
La comunicazione di qualità nella coppia

Autore: Esther Arozarena Caiiamares

Fonte: Nuova Umanità

La comunicazione è uno dei fattori più importanti, e più dinamici, per la felicità della coppia. Essa è un elemento indispensabile per il mantenimento, il consolidamento o la ricostruzione dell'autostima propria e reciproca. Permette di mantenere o ricostruire, quando sia necessario, il contratto coniugale, affinché esso sia sempre adeguato alle circostanze e ai cambiamenti evolutivi dei coniugi, specialmente in fasi sociali di trasformazione rapida come l'attuale. «Comunicazione» è però un concetto multidimensionale, che suscita problemi. Gli Autori, dopo aver discusso i lavori dedicati all'argomento negli ultimi anni, esaminano un elenco di fattori o dimensioni della «comunicazione di qualità», offrendo così uno strumento che aiuta le coppie a valutare la propria comunicazione e a migliorarla.