



UNIVERSIDAD TEOLOGICA
DEL CARIBE

Nombre: Linda Padilla Vernacet

Fecha: Noviembre 29, 2024

Profesora: Evelyn Betancourt Villanueva, MPHE

REFLEXIÓN (10 puntos)

Me gustaron los tres estilos de conflicto que presenta John Gottman en su libro *Why Marriages Succeed or Fail*. Estos identifican los conflictos en la pareja mencionando el *Estilo Bueno* que se basa en parejas que hablan y escuchan sus problemas, llegan a acuerdos y con calma pueden resolver sus problemas.

Ciertamente este es el mejor de los estilos. El siguiente es el *Estilo Malo* donde la pareja no se enfrenta directamente a los problemas. Este estilo es realmente malo ya que la pareja se consume cada uno por dentro sin exteriorizar con claridad lo que le molesta, esto lleva a una falta de comunicación crasa que conduce al tercer estilo que presenta John Gottman en su libro, *Estilo Volátil*. Aquí ambas partes dejan con toda claridad su postura, desafiando y refutando al cónyuge. Ya ninguno de los dos se escucha. Están fuera de sí gritándose sus sentimientos y corajes. Algo parecido a lo que ocurre en la película que muestra la clase. La pareja estaba quemada por la falta de una buena conversación. Sin duda alguna que el escoger el estilo bueno ayudara a resolver de mejor forma los conflictos matrimoniales. El poder sentarse a hablar sin gritos ni reproches es la mejor forma de resolver los conflictos matrimoniales. La conversación debe ser dentro de un marco de respeto y armonía donde cada uno escuche al otro y dejarle hablar hasta que haya completado lo que desea expresar. La buena comunicación siempre rinde buenos frutos.

El no comunicarse produce coraje, dudas y amargura en medio de la pareja. Esto da paso a celos infundados, a cambios de carácter del uno con el otro y a peleas innecesarias que están cargadas de reproches y exigencias. Esto contribuye a que se desarrollen conflictos debido a sentimientos de inseguridad, coraje y temor. Los celos a su vez destruyen los matrimonios y producen desamor.

RÚBRICA PARA EVALUAR REFLEXIONES (10 puntos)

Criterios	Puntuación	Descripción
Contenido y partes de la reflexión	3	Discute ampliamente (250-300 palabras) el contenido dado en la clase y sostiene ampliamente su opinión, en los aspectos principales del tema tratado. Cumple con las partes de la reflexión.
	2	Discute satisfactoriamente el contenido dado en la clase y sostiene satisfactoriamente su opinión, en los aspectos principales del tema tratado. Cumple parcialmente con las partes de la reflexión.
	1	Discute brevemente el contenido dado en la clase y sostiene su opinión brevemente en los aspectos principales del tema tratado. Cumple parcialmente con algunas de las partes de la reflexión.
	0	No discute el contenido dado en la clase. No sostiene su opinión en los aspectos principales del tema tratado y no cumple con las partes de la reflexión.
Organización, claridad y coherencia	3	Redacta de forma clara, coherente y organizada haciendo uso correcto y variado de los conectores lógicos.
	2	Redacta de forma parcial con claridad, coherencia y parcialmente organizado haciendo uso parcial de los conectores lógicos.
	1	Muy poca claridad, coherencia y poca organización, haciendo poco uso de los conectores lógicos
	0	Carece de claridad, coherencia y organización.
Gramática y ortografía	2	No comete errores de gramática, ortografía o puntuación.
	1	Comete pocos errores de gramática, ortografía o puntuación.
	0	Comete más de cuatro errores de gramática, ortografía o puntuación que afectan la comprensión del contenido del ensayo.
Fecha de entrega	2	Entregó en la fecha asignada.
	0	Entregó en la próxima clase.
	0	Entregó más de dos semanas tarde y/o no entregó.