

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO  
ESCUELA DE POSGRADO**



**Programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología  
matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de  
los cónyuges**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE  
MAESTRO EN PERSONA, MATRIMONIO Y FAMILIA**

**AUTOR  
Olga Lejabo Gil**

**ASESOR  
Nancy Emilia Estela Salazar**  
<https://orcid.org/0000-0002-2804-4991>

**Chiclayo, 2024**

**Programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges**

PRESENTADA POR

**Olga Lejabo Gil**

A la Escuela de Posgrado de la  
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo  
para optar el grado académico de

**MAESTRO EN PERSONA, MATRIMONIO Y FAMILIA**

APROBADA POR

Ana María Margarita Llanos Baltodano  
PRESIDENTE

Mónica Lizzetty Ciurlizza Garnique  
SECRETARIA

Nancy Emilia Estela Salazar  
VOCAL

## **Dedicatoria**

A mis padres, por sus sabios consejos, a mis hijos por ser fuente de inspiración y fortaleza para seguir adelante y lograr cada objetivo y meta trazada, a mi esposo por su apoyo y motivación para seguir superándome.

## **Agradecimientos**

A Dios, por cuidar mi salud física, emocional y espiritual, por iluminar mi mente y fortalecer mi corazón cada instante de mi vida, por amarme infinitamente.

Mi gratitud a los coordinadores y maestros, por hacer posible esta maestría.

Mi agradecimiento especial a mi asesora Mtra. Nancy Emilia Estela Salazar por acompañarme en este proceso de formación académica, y a todos los que me ayudaron con sus consejos y fuerza para lograr mis sueños, que son parte de mi proyecto de vida.

## Informe de tesis

### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>9%</b>	<b>9%</b>	<b>0%</b>	<b>1%</b>
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>2</b>	<b>tesis.usat.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>revistas.usat.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>es.scribd.com</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>revistas.uss.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>6</b>	<b>repositorio.upch.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>7</b>	<b>Submitted to Universidad Anahuac México Sur</b> Trabajo del estudiante	<b>&lt;1%</b>

Excluir citas      Activo

Excluir coincidencias < 40 words

Excluir bibliografía      Activo

## Índice

<b>Resumen</b> .....	7
<b>Abstract</b> .....	8
<b>I. Introducción</b> .....	9
<b>II. Revisión de literatura</b> .....	12
<b>2.1 Antecedentes de estudio</b> .....	12
<b>2.2. Bases teóricas</b> .....	16
<b>2.2.1. La persona humana: concepción antropológica personalista</b> .....	16
<b>2.2.2. La antropología familiar de Tomás Melendo.</b> .....	17
<b>2.2.3. El matrimonio: Teorías</b> .....	18
<b>A) El matrimonio desde el Iusnaturalismo</b> .....	18
<b>B) El matrimonio desde el positivismo jurídico</b> .....	19
<b>C) El matrimonio desde la antropología filosófica</b> .....	19
<b>2.2.4. La comunicación conyugal: características y estilos comunicativos</b> .....	20
<b>III. Materiales y Métodos</b> .....	21
<b>3.1. Paradigma, tipo y diseño de investigación</b> .....	21
<b>3.2. Métodos y técnicas de investigación</b> .....	21
<b>3.3. Consideraciones éticas implicadas</b> .....	22
<b>3.4. Matriz de consistencia</b> .....	22
<b>3.5. Análisis de categorías conceptuales</b> .....	23
<b>IV. Resultados de la investigación</b> .....	23
<b>4.1. Fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo para una comunicación virtuosa de los cónyuges</b> .....	23
<b>4.1.1. El amor y la felicidad: Fin del matrimonio</b> .....	24
<b>4.1.2. Antropología de la boda: Adquisición de la virtud del amor</b> .....	26
<b>4.1.3. El matrimonio y sus características esenciales</b> .....	27
<b>4.1.4. La unión conyugal: Nobleza de la sexualidad</b> .....	28
<b>4.2. Necesidad de la comunicación virtuosa entre los cónyuges según la antropología matrimonial de Tomás Melendo.</b> .....	29
<b>4.2.1. Problemas conyugales derivados de la falta de comunicación virtuosa</b> .....	29
<b>4.2.2. Actitudes que impiden una comunicación virtuosa entre los cónyuges</b> .....	30
<b>4.2.3. Virtudes de la vida matrimonial que sustentan una comunicación virtuosa</b> .....	30
<b>4.3. Criterios prácticos para una comunicación virtuosa entre cónyuges, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo.</b> .....	31
<b>4.3.1. Consejos prácticos para la mujer respecto de su marido.</b> .....	31
<b>4.3.2. Consejos prácticos para el marido respecto de su mujer</b> .....	31
<b>4.3.3. Reglas para una comunicación virtuosa entre los cónyuges.</b> .....	32

<b>4.3.4. Reglas para una discusión virtuosa entre los cónyuges.....</b>	<b>32</b>
<b>4.4. Programa de actividades de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa entre cónyuges.....</b>	<b>33</b>
<b>4.5. Discusión de resultados .....</b>	<b>35</b>
<b>V. Conclusiones .....</b>	<b>40</b>
<b>VI. Recomendaciones .....</b>	<b>41</b>
<b>VII. Referencias.....</b>	<b>42</b>
<b>VIII. Anexos.....</b>	<b>45</b>

### Resumen

La comunicación conyugal virtuosa es un medio insustituible que permite facilitar el despliegue del amor en la familia, por lo que una comunicación inadecuada entre esposos puede generar problemas que dificultan el perfeccionamiento y desarrollo de los miembros del hogar. Por tal motivo, se realizó la investigación con el propósito de elaborar un programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges. Esta investigación es de tipo teórico - documental, con paradigma interpretativo. Entre los resultados alcanzados en esta investigación se analizaron los fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo, orientado a una comunicación virtuosa. Asimismo, se explicó la necesidad de una comunicación virtuosa entre los cónyuges orientado hacia su autorrealización y felicidad, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo. Además, se determinaron los criterios prácticos para una comunicación virtuosa entre los cónyuges, siguiendo esta antropología; y finalmente, se propuso un conjunto de actividades educativas, vertidas en un programa dirigido a padres de familia, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges, denominado “Comunicación virtuosa, fuente de amor conyugal”.

**Palabras clave:** Antropología matrimonial, comunicación virtuosa, cónyuges, escuela de padres.

### **Abstract**

Virtuous marital communication is an irreplaceable means that facilitates the deployment of love in the family, so inadequate communication between spouses can generate problems that hinder the improvement and development of household members. For this reason, the research was carried out with the purpose of developing a parenting school program, based on the marital anthropology of Tomás Melendo, for virtuous communication between spouses. This research is of a theoretical - documentary type, with an interpretive paradigm. Among the results achieved in this research, the theoretical foundations of Tomás Melendo's marital anthropology were analyzed, oriented towards virtuous communication. Likewise, the need for virtuous communication between spouses aimed at their self-realization and happiness was explained, according to the marital anthropology of Tomás Melendo. Furthermore, practical criteria for virtuous communication between spouses were determined, following this anthropology; and finally, a set of educational activities was proposed, expressed in a program aimed at parents, based on the marital anthropology of Tomás Melendo, for virtuous communication of spouses, called “Virtuous Communication, source of conjugal love.”

**Keywords:** Marriage anthropology, virtuous communication, spouses, parenting school.



## I. Introducción

La persona es un ser sociable por naturaleza, por ello, se relaciona constantemente con los demás, creando vínculos mediante la comunicación; la cual es necesaria en la familia para conocerse, comprenderse y ayudarse mutuamente para su

alcanzar autorrealización personal, familiar y social. Ahora bien, siendo los cónyuges gerentes de esta gran empresa que es la familia, deben ser los primeros en mantener una comunicación profunda, que les permita fortalecer su relación conyugal y con sus hijos. Por ello, en el entorno familiar en el que se desenvuelve la comunicación, va adquiriendo matices debido al desarrollo continuo, cambios, o crisis que atraviesa a lo largo del tiempo. En tal sentido, Moratalla et al. (2014) considera a estos continuos cambios y adaptaciones como ciclos vitales familiares que aportan al crecimiento y aprendizaje familiar.

Por ende, la importancia de reconocer las etapas críticas o difíciles que puedan estar atravesando los cónyuges debido a la escasa o inadecuada comunicación entre ellos. Cuando el varón y la mujer forman una familia, su relación deberá adaptarse a cada etapa del ciclo vital que les tocará enfrentar juntos. Es así que, “cada matrimonio será lo que sus componentes hayan sabido construir, día tras día” (Melendo, 2002, p. 12), es decir, si mutuamente los cónyuges se demuestran amor, respeto, confianza, cariño, apoyo y, sobre todo, como clave fundamental de su crecimiento, emplean una comunicación eficiente, contribuirán al desarrollo integral de su familia.

Por tal motivo, Melendo (2002) sostiene que “en el matrimonio, comunidad de vida y de amor, la comunicación entre los cónyuges es fundamental. La vida conyugal no puede reducirse al encuentro de dos cuerpos, sino que debe estar enriquecido a través de la palabra hablada” (p. 89). Por lo tanto, para este autor la comunicación conyugal es esencial en las relaciones interpersonales conyugales, que les permitirá crecer en el amor en pareja y el amor a sus hijos.

Asimismo, es importante reconocer que la comunicación es fundamental para lograr el entendimiento mutuo entre los esposos, considerando no solo los aspectos como aprender a expresarse adecuadamente, escuchar al otro, o tener ciertas normas y acuerdos entre ellos para la búsqueda y solución de problemas. Además, es necesario recordar que comunicar implica salir de uno mismo, presentar al otro, parte de la propia intimidad y aceptar lo que el otro presenta; es una oportunidad de encuentro profundo y sincero con el otro. Por eso con razón dice Melendo (2002): “comunicarse es medio insustituible para alcanzar la verdad y resolver problemas en la familia, y es también un instrumento soberano para facilitar el amor entre los cónyuges” (p. 90).

Por lo que se deduce la gran relevancia de la comunicación conyugal. Sin embargo, en la actualidad se constata múltiples situaciones familiares que indican una deficiente comunicación entre cónyuges y entre padres e hijos; lo cual, no es más que una expresión de una falta de amor en sentido profundo, mostrándose en la dificultad que tienen de comunicar sus sentimientos, necesidades o pensamientos. Así también, se observan cónyuges distanciados a pesar de vivir bajo el mismo techo, o escenarios donde se toleran situaciones dañinas para “no generar problemas”; e incluso esposos dedicados meramente al trabajo, provocando falta de atención recíproca entre ellos. Todo ello trae consigo, discusiones, inconformidad, violencia, rencor, problemas, críticas negativas, quejas e incluso rupturas o separación de los esposos por la escasa o inadecuada comunicación que ambos mantienen, generándose diversos problemas en la familia.

Por otro lado, en esta sociedad, los hogares están siendo colonizados por las tecnologías de la información como celulares, internet, redes sociales, etc.; “donde éstas potencialmente

pueden estar alcanzando un gran impacto, modificando hábitos y costumbres de los miembros que componen la unidad familiar” (López, 2007, p.7); lo cual pueden ejercer una influencia en la comunicación familiar, especialmente en la comunicación de los cónyuges, originando una comunicación marcada por la indiferencia, la pasividad, y no pocas veces por la agresividad.

En efecto, sin duda alguna estos estilos agresivo y pasivo generan problemas en la relación conyugal, dificultando la resolución de conflictos, generando alteraciones emocionales como la ansiedad o la depresión, que pueden llegar a manifestarse en lo corpóreo. Mientras que, el estilo asertivo es el único que se caracteriza por saber escuchar y a la vez comunicar adecuadamente lo que se quiere expresar, teniendo en cuenta el respeto mutuo y contribuyendo a la solución de problemas para fortalecer la empatía en la relación conyugal (Casapia, 2018).

En ese sentido, el estilo comunicativo que se use con mayor frecuencia en la vida cotidiana, contribuirá a desarrollar nuevos hábitos, corregir algunos errores y lograr poco a poco una comunicación virtuosa en la familia, que equivale a una comunicación asertiva, la cual redundará en el desarrollo y felicidad conyugal, y por lo mismo, en la familia en general. Por lo que, cuando no se desarrolla el estilo de comunicación asertivo, se corre un mayor riesgo de caer en la indiferencia y la agresividad (violencia conyugal), que podría llevar a serias crisis matrimoniales y hasta separaciones o divorcios.

Por tanto, una comunicación agresiva entre los cónyuges originará violencia verbal, psicológica y hasta física. Esta nefasta realidad ha sido estudiada por diversas investigaciones como la realizada por la OMS (2021), en la que afirma: “en todo el mundo, una de cada tres mujeres (o el 35%) había sido objeto de violencia física o violencia sexual. De este porcentaje, el 78 % de los casos ocurren en el ámbito familiar, siendo familiares directos los agresores” (Remaycuna, 2021, p. 2).

Así mismo, a nivel nacional, en un estudio realizado por la Defensoría del Pueblo (2018) determinó que el 65,4% de las mujeres alguna vez sufrieron algún tipo de violencia por parte del esposo o compañero, de ellas el 61,5% fue víctima de violencia psicológica y/o verbal, el 30.6% de violencia física y el 6.5% de violencia sexual (Citado por Remaycuna, 2021, p. 2).

En ese mismo marco, según un estudio realizado por el INEI (2019) el 63.2% de mujeres ha sido víctima de violencia ejercida alguna vez por su esposo o pareja. Por su parte, EsSalud (2020) menciona que entre enero y marzo del 2020 se atendieron 35 903 casos por violencia contra la mujer por parte de su esposo.

Según Remaycuna (2021) este problema relacionado con la violencia familiar “surge como resultado de una comunicación inadecuada entre los miembros de la pareja y genera consecuencias por lo menos en dos aspectos del comportamiento humano” (p. 2). Según este investigador estas consecuencias son especialmente en la mujer, ya que ocasiona “efectos negativos contra su estima personal y la falta de capacidad para el disfrute total de su vida; también, afecta en la toma de decisiones que las mujeres puedan hacer en diferentes aspectos de su vida” (p. 2).

Así también según Frías y Gaxiola (2008) “los efectos de la violencia de pareja generan consecuencia en los hijos como bajo rendimiento escolar, inadecuado desarrollo de las habilidades sociales, frustración, conductas agresivas entre otras más (Como se cita en Remaycuna, 2021).

Por tanto, se deduce que una comunicación adecuada generará muchos efectos positivos para su salud física y psicológica de los cónyuges, así como para sentirse realizados y felices; pero también para el desarrollo pleno de los hijos. De la misma manera una deficiente comunicación conyugal traerá como consecuencia muchos males para la pareja como para los

hijos como lo sostienen Gonzáles, Petrzelová y Hernandez (2019): “las relaciones de pareja al darse de manera armoniosa son fuente de amor, comprensión y riqueza, contribuyen al bienestar y seguridad de sus integrantes”. Y en sentido contrario, señalan los autores citados: “al presentarse problemas maritales se acentúan problemas de salud como la depresión, ansiedad y trastornos de personalidad”. Por eso, estos autores “reconocen que las parejas que mejoraron sus habilidades de comunicación, toma de decisiones y expresión del cariño tuvieron cambios en su bienestar y salud” (Citado por Montenegro, 2022, p. 31).

Por tal motivo, de esta problemática descrita en torno a la comunicación conyugal y sus posibles consecuencias, se deduce la necesidad de desarrollar mecanismos y estrategias para mejorar la comunicación en los cónyuges, especialmente para lograr una comunicación basada en virtudes, lo cual influirá, indudablemente, en la salud integral, el clima familiar y en la realización personal y familiar de los cónyuges.

En ese sentido, menciona Miranda (2022) “En la relación de pareja, la comunicación tiene gran importancia... esta tiene un funcionamiento sistémico en el cual las acciones que se realicen afectan y tienen incidencia en ambos miembros de la pareja como los otros integrantes de la familia” (p. 30-31). Así mismo este autor manifiesta que “cuando existe una relación marital satisfactoria, habrá un adecuado estilo de comunicación, por lo tanto, la presencia de conductas asertivas” (p. 31). Estas conductas asertivas con una perspectiva personalista, con fundamento filosófico-clásica (aristotélico-tomista) se denominan virtudes.

En consecuencia, es fundamental que los esposos desarrollen una comunicación basada en virtudes, que en palabras de Tomás Melendo (2007) se denomina comunicación virtuosa, ya que lo necesitan para crecer mutuamente en el amor, lo cual se verá reflejado en la formación y felicidad de los hijos. En tal sentido, considerando que la persona posee cuerpo y alma espiritual, es necesario abordar la situación teniendo una perspectiva holística e integral de la persona.

Por eso, en el presente estudio se abordó el problema teniendo en cuenta la perspectiva personalista de Tomás Melendo (2007), principalmente por la importancia que da al amor, al respeto por la persona, a su dignidad, al fortalecimiento de virtudes, y compromiso como parte de la relación conyugal fundamentada en el matrimonio.

Por consiguiente, se cree que la mejor forma de contribuir a la solución de esta problemática es enfrentarlo desde el ámbito educativo. Por esta razón se ha planteado como propuesta en esta investigación trabajar a nivel de escuela de padres en las diversas instituciones educativas, diseñando recursos psicoeducativos prácticos, así como actividades educativas orientadas a lograr una comunicación virtuosa en los cónyuges para una realización plena conyugal y familiar.

En tal sentido, se formuló el siguiente problema de investigación: ¿Cómo elaborar un programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo para una comunicación virtuosa de los cónyuges?

Se planteó como objetivo principal: Elaborar un programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges. Y, como objetivos específicos: 1). Identificar los fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo para una comunicación virtuosa de los cónyuges. 2). Explicar la necesidad de una comunicación virtuosa entre los cónyuges para su autorrealización y felicidad, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo. 3). Determinar los criterios prácticos para una comunicación virtuosa de los cónyuges, orientada a su autorrealización y felicidad, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo. 4). Proponer un conjunto de actividades educativas, vertidas en un programa dirigido a padres de

familia, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges.

Esta investigación es relevante porque aborda un tema fundamental para que los esposos construyan un hogar fundamentado en la comunicación virtuosa y contribuyan al desarrollo y felicidad de su familia. Así lo afirma Melendo (2002): “Sin diálogo no hay familia; si no se «pierde el tiempo» en hablar, no se ganará lo que merece la pena: felicidad familiar, ratos compartidos, comunicación permanente, encuentro de corazones” (pp. 89-90). Por tanto, la relevancia teórica de la presente investigación radica en que permite la reflexión profunda en torno a la necesidad de la comunicación virtuosa de los cónyuges en el pensamiento de Tomás Melendo. En ese sentido también tiene una relevancia práctica porque el programa de escuela de padres propuesto está orientado a la atención, de forma preventiva, a la problemática descrita.

En efecto, padres e hijos son los principales beneficiarios de esta investigación, porque apostar por las familias es contribuir al desarrollo de la sociedad. Y como bien lo afirma Melendo: “el diálogo —junto con el propio amor y la unión conyugal— constituye un medio excelente que tienen los esposos a su alcance para lograr hacer de sus dos vidas una sola; para mirar juntos hacia el futuro” (p. 89).

## **II. Revisión de literatura**

### **2.1 Antecedentes de estudio**

Después de haberse realizado una revisión de la literatura en torno a las variables de estudio o categorías conceptuales, se ha encontrado algunas investigaciones que denotan el curso que se ha estado dando a la investigación; por lo que a continuación presentamos las investigaciones que se relacionan de manera más directa con el objeto de estudio de la presente investigación.

Así tenemos a Oruna (2021) en su tesis de grado: “Programa antropológico, usando sociogramas, para fortalecer la comunicación conyugal en padres de familia de una universidad de Chiclayo-2020”, presentada en la USAT. En esta investigación se trabajó con una muestra a 30 padres de familia, cuyas edades oscilan entre 38 y 58 años. El instrumento empleado consistió en un cuestionario con escala tipo Likert, para medir la comunicación conyugal, el cual fue validado por juicio de expertos. En esta investigación, se identificó la necesidad de fortalecer la comunicación entre cónyuges, debido a que un alto porcentaje de ellos consideraron no tener espacios para una comunicación más efectiva. La autora después de analizar la problemática en torno a la comunicación conyugal, propone un programa educativo con fundamento antropológico dirigido a los cónyuges para fortalecer la comunicación en su relación matrimonial.

La citada investigación aporta el análisis de la problemática existente en torno a la comunicación conyugal, así como propone una alternativa para contribuir a la solución de esta problemática, consistente en un programa educativo con fundamento antropológico.

Arana (2017) en su tesis “Estilos de comunicación y satisfacción marital, en parejas pastorales de la Unión Peruana del Norte y Sur, Perú, 2017”, se plantea como objetivo “Determinar si existe relación significativa entre los estilos de comunicación y los componentes de la satisfacción marital en parejas pastorales de la Universidad Unión Peruana del Norte y Sur, Perú, 2017” (p. 5); cuya metodología consistió en un estudio no experimental, de tipo descriptivo-correlacional, de corte transversal. La muestra de estudio estuvo constituida por 250 parejas pastorales casadas, cuyas edades eran de 25 años a más. Se utilizó como instrumentos el Cuestionario de Aserción en la Pareja de Carrasco (2005), adaptado por Reyes (2014); así como la Escala de Satisfacción Marital de Diaz-Loving. Encontrándose como

resultados la existencia de “correlación positiva significativa entre los estilos de comunicación asertiva y satisfacción físico sexual ( $\rho=.231$ ); comunicación sumisa y satisfacción familiar ( $\rho=.245$ )” (p. xi); además se determinó la existencia de “correlación negativa y altamente significativa entre comunicación agresiva y satisfacción físico sexual ( $\rho=.304$ ); comunicación agresivo-pasivo y satisfacción en organización ( $\rho=.261$ )” (p. xi); concluyéndose, por tanto, que existe relación significativa entre los estilos de comunicación de la pareja con la satisfacción marital, según la percepción de los integrantes de la muestra de estudio.

Los resultados de esta investigación se tomaron como base para el análisis de la problemática en torno a la comunicación conyugal que permitió justificar la propuesta de la presente investigación, teniendo en cuenta los diferentes estilos de comunicación asertiva.

Casapia (2018), en su tesis doctoral titulada “Empatía cognitiva afectiva y estilos de comunicación”, realizada con el propósito de “determinar la relación entre la capacidad empática y las estrategias de comunicación, en personas con problemas conyugales” (p. ii). Se trata de una investigación de paradigma positivista, con enfoque cuantitativo no experimental, cuyo es descriptivo – relacional trasversal. Se trabajó con una muestra de 64 personas con problemas conyugales que acudieron en búsqueda de ayuda psicoterapéutica al Centro Interdisciplinario de Desarrollo Humano de José Luis Bustamante y Rivero de Arequipa. De manera general se encontró como resultado de esta investigación una “relación entre la empatía cognitiva afectiva y los estilos de comunicación” (p.ii).

Esta investigación ha servido de base para determinar cómo los procesos cognitivos afectivos influyen en los estilos de comunicación; los cuales se ha tenido en cuenta para el diseño de la propuesta de esta investigación, donde se plantea como alternativa de solución a la problemática identificada un programa educativo que esté orientado hacia la práctica de una comunicación virtuosa; es decir, una comunicación asertiva entre los cónyuges.

Viladrich & Castilla (2018), en su libro “*Antropología del amor. Estructura esponsal de la persona*”, editado por el Instituto de Ciencias para la Familia de la Universidad de Piura, realizan un estudio filosófico-antropológico de la persona como un ser llamado al amor de donación, especialmente en la relación esponsal, contraída libremente en el matrimonio; donde cada uno de los cónyuges se constituyen en un don para la otra persona, dándose y acogándose mutuamente, conformando una unidad de amor hasta que la muerte los separe.

En esta obra, los autores tratan de la persona y su capacidad de amar, por la estructura donal de su ser, señalando que la esponsalidad (relación matrimonial) es el arquetipo pro excelencia del amor donal; lo cual se ha tomado como fundamento antropológico que complementa, aclara o reafirma la propuesta antropológica matrimonial de Tomás Melendo, en el que se ha sustentado la propuesta de la presente investigación.

Melendo (2007) en su libro “*Mejorar día a día el matrimonio, Una antropofeminología*”, presenta un estudio antropológico del matrimonio, poniendo énfasis en su fundamento, su esencia y su finalidad, que todo lo resumen en el amor conyugal, que se caracteriza por ser fiel, exclusivo, para siempre (indisoluble) y fecundo (procreación y educación de los hijos). El autor, además de presentar los fundamentos teóricos-antropológicos del matrimonio, trata de cómo deben vivir los cónyuges en su vida cotidiana, dando algunos preceptos (decálogo) dirigidos a los maridos y las mujeres para sacar brillo a su vida conyugal. También hace un estudio de la importancia de las virtudes matrimoniales, todas ellas iluminadas por el amor; que les capacita a los cónyuges a amarse con sus defectos, destacando lo positivo, adaptándose al otro y cuidando los pequeños detalles, evitando aquello que puede ser destructivo para el amor conyugal.

Esta obra de Melendo es una de las más significativas que ha servido no solo para fundamentar la propuesta del presente trabajo de investigación, sino también para estructurar los contenidos de la escuela de padres, dirigido a la comunicación virtuosa, como lo denomina el mismo autor.

Melendo & Lourdes Millán-Puelles, en su libro *Asegurar el amor. Antes y durante todo el matrimonio*, hace un tratado del amor conyugal, desde la etapa del enamoramiento y el noviazgo, dejando clara la diferencia entre amor romántico o sentimental, propio de esta etapa previa al matrimonio, y el amor de donación que es el que le lleva a la persona a decidir libremente entregarse totalmente a su cónyuge para unirse hasta que la muerte los separe.

El autor, también en este libro, después de presentar los fundamentos teóricos referidos al amor conyugal, hará un estudio sobre cómo vivir el amor conyugal en la misma vida matrimonial, dando consejos prácticos para cultivar el matrimonio, manteniendo y renovando el amor entre los cónyuges. Es aquí donde trata de la importancia de la comunicación conyugal para el éxito matrimonial, proponiendo algunas reglas que deben regir la comunicación entre los cónyuges, que incluye también el aprender a discutir. Es aquí donde hace ver la importancia de las virtudes en las relaciones conyugales, especialmente en la práctica de la comunicación; siendo la virtud más importante que preside a todas las demás: el amor.

Este libro ha servido de fundamento teórico-antropológico para la presente investigación; así como también los consejos prácticos han ayudado a configurar la propuesta del programa de escuela de padres presentado.

Marroquín (2016) en su tesis “Criterios para un acompañamiento familiar integral, con orientación personalista, para instituciones educativas”, después de analizar el fundamento teórico sobre la familia y el acompañamiento familiar, desde la filosofía personalista y la psicología, la autora propone un perfil de acompañante familiar para instituciones educativas, con formación ética y profesional; determinando un conjunto de estrategias para ayudar a las familias, teniendo en cuenta sus necesidades y requerimientos particulares. También la autora propone un conjunto de contenidos temáticos, metodología y actividades educativas como criterios para el acompañamiento familiar integral.

Esta tesis está muy relacionada con la presente investigación en cuanto al fundamento teórico personalista y también a la propuesta del programa dirigida al acompañamiento a los cónyuges en el ámbito educativo, con la diferencia que en la primera son criterios de acompañamiento familiar en temas genéricos; en cambio, la presente investigación trata de un programa específico de escuela de padres para una comunicación virtuosa de los cónyuges, siguiendo la propuesta antropológica de Tomás Melendo Granados, filósofo y educador.

Flores & Tarrillo (2018) en su artículo “Escuela de padres basado en principios educativos de Tomás Melendo”, presenta el resultado de una investigación cuyo propósito fue “diseñar y aplicar un Programa de Escuela de Padres, siguiendo los principios educativos del filósofo personalista Tomás Melendo para mejorar la práctica del amor en el ejercicio de su misión educativa en padres de familia de una Institución Educativa (p. 41). Esta investigación fue de tipo cuantitativa, con diseño cuasi experimental, con pre y post test; teniendo como resultados: una mejoría significativa en la práctica del amor en el ejercicio de su tarea educativa de los padres de familia, que participaron en la investigación; lo cual comprobó la validez de la propuesta planteada.

Po lo que la investigación antes mencionada ha servido como fundamento teórico para la presente investigación, ya que desarrolla el pensamiento filosófico-antropológico educativo de Tomás Melendo aplicada a la práctica educativa de los padres de familia que se sintetiza en el amor, como principio, medio y fin de la educación de los hijos. Además, ha servido como

antecedente para elaborar la propuesta de una escuela de padres dirigida a los padres de familia de una institución educativa, ya no para influir en su rol paterno-materno educativo, sino en las relaciones conyugales en torno a la comunicación.

Burga & Quiroz (2020), en su tesis “Fundamentación de una pedagogía del amor, cimentado en la excelencia personal, siguiendo los principios educativos de Tomás Melendo”, quienes se plantearon como objetivo analizar y explicar los fundamentos de la pedagogía del amor, según los principios educativos del filósofo mencionado; haciendo uso de un método analítico documental, por tratarse de una investigación tipo teórico-bibliográfico. Los resultados alcanzados fue un análisis minucioso de los fundamentos antropológicos, éticos y educativos de la pedagogía del amor, presentando argumentos para demostrar la necesidad de esta pedagogía en la misión de los educadores, concibiendo al amor en su sentido más profundo, acorde a la excelencia del ser personal.

Esta investigación ha servido de base para conocer los fundamentos antropológicos y pedagógicos de Tomás Melendo que centra toda su propuesta en el amor de elección; relacionándose con la presente investigación porque también se toma el pensamiento del filósofo y educador para aplicarlo a la comunicación conyugal, que debe estar orientada por el amor en su sentido más profundo.

Arrascue (2021), en su tesis “Programa, siguiendo la pedagogía del amor de Tomás Melendo, para ejercer la paternidad con sentido integral, en los matrimonios de la comunidad: FUC de Chiclayo-2020”, parte de la problemática existente en la actualidad en torno a las concepciones extremistas de los hijos, como carga que hay que evitar y como derecho que hay que exigir, para sustentar su propuesta educativa dirigida a los padres de familia sobre el verdadero sentido de la paternidad. Esta investigación es de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo – propositivo. Entre los principales resultados de la investigación se identificó los problemas y limitaciones sobre el ejercicio de la paternidad de los sujetos que conformaron la población de estudio, que sirvió para sustentar el diseño del programa, donde se propusieron contenidos temáticos, recursos vivenciales y talleres vivenciales, todo ello fundamentados en la pedagogía del amor de Tomas Melendo.

Si bien es cierto esta tesis no tiene como objeto directo las relaciones comunicativas entre los cónyuges, pero sí se trata de cumplir con su misión de ejercer la paternidad en sentido integral, con la palabra y el ejemplo, se incluye las prácticas comunicativas, que deben estar regidas por el amor, que sería la principal virtud para asegurarse una comunicación virtuosa o asertiva entre los cónyuges, como se pretende enfocar en la presente investigación.

Wojtyla (1978), en su libro “Amor y Responsabilidad. Estudio de Moral sexual” hace un estudio, con enfoque personalista, sobre temas fundamentales relacionados con la sexualidad humana, la moral sexual y el matrimonio; partiendo de una crítica al utilitarismo que propugna la utilización de la persona como medio para fines egoístas, proponiendo como antítesis la norma personalista de la acción, que concibe a la persona como fin en sí misma y que por la superioridad de su ser solo merece ser amada por sí misma. Concibe al varón y la mujer como dos modos de ser distintos, pero complementarios y que están llamados a una comunión de vida y amor, en el matrimonio, cuyas notas esenciales son la unidad, la indisolubilidad y la apertura a la vida.

En esta obra de Wojtyla se ha encontrado los fundamentos más profundos para una concepción personalista del matrimonio, el amor y la sexualidad, que ha servido de aporte para la antropología personalista matrimonial de Tomás Melendo, constituyéndose como base fundamental en el presente trabajo de investigación.

Montenegro (2022), en su tesis “Estrategias de comunicación con la pareja y bienestar psicológico en padres de familia de un colegio de Lima metropolitana”, cuyo propósito fue determinar la relación entre las estrategias de comunicación con la pareja y el bienestar psicológico en los padres de familia, sujetos de la investigación. Se trabajó con una muestra de 105 parejas (padres y madres), seleccionada con un tipo de muestreo no probabilístico; utilizándose un diseño descriptivo-correlacional. Como instrumentos se aplicaron el Cuestionario de Aserción con la Pareja en su forma A (ASPA) y la Escala de Bienestar Psicológico (EBP). En los resultados se determinó la existencia de una relación estadísticamente significativa entre la estrategia de comunicación y sus niveles de bienestar psicológico de las parejas que participaron en el estudio.

Los resultados de esta investigación han permitido comprender que la comunicación asertiva es necesaria para lograr mayores niveles de bienestar psicológico en los cónyuges, lo cual comprueba en la práctica lo que el filósofo Tomás Melendo lo explica teóricamente en su antropología matrimonial.

León & Figueroa (2017), en su tesis “Comunicación y pareja, un estudio compilatorio monográfico en la Universidad de Pamplona”. Esta investigación se realizó con el fin de hacer un análisis de trabajos monográficos que tratan sobre la “comunicación y pareja” elaborados en el diplomado abordaje psicológico en relaciones de pareja, recogiendo información mediante la matriz DOFA, mediante un enfoque cualitativo. Aquí se indagaron sobre las debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas contenidas en las monografías analizadas.

Esta investigación sirvió de base para determinar la importancia radical de una adecuada comunicación para la vida de pareja, proponiendo elementos básicos para una buena comunicación, así como algunas conductas virtuosas que deben practicar las parejas para una vida conyugal y familiar de calidad, orientada a la autorrealización de los cónyuges y su felicidad consecuente.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. La persona humana: concepción antropológica personalista**

Ante los horrores de las guerras y los totalitarismos del Siglo XX hubo necesidad de hacer nuevas reflexiones en torno a lo que es la persona humana, para ir avanzando en ese caudal insondable del conocimiento del misterioso ser personal, a quien se le ha ido conociendo poco a poco, con avances y retrocesos.

De esta forma, surge el movimiento filosófico Personalismo, que tiene como centro y objeto de conocimiento a la persona humana, partiendo de la experiencia que se tiene de ella, con fundamento en su ser mismo. Lo que equivale a decir que esta antropología tiene un fundamento ontológico; llegando a explicar la excelencia del ser personal humano, su singularidad y sus diferentes dimensiones personales como su dimensión corpórea, psicológica, espiritual y social.

El término “persona” fue introducido en el lenguaje filosófico por el estoicismo popular, con el significado de máscara “per-sonare”: resonar de la voz, en el sentido de rol que representaba el actor, e indicaba metafóricamente la tarea y la parte que el hombre “representaba” en su vida (Sgreccia, 2013).

Hablar de persona implica la unión de sus tres dimensiones fundamentales: biológica, Psíquica y espiritual. Así mismo la persona, por el hecho de ser persona, tiene dignidad ontológica y moral, que la hacen única e irreplicable con un valor fundamental en su propia personalidad.



La vocación es la apertura natural del ser humano a “la búsqueda de una unificación deseada” (Marroquín, 2016, p. 23). La encarnación hace referencia a la existencia de cuerpo y alma humanas, por lo que la persona es “inmanencia natural y trascendencia sobrenatural” (Marroquín, 2016, p. 24). Y la comunión se refiere a la búsqueda del encuentro con el otro.

Por su parte, Karol Wojtyła (como se cita en Marroquín, 2016) concibe al hombre como una realidad integral, un ser único, concreto, que se sitúa en la historia, cultura y el mundo. Afirma que, la capacidad humana de relacionarse y vincularse con otros es inherente a su naturaleza, y rechaza que se considere a cualquier persona como un objeto o medio.

Asimismo, Marías (como se cita en Marroquín, 2016) resalta la importancia del conocimiento personal: afirma que, al reconocerse como un ser único e irrepetible, la persona descubre su propia esencia, sus cualidades y potencialidades. Y agrega que el ser humano no solo posee la intimidad señalada, sino que está llamado a comunicarse y convivir con sus semejantes.

Del mismo modo, Burgos (2015) refiere que el personalismo resalta la importancia de la dignidad y el compromiso de la persona, siendo necesario en la sociedad actual para fortalecer la base cultural y moral contra la dilución de los valores y las tendencias sociales que conducen al hedonismo y consumismo, cuyas consecuencias ya se observan en campos como la educación, política, bioética, o economía y perjudican particularmente a las jóvenes generaciones.

Teniendo en cuenta la complejidad del mundo y sus problemas no se puede pretender abordarlos con soluciones “sencillas” o ingenuas. Es necesario un análisis profundo y la comprensión de las particularidades de cada situación para encontrar verdaderas soluciones. El personalismo implica acción, constancia, fuerza y compromiso; pero llevados de forma inteligente, calibrada, meditada y a la altura de las circunstancias (Burgos, 2015).

La persona es un ser digno en sí mismo, pero necesita entregarse a los demás para su perfección. Es dinámica y activa, capaz de transformar el mundo y de alcanzar la verdad. Así mismo, posee una libertad que le permite autodeterminarse y decidir su futuro. Por tanto, el ser humano está destinado a un fin trascendente (Burgos, 2010).

### **2.2.2. La antropología familiar de Tomás Melendo.**

Tomás Melendo Granados, filósofo y educador, nacido en 1951 en Melilla (España), ejerciendo su vocación docente e investigadora desde 1983 en la Universidad de Málaga (España). Ha publicado varias decenas de libros y artículos sobre Filosofía, antropología, Educación y Familia, entre otros.

Tomás Melendo es un filósofo humanista cristiano, cuyo pensamiento se centra en la persona humana, en su dignidad y su singularidad. Se trata de un filósofo que sigue la tradición aristotélico-tomista, pero que además teniendo en cuenta los aportes de las ciencias humanas actuales, orientará sus reflexiones a aquellas múltiples dimensiones de la persona humana, teniendo en cuenta la excelencia de su ser personal que es el fundamento de su actuación libre y voluntaria. Gracias a que la persona tiene libertad (inteligencia y voluntad) está llamada a realizarse en el amor, que es la vocación universal. Pero, el autor dejará claro que el sentido del amor que él se refiere no es un mero sentimiento ni un conjunto de sentimientos, sino que es un acto de la voluntad que le lleva a querer el bien del otro en cuanto otro (Amor de elección en lenguaje aristotélico). En ese sentido, para Melendo el hombre solo conseguirá su plenitud humana en el amor, porque es principio y fin de la existencia humana.

Además, Melendo, reconociendo que la persona es un ser intrínsecamente familiar, dedicará gran parte de su actividad académica e investigativa a escribir en torno a la familia, el matrimonio y la educación de los hijos; constituyéndose en un filósofo de la familia. Así el

autor aplica los conocimientos teóricos de su filosofía antropológica a la familia y el matrimonio, creando una antropología familiar, fundamentada en lo que es la persona en sí misma, en la excelencia de su ser personal, por el que está llamada a la realización en el amor en sentido pleno, en la familia. La cual se fundamenta en el matrimonio, que se inicia en la boda, que capacita a los contrayentes para amar a un nivel infinitamente superior al de antes de casarse. Este amor conyugal se irá incrementando día a día a través de sus relaciones cotidianas, caracterizadas por el amor mutuo que debe regir en todo momento, especialmente en la comunicación que debe estar acompañada de la práctica de virtudes humanas para hacer posible el éxito y la felicidad tan anhelada.

### **2.2.3. El matrimonio: Teorías**

#### **A) El matrimonio desde el Iusnaturalismo**

El matrimonio es una institución natural, por ello, Salinas (2014) define el término natural como “la relación de concordancia entre algún aspecto de una realidad determinada y las características que vienen dadas (...) en la estructura última y más íntima de esa realidad” (p. 19). Y afirma que, esta correspondencia es pasiva, pero a la vez dinámica, porque perfecciona, completa y ayuda al sujeto a alcanzar la plenitud.

Al indicar que el matrimonio es una institución, no significa que sea impuesto por organismos o entidades externas, sino que es posible gracias a la voluntad de los cónyuges, la naturaleza sexuada de ambos, y el poder público que reconoce social y jurídicamente el matrimonio instituido. Además, Salinas (2014) menciona que la dignidad es una característica por la cual se considera especialmente “valiosa y merecedora de un tratamiento cuidadoso” (p. 20) a alguien o algo. La persona posee dignidad, no solo por el aspecto religioso, sino por su irreductibilidad y comunicabilidad.

La irreductibilidad en la persona significa que “posee dentro de sí un núcleo de tal densidad que se constituye como un ser completo y subsistente” (Salinas, 2014, p. 20); sin importar aspectos accidentales como la apariencia física, características culturales, gustos, etc., sin que pueda reducirse a otra realidad, ni tratarse como medio. Asimismo, Yepes (p.23) agrega que la persona es capaz de “aportar a otro sin disminuir el propio ser, si no, por el contrario, enriqueciéndolo” (p. 22). La persona es capaz de relacionarse y comunicarse sin que ello agote su dignidad. En tal sentido, en el proceso de comunicabilidad, la persona no puede renunciar a su dignidad ontológica, ni a su identidad propia; comunicándose sin que esto perjudique de alguna manera su núcleo más íntimo. Por tanto, en el matrimonio, la comunicabilidad y la irreductibilidad ayudan a ambos cónyuges a crecer, desarrollarse y potencializarse mutuamente sin perder su individualidad.

Pero es el amor el que posibilita que esa unidad se active y permanezca entre los cónyuges. El amor conyugal involucra las características psíquicas y físicas de varón y mujer, pero no se limita a dichos aspectos. Se ama sobre todo a la persona en sí misma, “se ama al otro como persona y en su entera persona” (Hervada, 2007, p. 50) no como objeto sino como sujeto. También menciona que el amor conyugal comparte características con otros tipos de amores, pero es distinto. Y que es más que la suma de otros tipos de amores y la tendencia procreadora.

En el hombre pueden darse dos amores: el sensitivo y el racional. Sabiendo que la persona posee inteligencia y voluntad, y que ambas hacen posibles la libertad, podemos afirmar que el amor propiamente humano es el que nace o se asume voluntariamente; no aquel que se limita a lo instintivo, sensible o material. Es por ello que, Hervada (2007) afirma que el sentimiento no es condición suficiente para que exista amor conyugal, ya que este se orienta “según las exigencias de justicia y de ley natural que son inherentes a esa unión” (p.143). “El

matrimonio es una institución natural que viene determinada por la naturaleza humana” (Hervada, 2007, p. 193). Teniendo esto en cuenta: ser varón o mujer no depende de la cultura, de decisiones personales o acuerdos legales, sino que viene determinado por factores fisiológicos y biológicos desde la concepción. Así mismo, por las diferencias naturales entre varón y mujer, existe una tendencia natural a la unión entre ambos.

El matrimonio consiste en la unión de varón y mujer por un vínculo jurídico, que implica derechos y deberes producto de la libre decisión de entrega mutua y su correspondiente aceptación. El matrimonio implica compromiso, entrega y aceptación mutuas, asumidas voluntaria y libremente. De este modo, la comunidad conyugal y la vida marital de la pareja no son el matrimonio, sino la consecuencia del mismo.

### **B) El matrimonio desde el positivismo jurídico**

El positivismo jurídico es una corriente filosófica que reduce al derecho solo a lo dado por la autoridad legítimamente establecida por procedimientos formales; de tal manera que solo será derecho lo creado por las autoridades humanas, descartando todo derecho natural; es decir aquel derecho que se fundamenta en la naturaleza humana.

En ese sentido, el matrimonio, según esta teoría iuspositivista, será simplemente una creación humana o un producto de la cultura humana, la misma que dependerá de las situaciones concretas de cada pueblo, cultura o momento histórico. Por tanto, serán las normas jurídicas las que establecerán en qué consiste el matrimonio, la estructura y características esenciales; así como las formas y requisitos para su constitución.

Según esta teoría, la esencia del matrimonio estaría definido por las normas jurídicas vigentes de cada país; lo cual quiere decir que lo que es el matrimonio puede variar según el sistema legal de cada lugar. Por tanto, al positivismo jurídico no le interesa el fundamento antropológico del matrimonio, lo único que le interesa es definir y regular al matrimonio, de acuerdo a la voluntad de las autoridades vigentes; por lo que, podría cambiar si así lo consideran.

### **C) El matrimonio desde la antropología filosófica**

A la luz de la antropología filosófica, el matrimonio se concibe como una institución humana que tiene su fundamento en la misma naturaleza humana. En efecto, en la naturaleza humana radica una tendencia natural de establecer una relación interpersonal, fundado en una decisión libre y voluntaria, entre un varón y una mujer, que origina una unidad indisoluble, que solo puede ser disuelta por la muerte de uno de ellos.

Por ello, el matrimonio implica una aceptación total de la otra persona de manera radical y absoluta, ayudándose mutuamente a superar sus dificultades, pero sin perder la propia individualidad y personalidad. Melendo y Melendo (2020) sostienen que, aunque el matrimonio es un compromiso asumido libremente, muchos lo perciben como un deber, obligación o carga. Sin embargo, el matrimonio no obliga a los esposos a quererse, sino que les permite expresar y vivir su amor en un nivel más elevado y profundo.

Además, estos autores indican que la relación conyugal tiene un impacto directo en el desarrollo de todos los miembros de una familia, es por ello que, debe nutrirse diariamente con atenciones, una adecuada comunicación, agradecimiento y muestras de afecto.

Por lo tanto, no debe percibirse al matrimonio como un medio para satisfacer necesidades personales. Tal visión egoísta suele acompañarse de emociones negativas como la cólera, desolación, impaciencia, amargura, e insatisfacción.

#### **2.2.4. La comunicación conyugal: características y estilos comunicativos**

Desde la visión personalista, la comunicación interpersonal es el encuentro y comunión con lo social y lo íntimo del otro. No se trata entonces de un proceso con fines funcionales o adaptativos que nos permite vivir en sociedad, sino de compartir realidades inmateriales con el otro, con un “tú”, de manera voluntaria e intencionada, para entender su complejidad e individualidad. No busca recibir una respuesta, sino descubrir al otro, para ello necesita honestidad, aceptación y compromiso (Huamán, 2008).

No se debe centrar la definición de comunicación en el mensaje transmitido; ya que, hay palabras e interacciones que no establecen compromiso ni responsabilidad con el otro, donde solo se busca una respuesta, pero no una comunicación con la otra persona. Por ejemplo, un saludo al entrar a un establecimiento es un acto de cortesía, en una transacción comercial no se busca entablar un vínculo profundo con el otro. Es por ello que, Giddens (como se cita en Huamán, 2008) llama desatención cortés a estas interacciones con apariencia de comunicación, porque no están orientadas a buscar al otro, aunque se emplee el rostro y postura corporal.

Tampoco se puede entender la comunicación en función de los canales o medios empleados. Por ejemplo, si una madre quiere comunicarse con su hijo, su objetivo no es hablar por el mejor celular, o usar el lenguaje más culto; sino acercarse a él, tratar de entenderlo y conocerlo. En efecto, la persona es fundamental para entender la comunicación, aunque eso no significa que se desprecie la importancia de los medios y palabras usadas, ni que se ignore la funcionalidad de la misma.

Desde el enfoque antropológico Huamán (2008) menciona que “la persona no es sujeto de comunicación, sino sujeto en la comunicación” (p.168); puesto que, participa de ella más allá de ser un simple receptor pasivo de mensajes, tanto por su dignidad personal, que tiene por el hecho de ser persona y no varía sin importar su estado físico, etapa de vida o cualquier situación en que se encuentre; como por su orientación natural a los otros.

Para Fernández y Galguera (como se cita en Casapia,2018) la comunicación es un proceso interpretativo, que sirve a los individuos para crear y responder mensajes en sus relaciones, grupos, organizaciones y sociedades para adaptarse a su entorno y a quienes los rodean.

A continuación, se presenta en forma sintética los tipos principales de comunicación, sus características y los estilos de comunicación:

<b>A) Tipos de Comunicación</b>	<p><b>Comunicación Verbal.</b> Referida principalmente a las palabras que usamos, tiene un rol importante en cómo nos relacionamos con nuestro entorno, los demás y en cómo nos percibimos y expresamos nosotros mismos.</p> <p><b>Comunicación No Verbal.</b> Generalmente se refiere a las distintas señales que usamos, a las que se les atribuye un significado (Knapp &amp; Hall, como se cita en Casapia, 2018) como por ejemplo tono de voz, movimientos y gestos. Baró (como se cita en González et al., 2018) afirma que entre la pareja se pueden interpretar mejor los mensajes y leer las señales a través de la comunicación no verbal establecida y practicada.</p>
<b>B) Características de la Comunicación</b>	<p>Según Dobkin (como se cita en Casapia, 2018) la comunicación es dinámica, y la caracteriza como "transaccional, irreversible, inevitable y multidimensional" (p.31). Es transaccional porque los comunicadores expresan y comprenden mensajes de forma paralela. La comunicación es inevitable.</p> <p>Según Watzlawick (como se cita en Casapia, 2018) afirmaron que no es posible no comunicar, aun cuando se haga el intento de no comunicar. También es multidimensional.</p> <p>Según Watzlawick (como se cita en Casapia, 2018) sostiene que "todos los mensajes tienen al menos dos dimensiones de significado, un nivel de contenido y un nivel de relación" (p33).</p>
<b>C) Estilos de comunicación propuestos por Yagoseski, Estanqueiro y Vértice:</b>	<p><b>Estilo Pasivo.</b> Yagoseski (como se cita en Casapia, 2018) y Vértice (como se cita en Casapia, 2018) refieren que las personas con este estilo comunicativo no defienden sus intereses, no expresan sus sentimientos o pensamientos, se sienten culpables con frecuencia y se disculpan constantemente; su confianza en otros es mayor a la que tienen en sí mismos, por lo que comúnmente permite a otros decidir en su lugar, evitan opinar, y hacen lo que se le indica sin protestar, tienden a ser conformistas, apáticos; y a evitar los retos y confrontaciones.</p> <p><b>Estilo Agresivo.</b> Yagoseski (como se cita en Casapia, 2018) y Vértice (como se cita en Casapia, 2018) afirman que las personas con este estilo comunicativo usan la acusación y amenazas con frecuencia, son inseguros y desconfiados, y pueden hacer a otros sentirse de la misma manera.</p> <p><b>Estilo asertivo.</b> Yagoseski (como se cita en Casapia, 2018) y Vértice (como se cita en Casapia, 2018) mencionan que, en este estilo comunicativo, la persona defiende sus derechos, opiniones o deseos, sin juzgar, etiquetar, agredir o amenazar a los demás. Saben escuchar y considerar las opiniones de otros.</p> <p>Para Yagoseski (como se cita en Casapia, 2018) esta es la forma ideal para la resolución de conflictos que se pueda presentar en la relación de pareja, debido a que al principio de las frases se muestra interés por lo que el otro opina, e incluso se le da la razón a medias, pero a lo largo de la conversación se deja siempre en claro el punto de vista que interesa, haciendo de esta manera que el otro no se ponga a la defensiva, puesto que lo que se hace en primer lugar es adularle o darle la razón.</p>

### III. Materiales y Métodos

#### 3.1. Paradigma, tipo y diseño de investigación

La presente investigación se ha orientado dentro del paradigma interpretativo, ya que según Miranda y Ortiz (2020) "promueve el análisis situacional del fenómeno" (p. 9) y permite entender sus características, así como desarrollar metodologías para comprender las relaciones entre sus componentes y el entorno social en que se desarrollan. Bernal (2016) añade que el paradigma interpretativo busca "comprender la naturaleza de las diferentes realidades sociales y su estructura dinámica como fundamento de su comportamiento" (p. 73).

El tipo de la investigación fue bibliográfico-documental, ya que se tuvo como fuente principal el análisis de la información para justificar la necesidad de ahondar en la problemática identificada y poderla interpretar, considerando como fuente principal los libros sobre la antropología de Tomás Melendo. En tal sentido, la presente investigación desarrolló diversas actividades secuenciales como parte de su diseño abierto y flexible.

#### 3.2. Métodos y técnicas de investigación

Los métodos que se utilizaron en la presente investigación son los siguientes:

**A) Método analítico:** Permitió analizar la información en torno a la comunicación conyugal, para estructurar los aportes de Tomás Melendo.

**B) Método sintético:** Permitió sintetizar los aportes fundamentales del pensamiento de Tomás Melendo.

**C) Análisis documental:** Permitió analizar la información recopilada de libros, revistas, tesis artículos científicos para fundamentar esta investigación con respecto a los objetivos formulados.

**D) Técnica del fichaje:** Se utilizó para recolectar información de las fuentes bibliográficas. Se emplearon fichas textuales, fichas de resumen y fichas de comentario.

### 3.3. Consideraciones éticas implicadas

Se tuvo en cuenta el principio del respeto a la dignidad de la persona, porque no se perjudica de ninguna manera la integridad de las personas. El principio de justicia porque se hace referencia a los autores citados, respetando la propiedad intelectual.

### 3.4. Matriz de consistencia

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	Salud mental			
TEMA	Programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges			
PROBLEMA	¿Cómo elaborar un programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges			
VARIABLES (CATEGORÍAS CONCEPTUALES)	OBJETIVOS			
	GENERAL			
1. Programa de escuela de padres fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo.  2. Comunicación virtuosa de los cónyuges	Elaborar un programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges			
	ESPECÍFICOS			
	1) Identificar los fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo para una comunicación virtuosa de los cónyuges.	2) Explicar la necesidad de una comunicación virtuosa entre los cónyuges para su autorrealización y felicidad, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo.	3) Determinar los criterios prácticos para una comunicación virtuosa de los cónyuges, orientada a su autorrealización y felicidad, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo.	4) Proponer un conjunto de actividades educativas, vertidas en un programa dirigido a padres de familia, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges.
APORTE	Propuesta de un Programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges.			

### 3.5. Análisis de categorías conceptuales

ANÁLISIS DE CATEGORÍAS Y SUB CATEGORÍAS DE LA INVESTIGACIÓN			
PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ANÁLISIS DE CATEGORÍAS CONCEPTUALES
¿Cómo elaborar un programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo para una comunicación virtuosa de los cónyuges?	Elaborar un programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges.	1. Identificar los fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo para una comunicación virtuosa de los cónyuges.	1. Fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo para una comunicación virtuosa de los cónyuges. 1.1. El amor y la felicidad: Fin del matrimonio A. La persona, un ser para el amor B. Razón de ser de la persona: el amor y la felicidad C. La felicidad y el perfeccionamiento 1.2. Antropología de la boda: Adquisición de la virtud del amor 1.3. El matrimonio y sus características esenciales 1.4. La unión conyugal: Nobleza de la sexualidad
		2. Explicar la necesidad de una comunicación virtuosa entre los cónyuges para su autorrealización y felicidad, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo.	2. Necesidad de la comunicación virtuosa entre los cónyuges según la antropología matrimonial de Tomás Melendo. 2.1. Problemas conyugales derivados de la falta de una comunicación virtuosa. 2.2. Actitudes que impiden tener una buena comunicación virtuosa entre los cónyuges 2.3. Virtudes de la vida matrimonial que sustentan una comunicación virtuosa
		3. Determinar los criterios prácticos para una comunicación virtuosa de los cónyuges, orientada a su autorrealización y felicidad, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo.	3. Criterios prácticos para una comunicación virtuosa entre cónyuges, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo. 3.1. Consejos prácticos para la mujer respecto de su marido. 3.2. Consejos prácticos para el marido respecto a su mujer. 3.3. Reglas para una comunicación virtuosa entre los cónyuges. 3.4. Reglas para una discusión virtuosa entre los cónyuges.
		4. Proponer un conjunto de actividades educativas, vertidas en un programa dirigido a padres de familia, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges.	4. Programa de actividades de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa entre cónyuges. 4.1. Programa general. 4.2. Programación de actividades de escuela de padres.

## IV. Resultados de la investigación

En este capítulo, se desarrollan los resultados alcanzados en la presente investigación, considerando los objetivos planteados.

### 4.1. Fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo para una comunicación virtuosa de los cónyuges.

A continuación, se analizan los elementos fundamentales de la antropología matrimonial de Tomás Melendo, que los expone de manera brillante en su libro “Mejorar día a día el matrimonio, Una “antrofeminología” (2007), y “Asegurar el amor, Antes y durante todo el matrimonio” (2002), en este último tiene como coautora a su esposa, Lourdes Millán-

Puelles. Abarca el amor y la felicidad como fin del matrimonio, la antropología de la boda, el matrimonio y sus características esenciales, la unión conyugal y el amor conyugal. A continuación, se expone:

#### **4.1.1. El amor y la felicidad: Fin del matrimonio**

El fin último de la persona es ser feliz, por eso en todo lo que hace, busca la felicidad; también en el matrimonio los novios se unen porque quieren ser felices; sin embargo, la felicidad no llega por sí misma, sino que tenemos que poner los medios para lograrlo; según Melendo & Melendo (2020) la felicidad no es fin en sí misma, sino es efecto o consecuencia de una causa; y esa causa es la perfección. Pero lo que más le perfecciona a la persona es que aprenda amar, en sentido profundo; es decir con un amor de benevolencia, de buscar el bien para la persona amada.

**A) La persona, un ser para el amor:** El amor al otro no es por posibles retribuciones o beneficios personales, y que un acto de amor genuino busca dos bienes fundamentales: “que la otra persona sea o exista, y que sea buena, alcanzando la plenitud” (Melendo & Melendo, 2020, p. 50), y en esa búsqueda del bien para el otro, mejoramos progresivamente. El ser humano no es algo, sino alguien “singularmente único”, con inteligencia, libertad, y “con poder de comunicación con todos los seres y cosas” (Viladrich & Castilla, 2018, p. 17).

Respecto a ello, Melendo (2002) menciona que “no nos basta con existir simplemente, lo que interesa es la confirmación en el ser” (p. 36), siendo amados por otros. Así mismo, Melendo y Melendo (2020) afirmaron que “el hombre es, radical y definitivamente, un-ser-para-el-Amor” (p. 43), porque “lo más definitorio del hombre (...) radica en su capacidad de ser amado” (p.43), así como en su inclinación y capacidad de amar.

Además, Melendo (2002) sostuvo que “la misma naturaleza del amor exige correspondencia” (p. 41). Y que el amor verdadero reclama reciprocidad, “el que sabe querer, comprende perfectamente hasta qué punto se puede sufrir por el desafecto de la persona querida” (p. 46). Sin embargo, aclara, no se debe amar “a causa de la correspondencia, buscándola formalmente y transformándola en el único motivo de nuestro cariño” (p. 52).

Por su parte, López (2018) cita al personalismo de Karol Wojtyła y menciona que el amor implica reconocimiento, apertura, y compromiso con el ser amado, defensa de su dignidad y acompañamiento en su realización. Así mismo, Melendo (2002) afirmó que “la entrega no es verdaderamente conclusiva del amor hasta que la persona no se ofrende buscando el bien del otro en cuanto al otro, su perfección terminal” (p. 32).

Aunado a ello, Karol Wojtyła (como se cita en Marroquín, 2016) concibe al hombre como una realidad integral, un ser único, concreto, que se sitúa en la historia, cultura y el mundo. Afirmó que la capacidad humana de relacionarse y vincularse con otros es inherente a su naturaleza, y rechaza que se considere a cualquier persona como un objeto o medio. Ya que el amor propio desordenado hace que veamos y valoremos a los otros en función a nosotros mismos, al placer que puedan proporcionarnos o a lo útiles que puedan resultar.

El ser humano no es algo, sino alguien “singularmente único”, con inteligencia, libertad, y “con poder de comunicación con todos los seres y cosas” (Viladrich & Castilla, 2018, p. 17). Melendo (2002) sostuvo que Dios nos creó por amor, nos dona generosamente el ser, nos impulsa hacia la plenitud, y se entrega libremente a nosotros. De este modo, su amor fundamenta, da sentido y dirección definitivos al de sus criaturas.

La persona es fin en sí misma, por tanto, no puede ser usada o percibida como objeto, de una manera utilitarista, ni reducida a algún aspecto de su totalidad. Es un ser único, que tiene la capacidad de contribuir al perfeccionamiento propio y de otros. Entre los aspectos



propios de su naturaleza están la capacidad de comunicarse y amar, ambas nos permiten vivir y desarrollarnos en sociedad. En los párrafos anteriores se expresa la necesidad de cierta correspondencia en las relaciones humanas, ya que sin ella no es posible desarrollarlas sanamente. Tanto al comunicar como al amar, la persona da parte de sí a los otros, comparte su intimidad a y asimila lo que otros transmiten. Para amar libremente es necesario un proceso de aprendizaje y desarrollar cierto grado de madurez.

**B) Razón de ser de la persona: El amor y la felicidad:** Respecto al amor de amistad o benevolencia, “existe una semejanza o comunidad previa” (Melendo, 2002, p. 58) que sirve como base; es decir, factores comunes a dos personas, que harán más fácil la formación de la amistad, de amor. En torno al amor, Melendo (2002) sostiene que amar es “desear a otro todo lo que se considere bueno” (p. 56), respetando su forma de ser y cooperando en su autorealización.

Existen ciertas características propias de la relación amorosa y amistosa, los cuales según Melendo (2002) son: la benevolencia, que significa querer bien y hacer el bien; la beneficencia, hacer el bien; y la confidencia, que es la donación de una parte de la intimidad propia.

Por consiguiente, el amor es la “vocación fundamental e innata de todo ser humano” (p. 25), y “el destino terminal de toda persona humana” (Melendo, 2002, p. 25). Por lo tanto, la búsqueda del mismo es natural y propia de todas las personas, así como la búsqueda de la felicidad. Al respecto, Melendo y Melendo (2020) refieren que esta sobreviene como consecuencia del amor, y no como fruto de la búsqueda constante de la misma felicidad, mencionan que “la felicidad de una persona es directa y exclusivamente proporcional a la intensidad y calidad de su amor” (p. 61).

Como se ha mencionado, la inclinación a amar y ser amado es natural en las personas. Cuando se ama a alguien se quiere y se hace el bien para el otro, respetándole y cooperando en su autorrealización, aunque esto implique hacer esfuerzos o superar dificultades. El amor lleva a la persona a salir de sí mismo, de la “zona de confort”, para buscar el bien del otro.

Los esfuerzos realizados por amor sincero no son percibidos como una carga, no se busca con ellos una retribución o algún “pago”, se hacen porque se ama al otro y quiere vérselo feliz. Sin embargo, esto no significa que alguien se va a “inmolar” incondicionalmente por los otros, por eso se señaló anteriormente la importancia de la correspondencia. Es importante recordar que el amor propio y a otros no tienen por qué oponerse entre sí.

Cada uno es responsable de su propia felicidad, y cuando se ama se busca contribuir a la felicidad del otro y su desarrollo, respetando al otro y a uno mismo, como personas libres, autónomas y dignas. Así como el amor, la búsqueda de la felicidad es otro aspecto común a todas las personas. Y esta no se alcanza como producto de orientar todos los esfuerzos y tiempo a conseguirla, sino más bien como consecuencia o fruto del amor, de hacer algo bueno por el ser amado.

**C) La felicidad y el perfeccionamiento:** La persona “no puede encontrar su propia plenitud si no es en la entrega sincera de sí mismo a los demás” (Melendo, 2003, p. 45). El amor conyugal implica entrega total hacia el amado, por ello, Yepes (2008) afirmó que “el amor en sí mismo es Donal” (p. 1090). Sin embargo, el don requiere aceptación por parte de quien lo recibe, libre y amorosamente (Yepes, 2008).

Por eso, Melendo y Melendo (2020) afirmaron que el verdadero amor tiene un desarrollo madurativo gradual, y no es posible comprenderlo si se entiende en función al “yo”. También, mencionaron que “hay que aprender a amar”, y que dicho proceso implica tiempo y esfuerzo. Palacio (como se cita en Melendo, 2003) afirma que “la vida no se nos ha dado para

ser felices sino para merecer serlo” (p. 46). La plenitud no puede alcanzarse en solitario, necesitamos el encuentro con otros, esto nos proporciona perspectivas, aprendizajes y experiencias nuevas que nos enriquecen, nos permiten para crecer y desarrollarnos.

#### **4.1.2. Antropología de la boda: Adquisición de la virtud del amor**

La boda “pone a los cónyuges en condiciones de amar mejor y lograr una mayor felicidad” (Melendo, 2007, p. 17), fortalece la voluntad y faculta para amar a otro nivel, lo cual es imposible sin compromiso. Afirmó que la boda es una expresión de libertad y amor, es un acto “por el que dos personas se entregan plenamente y deciden amarse de por vida” (p. 33).

Debido a la importancia y el impacto que el matrimonio tiene en la persona, es necesario que previamente las parejas tengan un periodo de noviazgo para conocerse y comprenderse mutuamente, antes de decidir unir sus vidas. Sin embargo, es necesario aclarar que el conocimiento mutuo, no se refiere al conocimiento corpóreo o sexual, no implica que la pareja deba convivir o tener relaciones pre-matrimoniales, sino a que deben conocerse en los otros aspectos de sus vidas. Y considerar si está dispuesto a aceptar lo que el otro es, hace, dice y promete; sin querer cambiarlo según los propios criterios (Melendo, 2007).

Ballena (2009) expresó que, al ser una institución natural, “es preexistente a cualquier legalidad y anterior a cualquier legalización” (p. 7). Teniendo esto en cuenta: ser varón o mujer no depende de la cultura, de decisiones personales o acuerdos legales, sino que viene determinado por factores fisiológicos y biológicos desde la concepción. Y por las diferencias naturales entre varón y mujer, existe una tendencia natural a la unión entre ambos.

El matrimonio consiste en la unión de varón y mujer por un vínculo jurídico, que implica derechos y deberes producto de la libre decisión de entrega mutua y su correspondiente aceptación. El matrimonio implica compromiso, entrega y aceptación mutuas, asumidas voluntaria y libremente. De este modo, la comunidad conyugal y la vida marital de la pareja no son el matrimonio, sino la consecuencia del mismo. El matrimonio, como institución natural, surge del “acto de amor, la alianza o pacto conyugal, origen no solo del vínculo o comunión entre los cónyuges, sino también del compromiso de amarse de por vida, más y más” (Melendo, 2003, p. 54).

Exige compromiso de por vida, y tiene además carácter jurídico, con derechos y obligaciones. Razón tiene Viladrich (como se cita en Melendo, 2007) quien afirma que “los amantes son los que se quieren, los esposos, los que, además, se comprometen a quererse” (p. 49). Así que debe nutrirse diariamente con atenciones, una adecuada comunicación, agradecimiento y muestras de afecto, ya que “en la medida en que hace crecer el amor, instaura las condiciones para que los cónyuges, al amarse, alcancen la dicha gracias a su unión” (Melendo, 2003, p. 57).

En tal sentido, el matrimonio implica compromiso mutuo de los cónyuges para que juntos alcancen la felicidad. “El matrimonio no puede proporcionar la felicidad perfecta; no es ese su fin. Su objetivo, cabe afirmar, no es procurar una felicidad perfecta a los esposos, sino madurarlos para la felicidad perfecta” (Melendo, 2003, p. 64).

Por lo tanto, no debe percibirse al matrimonio como un medio para satisfacer necesidades personales. Es por ello que, Melendo (2002) refirió que es importante tener una voluntad madura y desarrollada para ordenar “en favor del buen amor, el íntegro conjunto de tendencias sensibles y de emociones que animan a la persona” (p. 106).

El matrimonio es una expresión de libertad y amor, en él las personas se comprometen libre y voluntariamente a amarse de por vida, a ayudarse, crecer y perfeccionarse. Por eso casarse no puede entenderse como un medio para satisfacer necesidades (económicas,

biológicas, etc.) o cumplir deseos egoístas. Implica entrega y aceptación mutuas, tomarse el tiempo de conocer a la pareja y respetar su manera de ser, apreciando su singularidad y potencialidad.

El matrimonio es una institución natural, que adquiere un carácter jurídico implicando derechos y deberes por parte de ambos cónyuges. Y, como todo vínculo humano, necesita nutrirse, cuidarse y fortalecerse para poder afrontar las dificultades diarias.

#### **4.1.3. El matrimonio y sus características esenciales**

El matrimonio “representa la confirmación definitiva del amor entre varón y mujer” (Melendo & Melendo, 2020, p. 68). Y según Hervada (como se cita en Ramos & Regalado, 2017) afirma que “los tres rasgos que caracterizan al matrimonio, a la vida matrimonial correcta y al genuino amor conyugal son la unidad, la indisolubilidad y la fecundidad” (p. 32).

Se ama plena y totalmente al otro cónyuge cuando se ama solamente a él; la plenitud y totalidad del amor exigen que sea un amor perpetuo y comprometido; y que el amor pleno y total ofrece y acepta la capacidad de ser padre o madre. Al respecto, Ballena (2009) sostuvo que la fidelidad en el matrimonio “es requisito indispensable para esta unión, de no existir provocaría un gran desequilibrio” (p. 8).

Por su parte, Juan Pablo II (s/f) mencionó que los esposos “están llamados a crecer continuamente en comunión” (p. 15) viviendo fielmente la promesa matrimonial de la donación total mutua. Así mismo, el Espíritu Santo da a los esposos el don de “una comunión nueva de amor, que es imagen viva y real de la singularísima unidad que hace de la Iglesia el indivisible Cuerpo místico del Señor Jesús” (p. 15). Y gracias a su ayuda, la unión de los esposos se nutre y progresa en las diferentes dimensiones: cuerpo, carácter, corazón, inteligencia y voluntad, y alma.

Respecto a la indisolubilidad, Juan pablo II (s/f) mencionó que está “enraizada en la donación personal y total de los cónyuges y exigida por el bien de los hijos” (p. 16). Así mismo, los cónyuges dan testimonio de la “indisolubilidad y fidelidad matrimonial” (p. 16) en su vida diaria, afrontando todas las dificultades y, por lo tanto, necesitando la ayuda de toda la comunidad religiosa (pastores y fieles).

Los cónyuges viven la entrega total y mutua, “es una exigencia de la unidad. Si la entrega es plena y total respecto a la vida conyugal en común, debe ser también permanente (...). La entrega no sería total, si no es para toda la vida” (Ballena, 2009, p. 9).

Así mismo, “la unidad y la indisolubilidad encuentran en su raíz, tres elementos: El primero, es la unidad substancial entre nuestra alma y nuestro cuerpo. El segundo, es nuestra capacidad y necesidad de totalidad del don de nosotros mismos y de la aceptación del otro. Y finalmente el tercero, es la correspondencia complementaria” (Ballena, 2009, p. 13).

La indisolubilidad del matrimonio es una exigencia de la autenticidad del amor intersexual, por la recíproca donación y aceptación de los cónyuges, no es una imposición externa, ni un limitante para la libertad. Respecto a ello, Ramos y Regalado (2017) mencionaron que al casarse, la pareja toma la libre y voluntaria decisión de amarse “sin importar el estado y la circunstancia. Sin embargo, se debe saber que cuando la situación es grave e insostenible, la separación externa de los cónyuges se puede considerar, siempre y cuando se respete la exclusividad. Puesto que la unión intrínseca del matrimonio no podrá disolverse” (p. 36).

Aunado a ello, Melendo (2007) afirmó que la fecundidad en el matrimonio es el fruto y signo del amor de los esposos, de su plena y recíproca donación. Por su parte, Juan Pablo II (s/f) sostuvo que la fecundidad del amor en el matrimonio no se limita a la procreación, sino

que “se amplía y se enriquece con todos los frutos de vida moral, espiritual y sobrenatural que el padre y la madre están llamados a dar a los hijos y, por medio de ellos, a la Iglesia y al mundo” (p. 23).

Asimismo, Hervada (como se cita en Ramos y Regalado, 2017) afirmó que lo distintivo y específico del matrimonio “es que se unen precisamente en cuanto que son varones y en cuanto que son mujeres” (p. 37), con sus diferencias y complementariedades, orientados a la fecundidad. Además, Ramos y Regalado (2007) agregaron que la fecundidad “no se reduce a sólo órganos biológicos, sino que engloba a toda la persona en todas sus dimensiones corporales, psicológicas y espiritual” (p. 37), y “es el fruto y el signo del amor de los esposos, fruto de su recíproca donación” (p. 38).

Las propiedades de unidad, indisolubilidad y fecundidad no son algo impuesto ni limitantes de algún tipo, sino características del vínculo matrimonial. La capacidad y necesidad de amar al otro, de donarse y aceptar al cónyuge exige la correspondencia complementaria entre ambos.

La donación mutua solo puede darse entre los cónyuges para ser total y plena. Y esa entrega deja de ser total si alguno “reparte” ese tipo de amor con más personas, o si la entrega mutua no es para toda la vida. Por eso la fidelidad es un requisito indispensable para casarse. Es cierto que hay circunstancias graves que pueden llevar a la separación de un matrimonio, pero aun al separarse, la exclusividad entre ambos debe respetarse, ya que la unión intrínseca ya formada no puede anularse. La fecundidad en el matrimonio permite que la donación total y recíproca de fruto, tanto en el ámbito biológico-sexual, como en el espiritual y moral.

#### **4.1.4. La unión conyugal: Nobleza de la sexualidad**

Vivir la sexualidad dentro del matrimonio enaltece al amor conyugal, por ello, Melendo (2007) distingue al amor conyugal de otros tipos de amor por la mutua donación plena de los cuerpos, por lo que dicha entrega solo puede ser con una persona; si alguien pretendiera entregarse a más personas, dicha entrega sería parcial.

La atracción propia del aspecto biológico se enriquece con los valores de masculinidad o feminidad del cónyuge, y la experiencia de compartir la interioridad con mutua empatía (Monteza et al., 2016).

Asimismo, Noriega (como se cita en Monteza et al., 2016) indicó que la comunicación de la propia riqueza personal y la donación de sí mismo, produce en los cónyuges un placer espiritual, el gozo. Así mismo, Sarmiento mencionó que los actos de la vida conyugal deben ser “expresión de la relación personal como actos libres” (p. 15).

Además, Melendo (2007) afirmó que en la unión sexual de los esposos, se manifiesta y acrecienta la “recíproca y plena donación personal de los cónyuges” (p. 187). La sexualidad, además de su función generativa, es, en su función más profunda, expresión corporal de la capacidad de amar y entregarse al otro.

La sexualidad humana, precisamente por ser humana, es cualitativamente superior a la de los animales; y que no es posible reducirla únicamente a factores orgánicos y sensitivos. Al respecto, Melendo (2007) hizo una diferencia entre lo sexual, referido a las manifestaciones más externas y corporales de la sexualidad de hombres y mujeres; y lo sexuado, que impregna a las personas de su masculinidad o feminidad.

La sexualidad humana está “anclada genéticamente, atraviesa transversalmente todas las dimensiones de la humana, hasta la propia intimidad” (Viladrich & Castilla, 2020, p. 195). Por lo que no puede entenderse de manera aislada en la persona, por ello, Melendo (2007)

refirió que tiene una íntima conexión con “el infinito amor creador de Dios” (p. 72), por lo que la llegada de hijos es algo natural y propio.

También, Melendo (2007) afirmó que, si la unión sexual se sitúa fuera del amor real y definitivo entre varón y mujer, fuera del matrimonio, “pierde todo su valor y en vez de medio de crecimiento personal se transforma en instrumento de destrucción e infelicidad” (p. 195), ya que convierte un acto de entrega y amor en uno de egoísmo.

La elección del cónyuge es un acto libre e íntimo, donde el ser amado no es dado por la genealogía familiar, el azar o cualquier otra causa circunstancial, por lo que “esa intimidad es soberana y libre al máximo” (Viladrich & Castilla, 2020, p. 244).

#### **4.2. Necesidad de la comunicación virtuosa entre los cónyuges según la antropología matrimonial de Tomás Melendo.**

El matrimonio es una expresión de libertad y amor, donde las personas se comprometen libre y voluntariamente a amarse de por vida, a ayudarse, crecer y perfeccionarse. Por eso casarse no puede entenderse como un medio para satisfacer necesidades propias. Implica entrega y aceptación mutua, tomarse el tiempo de conocer al cónyuge y respetar su manera de ser, apreciando su singularidad y potencialidad.

En este apartado para reconocer la necesidad de una comunicación virtuosa se presentan algunos de los problemas actuales que existen entre los cónyuges por falta de una comunicación adecuada y las actitudes que no permiten tener una buena comunicación virtuosa entre los cónyuges.

##### **4.2.1. Problemas conyugales derivados de la falta de comunicación virtuosa**

En la actualidad existen innumerables problemas que se presentan para que un matrimonio logre su plenitud, pues la sociedad constantemente presenta ideologías que buscan debilitar la relación entre los cónyuges, Leyva (2021) señala los siguientes problemas que se encuentran en la sociedad referidos a la comunicación conyugal:

**A) La indiferencia:** Esta actitud genera que el cónyuge no se preocupe por el otro, no atiende sus necesidades, y al haber esta situación es imposible que exista una comunicación, pues si los cónyuges no contribuyen mutuamente y recíprocamente no puede existir el crecimiento, ya que no consideran al otro como importante, si no que solo lo ven como un mero objeto para cumplir una finalidad.

**B) La dependencia:** En el matrimonio muchas veces se puede apreciar en los cónyuges una dependencia cognitiva, afectiva y económica; estas dependencias ocasionan que no exista un dialogo continuo con la otra persona, sino que este se vuelve un rehén por la necesidad de recibir cariño de la otra parte.

**C) La manipulación:** A través de esto se busca que uno de los cónyuges seda a lo que se le pide, pues se busca interiorizar en los sentimientos del otro para que de esta manera logre su cometido, al no haber una comunicación clara se crea un problema donde una parte es la que solicita y la otra accede.

**D) La apropiación posesiva:** Cuando uno de los dos cónyuges tiene una actitud posesiva al otro, donde solo su postura es la que debe valer y donde la otra parte no puede hacer nada sin el consentimiento de la otra persona. Donde la comunicación se pierde, pues es una sola persona la que posee a la otra

**E) La desconfianza:** Es donde existen diversos temas que son evitados para no caer en la confrontación con el cónyuge, pues al tocarse esos temas existe la posibilidad de problemas que ocasionen discusiones entre los cónyuges.

**F) Los celos:** El matrimonio pide una confianza plena en la otra persona, los celos evitan que esto suceda, y que la comunicación con el cónyuge no se logre de manera plena.

**G) La instrumentalización del otro:** En este aspecto, se considera al cónyuge como un instrumento para lograr conseguir alguna meta, nunca se debe utilizar a la persona como un objeto para lograr un bien, si no que quererla porque es un fin en sí misma.

#### 4.2.2. Actitudes que impiden una comunicación virtuosa entre los cónyuges

En el matrimonio existen conversaciones difíciles, las cuales deben ser manejadas con cautela y criterio, sin llegar a las agresiones, sin embargo, existen diversas actitudes que evitan que exista una comunicación virtuosa y por el contrario ocasionan que sea más difícil las conversaciones entre cónyuges, en razón de ello, Kofman (citado en Leyva, 2021) señala las siguientes actitudes que no permiten la buena comunicación:

**A) La culpa:** Esta actitud hace que la persona crea que los problemas que tienen en el matrimonio son ocasionados por causas externas a ellos, sin buscar solucionarlos, los cónyuges se echan la culpa de todo y no existe una comunicación para afrontar el problema. Para ello es importante ser responsables de la situación y ayudar a buscar soluciones entre cónyuges.

**B) El egoísmo:** En el matrimonio esta actitud se ve reflejada donde uno de los cónyuges se centra más en sí mismo, poniendo como prioridad su situación sobre la del otro, descuidando su relación y ocasionando que no exista una comunicación eficaz.

**C) La arrogancia:** Se evidencia en el trato despectivo que tiene uno de los cónyuges con el otro, pues quiere imponer su posición frente al otro, considerando que eso es lo único que vale y que no hay nada más importante para su relación.

**D) El temor:** Se evidencia cuando uno de los cónyuges es autoritario en la relación, no importando lo que diga o piense la otra persona, pues solo quiere anteponer sus ideales y la comunicación queda truncado por esta actitud.

#### 4.2.3. Virtudes de la vida matrimonial que sustentan una comunicación virtuosa

Cada persona y cada familia tiene su propia escala de virtudes y valores. Pero una de las virtudes básicas es el orden, tanto al establecer prioridades personales y/o comunes, en la distribución de tiempo, tareas y el espacio físico de la pareja. Otra virtud de gran importancia en las relaciones humanas es el respeto, al cónyuge y a uno mismo. Respetar las decisiones del otro y expresar las nuestras de manera armoniosa es necesario para convivir adecuadamente.

Otras virtudes importantes son la tolerancia y paciencia, necesarias para la convivencia diaria y la corrección de conductas y la crianza de los futuros hijos.

La castidad es otra virtud que nutre y fortalece el matrimonio; ya que, “no es un conjunto de prohibiciones, ni está limitada al aspecto corporal- genital, sino es la afirmación decidida de una voluntad enamorada” (Melendo, 2007, p. 196), que “hace crecer y da vigor al amor, en la medida exacta que este implica a la sexualidad” (p. 198) y en todas sus dimensiones. Por lo tanto, considerando que todos los humanos somos sexuados y estamos llamados al amor, la castidad debe ser vivida por todos, en las diferentes circunstancias y etapas de la vida.

Aunado a ello, Melendo (2007) indicó que el principal y más definitivo acto de castidad es fomentar positivamente el amor al otro cónyuge. Esto puede darse mediante: detalles, manifestaciones de afecto, espacios y momentos agradables, y fomentar la atracción mutua a lo largo del tiempo y en los diferentes aspectos de su relación.

### **4.3. Criterios prácticos para una comunicación virtuosa entre cónyuges, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo.**

Como se ha explicado, la comunicación no es solo a través de palabras (oral o escrita), sino también a través de obras: gestos, detalles, sacrificios; buscando el bien y felicidad del ser amado. Por tal motivo, es que en los cónyuges la comunicación debe ser integral, donde se manifiesten a través del cuerpo ese amor que los ha llevado a cada uno a donarse de manera integral, hasta que la muerte los separe. Por tanto, la comunicación conyugal está ligado esencialmente al amor conyugal que según Melendo es total, exclusivo y fiel; por lo que, si no hay amor, no hay comunicación y viceversa.

Veamos en primer lugar algunos consejos que da nuestro autor dirigido a ambos cónyuges por separado primero y luego de manera general. Estos consejos constituyen verdaderos criterios que deben regir la comunicación conyugal para orientar a los cónyuges a su autorrealización y felicidad.

#### **4.3.1. Consejos prácticos para la mujer respecto de su marido.**

Por lo dicho anteriormente, es importante tener pequeños y grandes (por su relevancia) detalles que manifiesten el cariño entre esposos, así como buscar actividades que ambos disfruten. Pues, estos han de permitir que exista una complicidad mutua, y fortalezcan su relación. En ese sentido, Melendo y Melendo (2020) señalan los siguientes criterios que deben regir en una relación conyugal para mantener viva la llama del amor; y como consecuencia lograr una comunicación que les permita una vida autorrealizada y feliz:

- 1°) Tu marido es único: merece ser querido por su esposa por encima de todo y todos.
- 2°) Su amor es primero: no puede verse superado en prioridad “ni siquiera por cosas que en un momento te pueden parecer y ser realmente importantes: el orden y la limpieza de la casa”. 3°) Momentos de tregua: no es saludable expresar todas las quejas personales, familiares, laborales o económicas cuando apenas llega del trabajo.
- 4°) También los detalles materiales son importantes: preparar su comida favorita, sugerir alguna actividad que ambos disfruten, etc.
- 5°) Confianza absoluta: los celos, dudas, ataques verbales, y la ironía, especialmente frente a terceros, causan daños profundos al vínculo de pareja.
- 6°) Conciencia de la propia debilidad: en relación a la fidelidad, minimizar los riesgos de determinadas situaciones suele ser un error.
- 7°) La fidelidad verbal: no exponer aspectos del marido, su intimidad, al juicio de personas ajenas, esto es traicionar la confianza de ambos.
- 8°) Claridad y sencillez: recomiendan no exagerar las contrariedades ni fingir excesivo dolor para lograr una respuesta del marido.
- 9°) Reconquista cotidiana: en el matrimonio es importante que ambos cónyuges seduzcan/conquisten al otro cada día.
- 10°) Valora lo mucho que tienes, no lo que “te falta”. No es bueno centrar la atención en las carencias propias o los bienes ajenos que no tenemos.

#### **4.3.2. Consejos prácticos para el marido respecto de su mujer.**

También Melendo y Melendo, (2020), dan algunos consejos prácticos para el cónyuge que deben ser tomados como criterios para avivar el amor hacia su esposa, teniendo en cuenta su estructura tridimensional (psicología, corporalidad y espiritualidad), que es distinta en la mujer que en el varón. Vemos algunos de ellos:

- 1°) Tu mujer, primera y única. Es importante que el esposo quiera a su esposa “más que a cualquier otra mujer” incluso más que a su madre.
- 2°) Mujer con necesidades de mujer. Es importante que el marido se interese real y eficazmente por los problemas de su esposa.
- 3°) Tener en cuenta los días especiales. Aniversarios, cumpleaños, etc. Recuerdan que es bueno tener detalles especiales, aunque no haya más motivo.
- 4°) Siempre antes que tu madre. Tener en claro que la propia esposa es la mujer más importante para el esposo, ayudará a prevenir excesiva injerencia de otros familiares.
- 5°) La importancia de manifestar externamente el cariño. Aunque parezca que “ya lo sabe”, las manifestaciones de interés y los detalles reafirman e incrementan el amor.
- 6°) Ser fiel y leal. Es un error pensar que la infidelidad masculina es menos grave que la femenina. El esfuerzo y cuidado para que la relación prospere debe ser conjunto.
- 7°) Recordar y renovar la propia escala de valores. No basta el sustento material, y los esposos deben recordar que su empresa más importante es su familia: su esposa y sus hijos.
- 8°) Tu mujer es lo primero, en todo momento. Al volver al hogar es imprescindible que el esposo priorice el cumplimiento de sus obligaciones con su mujer y sus hijos.
- 9°) El cuidado personal por amor a la esposa. Es necesario que los cónyuges seduzcan/conquisten al otro diariamente.
- 10°) El amor se traduce en tiempo. El mejor regalo es dedicarle tiempo al otro.

#### **4.3.3. Reglas para una comunicación virtuosa entre los cónyuges.**

Melendo y Millán (2007) propusieron cuatro principios a considerar:

- 1°) Estudiar los problemas más que discutir sobre ellos.
- 2°) Pedir sinceramente al otro que nos explique su pensamiento.
- 3°) Cambiar uno mismo como invitación para que el otro modifique su conducta.
- 4°) De nuevo el olvido de sí y la amorosa aceptación del otro.

#### **4.3.4. Reglas para una discusión virtuosa entre los cónyuges.**

Melendo (como se cita en Oruna, 2019) mencionó que es normal que en la vida matrimonial surjan discusiones o desacuerdos eventuales, pero que la pareja puede aprender a manejar dichas situaciones, e incluso fortalecer su vínculo en el proceso. Para ello propone algunos consejos:

- 1°) No eviten la discusión por encima de todo.
- 2°) Estén dispuestos a reconocer los propios defectos y errores. Si has dicho algo hiriente o injusto, debes retirarlo de inmediato.
- 3°) Evita agresivas y descalificadoras ofensas personales y actitudes irónicas o despreciativas.
- 4°) Estén atentos para no proyectar inconscientemente en el otro la razón de su malhumor.
- 5°) No encararle cosas ya pasadas. Esfuérzate por comprender a tu cónyuge si tiene una rabieta por causa de una momentánea necesidad de desahogo.
- 6°) Permite que tu cónyuge concluya la exposición de su malestar.
- 7°) Procurar exponer tus razones de manera clara y breve.



8°) Consigan que las discusiones más violentas acaben con un gesto de reconciliación.

#### **4.4. Programa de actividades de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa entre cónyuges.**

El presente programa de actividades educativas de escuela de padres se ha organizado teniendo en cuenta la estructura de todo programa educativo que incluye: datos informativos, fundamentación, objetivos, contenidos y programación de actividades educativas, con sus respectivas estrategias metodológicas y recursos didácticos.

##### **1) Datos informativos de la propuesta:**

- Denominación: Programa de escuela de padres. “Comunicación virtuosa, fuente de amor conyugal”
- Dirigido a: Padres de familia de una institución educativa.
- Duración: 11 semanas (3 horas cada taller)

##### **2) Fundamentación:**

Esta propuesta se ha elaborado teniendo en cuenta la problemática actual que existe en diversas familias, como es una comunicación conyugal inadecuada, sea por falta de técnicas o criterios saludables. Según investigaciones, refieren altas cifras de divorcios, agresividad y hasta feminicidio, en casos graves; lo cual afecta no solo el bienestar y proyecto de vida de los cónyuges, sino de toda la familia.

Ante esta problemática, diferentes investigadores recomiendan capacitar a los cónyuges a través de programas específicos (cursos, seminarios, talleres, etc.) sobre la importancia de una comunicación virtuosa. Melendo & Millán Puelles (2008): refieren que “Es indispensable que exista una comunicación franca y profunda con el propio cónyuge como fuente de amor y gozo, de paz y de superación de la soledad” (p.8).

Por tal motivo, se ha realizado esta propuesta dirigida a padres de familia de una institución educativa, con el fin de mejorar la comunicación conyugal, fundamentada en el amor como virtud que ordena a todas las demás virtudes; para que los cónyuges logren su autorrealización y felicidad.

##### **3) Objetivos:**

- Objetivo general: Fortalecer la comunicación virtuosa de los cónyuges, orientado a su autorrealización y felicidad;
- Objetivos específicos:
  - a) Reconocer la importancia de la comunicación virtuosa conyugal para el desarrollo de una vida saludable en el entorno familiar.
  - b) Desarrollar habilidades y destrezas personales que fortalezcan la comunicación virtuosa conyugal.
  - c) Practicar las virtudes, para el fortalecimiento de la comunicación conyugal orientado a la autorrealización personal y familiar.

##### **4) Propuesta de contenidos:**

- La persona, un ser sociable por naturaleza.
- La persona, un ser para el amor.
- Enamoramiento, noviazgo y matrimonio: Tres realidades diferentes.
- La donación, camino para el amor conyugal.
- El matrimonio, unidad indisoluble de dos personas que se casa para amarse.
- La promesa de amar y la fidelidad matrimonial.
- Elementos necesarios para el cuidado de la vida conyugal.
- Virtudes que sustentan la comunicación conyugal
- Factores que impiden una comunicación conyugal saludable.

- Reglas y consejos para fortalecer la comunicación en el matrimonio.
- El arte de saber discutir, por amor y para amar.

### 5) Programación de actividades de aprendizaje

Nº	NOMBRE DE SESIÓN	CAPACIDAD A DESARROLLAR	CONTENIDO TEMÁTICO	ACTIVIDADES Y ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSO DIDACTICO	EVALUACIÓN	TIEMPO
1	La persona un ser sociable por naturaleza	Argumenta que la persona humana por naturaleza es un ser sociable.	La persona y su dignidad. Rasgos esenciales de la persona.	<b>Inicio:</b> Observan y reflexionan un cortometraje: "El circo de la mariposa". <b>Desarrollo:</b> En base a interrogantes se genera el diálogo. - Haciendo uso de recursos interactivos (PPT) se explica el tema. - Los participantes plantean interrogantes y se genera el diálogo. <b>Cierre de sesión:</b> Los participantes elaboran un cartel sobre las características de la persona humana y su dignidad.	Carteles Video Ulluvia de ideas	Cuestionario	2 horas
2	La persona, un ser para el amor	Reconoce que la persona humana que es un ser hecho por y para el amor.	La persona, en cuerpo, mente y espíritu, es un ser hecho para el amor.	<b>Inicio:</b> Los padres observan y reflexionan la Historia: "El Verdadero Amor" <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar el diálogo. Se explica el tema mediante una presentación en diapositivas, generándose el diálogo. <b>Cierre de sesión:</b> Los padres mediante un dibujo expresan la importancia del amor en la vida conyugal.	Video Preguntas Parlante Laptop Diapositivas	Lista de Cotejo	2 horas
3	Enamoramiento, noviazgo y matrimonio	Reconoce que el enamoramiento es el primer paso para llegar al matrimonio.	¿Qué es enamorarse? -Escala del enamoramiento -El enamoramiento, noviazgo y matrimonio es una decisión.	<b>Inicio:</b> Los padres observan y reflexionan sobre el video: Si estás enamorado ¡no te cases! <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar el diálogo. Se realiza una exposición-diálogo. <b>Cierre de sesión:</b> Los padres escriben un texto acerca de la afectividad durante las etapas trabajadas.	Canción Video Dinamicas Video Preguntas	Lista de Cotejo	2 horas
4	La donación, camino para el amor conyugal	Reconoce que solo en el amor de donación se encuentra el sentido último del matrimonio.	El amor de donación, razón de la existencia humana. El amor conyugal: un amor sexuado.	<b>Inicio:</b> Observan y reflexionan sobre: "El video que ha salvado matrimonios" <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar el diálogo. Se realiza una exposición-diálogo en torno al desarrollo del tema en base a una presentación de PPT. <b>Cierre de sesión:</b> Los padres elaboran una carta sobre la importancia del amor de donación en el matrimonio.	Video Ulluvia de ideas Video Dinamicas Video Preguntas		2 horas
5	El matrimonio, unidad indisoluble de dos personas	Reconoce que el matrimonio es indisoluble por que es hasta la muerte.	El matrimonio: - Características esenciales -Finalidad del matrimonio: Valor unitivo y procreativo.	<b>Inicio:</b> Observan y reflexionan sobre el video: Emparejados. Parte I. José Ordóñez. <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar el diálogo en torno al matrimonio y sus características esenciales. Se realiza una exposición-diálogo en torno al desarrollo del tema en base a una presentación de PPT. <b>Cierre de sesión:</b> Los participantes elaboran carteles con frases alusivas a las características y finalidad del matrimonio.	Lista de Cotejo Video Dinamicas Video Preguntas Diapositivas.	Lista de Cotejo	2 horas
6	La promesa de amar y la fidelidad matrimonial	Reconoce que la fidelidad es fundamental para la prosperidad del matrimonio.	Fidelidad La fidelidad y empatía. La ayuda de Dios en la fidelidad	<b>Inicio:</b> Observan y reflexionan sobre el video: Sentencia de Divorcio Reflexiones de la vida. <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar el diálogo en torno a la importancia de la fidelidad del matrimonio. Se realiza una exposición-diálogo en torno al desarrollo del tema en base a una presentación de PPT. <b>Cierre de sesión:</b> Los participantes elaboran una pancarta donde se puede reconocer la importancia de la empatía y la presencia de Dios para vivir la fidelidad.	Lista de cotejo Video Dinámicas Video Preguntas Diapositivas	Lista de Cotejo	2 horas
7	Elementos necesarios para el cuidado de la vida conyugal	Reconoce que el matrimonio requiere de ciertos elementos indispensables para que sea duradero.	Diálogo saludable. Estilos de comunicación Escucha activa La oración en la familia.	<b>Inicio:</b> Observan y reflexionan sobre el Cortometraje "DESCONÉCTATE" <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar el diálogo en torno a la importancia del diálogo saludable, estilos de comunicación, la escucha activa y la oración. Se realiza una exposición-diálogo en torno al desarrollo del tema en base a una presentación de PPT. <b>Cierre de sesión:</b> Los padres elaboran un afiche con los elementos necesarios del diálogo en la familia.	Lista de cotejo Video Dinámicas Video Preguntas Diapositivas	Lista de Cotejo	2 horas
8	Virtudes que sustentan la comunicación conyugal	Argumenta que las virtudes son clave para una comunicación sana	Las virtudes conyugales: El orden en el matrimonio El respeto en el matrimonio La tolerancia y paciencia La castidad	<b>Inicio:</b> Observan y reflexionan sobre el video: "El Divorcio de Mi Mujer" <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar el diálogo en torno a las virtudes que deben practicar los cónyuges para una convivencia orientada a la autorrealización personal y familiar, haciendo uso de una presentación multimedia con recursos interactivos. Se realiza una exposición-diálogo en torno al desarrollo del tema en base a una presentación de PPT. <b>Cierre de sesión:</b> Los participantes elaboran carteles con frases alusivas a las conyugales, con el fin de contribuir a la formación de las actitudes hacia la vida conyugal.	Lista de cotejo Video Dinámicas Video Preguntas Parlante Laptop Diapositives	Lista de Cotejo	2 horas
9	Afectividad y vida conyugal	Reconoce la importancia de la afectividad en la vida conyugal.	Cuidar de los pequeños detalles Decidir en mutuo acuerdo Fidelidad, felicidad, afectividad.	<b>Inicio:</b> Presentación del video para reflexionar: "El diálogo afectivo". <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar el diálogo en torno a la importancia de la afectividad para llegar a alcanzar la felicidad en la vida conyugal según Tomás Melendo. Se explica el tema mediante una presentación en diapositivas. <b>Cierre de sesión:</b> Los participantes escriben en una hoja frases sobre como demuestran su afectividad hacia su pareja.	Dinámicas Video Preguntas Diapositives	Lista de cotejo	2 horas
10	Reglas y consejos para mejorar la comunicación en el matrimonio.	Argumenta que los consejos ayudan a mejorar la relación de los cónyuges.	Diálogo antes de discutir Escuchar, responder y adecuar el comportamiento de la palabra. Asumir las consecuencias de nuestros actos.	<b>Inicio:</b> Observan y reflexionan sobre el Cortometraje "reglas para el matrimonio" <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar acerca de la importancia del diálogo antes de discutir, saber escuchar, responder y adecuar el comportamiento de la palabra según los consejos de Tomás Melendo. Se explica el tema mediante una presentación en diapositivas, generándose el diálogo a través de interrogantes. <b>Cierre de sesión:</b> Los participantes elaboran reflexiones sobre las reglas de comunicación según Tomás Melendo.	Video Dinámicas Preguntas Parlante Laptop Diapositives	Lista de Cotejo	2 horas
11	El arte de sabe escuchar	Conoce y aplica los consejos practicos para una comunicación eficaz	Consejos para las esposas Consejos para los esposos Soledad y comunicación	<b>Inicio:</b> Los participantes observan una reflexión sobre un video: "Algunos tips para un matrimonio feliz" <b>Desarrollo:</b> Se plantea interrogantes para generar el diálogo en torno a la importancia de los consejos para las esposas y esposo. Se explica el tema mediante una presentación en diapositivas. <b>Cierre de sesión:</b> Los participantes elaborarán frases de manera personal en donde realiman su compromiso en la vida conyugal siguiendo los consejos prácticos según Tomás Melendo.	Dinámicas Video Preguntas Diapositives	Lista de cotejo	2 horas

#### 4.5. Discusión de resultados

Para la elaboración de un programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges, tomado de manera especial de los libros “Mejorar día a día el matrimonio: una antropología” y *Asegurar el amor. Antes y durante todo el matrimonio, este último tiene como coautora a su esposa*, Lourdes Millán-Puelles; los cuales sirvieron no solo para el fundamento teórico sino también para la elaboración de la propuesta del programa de escuela de padres, con la finalidad de fortalecer la comunicación virtuosa en los cónyuges.

En ese sentido, la presente investigación se planteó como primer objetivo el identificar los fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo para una comunicación virtuosa de los cónyuges. Para tal efecto, es necesario precisar que este renombrado autor es un filósofo y educador español contemporáneo, quien ha dado contribuciones muy significativas al campo de la filosofía, la antropología y la ética, con una visión humanista realista, con fundamento aristotélico-tomista, pero además iluminado por las ciencias de la educación y la filosofía cristiana elabora reflexiones antropológicas personalistas.

Por tanto, entre los fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo lo primero que se debe precisar es su visión antropológica personalista integral de la persona y el matrimonio, reconociendo la riqueza del ser personal, en cuanto a sus dimensiones biológicas, psicológicas y espirituales que los cónyuges ponen en ejercicio en sus relaciones interpersonales en su vida matrimonial. En ese sentido, el autor comprende el matrimonio como una realidad interpersonal, fundado en un compromiso de amor y respeto mutuo de dos personas que han contraído matrimonio para amarse hasta que la muerte los separe (Melendo, 2007). Por consiguiente, para el autor, la boda es un “acto libérrimo de amor... Ese acto tan impresionante me pone en condiciones de querer bien; fortalece mi voluntad y la faculta para amar a otro nivel, me sitúa en una esfera mucho más alta” (p. 22). Esto no quiere decir que antes de la boda los novios no eran capaces de amar, sino que cuando contraen matrimonio los cónyuges se capacitan “para comenzar a amar de una manera superior, que luego habrá que ir mejorando y acrisolando día a día, con detalles tan menudos como concretos y constantes” (p. 22).

Este amor superior que surge entre los cónyuges por el matrimonio, es denominado por Viladrich & Castilla (2018) “amor donal”, llegando a proponer una antropología del amor como estructura sponsal de la persona, afirmando que la persona es don, pues está hecha para entregarse y ser acogido por otra persona. Y esta relación donal de la persona se da en diversos ámbitos, pero el ámbito más básico y profundo es la unión conyugal. Este ámbito, según estos autores, “lo podemos describir como el ámbito íntimo de la unión amorosa entre las identidades sexuales masculina o femenina. El ámbito donde pueden copertenecerse en cuerpo y alma, haciéndose poseedores el uno del otro” (Viladrich & Castilla, 2018, p. 58).

También Melendo & Millán (2002), atribuyen al amor conyugal el calificativo de “don de sí”, al afirmar: “se trata de dar, pero de dar lo más grandioso que tenemos, nuestro propio yo personal, que es lo que el otro con más o menos conciencia desea y en todo caso necesita” (p. 23). Este sentido del amor conyugal como don de sí mismo, sin duda lo ha tomado del filósofo personalista Wojtyła (1978), quien tomando los aportes de los filósofos clásicos que reflexionaron en torno al amor, da un paso más en el descubrimiento de lo que es el amor en su sentido más pleno: “don de sí mismo”. Según este autor, el amor conyugal es diferente de cualquier otra forma de amar, “consiste en el don de la persona. Su esencia es el don de sí mismo, de su propio “yo”. Hay algo en ello, y al mismo tiempo algo más que el atractivo, que la concupiscencia y aun que la benevolencia” (p. 46).

Por eso, la antropología conyugal de Melendo pone énfasis en la importancia de la unión conyugal, que se fundamenta en la entrega total de los cónyuges, que origina una comunión de vida y de amor, donde hay una comunicación recíproca no solo de ideas, sentimientos, deseos; sino también de proyectos, valores, aspiraciones; lo cual es necesario para cuidar y sostener la vida conyugal, cultivando algunas virtudes como la confianza, honestidad, fidelidad, responsabilidad y el compromiso de amarse hasta que la muerte los separe.

Un segundo objetivo planteado por la presente investigación fue explicar la necesidad de una comunicación virtuosa entre los cónyuges para su autorrealización y felicidad, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo. El autor acentúa la importancia de la comunicación conyugal como un factor elemental para construir una comunión conyugal, fundada en el amor de donación, que origine, como consecuencia, la armonía, el desarrollo personal y la felicidad en la vida conyugal.

Para explicar la necesidad de una comunicación virtuosa entre los cónyuges, Melendo & Millán-Puelles (2002) parte de la problemática en torno a la comunicación que se evidencia en la actualidad en muchos matrimonios:

Por desgracia, existen bastantes matrimonios en que la comunicación primero se da por supuesta y luego se teme; se suprime el coloquio personal y se silencian o eluden los problemas. Los espacios vacíos los llena entonces la televisión, el periódico, Internet, un pasatiempo, el teléfono, etc. De una manera muy especial la profesión, incluida la de ama de casa, puede transformarse en un refugio para evitar el diálogo cara a cara. (p. 90)

En ese marco, según nuestro autor, el problema de la falta de comunicación no es más que la expresión de la soledad en la que se encuentran las personas, ya que “la falta de comunicación no siempre representa un problema de desconocimiento de las técnicas pertinentes, como suele considerarse, sino que a veces deriva de la ausencia de un buen amor” (p. 88); es decir, el primer problema que identifica el autor es la falta de amor de los cónyuges, pues si no hay amor, no hay comunicación eficaz.

Sin embargo, según refiere Melendo & Millán-Puelles (2002) “también se dan casos en que la raíz del malestar estriba justo en que marido y mujer no saben comunicarse. Se quieren, pero les resulta difícil hacer al cónyuge consciente de ello: no son capaces de dar a conocer su amor” (p. 88). En estos casos sí que son necesarias las técnicas de comunicación, como lo precisa el autor: “más a los cónyuges que en el fondo se quieren, pero experimentan dificultades para expresar ese cariño las técnicas de comunicación les ayudarán a amar bien... y a descubrir o redescubrir un afecto que erróneamente creían desaparecido” (p. 89).

Unidos a estos dos problemas que menciona Melendo, otras investigaciones también realizaron estudios con el fin de identificar los principales problemas en torno a la comunicación conyugal que se presenta en la actualidad. Entre estas, tenemos a Oruna (2021), quien identificó los siguientes problemas en la comunicación conyugal de los padres de familia de una institución educativa:

Los problemas y las necesidades más resaltantes que experimentan los padres de familia, respecto a la comunicación conyugal son: no buscan espacios y tiempos para una comunicación más efectiva, no comparten momentos para realizar acciones que les gusta, muestran mayor atención al celular, internet, etc. que, a su cónyuge, en las discusiones conyugales se echa en cara los errores pasados, no le da piropos a su cónyuge delante de los demás, muy pocas veces le da un beso a su cónyuge. (p. 32)

De igual manera Casapia (2018), en su investigación determinó la predominancia de los siguientes estilos de comunicación en personas con problemas conyugales:

... encontramos que el 93.8% percibe a sus conyugues una comunicación agresivas pasivas donde este manipula para obtener las decisiones finales y conseguir fines propuestos con anticipación, el 89.5% perciben a su pareja con conductas asertivas bajas, el 71% perciben a su pareja con conductas agresivas altas notando que la pareja hace uso de expresiones de sentimientos coactivos e intenciones manipuladoras y el 37% tienen niveles bajos en sumisión donde resalta el sometimiento y la aceptación con constantes estados de resignación por parte de la pareja. (p. 90).

Estos problemas de comunicación conyugal identificados en diversas investigaciones no son más que índices de una inadecuada comunicación conyugal, que en palabras de Melendo, sería en el fondo, una expresión de la falta de un buen amor conyugal. Por tal motivo es que Melendo en su antropología matrimonial propone la necesidad de una comunicación virtuosa en los cónyuges, que debe estar regida por un amor de benevolencia. En ese sentido dicen Melendo & Millán-Puelles (2002):

En el matrimonio, comunidad de vida y de amor, la comunicación entre los cónyuges es fundamental. La vida conyugal no puede reducirse al encuentro de dos cuerpos, y mucho menos al de dos sueldos, sin que se dé ya el de los corazones... manifestado también y enriquecido a través de la palabra hablada. (p. 89)

Por tanto, para Tomás Melendo, una comunicación eficaz es el fundamento para la comunión conyugal, haciendo participar al cónyuge no solo de pensamientos; sino, también de sentimientos, necesidades, expectativas, proyectos, esperanzas, sueños, preocupaciones, experiencias diversas, que hacen posible una unión más sólida en el amor. Por eso, Melendo & Millán-Puelles (2002), sostienen que “comunicarse es, en primer término y por encima de todo, medio insustituible para alcanzar la verdad y resolver los problemas que pueda plantear la familia; y es también y simultáneamente un instrumento soberano para facilitar el amor” (p. 90).

En efecto, una buena comunicación conyugal, según Tomás Melendo, promoverá eficazmente la resolución de conflictos conyugales y familiares, porque la comunicación también incluye el saber discutir de manera abierta y respetuosa, abordando las diferencias y desacuerdos, pensando en el bien de ambos y de toda la familia.

En suma, Tomás Melendo destaca el rol fundamental de una buena comunicación o comunicación asertiva, para promover la armonía conyugal, el crecimiento personal, autorrealización y la felicidad de los cónyuges. Esta postura de nuestro autor es confirmada por investigaciones cuantitativas de psicólogos como Arana (2017), quien en los resultados de su investigación señala:

Existe correlación positiva significativa entre los estilos de comunicación asertiva y satisfacción físico sexual ( $\rho=.231$ ); comunicación sumisa y satisfacción familiar ( $\rho=.245$ ), así mismo se encontró correlación negativa y altamente significativa entre comunicación agresiva y satisfacción físico sexual ( $\rho=-.304$ ); comunicación agresivo-pasivo y satisfacción en organización ( $\rho=-.261$ ). Se concluye que la percepción sobre el estilo de comunicación de la pareja está relacionada con la satisfacción marital. (p. xi)

Así también Montenegro (2022) en su investigación comprobó la existencia de “una relación estadísticamente significativa entre la estrategia de comunicación más empleada por los participantes y sus niveles de bienestar psicológico; el nivel de bienestar más presentado fue el alto y la estrategia de comunicación más empleada fue la asertiva” (p. 11).

Por consiguiente, se deduce que la comunicación conyugal, regida por un amor profundo y pleno entre los cónyuges (comunicación virtuosa o asertiva) traerá como consecuencia que los cónyuges se sientan plenamente satisfechos en los distintos ámbitos de su vida conyugal y familiar, lo que favorecerá su autorrealización personal y familiar.

En el tercer objetivo de la presente investigación se buscó determinar los criterios prácticos para una comunicación virtuosa de los cónyuges, orientada a su autorrealización y felicidad, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo. Para tal efecto, lo primero que se deja claro es lo que se entiende por comunicación virtuosa, para luego precisar los criterios prácticos propuestos por nuestro autor, para alcanzarlo.

Cuando se habla de comunicación virtuosa, nos estamos refiriendo a una comunicación que está regida por la virtud o las virtudes fundamentales, teniendo como referencia su significado etimológico “virtus” que significa “fuerza” o predisposición para hacer el bien. Pero en sentido más práctico a decir de Melendo (2007) “virtud es todo lo que uno querría encontrar... en el otro... A saber: afabilidad, ternura, comprensión, buen humor, optimismo, serenidad, tacto, puntualidad, delicadeza en el trato, capacidad de perdonar, de adaptarse, de tolerar...” (p. 162).

Pero adoptando una perspectiva más profunda y siguiendo a San Agustín, para Melendo (2007) “la virtud configura el “ordo amoris” el orden en el amor: es decir, el conjunto de actitudes y acciones que un buen amor suscita en los que se quieren...” (p. 162). De acuerdo a ello, la comunicación virtuosa de los cónyuges será aquella que está regida por el amor, ya que según Melendo (2007) “la virtud reclama el amor y el amor, por su parte, reclama y provoca las virtudes: una especie de círculo virtuoso” (p. 163). Por eso, “el amor entre los cónyuges se intensifica con la práctica cotidiana de estas “virtudes”, que van haciendo más honda y verdadera - ¡y más alegre y gozosa! - la entrega recíproca” (p. 163).

En el ámbito de la psicología el constructo que se utiliza para referirse a este tipo de comunicación es la “comunicación asertiva”, que sigue el denominado Modelo Bidireccional de Aserción; que según Montenegro (2022), citando a Velásquez, et al. (2008) la aserción se refiere a “las expresiones socialmente aceptables de los derechos y sentimientos personales, incluyendo reclamos, rechazo y exclamaciones; conduciendo la óptima comunicación de nuestras opiniones, creencias y sentimientos personales” (p. 28). En ese sentido, según Montenegro (2022), la asertividad “no es una característica proveniente de la personalidad sino de las habilidades sociales, ya que las conductas asertivas requieren de conocer las propias capacidades y limitaciones” (p. 28).

Por tanto, una comunicación asertiva será una habilidad social que se adquiere en la práctica constante de conductas positivas en las relaciones interpersonales, basadas en el reconocimiento de la dignidad de la persona, autovalorándose y valorando a la otra persona, sabiendo actuar con prudencia, con respeto y tolerancia; que no sería otra cosa más que un actuar virtuoso.

De ahí que fue necesario determinar con precisión los criterios prácticos para una comunicación virtuosa conyugal, según la antropología matrimonial de Tomás Melendo. El filósofo, trata de estos criterios en su libro “Asegurar el amor. Antes y durante todo el matrimonio” (2002, p. 91-101), siendo algunos de los más importantes: a) Saber escuchar para comprender los sentimientos y puntos de vista de nuestro interlocutor, b) Repetir con las propias palabras para asegurarse de que uno ha comprendido las ideas expuestas por el otro, c) Responder, expresando nuestro parecer sobre los que nos dicen, d) Adecuar el comportamiento a la palabra, e) Espíritu positivo, haciendo observaciones oportunas del modo más positivo posible, de forma que resulten más aceptables, f) Búsqueda sincera de la verdad, g) Aprender a discutir, superando los conflictos y, sobre todo, aprendiendo a perdonar y a ser perdonado.

Estos no son los únicos criterios o principios que propone Tomás Melendo en sus obras para una buena y adecuada comunicación, son muchos más; pero sin duda, son los más importantes. Sobre esto también se han realizado investigaciones en el campo de la psicología

como por ejemplo la investigación de León & Figueroa (2017, p. 45-46), quienes proponen como elementos básicos para una buena comunicación, los siguientes: a) El diálogo como medio para que las personas intercambien ideas, sentimientos u opiniones, profundicen en sus vidas y lleguen a un mejor acercamiento; b) Saber escuchar: es necesario prestar atención y mostrar interés por lo que dice la pareja; c) Comunicar lo que se siente; d) Respeto, evitando palabras mal sonantes, insultos, descalificaciones, humillaciones, gestos groseros.

Como se puede deducir, en esta investigación también se proponen conductas virtuosas que debe regir la comunicación de los cónyuges para lograr la comprensión y el amor; porque como dicen las autoras, citando a Pérez (2006), “la comunicación es esencial en cualquier relación de pareja porque a través de ella podemos conocernos y comprendernos y por lo tanto amarnos” (León & Figueroa, 2017, p.45).

Finalmente, se propuso un conjunto de actividades educativas, vertidas en un programa dirigido a padres de familia, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges, denominado “Comunicación virtuosa, fuente de amor conyugal”. Esta propuesta consistió en la programación de 11 actividades educativas, cuyo objetivo general es “Fortalecer la comunicación virtuosa de los cónyuges, orientado a su autorrealización y felicidad; y los objetivos específicos son: a) Reconocer la importancia de la comunicación virtuosa conyugal para el desarrollo de una vida saludable en el entorno familiar, b) Desarrollar habilidades y destrezas personales para fortalecer comunicación virtuosa conyugal; y c) Practicar las virtudes fundamentales para el fortalecimiento de la comunicación conyugal orientado a la autorrealización personal y familiar. Para lograr estos objetivos se seleccionaron contenidos temáticos, fundamentados en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, que se han desarrollado en la presente investigación; proponiéndose, además metodología interactiva con recursos visuales y audiovisuales, siguiendo la estructura lógica de una sesión de aprendizaje, con actividades de introducción (motivación inicial), de desarrollo y conclusión.

En esta propuesta he seguido las orientaciones metodológicas y didácticas de las investigaciones de Oruna (2021), Arrascue (2021) y Marroquín (2016), quienes también han diseñado propuestas para ser aplicadas en instituciones educativas, con temática antropológica personalista, donde se pone como centro a la persona humana y su dignidad, que por tal razón merece ser amada por sí misma. Con este fundamento se ha elaborado la propuesta de esta investigación, siguiendo al filósofo y educador Tomás Melendo Granados, quien subraya el valor de una comunicación conyugal, fundada en el amor y las virtudes humanas, como elementos esenciales para asegurar una vida matrimonial saludable y satisfactoria.

De acuerdo a esto, también Arana (2017) sostiene que un aspecto importante que debe estar presente en la comunicación conyugal para una satisfacción marital “es amar cada uno de ellos al otro antes de exigir que el otro lo ame, cultivar lo más noble que haya en sí y estar dispuesto a reconocer las buenas cualidades de otro” (p. 31). Otras investigaciones como la de Casapia (2018) destacan la importancia de la comunicación asertiva para una vida afectiva conyugal, porque en este tipo de comunicación el cónyuge “sabe escuchar, se siente bien consigo mismo, sabe decir que no, clarifica expectativas, es directo, respetuoso, positivo, comprensivo y responsable; considera los sentimientos de los demás, no enjuicia ni etiqueta, sabe lo que quiere y lo expresa directamente sin herir” (p. 39).

En consecuencia, la antropología matrimonial que desarrolla Tomás Melendo, está en concordancia con lo que enseñan las diferentes ciencias humanas como la psicología, la sociología, la pedagogía, etc.; que se interesan por el bienestar integral de la persona humana, buscando mejorar su calidad de vida orientada a la autorrealización de la persona y su felicidad.

Por lo que se considera que la presente investigación tiene mucha relevancia por constituir un aporte muy significativo no solo para el ámbito educativo, sino también para la consejería y asesoría familiar, proponiendo un “Programa de escuela de padres, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges”.

A pesar de la gran relevancia que tiene esta investigación, tiene la limitación que esta propuesta solo se haya quedado en el ámbito teórico, porque no se ha realizado trabajo de campo; es decir, no se ha realizado aplicación a una situación educativa concreta, a través de métodos experimentales; lo que ha impedido demostrar experimentalmente su eficacia. Sin embargo, deja abierta la posibilidad de futuros trabajos de investigación, a nivel de post grado o doctorado para realizar investigaciones cuantitativas de nivel pre experimental, cuasi experimental o experimental propiamente dicho, tomando como base este programa de escuela de padres, con temas y recursos centrados en la persona y su dignidad, siguiendo la antropología de Tomás Melendo Granados.

## V. Conclusiones

- Los fundamentos teóricos de la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges, residen en una visión antropológica personalista integral de la persona y el matrimonio, reconociendo la excelente riqueza de su ser personal, en cuanto a sus dimensiones biológicas, psicológicas y espirituales, que los cónyuges ponen en ejercicio en sus relaciones interpersonales en su vida matrimonial, como expresión de su vocación al amor de donación. En ese sentido, el matrimonio es concebido como una realidad interpersonal de un varón y una mujer, fundado en un compromiso de amor donal y respeto mutuo, que origina una unidad total, indisoluble y fecunda, que hace posible la autorrealización o plenitud de los cónyuges y su felicidad consecuente.

- Según la antropología matrimonial de Tomás Melendo, hay necesidad que exista una comunicación virtuosa entre los cónyuges, primero porque la falta de comunicación es expresión de ausencia de un amor en su sentido más profundo (como benevolencia y donación) y solo a veces se debe al desconocimiento de las técnicas pertinentes de comunicación, originando formas de comunicación pasiva o agresiva, que no hacen más que debilitar el amor conyugal y afectar su salud psicológica, espiritual y corporal. Por tal motivo, Melendo en su antropología matrimonial propone la necesidad de una comunicación virtuosa en los cónyuges, que debe estar regida por un amor de benevolencia (que siempre busca el bien de la persona amada) y la práctica de virtudes fundamentales. Solo así los cónyuges podrán lograr su plenitud como personas.

- Para determinar los criterios prácticos para una comunicación virtuosa de los cónyuges, orientada a su autorrealización y felicidad, primero se clarificó que la comunicación virtuosa, en la perspectiva antropológica matrimonial de Tomás Melendo, es la comunicación regida por las virtudes fundamentales, especialmente por el amor, al que debe ordenarse todas las virtudes (ordo amoris). En ese sentido, se precisaron como criterios prácticos para una comunicación virtuosa conyugal: a) Saber escuchar para comprender los sentimientos y puntos de vista de nuestro interlocutor, b) Repetir con las propias palabras para asegurarse de que uno ha comprendido las ideas expuestas por el otro, c) Responder, expresando nuestro parecer sobre los que nos dicen, d) Adecuar el comportamiento a la palabra, e) Espíritu positivo, haciendo observaciones oportunas del modo más positivo posible, de forma que resulten más aceptables, f) Búsqueda sincera de la verdad, g) Aprender a discutir, superando los conflictos y, sobre todo, aprendiendo a perdonar y a ser perdonado.



• Finalmente, se propuso un conjunto de actividades educativas, vertidas en un programa dirigido a padres de familia, fundamentado en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, para una comunicación virtuosa de los cónyuges, denominado “Comunicación virtuosa, fuente de amor conyugal”. Esta propuesta consistió en la programación de 11 actividades educativas, cuyo objetivo general es “Fortalecer la comunicación virtuosa de los cónyuges, orientado a su autorrealización y felicidad; y algunos objetivos específicos para concretizar el propósito. Para lograr estos objetivos se seleccionaron contenidos temáticos, fundamentados en la antropología matrimonial de Tomás Melendo, desde temas fundamentales relacionados con la dignidad de la persona y su vocación al amor donal que se realiza plenamente en el matrimonio, hasta cuestiones prácticas en torno a las técnicas para mejorar la comunicación y vida conyugal, fundamentados en la práctica de la virtud. Se propone además una metodología interactiva, con recursos visuales y audiovisuales, muy adecuada a la condición y psicología de los padres de familia; siguiendo la estructura lógica de una sesión de aprendizaje, con actividades de introducción (motivación inicial), de desarrollo y conclusión.

## **VI. Recomendaciones**

- La escuela de Educación de la USAT debe realizar investigaciones de carácter aplicativo a nivel experimental, donde se considere la implementación de la propuesta “Comunicación virtuosa, fuente de amor conyugal” que brinda la presente investigación, con el propósito de fortalecer la comunicación virtuosa entre los cónyuges.
- A las diversas instituciones educativas de educación básica regular de la Región de Lambayeque para que se trabajen con las familias diversos talleres o programas que fortalezcan la relación conyugal, brindando así soporte “socioemocional” a los padres de familia y previniendo problemas familiares que repercutan en los educandos.
- A los docentes del área de Tutoría y Desarrollo Personal, ciudadanía y Cívica de las diversas instituciones educativas de Lambayeque, se recomienda contextualizar la propuesta “Comunicación virtuosa, fuente de amor conyugal” brindada en esta investigación, para que se trabaje con los padres de familia en las diversas Escuelas de Familia para contribuir a prevenir problemas en torno a la comunicación conyugal.
- Al área de Psicología de las diversas Instituciones Educativas, para que promueva talleres o programas que atiendan de manera antropológica y personalista a los padres de familia, para contribuir a mejorar las relaciones conyugales.

## VII. Referencias

- Arana, S. (2017). *Estilos de comunicación y satisfacción marital, en parejas pastorales de la Unión Peruana del Norte y Sur, Perú, 2017*. [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1154>
- Arce, R. (2019). *Factores asociados a la violencia conyugal en el Centro Emergencia Mujer - CEM, Lima, 2017*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/10646/Arce\\_cr.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/10646/Arce_cr.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Arrascue, V. I. (2021). Programa, siguiendo la pedagogía del amor de Tomás Melendo, para ejercer la paternidad con sentido integral, en los matrimonios de la comunidad: FUC de Chiclayo-2020 (Tesis de maestría presentada en Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo -USAT). <http://hdl.handle.net/20.500.12423/5998>
- Ballena, M. (2009). *La poligamia, el adulterio, y el divorcio como atentado directo contra las propiedades esenciales del matrimonio*. [Tesis de maestría, Universidad de Málaga]. [https://renati.sunedu.gob.pe/bitstream/sunedu/138455/2/BALLENA%20RENTERIA\\_Marcos\\_Antonio\\_TESIS.pdf](https://renati.sunedu.gob.pe/bitstream/sunedu/138455/2/BALLENA%20RENTERIA_Marcos_Antonio_TESIS.pdf)
- Bernal, C. A. (2016). *Metodología de la investigación. Administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. (4° Ed.). Pearson. [https://www.academia.edu/44228601/Metodologia\\_De\\_La\\_Investigacion\\_De\\_Bernal\\_4ta\\_edicion](https://www.academia.edu/44228601/Metodologia_De_La_Investigacion_De_Bernal_4ta_edicion)
- Burga, J. L. & Quiroz, E. (2020). *Fundamentación de una pedagogía del amor, cimentado en la excelencia personal, siguiendo los principios educativos de Tomás Melendo*. [Tesis de Licenciatura]. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/3011>
- Burgos, J. M. (2010). *Manuales de Filosofía. Antropología breve*. Ediciones Palabra S.A. <http://glifos.unis.edu.gt/digital/libros/49792.pdf>
- Burgos, J. M. (2015). El personalismo frente a la crisis contemporánea de sentido. *Metafísica y Persona*. (13), 23- 35. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6509969>
- Calduch, R. (2014). *Métodos y técnicas de investigación internacional*. (2ª Ed.). Universidad Complutense de Madrid. <https://www.ucm.es/data/cont/docs/835-2018-03-01-Metodos%20y%20Técnicas%20de%20Investigacion%20Internacional%20v2.pdf>
- Cardona, N. (2015). El matrimonio como sacramento cristiano: un aporte de Balthasar para los tiempos del sínodo. *Revista Albertus Magnus*, 6(1), 49- 71. <https://doi.org/10.15332/s2011-9771.2015.0001.02>
- Casapia, Y. (2018). Empatía cognitiva afectiva y estilos de comunicación. [Tesis doctoral, Universidad nacional de San Agustín de Arequipa]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/7831>
- EsSalud. (2020). *Violencia de Género/Familiar en tiempos de cuarentena: revisión crítica de la literatura. Reporte de resultados de investigación 08-2020*. Instituto de Evaluación de Tecnologías en salud e Investigación. [http://www.essalud.gob.pe/ietsi/pdfs/direcc\\_invest\\_salud/RRI\\_08\\_2020.pdf](http://www.essalud.gob.pe/ietsi/pdfs/direcc_invest_salud/RRI_08_2020.pdf)
- Flores, H. H., & Tarrillo, R. (2018). Escuela de padres basado en principios educativos de Tomás Melendo. *EDUCARE ET COMUNICARE Revista De investigación De La Facultad De Humanidades*, 4(2), 41-46. <https://doi.org/10.35383/educare.v2i7.79>

- Gambra, R. (S.F.) *Vivir la verdad: las virtudes cardinales y el hombre moderno*. Fundación Speiro. [https://fundacionspeiro.org/downloads/magazines/docs/pdfs/4713\\_vivir-la-verdad-las-virtudes-cardinales-y-el-hombre-moderno.pdf](https://fundacionspeiro.org/downloads/magazines/docs/pdfs/4713_vivir-la-verdad-las-virtudes-cardinales-y-el-hombre-moderno.pdf)
- García, J. A. (2010). *Antropología Filosófica. Una introducción a la Filosofía del Hombre*. (5° Ed.). EUNSA. [https://www.academia.edu/34907999/Docslide\\_net\\_jose\\_angel\\_garcia\\_cuadrado\\_antr-opologia\\_filosofica\\_una\\_introduccion](https://www.academia.edu/34907999/Docslide_net_jose_angel_garcia_cuadrado_antr-opologia_filosofica_una_introduccion)
- García, M. J. (2014). *Estilos de comunicación que establece un grupo de policías que asisten al hospital Guayaquil – 2 en sus relaciones de pareja*. [Tesis de Licenciatura. Universidad de Guayaquil]. <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/6292/1/Tesis%20Manuel%20Garc%C3%ADa%20Ch%C3%B3ez.pdf>
- Gimeno, A. (1999). *La familia: el desafío de la diversidad*. Editorial Ariel, S.A.
- González, F., Guzón, J. L., Castaño, R. e Iglesias, C. (2018). La comunicación en la pareja. Aspectos para su mejora. *VI Congreso internacional E I Congresso Nacional de investigação em direito investigativo e o XIII ciclo de estudos jurídicos. ANAIS*. [https://www.researchgate.net/publication/330369748\\_La\\_comunicacion\\_en\\_la\\_pareja\\_Aspectos\\_para\\_su\\_mejora](https://www.researchgate.net/publication/330369748_La_comunicacion_en_la_pareja_Aspectos_para_su_mejora)
- Hervada, J. (2007). *Diálogos sobre el amor y el matrimonio*. (4° Ed.) Ediciones Universidad de Navarra S.A. <https://es.scribd.com/document/438389470/Javier-Hervada-Dialogos-sobre-el-amor-y-el-matrimonio-pdf>
- Huamán, F. (2008). *Enfoque antropológico-personalista de la comunicación interpersonal*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Piura]. [https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2000/INF\\_165.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2000/INF_165.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Instituto Nacional de Estadística e Informática- INEI. (2019). *Los feminicidios y la violencia contra la mujer en Perú 2015- 2018*. Comité Estadístico Interinstitucional de la Criminalidad- CEIC. [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1659/Libro.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1659/Libro.pdf)
- Juan Pablo II (S.F.) Exhortación apostólica familiaris consortio de su santidad Juan Pablo II al episcopado, al clero y a los fieles de toda la Iglesia sobre la misión de la familia cristiana en el mundo actual. [https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/apost\\_exhortations/documents/hf\\_jp-ii\\_exh\\_19811122\\_familiaris-consortio.html](https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/apost_exhortations/documents/hf_jp-ii_exh_19811122_familiaris-consortio.html)
- Wojtyła, K. (1978). *Amor y Responsabilidad. Estudio de Moral sexual*, 3era edición, Madrid: Editorial Razón y Fe, S. A.
- López, M. C. (2007). El consumo de tecnologías de la información y comunicación en la familia. [Tesis de doctorado, Universidad Rey Juan Carlos] <https://burjcdigital.urjc.es/bitstream/handle/10115/1054/TESIS%20LOPEZ%20DE%20AYALA.pdf?sequence=1>
- Lucas, R. (2008). Horizonte vertical. Sentido y significado de la persona humana. *Pensamiento. Revista de Investigación e Información Filosófica*, 66 (249), 891-892. <https://revistas.comillas.edu/index.php/pensamiento/article/view/2555>
- Marroquín, C. (2016). *Criterios para un acompañamiento familiar integral, con orientación personalista, para instituciones educativas*. [Tesis de maestría, Universidad Católica]

- Santo Toribio de Mogrovejo]. [https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/880/3/TM\\_MarroquinValdiviezoCarman.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/880/3/TM_MarroquinValdiviezoCarman.pdf)
- Melendo, T. & Melendo, I. (2020). *Paradojas de la felicidad... también en el matrimonio*. <https://www.amazon.com/-/es/Tom%C3%A1s-Melendo/dp/B085DKVQBM>
- Melendo, T. & Millán, L. (2002). *Asegurar el amor. Antes y durante todo el matrimonio*, Editorial Rialp, S.A.
- Melendo, T. & Millán, L. (2008). *La chispa del amor. Cómo entender y enriquecer el amor*. (3ra Ed.). Editorial Trillas.
- Melendo, T. (2002). *Ocho lecciones sobre el amor humano*. (4° Ed.). Ediciones RIALP.
- Melendo, T. (2003). *Matrimonio y felicidad*. Ediciones Palabra S.A.
- Melendo, T. (2007). *¿Vale la pena casarse?*. Ediciones Internacionales Universitarias.
- Melendo, T. (2007). *La belleza de la sexualidad*. Ediciones Internacionales Universitarias S.A.
- Melendo, T. (2007). *Mejorar día a día el matrimonio. Una "antrofeminología"*. Ediciones Internacionales Universitarias, S.A.
- Melendo, T. (2008). *El "Efecto" Felicidad. Amor y perfeccionamiento humano*. Editorial Trillas
- Melendo, T. (2010). *Persona, personalidad y libertad. Metafísica y Persona*. Universidad de Málaga- Uma Editorial. <https://revistas.uma.es/index.php/myp/article/view/2814>
- Miranda, S. & Ortiz, J. (2020) Los paradigmas de la investigación: un acercamiento teórico para reflexionar desde el campo de la investigación educativa. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. 11 (21). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i21.717>
- Montenegro, M.C. (2022). *Estrategias de comunicación con la pareja y bienestar psicológico en padres de familia de un colegio de lima metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad peruana Cayetano Heredia]. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3161483>
- Monteza, R., Zapata, E. & Girón, C. (2016). *La vida conyugal. Serie Persona Matrimonio y Familia* (1° ed.). Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.
- Naranjo, M. (2005). *Perspectivas sobre la comunicación. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 5 (2), 1-32. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44750218.pdf>
- Ola, I. V. (2018). *Estilos de comunicación y satisfacción marital en parejas adventistas del Distrito Metropolitano de Quito, Ecuador, 2018*. [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1755>
- Oruna, P. R. (2021). *Programa antropológico, usando sociodramas, para fortalecer la comunicación conyugal en padres de familia de una universidad de Chiclayo-2020*. [Tesis de licenciatura. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/3289>
- Quispe, M. (2018). *Familias disfuncionales y resiliencia en estudiantes de sexto ciclo de la institución educativa Simón Bolívar. Ayacucho, 2018*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29004>

- Ramos, O. & Regalado, N. (2017). *Concepciones sobre el carácter natural del matrimonio en los padres de familia de la I.E. Indoamericano de Bambamarca- 2013*. [Tesis de segunda especialidad, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. [https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1186/3/TL\\_RamosCamposOlga\\_RegaladoMegoNilda.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1186/3/TL_RamosCamposOlga_RegaladoMegoNilda.pdf)
- Remaycuna, A. (2021). Estilos de comunicación en parejas conyugales del centro poblado de Mallaritos-Sullana. *PAIAN*, 12(2), 1-13.
- Rúgolo, M. Sánchez, M & Tula, R. (2008). *Escuela para padres: Información y orientación para padres responsables*. (1° Ed.). Círculo Latino Austral. <https://catalogo.ug.edu.ec/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=74063>
- Salinas, J. (2014). *El matrimonio como institución del derecho institucional. Su consolidación como derecho humano fundamental y como institución clave de la comunidad política*. [Tesis de doctorado, Universidad Austral]. <https://riu.austral.edu.ar/bitstream/handle/123456789/223/SALINAS.pdf?sequence=1>
- Sellés, J.F. (2006). *Antropología para inconformes. Una antropología abierta al futuro*. RIALP. *Studia Poliana* (9), 253-255. <https://doi.org/10.15581/013.26210>
- Sgreccia, E. (2013). Persona humana y personalismo. *Cuadernos de Bioética*, XXIV(1), 115-123. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=87527461012>
- Viladrich, P. J. & Castilla, B. (2018). *Antropología del amor. Estructura esponsal de la persona*. Colección Textos ICF - Universidad de Piura.
- Yepes, R. (2008). Persona: intimidad, don y libertad nativa. Hacia una antropología de los trascendentales personales. *Anuario filosófico* (29) 1077 – 1104. DOI: <https://doi.org/10.15581/009.29.29749>

## VIII. Anexos

### **Bibliografía donde se encuentra el fundamento teórico de la propuesta. (programa)**

- Alcos, W. (2019). *Fundamentos de la Fidelidad en el matrimonio, desde el pensamiento de Tomás Melendo*. [Tesis de posgrado. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. <https://core.ac.uk/download/pdf/153546536.pdf>
- Burga, J. L. & Quiroz, E. (2020). *Fundamentación de una pedagogía del amor, cimentado en la excelencia personal, siguiendo los principios educativos de Tomás Melendo*. [Tesis de Licenciatura]. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/3011>
- Calduch, R. (2014). *Métodos y técnicas de investigación internacional*. (2ª Ed.). Universidad Complutense de Madrid. <https://www.ucm.es/data/cont/docs/835-2018-03-01-Metodos%20y%20Técnicas%20de%20Investigacion%20Internacional%20v2.pdf>
- Cardona, N. (2015). El matrimonio como sacramento cristiano: un aporte de Balthasar para los tiempos del sínodo. *Revista Albertus Magnus*, 6(1), 49- 71. <https://doi.org/10.15332/s2011-9771.2015.0001.02>
- Flores, H. H., & Tarrillo, R. (2018). Escuela de padres basado en principios educativos de Tomás Melendo. *EDUCARE ET COMUNICARE Revista De investigación De La Facultad De Humanidades*, 4(2), 41-46. <https://doi.org/10.35383/educare.v2i7.79>

- Gambra, R. (S.F.) *Vivir la verdad: las virtudes cardinales y el hombre moderno*. Fundación Speiro. [https://fundacionspeiro.org/downloads/magazines/docs/pdfs/4713\\_vivir-la-verdad-las-virtudes-cardinales-y-el-hombre-moderno.pdf](https://fundacionspeiro.org/downloads/magazines/docs/pdfs/4713_vivir-la-verdad-las-virtudes-cardinales-y-el-hombre-moderno.pdf)
- García, J. A. (2010). *Antropología Filosófica. Una introducción a la Filosofía del Hombre*. (5° Ed.). EUNSA. [https://www.academia.edu/34907999/Docslide\\_net\\_jose\\_angel\\_garcia\\_cuadrado\\_antr-opologia\\_filosofica\\_una\\_introduccion](https://www.academia.edu/34907999/Docslide_net_jose_angel_garcia_cuadrado_antr-opologia_filosofica_una_introduccion)
- García, M. J. (2014). *Estilos de comunicación que establece un grupo de policías que asisten al hospital Guayaquil – 2 en sus relaciones de pareja*. [Tesis de Licenciatura. Universidad de Guayaquil]. <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/6292/1/Tesis%20Manuel%20Garc%C3%ADa%20Ch%C3%B3ez.pdf>
- Gimeno, A. (1999). *La familia: el desafío de la diversidad*. Editorial Ariel, S.A.
- González, F., Guzón, J. L., Castaño, R. e Iglesias, C. (2018). La comunicación en la pareja. Aspectos para su mejora. *VI Congreso internacional E I Congresso Nacional de investigação em direito investigativo e o XIII ciclo de estudos jurídicos. ANAIS*. [https://www.researchgate.net/publication/330369748\\_La\\_comunicacion\\_en\\_la\\_pareja\\_Aspectos\\_para\\_su\\_mejora](https://www.researchgate.net/publication/330369748_La_comunicacion_en_la_pareja_Aspectos_para_su_mejora)
- Lucas, R. (2008). Horizonte vertical. Sentido y significado de la persona humana. *Pensamiento. Revista de Investigación e Información Filosófica*, 66 (249), 891-892. <https://revistas.comillas.edu/index.php/pensamiento/article/view/2555>
- Melendo, T. (2002). *Ocho lecciones sobre el amor humano*. (4° Ed.). Ediciones RIALP.
- Melendo, T. (2003). *Matrimonio y felicidad*. Ediciones Palabra S.A.
- Melendo, T. (2007). *¿Vale la pena casarse?*. Ediciones Internacionales Universitarias.
- Melendo, T. (2007). *La belleza de la sexualidad*. Ediciones Internacionales Universitarias S.A.
- Melendo, T. (2007). *Mejorar día a día el matrimonio. Una "antrofeminología"*. Ediciones Internacionales Universitarias, S.A.
- Melendo, T. (2008). *El "Efecto" Felicidad. Amor y perfeccionamiento humano*. Editorial Trillas
- Melendo, T. & Melendo, I. (2020). *Paradojas de la felicidad... también en el matrimonio*. <https://www.amazon.com/-/es/Tom%C3%A1s-Melendo/dp/B085DKVQBM>
- Melendo, T. & Millán, L. (2008). *La chispa del amor. Cómo entender y enriquecer el amor*. (3ra Ed.). México: Editorial Trillas.
- Naranjo, M. (2005). Perspectivas sobre la comunicación. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 5 (2), 1-32. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44750218.pdf>
- Oruna, P. R. (2019). *Sociodramas antropológicos, con fundamento personalista, para fortalecer la comunicación conyugal en padres de familia de una institución educativa de Chiclayo*. [Tesis de bachillerato. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. [https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3204/3/TIB\\_OrunaChaponanPatricia.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3204/3/TIB_OrunaChaponanPatricia.pdf)

- Quispe, M. (2018). *Familias disfuncionales y resiliencia en estudiantes de sexto ciclo de la institución educativa Simón Bolívar. Ayacucho, 2018*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29004>
- Rúgolo, M. Sánchez, M & Tula, R. (2008). *Escuela para padres: Información y orientación para padres responsables*. (1° Ed.). Círculo Latino Austral. <https://catalogo.ug.edu.ec/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=74063>
- Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*, 13 (13). [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272007000100009#:~:text=E1%20t%C3%A9rmino%20dise%C3%B1o%20en%20el,se%20va%20ajustando%20a%20las](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009#:~:text=E1%20t%C3%A9rmino%20dise%C3%B1o%20en%20el,se%20va%20ajustando%20a%20las)
- Sellés, J.F. (2006). *Antropología para inconformes. Una antropología abierta al futuro*. RIALP. *Studia Poliana* (9), 253-255. <https://doi.org/10.15581/013.26210>