NARRADOR : Cuando hablamos haciendo gestos y ademanes bruscos y a esto le agregamos un tono de voz elevado, habrá malas interpretaciones.

HOMBRE: ¡Cáramba! ¡Ya estoy harto de esta maldita vieja!

MUJER: ¿Qué pasa?

HOMBRE: ¿Qué va a pasar?  
¡Tu vecinita que está estorbando otra vez con su carro!

MUJER: Oye, pero no me grites.

HOMBRE: No te estoy gritando. ¡Andale, apúrate, tócale (refiriéndose a la vecina) y dile que venga a quitar su carro!

MUJER: Mira, yo no tengo la culpa, a mi no me tienes por qué gritar.

LA MUJER DE MALA GANA SALE DE LA  
CASA SEGUIDA POR EL HOMBRE

ANTECOMEDOR  
UN NIÑO Y UNA NIÑA (HIJOS DE LA PARE  
JA) HACEN SU TAREA. LA ESPOSA LOS  
AYUDA.

EL MARIDO EN "MANGAS DE CAMISA" SE  
LES ACERCA

EL NIÑO DEJA SU TAREA Y SE  
SE INCORPORA

EL NIÑO, DESORIENTADO, NO SABE  
A QUIEN OBEDECER

HOMBRE: (desesperado) ¡A ti no te  
estoy gritando!

¡No ves que ya se nos hizo tarde,  
Chihuahua!

NARRADOR Si decimos las  
cosas molestos y gritando, es muy  
probable que nuestra pareja se mo-  
leste y grite también, por lo que  
terminaremos peleando.

NARRADOR Cuando queremos  
hablar con nuestra pareja, o pedir  
le algo en el momento en que esté  
realizando alguna actividad por  
la que no pueda ponernos atención,  
nos sentiremos molestos porque su-  
ponemos que no quiere ayudarnos.

MARIDO: Concha, ¿me puedes ayudar?  
Necesito que alguien me vaya pasan-  
do las herramientas.

ESPOSA: (Sin voltear a verlo) Espé-  
rame, nada más que termine de ver  
estos problemas con la niña.

MARIDO: (molesto) Necesito que  
me ayudes ahorita, no mañana. (al  
niño) ven tú para que me ayudes.

ESPOSA: (molesta) Paco tiene que  
terminar su tarea. (al niño): Sién-  
tate.

MARIDO: ¡Tengo que arreglar el ba-  
ño, ya! Y si tú no puedes ayudarme  
me va a ayudar Paco.

ESPOSA: Yo te ayudo en cuanto ter-  
mine de resolver estos problemas

EL MARIDO TOMA DEL BRAZO AL NIÑO

LA SEÑORA MOLESTA LOS VE RETIRARSE  
RUMBO AL BAÑO

ANTECOMEDOR

LA ESPOSA, SIGUE REVISANDO LA TAREA  
(SUENA EL TELEFONO) ELLA VA A CONTESTAR

LA ESPOSA CONTESTA EL TELEFONO

LA ESPOSA DEJA LA BOCINA, CAMINA HACIA LA MESA DEL ANTECOMEDOR

SE SIENTA A LA MESA VE QUE SU MARIDO NO RESPONDE, VOLTEA A VER AL TELEFONO, Y SE INCORPORA Y CAMINA HACIA EL BAÑO.

BAÑO

EL MARIDO, ACOSTADO EN EL SUELO, ARREGLA EL LAVABO. SU HIJO PACO JUNTO A EL CON LAS HERRAMIENTAS BRUSCAMENTE SE ABRE LA PUERTA DEL BAÑO. ENTRA LA ESPOSA

MARIDO: ¡Dije que me va ayudar Paco! ¡Vamos!

NARRADOR Cuando necesitamos de la atención de nuestra pareja, y se lo pedimos en un momento no adecuado (como en el ejemplo) supondremos que no quiere ayudarnos o no le interesa lo que vamos a decir.

NARRADOR Cuando decimos algo a gran distancia, no nos escuchamos y posiblemente terminaremos peleando.

ESPOSA: (al teléfono) ¡Bueno ... Si un momento,, ¿De parte de quién

ESPOSA: (al marido, que está en el baño) ¡Francisco! ¡Te hablan por teléfono!

ESPOSA: ¡Qué lata!

ESPOSA: ¡Qué, estás sordo!

MARIDO: (bajo el lavabo) ¿Qué te pasa?

EL MARIDO SE INCORPORA

LA ESPOSA SALE DEL BAÑO

ANTECOMEDOR

LA ESPOSA LLEGA A LA MESA Y SE SIENTA

EL MARIDO LLEGA AL TELEFONO

COULGA EL TELEFONO

LOS DOS DISCUTEN ANTE EL ASOMBRO  
DE SUS HIJOS

ESPOSA: Te hablan por teléfono.  
Llevan horas esperándote.

MARIDO: ¡Si no me avisas! ¿Quién  
es?

ESPOSA: (para si misma) Si no te  
aviso

MARIDO: (al teléfono)

¿Bueno . . . Bueno? . . .

(a la esposa): Ya colgaron

ESPOSA: ¿Tú que crees? ¡Que tie-  
nen tu tiempo!

MARIDO: ¡Si no me llamas!

ESPOSA: ¡Quién fue el que se hizo  
sordo!

MARIDO: ¡Yo no me hice el sordo...

NARRADOR Es importante  
que cuando hablemos con nuestra  
pareja lo hagamos lo más cerca po-  
sible, pues si lo hacemos de un  
lugar a otro, no nos escucharemos  
o no entenderemos bien las cosas.



\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
(POR LA  
MAÑANA)

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
ANTECOMEDOR .

LA MUJER SIRVE EL DESAYUNO AL HOMBRE  
Y A SUS DOS HIJOS LA MUJER SE SIENTA  
A DESAYUNAR CON ELLOS

EL HOMBRE COME CON LA BOCA ABIERTA  
Y HACE RUIDO.

LA MUJER DESAPRUEBA EL GESTO.

NARRADOR . . . . . Cuando hablemos con nuestra pareja será necesario que digamos lo que nos moleste amablemente, directo y sin rodeos.

MUJER: Carlos

HOMBRE: Dime

MUJER: ¿Qué paso? No comas así

HOMBRE: (bromando) ¿Con la boca?

MUJER: (de buen humor) No, con la boca abierta, amor.

HOMBRE: Esta bien, perdón, que fue

EL HOMBRE SIGUE DESAYUNANDO PERO AHORA ESTA CON LA BOCA CERRADA, SIN HACER RUIDO.

ESTACIONAMIENTO EDIFICIO MULTI-FAMILIAR

EL HOMBRE CON SUS DOS HIJOS SE DISPONE A SUBIR AL COCHE EL HOMBRE MOLESTO VE QUE UN COCHE ESTORBA, PARA QUE SU AUTOMOVIL PUEDA PASAR INDICA QUE LOS NIÑOS QUE SE SUBAN AL COCHE, Y EL HOMBRE ENTRA AL EDIFICIO.

CORTE A:

ANTECOMEDOR

LA MUJER RECOGE LOS TRASTOS DEL DESAYUNO EL HOMBRE ENTRA AL DEPARTAMENTO

NARRADOR . . . Cuando vayamos a platicar con nuestra pareja, hagámoslo con un gesto amable y sin gritar.

HOMBRE: ¡Caray! ¡Esta señora no entiende!

MUJER: ¿Qué paso, qué señora?

HOMBRE: ¡La vecina, hombre! Otra vez está estorbando su carro y se nos va a hacer tarde.

MUJER: ¡Otra vez!

HOMBRE: Si, otra vez. ¿Qué no hablaste con ella al respecto?

MUJER: Si, dijo que ya no lo iba a hacer.

HOMBRE: ¡Ya estuvo suave! En la noche vamos a hablar con ella y con su marido muy seriamente; pero ahora rita por favor, tócale y dile que mueva rápido su coche, si no, no llegamos a tiempo.

LOS DOS SALEN DEL DEPARTAMENTO

OTRO ANTECOMEDOR DEPARTAMENTO  
UN NIÑO Y UNA NIÑA HACEN LA TAREA  
SU MAMA (CONCHA) LOS AYUDA

SE ACERCA EL MARIDO (PANCHO)  
A LA MESA

EL MARIDO (PANCHO) SE SIENTA  
A LA MESA

CONCHA LE INDICA EN EL LIBRO LO  
QUE HAY QUE HACER.

MUJER: Vamos

NARRADOR . Cuando estemos:  
disgustados procuremos no lastimar  
a nuestra pareja por la forma en  
que decimos las cosas.

NARRADOR : Cuando hable-  
mos con nuestra pareja, veamos an-  
tes, si el momento es el apropiado  
asegurarnos que pueda ponernos la  
atención que deseamos.

PONCHO: ¿Oye Concha, les falta mu-  
cho?

CONCHA: Ya nada más revisar estos  
problemas con la niña y revisarle  
la lección a Paco ¿Por qué?

PANCHO: No, no más, es que quería  
ver si me ayudaban pasándome las  
herramientas mientras arreglo el  
lavabo.

NIÑO: ¡Yo te ayudo Pa'!

CONCHA: Pero hasta que termines la  
tarea.

PANCHO: ¿Sabes qué? Pa' que termine  
más pronto, te ayudo con la lec-  
ción de Paco, ¿Qué hay que hacer?

DISOLVENCIA A:

MISMO ANTECOMEDOR  
LA MAMA CONCHA SIGUE AYUDANDO CON LA  
TAREA A LA NIÑA

(SUENA EL TELEFONO)

CONCHA CONSTESTA EL TELEFONO

BAÑO !

PANCHO ACOSTADO BAJO EL LAVABO,  
LO ARREGLA, PAQUITO SU HIJO, SOS  
TIENE LAS HERRAMIENTAS.

ENTRA CONCHA AL BAÑO.

ANTECOMEDOR

CONCHA ENTRA Y TOMA EL TELEFONO

CONCHA CUELGA EL TELEFONO Y  
SE DIRIGE AL BAÑO

BAÑO :

CONCHA ENTRA Y SE VE (SIN AUDIO)  
QUE LE DICE EL RECADO DE ALEJANDRO A  
PANCHO.

NARRADOR Cuando querra-  
mos comunicarle algo a nuestra pa-  
reja: vayamos al lugar en qu ésta  
se encuentre, o por lo menos, ase-  
gurémos de que pueda escucharnos  
claramente

CONCHA: (al teléfono) ¿Bueno?...  
si un momentito ¿de parte de quién?

CONCHA: Oye, Pancho, te habla  
Alejandro por teléfono.

CONCHA: (al teléfono) ¿Bueno? que  
si es muy urgente, sino que él te  
habla al rato, es que está ocupado  
arreglando el lavabo... (pausa)  
bueno, si yo le digo. Adios.

NARRADOR:

Cuando hablemos con nuestra pareja  
procuremos estar lo más cercanos  
a ella que nos sea posible.



\_\_\_\_\_  
LA PAREJA; SENTADA EN LA CAMA,  
PLATICANDO SONRIENTES

NARRADOR \_\_\_\_\_ : Es necesario  
que lo intentemos, no sólo una  
vez, sino otra y otra más si es  
necesario, hasta que nos resulte.

\_\_\_\_\_ Si hacemos un esfuerzo,  
podremos lograrlo. ¡Intentémoslo!  
Nuestro bienestar y el de nuestros  
hijos bien valen la pena ese es-  
fuerzo. Sí podemos cambiar.

FIN PROGRAMA No.

SERIE:

PROBLEMAS RELACION PAREJA.

PROGRAMA No. 3'

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
EL NARRADOR

NARRADOR: ¿Sabe usted qué piensa  
qué siente, qué le gusta a su pa-  
reja?

¿Se ha dado cuenta que  
una de las causas por las que pe-  
leamos con nuestra pareja, es por-  
que no sabemos escuchar?

CAFE RESTAURANT  
UNA PAREJA JOVEN EN UN CAFE,  
PLATICAN, LOS DOS HABLAN CA-  
SI AL MISMO TIEMPO Y NO VOL-  
TEAN A VERSE.

\_\_\_\_\_  
¿Ha observado  
usted, si cuando platica con su  
pareja, ésta escucha realmente?

\_\_\_\_\_  
¿Le gustaría aprender a  
escuchar a su pareja?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
PAREJAS  
QUE VAN EN SUS AUTOMOVILES.  
SE LES VE MOLESTOS Y/O DIS-  
CUTIENDO.

\_\_\_\_\_  
En los progra-  
mas anteriores se dijo que los pro-  
blemas de pareja, no son ajenos a  
ninguno de nosotros.

OFICINA BUROCRATICA

EL SEÑOR SE VE PENSATIVO EN LA OFICINA. (TAL VEZ DISGUSTADO O PREOCUPADO)

COCINA

LA SEÑORA SE VE PREOCUPADA EN LA COCINA DE SU CASA.

COMEDOR

EL SEÑOR Y LA SEÑORA COMEN CON SUS 2 HIJOS.

EL SEÑOR ESTA MOLESTO, AL IGUAL QUE LA SEÑORA.

UNO DE LOS NIÑOS QUIERE ALCANZAR UN VASO, Y LO TIRA, DERRAMANDO EL AGUA SOBRE LA MESA.

LA SEÑORA LE GRITA REGAÑÁNDOLO, Y EL SEÑOR SE LEVANTA Y SE VE QUE LO VA A GOLPEAR.

SALA

EL MARIDO LLEGA A LA CASA MUY CONTENTO. SALUDA A LA ESPOSA SONRIENDO, Y MUY SATISFECHO LE EMPIEZA A CONTAR ALGO A ELLA, QUE LO ESCUCHA ATENTAMENTE.

Y se describió cómo estos problemas deterioran nuestra relación y afectan nuestra SALUD MENTAL.

También se dijo que no solamente nosotros nos veremos "afectados", pues las frecuentes molestias y preocupaciones que nos ocasionan dichos problemas repercutirán negativamente en el trato con nuestros hijos.

Vimos también la importancia de platicar con nuestra pareja. Decir lo que sentimos, lo que pensamos, lo que nos gusta y lo que no. Así como la importancia en la forma en que decimos las cosas, los gestos y el tono de voz, el lugar y el momento que escogemos para conversa



\_\_\_\_\_  
**RECAMARA MATRIMONIAL DEPARTAMENTO  
UNA PAREJA PLATICANDO. MIRANDOSE  
A LOS OJOS CON GESTO DE ESTARSE  
PONIENDO ATENCION.**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Pero hay un  
tercer punto que también es muy  
importante y que debemos tomar en  
cuenta para prevenir los proble-  
mas: "saber escuchar".

\_\_\_\_\_  
No olvidemos que nues-  
tra pareja es un individuo con  
sentimientos, ideas y emociones  
propias; y si tratamos de imponer  
nos no resultará como esperábamos  
y solamente ocasionaremos peleas.

También nuestra pareja desea ser  
escuchada.

"Cuida tu salud mental".

\_\_\_\_\_

- 
- 
- 
1. ¿Qué significa para usted, saber escuchar?
  2. Cuando platica con su pareja: ¿Usted siente que ella lo escucha?
  3. ¿Cómo se da cuenta si su pareja lo está o no escuchando?
  4. ¿Sabe usted escuchar a su pareja?
  5. ¿Cómo le demuestra usted a su pareja que lo está escuchando?

---

(NOCHE)

RECAMARA

EL HOMBRE Y LA MUJER, TERMINAN DE  
PONERSE LA PIJAMA Y SE METEN A LA  
CAMA.

EL HOMBRE VOLTEA A VER A LA MUJER

NARRADOR

¿Por qué no escuchamos a nuestra  
pareja?

Cuando no ponemos atención a lo  
que nuestra pareja nos esta di-  
ciendo, por estar pensando en lo  
que tenemos que decirle o en lo  
que tenemos que hacer molestamos  
escuchando.

SEÑOR: Ya nos avisaron de los nue-  
vos cambios que va a haber en la  
oficina por la reestructuración.

SEÑORA: Mañana hay junta en la es-  
cuela de los niños, tendré que ap-  
rarme, para dejar lista la comida  
antes de irme.

SEÑOR: A partir del próximo mes empezaran los cambios.

SEÑORA: Voy a aprovechar para ir a pagar la renta y llevar tu traje a la tintorería...

(LA PAREJA SIGUE HABLANDO SIN PONERSE ATENCION).

NARRADOR Si no ponemos atención a lo que nuestra pareja nos dice, no podremos entenderla y apoyarla.

SALA

LA SEÑORA ESTA VIENDO TV. EL SEÑOR ENTRA A LA SALA CON EL PERIODICO EN LA MANO VA A SENTARSE.

EL SEÑOR SE DIRIGE A LA SEÑORA

NARRADOR Cuando estamos hablando con nuestra pareja, si la interrumpimos con nuestros comentarios o queremos que se moleste y empiece a gritar, tratando de ser escuchado.

SEÑOR: ¿fuiste a pagar la renta?

SEÑORA: No, no pude ir, no me dió tiempo, porq...

SEÑOR: (molesto la interrumpe), Dijiste que irías hoy, ya se venció el día de pago, no quiero que luego nos estén llamando para decirnos que no la hemos pagado.

SEÑORA: Es que después de la jun..

SEÑOR: (interrumpe) Ahora vas a querer que yo vaya, ¿no?

SEÑORA: (gritando) ¡Déjame hablar yo no te estoy inte...

SEÑOR: (interrumpe) ¡No quiero saber nada...

EL SEÑOR ABRE EL PERIODICO Y LEE  
LA SEÑORA SE INCORPORA MOLESTA Y  
SALE DE LA SALA

SALA

LA SEÑORA VIENDO LA TV EL SEÑOR  
LEYENDO EL PERIODICO

EL SEÑOR SIGUE LEYENDO EL PERIODI  
DICO (GESTO INDIFERENTE)

EL SEÑOR MOLESTO, VOLTEA A VERLA

EL SEÑOR CIERRA EL PERIODICO

NARRADOR Si no dejamos  
que nuestra pareja exprese lo que  
quiere decir, no sabremos qué pasa  
que siente o quiere; y estamos im-  
pidiendo la comunicación.

NARRADOR Cuando nues-  
tra pareja nos está hablando y no-  
sotros hacemos gestos de indiferen-  
cia, no volteamos a verlo o nues-  
tros comentarios con respecto o lo  
que nos dice son de reproche, des-  
pectivos, de crítica o de burla ha-  
remos que se moleste, y pelearemos.

SEÑORA: Hablé con la maestra de  
Paquito, dice que las dos últimas  
semanas ha estado muy distraído.

SEÑORA: Yo también tengo proble-  
mas con él para que haga la tarea.  
... oye  
te estoy hablando.

SEÑOR: Ya te oí, qué quieres que  
te diga, tu tienes la culpa por  
estarlo consintiendo.

SEÑORA: (molesta) ¡Ah! yo tengo la  
culpa... no se puede hablar nada  
contigo, cuando me haces caso, me  
culpás de todo.

SEÑOR: Si hicieras bien las cosas  
no tendríamos tantos problemas.

SEÑORA: ¡No! si tu eres el hombre  
¡perfecto!

SEÑOR: No me vengas otra vez con  
eso, ¡Siempre haces lo que se te  
pega la gana, así es que no venga:  
a quejarte!

EL SEÑOR SE LEVANTA Y SALE DE  
LA SALA

NARRADOR: \_\_\_\_\_ : Cuando no tene-  
mos o no demostramos interés por  
lo que nuestra pareja nos dice, no  
estamos facilitando o estimulando  
una buena comunicación.

SOLUCIONES

(NOCHE)

RECAMARA

EL HOMBRE Y LA MUJER TERMINANDO DE  
PONERSE LA PIJAMA, SE METEN A LA  
CAMA.

EL SEÑOR VOLTEA A VER A LA SEÑORA

ELLA VOLTEA AVERLO.

NARRADOR: Cuando nues-  
tra pareja hable, pongamos atenci-  
a lo que nos dice y démosle nues-  
tra opinión, o comentemos con ell  
al respecto, haciéndole ver que l  
hemos escuchado.

SEÑOR: Ya nos avisaron de los can-  
bios que van a hacer en la oficina  
con eso de la restructuración.

SEÑORA: ¿Les va a afectar?

SEÑOR: No tanto como afectar, sé-  
lo que tendremos que adaptarnos.  
Fuera de eso no hay mayor problema

SEÑORA: Qué bueno porque mientras  
no sabías cómo quedaba esc, esta-  
bas algo intranquilo.

EL SEÑOR LE SONRIE Y LE TOMA LA MANO.

EL SEÑOR LE DA UN BESO Y APAGA LA LUZ.

SALA

LA SEÑORA ESTA VIENDO TV, EL SEÑOR  
ENTRA A LA SALA CON EL PERIODICO  
EN LA MANO SE SIENTA Y PONE EL PE  
RIODICO A UN LADO

SEÑOR DIRIGIENDOSE A LA SEÑORA:

SEÑORA VOLTEA A VERLO, SE LEVANTA  
LE BAJA DE VOLUMEN A LA TV

SEÑORA: Oye viejo, mañana es la junta en la escuela de los niños; quiero dejar lista la comida antes de irme, porque después voy a ir a pagar la renta y llevar tu traje a la tintorería.

SEÑOR: Bueno entonces hay que dormiros temprano para que mañana te de tiempo para todo.

NARRADOR : Cuando hablamos con nuestra pareja es importante que hablemos primero de un tema y luego continuemos con otro, sin interrumpirnos, para que de esa forma, se establezca una buena comunicación.

NARRADOR : Evitemos interrumpir a nuestra pareja cuando está hablando. Dejemos que termine de decir lo que nos esté diciendo y no intentemos hablar al mismo tiempo que ella.

SEÑOR: ¿Fuiste a pagar la renta?

SEÑORA: No, ¿qué crees? no me dio tiempo.

SEÑOR: ¿Qué paso?

SEÑORA: Es que la junta se alargó bastante, y después me quede a hablar con la maestra del niño.

SEÑOR: Oye pero ya se nos pasó el día de pagarla, ¿no?

SEÑORA: Ya lo se pero no podía salirme de la junta.

SEÑOR: Bueno puedes hacerlo mañana, o sabes qué, yo voy. Me das el dinero mañana antes de irme.

SEÑORA: Bueno.

SEÑOR: No se te vaya a olvidar.

SALA  
LA SEÑORA VIENDO TV, Y EL SEÑOR LEYENDO EL PERIODICO.

EL SEÑOR VOLTEA A VER A LA SEÑORA

EL SEÑOR DEJA EL PERIODICO A UN LADO

EL SEÑOR PENSATIVO

NARRADOR Manifestemos interés por lo que nuestra pareja nos dice, con gestos, viéndole de frente o haciendo comentarios de comprensión, apoyo, o hagamos sugerencias según sea el caso.

SEÑOR: Oye me dijiste que hablaste con la maestra del niño.

SEÑORA: ¡Ah, sí! dice que las dos últimas semanas ha estado muy distraído.

SEÑOR: ¿Ya hablaste con el niño?

SEÑORA: No, primero quería platicarlo contigo, yo también he tenido problemas con él últimamente porque no quiere hacer la tarea.

SEÑOR: ¿Ya terminó su tarea ahorita?

SEÑORA: No

SEÑOR: Cuando termine vamos a platicar con él para ver qué le pasa o qué siente.

SEÑORA: También me gustaría que lo lleváramos al médico para que le dé una revisada.



SEÑOR: Me parece bien.

NARRADOR

Al poner interés a lo que nuestra  
pareja nos dice podremos conocerla  
mejor pues sabremos como piensa o  
como siente.



NARRADOR: Aprender a escuchar a nuestra pareja es un gran paso que podemos dar para mejorar nuestra relación. ¡Intentémoslo! Su bienestar y el de sus hijos bien vale un esfuerzo. Usted sí puede cambiar.

FIN PROGRAMA No.

**SERIE: PROBLEMAS RELACION PAREJA.**

PROGRAMA No. 4

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
EL NARRADOR :

NARRADOR: ¿Sabe usted cuál es la importancia de que demos afecto a nuestra pareja?

PARQUE

UNA PAREJA DE NOVIOS DE LA MANO  
(CERCANOS FÍSICAMENTE)

\_\_\_\_\_  
¿Sabía usted que todas las personas necesitamos sentir y oír que nos quieren y que le importamos a alguien?

(EN LA CALLE) PAREJA  
QUE CAMINA, O SENTADA (ALEJADOS FÍSICAMENTE).

\_\_\_\_\_  
¿Ha notado usted, que una de las quejas más comunes entre las parejas es que su relación no es cariñosa?

\_\_\_\_\_  
¿Le gustaría mejorar la relación de afecto con su pareja?

UNA PAREJA EN SU AUTOMOVIL DISCUTE O  
ESTA INDIFERENTE.

COMEDOR

PAREJA COMIENDO NO SE HABLAN NI SE VEN  
LA MUJER VOLTEA A VERLO MOLESTA DICIEN  
DOLE ALGO. EL HOMBRE SE VE ENOJADO. DIS  
CUTEN. EL HOMBRE MUY MOLESTO SE LEVANTA  
Y SE VA DEL COMEDOR. LA MUJER SE QUEDA  
MOLESTA Y PENSATIVA.

RECAMARA

EL HOMBRE ENTRA A LA RECAMARA Y SE SIENT  
TA EN LA CAMA. SE LE VE MOLESTO PREOCUP  
PADO Y PENSATIVO.

SALA

EN LA SALA UNA PAREJA  
PLATICA SONRIENTE.

..... Vimos anteriormente, cómo nos afecta a nosotros y a nuestros hijos el llevarnos mal con nuestra pareja.

..... Mientras no hablemos o platiquemos de nuestros sentimientos, deseos o de las cosas que nos suceden, tendremos falsas expectativas y habrá malos entendidos que provocaran que peleemos constantemente. No nos entenderemos no podremos ponernos de acuerdo y nos sentiremos insatisfechos concluyendo que nuestra relación no es lo que esperábamos.

..... Así estaremos desilusionados y llegaremos a pensar que ya no queremos a nuestra pareja. ¿Pero en verdad ya no la queremos?

..... Se dijo también que para llevarnos bien con nuestra pareja es importante aprender a comunicarnos con ella. Para esto es necesario que platiquemos y sepamos escucharla.

COCINA

PAREJA PLATICANDO SE MIRAN A LOS OJOS  
COMO SI ESTUVIERAN PONIENDOSE DE ACUER  
DO EN ALGO

COCINA :

LA SEÑORA EN LA COCINA PREPARA LA COMI  
DA. LLEGA EL SEÑOR PLATICAN SE SONRIEN  
Y SE ABRAZAN DANDOSE UN BESO.

NARRADOR Una buena co-  
municación ayudará a entendernos y  
a comprendernos uno al otro, así -  
será más fácil ponernos de acuerdo  
y solucionar los problemas que se  
presenten.

Ahora veremos  
otro aspecto de gran importancia e  
la relación de pareja: se trata de  
la manifestación del afecto que  
sentimos mediante palabras y cari-  
cias.

Muchas personas expresan  
su desilusión en relación con su p  
reja diciendo ;"ya no me quiere",  
"antes no era así, se portaba dife  
rente conmigo:!

...¿Qué pasa con la demostración  
de afecto? ¿Por qué la descuidamos

"Cuida tu salu  
mental" trataremos de apren  
der a mejorar nuestra relación de  
pareja.

1. ¿Cree usted que es importante decirle a su pareja que la quiere?  
¿Usted lo hace?
2. ¿Cómo le gusta que su pareja le demuestre cariño? ¿Se lo ha dicho?
3. ¿Cómo le demuestra afecto, su pareja?
4. ¿Está usted contento con la forma en que su pareja le demuestra afecto?
5. ¿Cuándo llega a su casa, saluda a su pareja con un beso?
6. ¿Abraza usted a su pareja por lo menos una vez al día?

(TARDE)

RECAMARA

LA SEÑORA TERMINA DE ARREGLARSE EL VESTIDO, SE SIENTA AL TOCADOR A TERMINAR DE MAQUILLARSE. EL SEÑOR ENTRA, VE EL RELOJ Y HACE UN GESTO PARA APURAR A LA SEÑORA. LA SEÑORA TERMINA DE MAQUILLARSE Y SE INCORPORA. EL SEÑOR SE ARREGLA LA CORBATA. LA SEÑORA SE PARA FRENTE AL SEÑOR EL SEÑOR NO LA VE, SE DA MEDIA VUELTA Y SALE  
LA SEÑORA TOMA SU BOLSO Y SALE DE LA RECAMARA.

NARRADOR Muchas veces pasamos por alto la demostración de afecto por la prisa que llevamos. O frecuentemente pensamos que ya no estamos en edad de decirnos: "te quiero, te extraño, qué bien te ves", o tomarnos de la mano, porque creemos que se ve ridículo. O porque suponemos que nuestra pareja ya lo sabe y no es necesario decirselo.

SEÑORA: ¿Me veo bien?

SEÑOR: Si, ya vámonos

SEÑORA: Estoy lista

---

INTERIOR AUTOMOVIL EN MARCHA

(TARDE)

EL SEÑOR Y LA SEÑORA DENTRO DEL CARRO  
LA SEÑORA PONE SU MANO SOBRE LA DEL  
SEÑOR. EL SEÑOR RETIRA SU MANO

SEÑORA: Después de todo salimos a  
tiempo ¿no?

SEÑOR: (afirmando) mjm.

---

SALA (FIESTA)

ALGUNAS PERSONAS EN LA REUNION, LA SEÑORA  
PLATICA CON UN GRUPO DE SEÑORAS Y BUS  
CA CON LA MIRADA AL SEÑOR QUE PLATICA CON  
UN GRUPO DE AMIGOS IGNORANDOLA.

LA SEÑORA SE ENCAMINA A DONDE EL SEÑOR  
ESTA. ELLA LO TOMA DE LA MANO MUY CARI-  
NOSA.

SEÑORA: ¿Ya nos vamos?

EL SEÑOR SE SUELTA DE LA MANO DE  
ELLA Y COMIENZAN A DESPEDIRSE.

---

INTERIOR AUTO COCHE (NOCHE)

EL SEÑOR Y LA SEÑORA

EL SEÑOR HACE GESTOS DE DESAGRADO

LA SEÑORA SE VE TRISTE.

SEÑORA: ¿Por qué ya no eres cariño-  
so conmigo? siempre me evitas y ya  
nunca me dices que me quieres.

SEÑOR: Por favor, no empieces. Ya  
no estamos en edad de esas cosas.

SEÑORA: ¿Por qué no? la edad no ti-  
ne nada que ver.

SEÑOR: No seas ridícula.....ya  
sabes que te quiero ¿no?.... no es  
necesario que te lo esté diciendo  
a cada rato y que te esté apapacha-  
do.



NARRADOR: Cuando no demostramos afecto a nuestra pareja, esta sentirá que la rechazamos y nos iremos distanciando.

(TARDE)

RECAMARA

LA SEÑORA TERMINA DE PONERSE EL VESTIDO SE SIENTA AL TOCADOR Y TERMINA DE MAQUILLARSE.

EL SEÑOR ENTRA A LA RECAMARA, SE ENCAMINA HACIA LA SEÑORA LE DA UN BESO Y VE EL RELOJ

EL SEÑOR SE ARREGLA LA CORBATA LA SEÑORA TERMINA DE MAQUILLARSE Y SE PARA FRENTE A EL

NARRADOR Todos deseamos sentir y escuchar que le importamos a alguien y con mayor razón si ese alguien es nuestra pareja.

¿Cómo y cuándo podemos demostrar afecto?

Desde una sonrisa viendo a los ojos una palmadita, tomarse de la mano,

SEÑOR: Se nos va a hacer tarde vieja.

SEÑORA: Ya casi estoy lista.

SEÑORA: ¿Cómo me veo?

SEÑOR: ¡Que guapa! te ves muy bien

EL SEÑOR LE DA UNA NALGADA DE CARINO  
ELLA SONRIE POR EL CUMPLIDO.

SEÑOR: Vámonos pues.

---

INTERIOR AUTOMOVIL EN MARCHA

(TARDE)

LA SEÑORA ACARICIA EL CABELLO AL SEÑOR  
EL SEÑOR TOMA LA MANO DE ELLA LE DA  
UN BESO. SONRIEN.

SEÑORA: Después de todo salimos  
a tiempo.

SEÑOR: Si, no hay prisa.

---

SALA (FIESTA)

EN LA REUNION EL SEÑOR CONVERSA CON  
UN GRUPO DE AMIGOS, LA SEÑORA CON  
UN GRUPO DE AMIGAS, SE BUSCAN CON  
LA MIRADA Y SE SONRIEN.

EL SEÑOR SE ENCAMINA A LA SEÑORA  
LE DA UN BESO EN LA MEJILLA Y LA TOMA  
DE LA MANO  
LA SEÑORA SONRIE.

SEÑOR: ¿Nos vamos?

SEÑORA: Cuando quieras.

---

ESTACIONAMIENTO :

(NOCHE)

LA SEÑORA Y EL SEÑOR BAJAN DEL AUTO  
Y ABRAZADOS CAMINAN AL INTERIOR DEL  
EDIFICIO.

NARRADOR El demostrar  
nuestro afecto no tiene que ser en  
un momento o lugar especial. Coti-  
dianamente lo podemos hacer.  
Al despedirnos, la encontrarnos,  
cuando ella está cocinando, a la  
hora de la comida, cuando vamos  
en el coche, cuando vemos televi-  
sión, cuando él esté realizando  
alguna actividad en la casa.

ESTACIONAMIENTO

(NOCHE)

LA SEÑORA Y EL SEÑOR BAJAN DEL AUTO Y ABRAZADOS CAMINAN AL INTERIOR DEL EDIFICIO.

NARRADOR El demostrar nuestro afecto, no tiene que ser en un momento o lugar especial. Cotidianamente lo podemos hacer. Al despedirnos, al encontrarnos, cuando ella está cocinando, a la hora de la comida, cuando vamos en el coche, cuando vemos la televisión cuando él esté realizando alguna actividad en la casa.

INTERIOR DEPARTAMENTO ANTECOMEDOR-SALA  
EL SEÑOR Y LA SEÑORA ENTRAN A SU DEPARTAMENTO. ENCIENDEN LA LUZ.

LA SEÑORA DEJA SU BOLSO EN LA MESA DEL ANTECOMEDOR, EL SEÑOR ABRAZA POR LA ESPALDA, ELLA RIE, Y EL LE HACE UN GESTO DE QUE GUARDE SILENCIA (POSIBLEMENTE LOS HIJOS DUERMEN), SE ABRAZAN Y SE BESAN, SE SEPARAN DEL ABRAZO Y EL SEÑOR TOMA LA MANO SE DIRIGE AL APAGADOR APAGANDO LA LUZ.

NARRADOR: Demostrar nuestro afecto con palabras y caricias, es importante para llevar una buena relación con nuestra pareja.

EL NARRADOR

MISMAS TOMAS, DONDE LA PAREJA  
VA EN EL COCHE, Y DISCUTEN  
PORQUE EL SEÑOR YA NO ES CARINOSO  
CON ELLA (SIN AUDIO)

PARQUE

PAREJA EN EL PARQUE  
EL LE DA UNA FLOR A ELLA.  
SE SONRIEN Y ABRAZAN

PAREJA QUE SE DESPIERTA  
(POR LA MAÑANA) Y SE SONRIEN

NARRADOR: Todos los seres humanos necesitamos de la atención y cariño de las personas que nos rodean, sentirnos queridos y apoyados moralmente.

\_\_\_\_\_ : En nuestra relación de pareja, cuando no nos demostramos cariño, podemos provocar problemas, que harán que nos distanciamos.

No debemos permitir que la edad o el "qué dirán", impidan que manifestemos a nuestra pareja el cariño y afecto que sentimos por ella; haciéndole ver lo importante que es para nosotros y que la necesitamos

\_\_\_\_\_ : Al manifestar nuestros sentimientos; son importantes, tanto las palabras y el contacto físico, como las atenciones.

\_\_\_\_\_ Como ya dijimos, no es necesario un momento o un lugar especial para demostrar afecto.

\_\_\_\_\_ : Intentémoslo.  
Una sonrisa al levantarse.....

PAREJA QUE SE DESPIDE EN LA  
PUERTA DE LA CASA

...un beso al despedirse....

LA SEÑORA COCINA EL SEÑOR  
SE LE ACERCA Y LA ABRAZA  
DANDOLE UN BESO

...un abrazo al encontrarnos

LA SEÑORA AYUDA A LOS NIÑOS EN LA  
TAREA,

...una caricia en el cabello....

EL SEÑOR SE LE ACERCA Y LE ACARICIA  
EL CABELLO, DICIENDOLE ALGO AL OIDO.

EL SEÑOR SENTADO, VE T.V. EN LA SALA,  
LA SEÑORA LLEGA CON UNA TAZA DE CAFE  
Y LA PONE EN LA MESA DE CENTRO.

Una caricia en la cara, cuando él  
o ella realizan alguna actividad en  
el hogar, pueden lograr mucho a fa-  
vor de una buena relación con nues-  
tra pareja, y con nuestros hijos.

ELLA LE ACARICIA LA CARA A EL Y SONRIEN.

ELLA SE SIENTA EN LAS PIERNAS DE EL.

LLEGAN DOS NIÑOS (SUS HIJOS) Y LOS  
ABRAZAN. TODOS SONRIEN.

NARRADOR: ¡Adelante! Su felicidad  
y la de sus hijos, bien valen un  
esfuerzo ¡Intentémoslo! usted, sí  
puede cambiar.

FIN PROGRAMA No.

SERIE:

PROBLEMAS RELACION PAREJA.

Sexo

         M               F

Edad

         20 - 30               31 - 35               36 - 40               41 - 45               46 - 50               50 - 60

Escolaridad

         No estudié               Primaria incompleta  
         Primaria completa               Secundaria incompleta  
         Secundaria completa               Preparatoria incompleta  
         Preparatoria completa               Técnico o Normal  
         Profesión Incompleta               Estudios de posgrado  
         Profesionista

Ocupación

         Obrero               Técnico o Normal  
         Empleado               Iniciativa Privada  
         Ama de casa               Profesionista  
         Otra

¿A qué edad se casó?

         Entre los 15 y 20 años               Entre los 21 y 25 años  
         Entre los 26 y 30 años               Entre los 31 y 35 años  
         Después de los 35 años

Tiempo de casados

         Menos de 1 año               De 1 a 5 años  
         De 6 a 10 años               De 11 a 15 años  
         De 15 a 20 años               De 21 a 25 años  
         Más de 25 años

Número de hijos

         Ninguno               uno               dos  
         tres               cuatro               Más de cuatro

Edad de los hijos

Instrucciones: A continuación leerá una serie de afirmaciones. Indique el lugar correspondiente a la opción que más se aproxima a lo usted piensa

ANEXO 6

	Totalmente de acuerdo	De Acuerdo	Medianamente de acuerdo	En Desacuerdo	Totalmente
1.- Es bueno corregir las fallas de la pareja en el momento en que las comete	_____	_____	_____	_____	_____
2.- Me molestan las críticas o sugerencias de mi pareja porque -- siempre exagera	_____	_____	_____	_____	_____
3.- Es cursi que en las reuniones - alguien exprese halagos o elogios a su pareja	_____	_____	_____	_____	_____
4.- Una sonrisa, una palmadita o un comentario son inoportunos si - mi pareja está molesta o pasa - por un mal momento	_____	_____	_____	_____	_____
5.- Muchas veces es necesario hacer comentarios insistentes o enérgicos para que mi pareja reaccione ante sus errores	_____	_____	_____	_____	_____
6.- En una relación segura no hay necesidad de muestras de afecto	_____	_____	_____	_____	_____
7.- Es mejor que uno solo se haga cargo de las decisiones importantes de la casa	_____	_____	_____	_____	_____
8.- Se ve mal que las parejas de <u>ca</u> <u>sa</u> dos se tomen de la mano	_____	_____	_____	_____	_____
9.- Considero que hay muchas cosas cotidianas (de trabajo o de la casa) que no vale la pena hablar de ellos con mi pareja	_____	_____	_____	_____	_____
10.- Un beso, un abrazo o una sonrisa son expresiones importantes para la buena relación en una pareja	_____	_____	_____	_____	_____
11.- Creo que confiar mis tristezas y temores a mi pareja, me pondría en desventaja con ella	_____	_____	_____	_____	_____



	Totalmente de acuerdo	De Acuerdo	Medianamente de acuerdo	En desacuerdo	Totalmente de acuerdo
12.- Prefiero evitar las discusiones con mi pareja	_____	_____	_____	_____	_____
13.- El Planear juntos mi pareja y yo todas las actividades sólo complica las cosas	_____	_____	_____	_____	_____
14.- Tengo tanta confianza con mi - pareja que no es necesario -- ser atento y cortés cuando es <u>ta</u> mos solos	_____	_____	_____	_____	_____
15.- Las quejas de mi pareja sobre sus <u>defectos</u> físicos son en - su mayor parte resultado de su imaginación	_____	_____	_____	_____	_____
16.- Las parejas se ahorran muchos disgustos cuando cada quien - resuelve sus propios proble-- mas	_____	_____	_____	_____	_____
17.- En una pareja deben estar dis - puestos a escucharse uno al - otro en cualquier momento	_____	_____	_____	_____	_____
18.- Mi pareja y yo coincidimos tan to que no es necesario consul - tarnos para hacer un <u>compromi</u> so que nos involucre a los dos	_____	_____	_____	_____	_____
19.- Hay cosas que si se dicen di - rectamente pueden lastimar o enojar a nuestra pareja	_____	_____	_____	_____	_____
20.- Si le expresara a mi pareja - las cosas que me desagradan de ella <u>ella</u> (lo) lastimarla	_____	_____	_____	_____	_____
21.- Abrazar o besar a mi pareja cuando está pasando por <u>momentos</u> difíciles resulta <u>innecesario</u>	_____	_____	_____	_____	_____
22.- El romance y el cortejo sólo son necesarios durante el <u>no</u> viargo	_____	_____	_____	_____	_____
23.- Si platicara con mi pareja - las cosas que <u>no</u> desagradan, sólo nos ocasionaría <u>más</u> <u>pro</u> blemas	_____	_____	_____	_____	_____

ANEXO

Instrucciones: A continuación leerá una serie de reactivos. Indique en el espacio correspondiente la opción que más se acerque a su situación

ANEXO 7

	Siempre	Casi Siempre	Ocasionalmente	Casi Nunca	Nunca
1.- Hablo con mi pareja acerca de mis problemas y preocupaciones	_____	_____	_____	_____	_____
2.- Cuando mi pareja expresa su opinión analizo su punto de vista	_____	_____	_____	_____	_____
3.- Le digo comentarios positivos y halagadores a mi pareja	_____	_____	_____	_____	_____
4.- Digo "lo sé" o "no" antes de que mi pareja termine de expresar alguna idea	_____	_____	_____	_____	_____
5.- Busco y espero el lugar y el momento apropiados para hablar de ciertos temas con mi pareja	_____	_____	_____	_____	_____
6.- Uso la expresión "te lo dije" cuando mi pareja olvida algo negativo que yo le había advertido que pasaría	_____	_____	_____	_____	_____
7.- Cuando estoy muy enojado trato de no subir el tono de voz y modero gestos y ademanes	_____	_____	_____	_____	_____
8.- Apoyo verbalmente o con otro gesto a mi pareja cuando me platica sus ideas o me expresa sus sentimientos	_____	_____	_____	_____	_____
9.- Aclaro con mi pareja posibles malos entendidos	_____	_____	_____	_____	_____
10.- Platico con mi pareja de mis expectativas y aspiraciones	_____	_____	_____	_____	_____
11.- Me gusta tener atenciones con mi pareja	_____	_____	_____	_____	_____
12.- Me molesta que mi pareja me tome de la mano y me abraze	_____	_____	_____	_____	_____

	Siempre	Casi Siempre	Ocasionalmente	casi Nunca	Nunca
13.- Al regresar a casa le digo a mi pareja una palabra cariñosa	_____	_____	_____	_____	_____
14.- Por la mañana al despedirme de mi pareja lo hago con una sonrisa y otra demostración de afecto	_____	_____	_____	_____	_____
15.- Acento gustoso las muestras de afecto de mi pareja	_____	_____	_____	_____	_____
16.- Me resulta difícil decirle las cosas directamente a mi pareja	_____	_____	_____	_____	_____
17.- Me siento muy agusto platicando con mi pareja	_____	_____	_____	_____	_____

A continuación leerá una serie de ejemplos de situaciones cotidianas en las que surgen problemas entre la pareja. Indique la opción que usted crea podría evitarlos o solucionarlos.

Un señor regresa a su casa. Su esposa esta viendo la televisión, él la saluda con un beso y le pregunta como paso el día, ella con gesto indiferente y un ademán de que se haga a un lado pues no la deja ver, le contesta "bien", él se siente incomodo ante su indiferencia y se retira.

- a) Ella debería corresponder al saludo con una sonrisa y viendolo a los ojos.
- b) El debería exigirle a ella que le haga caso
- c) Ella debería apresurarse a recibirlo y atenderlo
- d) El debería sentarse junto a ella y ver la T.V.

2.-Un señor que se esta bañando, le grita a su esposa que le lleve un jabón, ella esta preparando el desayuno y sirviendo a los niños, por lo que no lo escucha, el sale del baño reclamando que no le llevaron el jabón, ella dice no haber escuchado, el señor le alega que lo que paso es que ella hizo como que no lo oyo.

- a) El debio gritar más fuerte para que ella lo escuchara
- b) Ella debería estar pendiente de lo que él le decía
- c) El tenía razón en reclamar que no lo escuchaban
- d) El debería decirle a ella que procura que no vuelva a faltar jabón en el baño.

3.-Un señor llega a su casa y se encuentra a su niña, quien se cayó de la bicicleta, lastimada de brazos y piernas, en cuanto la niña lo ve se pone a llorar, él muy enojado le grita a su esposa preguntando ¿que le pasó a la niña? Ella va a contestar lo que paso, cuando él reclama: "nunca tienes cuidado con los niños, ¿qué haces todo el día? deberías ser más responsable". La señora intenta hablar y el prosigue; "mientras yo trabajo tu no puedes ni prestar atención a tus hijos ¿qué te la pasas haciendo"?

- a) Ella debería disculparse y lamentarse por ser tan descuidada.
- b) El no debió preguntar qué le pasó a la niña y consolarla.
- c) El debió esperar a que ella le explicara lo que pasó
- d) Ella debió apresurarse a explicarle al marido, lo que pasó.

4.-Una señora le expresa a su marido que los mandaron llamar de la escuela pues tienen problemas con su hijo, a lo que el señor contesta "bueno pues mañana ve a ver que pasa", oye pero nos llamaron a los dos y yo me siento más tranquila si tu me acompañas, dice ella, no puedo respoñde el, ella prosigue, además no crees que sería bueno que platicarás con él, nada más que pueda lo hago, contesta él. Ella sintiendo que el no le atendía no habló más.

- a) Ella debería insistir en que la acompañara pues es obligación de los dos.
- b) El debería escuchar y platicar al respecto más calmadamente con ella
- c) Ambos deberían reprender al hijo.
- d) El no tiene por que ir al citatorio pues sólo van las mamás.

- 5.-Un señor llega a su casa y como todos los días saluda a su esposa - comen y terminando, él se sienta a leer el periódico y luego a ver TV. A ella le desagrada pero nunca dice nada, quisiera que su marido fuera más cariñoso y platicara un rato con ella.
- Ella debería ya estar acostumbrada y no lamentarse.
  - El debería ser cariñoso, platicador y tratar de entenderla
  - Ella debería sentarse a platicar con él para hacerlo reaccionar.
  - Ella debería comentar lo que le gustaría y lo que podrían hacer.
- 6.-Un señor llega a su casa muy cansado y saluda a su esposa diciéndole que desea descansar, a lo que ella contesta un poco indiferente: "está bien, él le pide que lo acompañe un rato a descansar, a lo que ella responde"¡Ah no! yo quiero ver un programa que va a pasar y aprende la T.V.", el molesto se va a su recámara.
- El debería insistir en que ella lo acompañara.
  - Ella debería estar dispuesta a acompañarlo y atenderlo pues viene cansado.
  - Ella debería acercarse a él con gestos y palabras cariñosas.
  - El debería ver un rato la T.V. con ella aunque estuviera cansado.
- 7.-Una señora, al ver que su marido deja en la sala su saco, corbata y unos papeles que trafa, se molesta y sin comentar nada piensa "todos los días es lo mismo, ya estoy cansada, y lo hace intencionalmente", toma las cosas y las lleva a la recámara colocándolas en su lugar.
- Ella debería dejar las cosas donde están.
  - Ella no debería enojarse pues es su obligación.
  - Ella debería pedirle que no lo hiciera.
  - Ella debería exigirle que recoja las cosas.
- 8.-Un niño le pide a su papá que lo deje ir a jugar al parque y él le da el permiso. Su esposa le reclama "no quiero que vuelvas a dar permiso al niño sin antes preguntarme" ¿Qué tiene de malo? "pregunta él. La señora:no ha hecho la tarea y me molesta que no me consultes, El molesto responde ¡ah! todo se debe hacer como TU dices, y terminan peleando.
- El debería consultar primero con su esposa este tipo de cosas.
  - Ella debería exponer su punto de vista platicando, sin gritar.
  - El tiene autoridad para dar permiso al niño sin consultarla.
  - Ella hace bien en tratar de darse su lugar.
- 9.Una señora se encuentra muy apurada limpiando la casa el fin de semana, se siente muy cansada, está molesta y empieza a quejarse. Su marido que está leyendo el periódico dice un poco irritado: "ya vas a empezar otra vez, para que te pones de genio, de todos modos lo tienes que hacer. Ella aún más molesta contesta:"Mira si no ayudas mejor no digas nada".
- El debería ayudar a su esposa, pues ella pasó toda la semana limpiando la casa.
  - El podría elogiar el esfuerzo de su esposa y ofrecerle su ayuda.
  - Ella debería exigirle a él que le ayude, pues él también vive en la casa.
  - Ella tiene razón de estar molesta pues se encuentra muy cansada.

- 10.- Una señora se encuentra ayudando a los niños a hacer su tarea, su esposo enciende la TV y los niños se distraen queriendo verla. Ella se molesta con los niños y los regaña, además le dice a su marido muy molesta que tenía que ocurrírsele ver la TV en ese momento a lo que él contesta que él puede ver la TV cuando quiera.
- a) Ella debería exigirle que apagara la TV pues los niños se están distrayendo.
  - b) Ella debería dejar a los niños ver un rato la TV con su papá.
  - c) Ambos deberían platicar y ponerse de acuerdo respecto de estas dos actividades.
  - d) Ella debería castigar a los niños por no obedecer.
11. Una familia terminó de cenar, el señor lleva a los niños a acostar y la señora se pone a recoger los trastos y limpiar la cocina. El señor regresa pone música y abrazando a su esposa le pide que se siente con él a platicar un rato. Ella soltándose de los brazos de su marido, contesta que la deje terminar porque está muy cansada y se quiere ir a acostar.
- a) Ella tiene toda la razón pues ya es noche y se tiene que levantar temprano.
  - b) El debería ayudarlo para que termine más pronto.
  - c) Ella debió hacerle caso y terminar después o hacerlo al otro día.
  - d) Ella podía pedir que la ayudara y luego escucharían música un rato.
- 12.- Por la mañana un señor se sube a su auto para irse a trabajar, ya con prisa. Su esposa se asoma por la ventana de la casa pidiéndole que de regreso le traiga varias cosas, él no alcanza a oír bien, discuten él se desespera le grita que no puede llevarle nada y se va quedando los dos molestos.
- a) El debió ir a donde estaba su esposa para escucharla bien.
  - b) Ella debió acercarse a su esposo para hacer su petición.
  - c) Ella debió esperar que él regresara para pedirle las cosas
  - d) El hizo bien al decidir no llevarle nada a su esposa.
- 13.- Una tarde el señor sin ser su costumbre, se pone a trabajar en el comedor de su casa, los niños andan jugando y gritando, él se desespera, los regaña y le grita muy molesto a su esposa, que controle a los niños, ella protesta y terminan peleando. En este caso...
- a) Ella debería estar pendiente de que los niños no lo molestaran
  - b) El debería buscar otro lugar para trabajar donde no se le interrumpiera.
  - c) El no debería regañar a los niños, pues no tienen ninguna culpa.
  - d) El debería decirle a ella que trabajaría y que entretuviera a los niños.
- 14.- Un señor no pudo avisar a su esposa por ningún medio que llegaría tarde a su casa esa noche. Al llegar, su esposa lo recibe muy enojada, no quiere hablar ni desea escucharlo. El intenta explicar y pelean.
- a) Ella tuvo razón de molestarse pues estaba muy preocupada.
  - b) El no tenía por qué insistir en dar explicación si ella no le hacía caso.
  - c) Ella debió reclamar por qué no le avisó en vez de quedarse callada.
  - d) Ella debió permitir que él expresara el por qué llegó tarde.

15.-Un señor llega féliz a su casa y saluda a su pareja, porque pasó algo de gran importancia para él. Empieza a platicarle a su esposa quien sirviendo la comida lo interrumpe diciéndolo que se lave las manos - para comer, él sigue contando el gran acontecimiento, ella sólo asiente con la cabeza y un humm ya te lavas las manos?, el incómodo se re tira a lavar las manos, vuelve se sienta a comer sin volver a hacer comentarios.

- a) El podría esperar otro momento para platicar mas calmadamente.
- b) Ella podría esperar para servir la comida y preguntarle más acerca de lo acontecido.
- c) El debería insistir para que ella lo escuchara pues se trataba de algo de gran importancia.
- d) El no tenía por que molestarse pues podrían platicar después.

16.-Una señora está lavando los trastos, tiene las manos enjabonadas, llega su marido y le pide que le cosca en ese momento un pantalón, ella protesta y terminan peleando.

- a) Ella debería tomar el pantalón en el momento y coserlo después
- b) La señora debería coser el pantalón sin decir nada.
- c) El debería esperar otro momento para pedir que le cosieran el pantalón.
- d) El podría coser el pantalón para ayudar a su esposa.

Instrucciones: El siguiente cuestionario tiene como propósito conocer su opinión acerca del material que acaba de leer. Marque en la hoja de respuestas el paréntesis de la opción que se ajuste mejor a su opinión. No marque ni escriba en este cuestionario

- 1.- ¿Corresponden las recomendaciones a los problemas planteados?  
a) Casi nada    b) Un poco    c) Medianamente    d) Bastante    e) Mucho
- 2.- ¿Las recomendaciones sugeridas abordan el problema en cuestión?  
a) Nunca o casi nunca    b) A veces    c) A veces si y    d) Frecuentemente    e) Siempre o casi siempre  
a veces no
- 3.- En general, ¿Podría la mayoría de las personas llevar a cabo las recomendaciones sugeridas?  
a) No, en lo absoluto    b) Un poco    c) Medianamente    d) Bastante    e) Si, por completo
- 4.- ¿Son comprensibles los ejemplos de los problemas y sus soluciones?  
a) No, en lo absoluto    b) Un poco    c) Medianamente    d) Bastante    e) Si, por completo
- 5.- ¿Cree usted que los aspectos que se mencionan en las recomendaciones son los más importantes?  
a) No, en lo absoluto    b) Un poco    c) Medianamente    d) Bastante    e) Si, por completo
- 6.- En los resúmenes, ¿Se enfatizan los puntos más importantes?  
a) Nunca o casi nunca    b) A veces    c) A veces si y    d) Frecuentemente    e) Siempre o casi siempre  
a veces no
- 7.- A lo largo del tema, ¿Se completa cada idea que se inicia?  
a) Nunca o casi nunca    b) Pocas veces    c) A veces si y    d) Frecuentemente    e) Siempre o casi siempre  
a veces no
- 8.- ¿ Los ejemplos planteados reflejan situaciones de la vida real?  
a) Casi nada    b) Un poco    c) Medianamente    d) Bastante    e) Mucho
- 9.- Considera usted que la información recibida es importante para evitar conflictos en la relación de pareja?  
a) No, en lo absoluto    b) Un poco    c) Medianamente    d) Bastante    e) Si, por completo