



Comunicación Interpersonal

- Método para entrenar las habilidades sociales propone un libro que editó la UC.
- Las autoras son psicólogas preocupadas por la timidez, los problemas de autoestima y otros conflictos sociales de la juventud.

Un programa terapéutico para desarrollar las habilidades sociales y por consecuencia mejorar las relaciones interpersonales de los individuos, optimizando su calidad de vida, propone el libro "Comunicación interpersonal" que acaba de publicar Ediciones Universidad Católica de Chile.

Autoras del volumen son las profesoras de la Escuela de Psicología de la UC Nureya Abarca y Carmen Gloria Hidalgo. Su propuesta está respaldada por años de investigación en este ámbito, aplicando el programa en más de 300 jóvenes universitarios con resultados ampliamente satisfactorios. El libro está dirigido a todos los profesionales interesados en las relaciones interpersonales y que trabajan con grupos humanos:

sicólogos, psiquiatras, educadores, trabajadores sociales y monitores grupales.

La publicación en primer término analiza el comportamiento social, qué se entiende por habilidades y los efectos de su déficit (timidez, ansiedad, depresión baja autoestima). Asimismo pasa revista a diversas estrategias de intervención para el entrenamiento de dichas habilidades. Estas en su conjunto constituyen la capacidad del individuo para percibir, describir y responder a los estímulos sociales, es decir, el poder expresar lo que pensamos, sentimos y creemos en forma adecuada al medio y sin generar ansiedad.

El programa de entrenamiento se desarrolla en 14 sesiones, una a la semana de dos horas cada una, durante tres meses y medio, con entre 8 y 14 participantes. ■

AA 8567

996061000

Bl Diario 3.4.92 p. 22.

civilización

Comunicación interpersonal [artículo].

Libros y documentos

FECHA DE PUBLICACIÓN

1992

FORMATO

Artículo

DATOS DE PUBLICACIÓN

Comunicación interpersonal [artículo].

FUENTE DE INFORMACIÓN

[Biblioteca Nacional Digital](#)

INSTITUCIÓN

[Biblioteca Nacional](#)

UBICACIÓN

Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile