



LA UNIVERSIDAD
PÚBLICA MÁS CERCANA A TODOS



Nota de prensa Extensión Universitaria UNED Cantabria

Santander, miércoles 26 de octubre de 2016

En el Centro Universitario UNED Cantabria, 21, 23 y 28 de noviembre 2016, de 16:30 a 20:30 h

Una aproximación experiencial a las relaciones de pareja en el siglo XXI, propuesta de Extensión Universitaria de UNED Cantabria

“En la actualidad, vivir en pareja es una elección y cuando se decide formar parte de una pareja se ponen unas expectativas elevadas respecto a lo que nos va a aportar” (Luis Palacios)

Las [actividades y cursos](#) del Centro Universitario UNED de Cantabria siguen desarrollándose en este primer cuatrimestre del curso 2016-2017 y el próximo mes de noviembre el Biólogo y Psiquiatra **Luis Palacios** (en la fotografía), impartirá el **Taller “Relaciones de pareja”**.



Esta acción formativa, que tiene concedido **0.5 crédito ECTS** (1 crédito de libre configuración) y consta de **12 horas lectivas**, está dirigida por **Luis Ángel Saúl**, Profesor del Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos de la Facultad de Psicología de la UNED y tendrá lugar los días **21, 23 y 28 de noviembre 2016, en horario de 16:30 a 20:30 h.**

Muchas experiencias y muchas emociones se entrecruzan y condicionan nuestras relaciones de pareja. A veces, una fuente de satisfacciones y en otras de ocasiones de frustraciones. En este taller, sugiere Luis Palacios, “reflexionaremos sobre las relaciones de pareja en el ámbito personal y profesional, intentando ir más allá de nuestros prejuicios, para entender y buscar vías de solución a los conflictos. Finalmente se trata de contribuir a la creación de relaciones de pareja enriquecedoras”. Por tanto, los **objetivos esenciales** de esta actividad de **Extensión Universitaria** del Centro UNED de Cantabria, los resume Luis dispuesto a explorar los entramados relacionales presentes en la pareja, analizar cómo se elige la pareja o la ausencia de pareja, entender las causas de los conflictos en las parejas y



LA UNIVERSIDAD
PÚBLICA MÁS CERCANA A TODOS



aprender a desarrollar soluciones creativas, planteando la importancia del “mantenimiento” de la pareja, así como favorecer el propio desarrollo personal y profesional.

El doctor Palacios explica que “este taller surgió con la intención de crear un espacio de reflexión acerca de la pareja. Se trataría de entender las razones por las que surgen malentendidos que nos frustran y enfadan y, desde esta reflexión buscar soluciones constructivas a los conflictos y crisis de pareja”.

Reflexionando acerca de la complejidad de la relación de pareja, Luis afirma que “la relación de pareja está asociada a una elevada intimidad y compromiso. Se entrecruzan muchas y variadas emociones entre dos personas que tienen diferente forma de pensar y sentir. Es difícil ponerse de acuerdo. Además, muchas veces implica una elevada carga, no sólo emocional, también están los hijos, las facturas, las relaciones con las familias y con los amigos. Todo esto contribuye a que se produzcan enfrentamientos en los que, con frecuencia, los dos esperan que sea el otro el que aporte la solución”.

En definitiva, “el concepto de relación de pareja está cambiando. Antes, prácticamente era obligatorio vivir en pareja, la pareja era para toda la vida y si la relación no era satisfactoria se aceptaba el sufrimiento con resignación. En la actualidad, vivir en pareja es una elección y cuando se decide formar parte de una pareja se ponen unas expectativas elevadas respecto a lo que nos va a aportar”.

En este taller sobre las relaciones de pareja, “se ofrece un espacio que nos ayude a entender nuestras relaciones de pareja, en el pasado y presente. Se trata de **analizar hasta qué punto estamos interesados en tener una relación de pareja y, si es así, qué hacer para promover el desarrollo de relaciones de pareja enriquecedoras**”. Para ello, se realizarán ejercicios grupales como rol playing, escenificaciones, ejercicios grupales, sociograma-sociodrama y psicodrama que facilitarán una aproximación experiencial al tema propuesto. Por otra parte, se desarrollarán seminarios dialogados que aportarán el componente teórico.

[\(Ver calendario de la actividad\)](#)

[Más información y matrícula de la actividad...](#)

Cursos UNED Cantabria:



¡SUSCRÍBETE!

Boletín de “Cursos y Actividades del Centro Asociado”

Para estar puntualmente informado sobre las actividades y cursos que se llevan a cabo en el Centro Asociado solo hay que acceder al enlace de “Cursos y Actividades del Centro Asociado”, e introducir la dirección de correo electrónico a la que se enviarán los avisos: <http://extension.uned.es/suscripcionalta/idcentro/3>

www.unedcantabria.org

[Accede desde aquí al área de Comunicación UNED Cantabria - Sala de Prensa Virtual](#)