



## Sociedad (10/02/2006)

### Inaugurado el Taller para mejorar la convivencia en pareja.

Se han inscrito 38 personas, incluidos 11 hombres, lo que supone un gran éxito de convocatoria.

La concejala de Mujer del Ayuntamiento de Alcalá de Henares, Amparo Moriche, ha presentado el taller 'Teatro-acción de habilidades de convivencia en pareja', que comienza a impartirse esta tarde con la participación de 27 mujeres y 11 hombres. A la presentación ha asistido Diana Manrique, actriz y psicóloga que dirige las sesiones. También han acudido otros dos integrantes del grupo que han representado algunas de las situaciones en las que se basan para, después, analizar la relación de pareja. Manrique ha explicado que "el taller comienza donde acaban las películas: en el beso de la pareja. Nos centramos en lo que pasa después".



"Se trata de un taller completamente gratuito, que se sirve del teatro para hacer un "diagnóstico" de la relación para, después, buscar la manera de resolver conflictos cotidianos que restan estabilidad a la pareja. En ningún caso se dirige a parejas con problemas graves, sino a aquellas en pequeñas situaciones cotidianas interfieren en la relación", declaró Moriche.

Las sesiones se basan en la representación teatral de diferentes situaciones, actitudes y temas relacionados con la pareja y seleccionados con el fin de que los participantes se vean reflejados en alguna medida. Posteriormente, se reflexiona sobre lo observado en escena, se trabaja en grupo en la búsqueda de opciones eficaces.

Se trata de un taller gratuito destinado a "entrenar" las habilidades y actitudes que pueden hacer que la convivencia de la pareja sea más feliz. No se dirige a parejas con graves problemas, sino a todas aquellas en las que las prisas, el cansancio o la falta de dedicación están rebajando el grado de satisfacción. El taller trata de las reglas que permiten establecer relaciones positivas y resolver conflictos cotidianos, de modo que la convivencia sea estimulante. Entre los objetivos del Taller está también entrenar las habilidades implicadas en la convivencia.

El taller se organiza en cuatro sesiones en las que se tratará, en primer lugar, el estilo de relación de la pareja. En la segunda jornada, los ejes serán la comunicación y los errores que la comprometen (pensamientos, creencias, señales no verbales amenazantes, etc.). Una vez superados los obstáculos de comunicación, se tratarán los conflictos cotidianos más frecuentes para, finalmente, revisar aquellas cuestiones que mejoran la calidad de vida en común, como el tiempo de ocio compartido, la independencia o el sentido del humor.

El Taller "Teatro-Acción de habilidades de convivencia en pareja" se enmarca en el III Plan de Igualdad de Oportunidades del Ayuntamiento de Alcalá, que dedica una de las áreas a "la mejora de la calidad de vida de las mujeres". En ese sentido, uno de los fines es mejorar la atención a la mujer en el ámbito de la familia proporcionando apoyo a las mujeres con dificultades en sus relaciones de pareja.

Por otro lado, en el Plan de Igualdad se constata que siguen existiendo un reparto desigual de las tareas familiares que, en muchos casos, es el origen de crisis de pareja. "Por ello, el proyecto 'Teatro-acción de habilidades de convivencia en pareja' se basa en

la convicción de que, cuando se tiene una buena comunicación y capacidad para resolver en común los problemas, hay más posibilidades de tener una pareja y una vida feliz", concluyó Moriche.



[Pulse aquí para imprimir](#)