

VOLUMEN 12 NÚMERO 1

JUNIO 2021

REVISTA DE PSICOLOGÍA
GEPU

ISSN-2145-6569

www.revistadepsicologiagepu.es.tl
Grupo Estudiantil y Profesional de
Psicología Universidad del Valle
Santiago de Cali, Colombia





REVISTA DE PSICOLOGÍA GEPU

Vol. 12 No. 1 – Junio de 2021

ISSN 2145-6569

Editor

Andrey Velásquez Fernández

andrey.velasquez@correounivalle.edu.co



COMITE EDITORIAL

Cindy Carolina Valencia
Corporación Viviendo

Laura Daniela de los Ríos
Universidad Javeriana Cali

Nicole Andrea Pérez
Universidad del Valle

María Alejandra Claros
Universidad del Valle

Dangelly Muñoz
Universidad del Valle

Diego Alejandro López González
Fundación Católica Lumen Gentium

Natalia Ramírez Moncada
Universidad del Valle

Diana Mildred Rodríguez
Universidad del Valle

Helena Rojas Garzón
Fundación Paz y Bien

Kanelalejandra Frieri
Universidad del Valle

CONSULTORES NACIONALES

Leonel Valencia Legarda
Universidad San Buenaventura

Jorge Alexander Daza
Universidad Católica de Pereira

Andrés de Bedout Hoyos
Universidad San Buenaventura

Ximena Ortega Delgado
Universidad Mariana

Daniel Hurtado Cano
Universidad Manuela Beltrán

CONSULTORES INTERNACIONALES

Marcela Alejandra Parra
Universidad Autónoma de Barcelona

Blanca Hurtado Caceda
Universidad Alas Peruanas

María Amparo Miranda Salazar
Universidad del Valle de México

Adriana Savio Corvino
Universidad de la República

Hilda Janett Caquias
Escuela de Medicina de Ponce

COORDINADORES DE DISTRIBUCION

Margarita Ojeda
Asociación Paraguaya de Neuropsicología

Mario Rosero Ordoñez
Universidad Mariana

Nora Couso
Área de Medición Educativa Provincia del
Chubut de Argentina

Pablo Antonio Vásquez
Corporación para la Intervención Neuropsicopedagógica
y la Salud Mental

INDEXACIONES



AUSPICIADORES



La Revista de Psicología GEPU es publicada por el Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle, 5 piso, Edificio D8, Ciudadela Universitaria Meléndez, Universidad del Valle, Santiago de Cali, Colombia. Los artículos son responsabilidad de sus autores y no reflejan necesariamente la opinión del Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle. Hecho en Colombia - Sudamérica.

IBSN

Revista de Psicología GEPU Vol. 12 No. 1 by Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle is licensed under a Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 3.0 Unported License. Creado a partir de la obra en <http://revistadepsicologiagepu.es.tl/Vol.-12-No.-1.htm>



CONVIVENCIA EN RELACIONES DE PAREJAS DURANTE EL CONFINAMIENTO POR COVID-19

COEXISTENCE IN PARTNER RELATIONSHIPS DURING CONFINEMENT BY COVID-19

Tatiana Castro, Verónica Rivera & Manuela Valencia

Universidad del Valle / Colombia

Referencia Recomendada: Castro, T., Rivera, V., & Valencia, M. (2021). Convivencia en relaciones de parejas durante el confinamiento por Covid- 19. *Revista de Psicología GEPU*, 12 (1), 46- 58.

Resumen: El siguiente estudio fenomenológico buscó comprender qué factores se encuentran en la construcción de ambientes sanos o conflictivos en las relaciones de pareja durante el confinamiento. Aplicando una entrevista semiestructurada y una escala psicométrica a jóvenes adultos colombianos en base al diseño transformativo secuencial. Resultó haber deficiencias respecto a la autopercepción de salud mental y prácticas de autocuidado, así como factores personales, contextuales macro y micro, concepciones históricas que prevalecen o se deconstruyen y entornos familiares que influyen la dinámica socioafectiva y la convivencia de estas parejas. Concluyendo en factores positivos como la construcción de roles flexibles, la presencia de cualidades de mediación, comprensión y empatía; factores limitantes como la repercusión de prejuicios y mitos en torno a las relaciones.

Palabras clave: Relaciones de pareja, convivencia, confinamiento y salud mental.

Abstract: The following phenomenological research sought to understand what factors are found in developing a healthy or conflictive environment in romantic relationships during confinement. By applying a semi-structured interview and a psychometric scale to Colombian young adults based on the transformative sequential design. It was found that there were deficiencies regarding self-perception of mental health and self-care practices, as well as personal, macro and micro contextual factors, historical conceptions that either prevail or are deconstructed, and family environments that influence the socio-affective dynamics and coexistence of these couples. In conclusion, positive factors such as the construction of flexible roles, existence of mediation qualities, understanding and empathy; limiting factors such as the repercussion of prejudices and myths about relationships.

Key Words: Romantic relationships, coexistence, confinement and mental health.

Recibido: 19 de Enero de 2021 / **Aprobado:** 30 de Junio de 2021

Tatiana Castro. Correo electrónico: castro.tatiana@correounivalle.edu.co

Verónica Rivera. Correo electrónico: rivera.veronica@correounivalle.edu.co

Manuela Valencia. Correo electrónico: valencia.manuela@correounivalle.edu.co

Introducción

¿Actualmente cuál es el estado mental de las parejas durante el confinamiento por Covid-19, qué factores y roles incurren en el desarrollo de un ambiente sano o conflictivo en las mismas? Como seres sociales, la convivencia en términos generales atraviesa a la organización social; al hablar directamente de las relaciones de pareja en la actualidad, se puede optar por afirmar que la convivencia dentro de dichas, forman un pilar fundamental de estas. Por ello se busca comprender e identificar los factores que incurren en la convivencia de pareja durante el confinamiento por Covid-19 en Colombia y se ve afectada su salud mental, teniendo en cuenta los factores más importantes de las dinámicas en la convivencia de pareja antes y durante el confinamiento por la pandemia; como también, las características contextuales, históricas, familiares y personales en la conformación vínculo afectiva de las parejas que pueden afectar su convivencia, esto con el fin de establecer varios puntos de entendimiento y reflexión en torno al tema.

Marco referencial.

Histórico.

Con base en autores como Vernant (2001) y Tovar (1994) se puede ver que en periodos históricos como la antigua Grecia y la antigua Roma las relaciones se daban mediante arreglos familiares que permitían mejorar el estatus, la mujer desempeñaba un rol de protectora del hogar y el hombre de estrategia social/político, por su parte los solteros eran perseguidos por no cumplían con la ley de casarse y el sexo con esclavos era socialmente aceptado mientras mantuvieran los códigos morales. En la edad media, la relación se configura como una compra de la mujer por parte del marido al padre, se establecen normas respecto a dicho canje que al ser incumplidas triplican el costo. Tras tomar poder la iglesia cristiana, el matrimonio se volvió un contrato de por vida, donde el adulterio pasó a ser delito y la sexualidad exclusiva para la reproducción. Desde la época victoriana en adelante el romanticismo toma auge teniendo sutiles cambios entre décadas. Durante los siglos XVI – XVIII los matrimonios eran por conveniencia, separándose el amor del valor fundamental de la familia que residía en la estabilidad económica. Entre los siglos XVIII - XIX se dio lugar a una alta valoración de los aspectos emocionales y “las fuerzas irracionales” viendo el matrimonio y el amor en complementación, dándose allí la denominada primera revolución sexual. Avanzado al siglo XX los jóvenes tenían una actitud desafiante hacía las normas y crítica frente a la ley, la tradición y los matrimonios arreglados marcando el inicio de relaciones más libres, en este siglo aumentaron los estudios sobre sexualidad y se avanzó en materia legal. Cabe resaltar que no es posible encontrar mucha documentación respecto a parejas de identidad y sexualidad diversa puesto que en muchas épocas era un tema tabú.

Contextualización.

En el año 2019 en Colombia se registraron 38.653 matrimonios civiles, 6.248 uniones de hecho entre parejas heterosexuales y homosexuales, los divorcios que se efectuaron ese año fueron un total de 17.739 y 881 disoluciones de uniones libre (solo hay datos de relaciones heterosexuales), la mayoría de estos datos se encuentran hasta el tercer trimestre de este año (2020) según informes de la SNR. Por otro lado, el país presenta una realidad escabrosa que en definitiva pone en una cuerda floja la salud mental, algunos de los acontecimientos que se viven día a día en este territorio son los casos de todo tipo de violencia que a pesar de la situación no deja de surgir, la corrupción, las masacres, la hambruna, el abuso de poder sumado con una estructura educativa donde hay poco pensamiento crítico, entre otros factores que suman a la inestabilidad.

¿Qué dice la literatura respecto a cómo podrían ser las relaciones de pareja en el siglo XXI?

Por un lado se pueden encontrar mitos de la exclusividad, la fidelidad, el matrimonio, el libre albedrío, el emparejamiento, la media naranja, la pasión eterna y la omnipotencia mencionados por autoras como Sanpedro (2004) que describen conformaciones de las dinámicas relacionales en la pareja. Por otro lado, se encuentran características que mencionan autores como Shua (2011) Botero (2001) Grayling (2009) Lee's (1976) Nxumalo & Edwards (2020) las cuales son: Eros, Ludus, Storge, Philia, Pragma, Philautia, Ágape y Manía haciendo énfasis en formas de relacionarse que están presentes desde la antigua Grecia hasta hoy día. Prosiguiendo se tienen cuatro formas que según autores como García, Fuentes & Sánchez (2016) se presenta la resolución de conflictos dentro de la pareja, siendo estas: negociación, confrontación, sumisión y retirada.

Metodología

Con la finalidad de lograr lo previamente propuesto, el muestreo será de casos-tipo conformada por un total de 7 personas de diferentes sitios de Colombia, 4 del sexo femenino y 3 del sexo masculino entre los 19 y los 30 años que se encuentren actualmente en una relación de pareja de al menos un año. Se tomó la elección de abordarlo desde ambos enfoques del diseño fenomenológico, es decir, aplicando la fenomenología hermenéutica y la empírica para así obtener tantos los beneficios reflexivos e interpretativos, como el de análisis de las narrativas. Continuando con el planteamiento, se incluyó el diseño transformativo secuencial (DITRAS) logrando así una visión más amplia y holística.

Se ha determinado tanto la entrevista semiestructurada, que consiste en 51 preguntas divididas en varias categorías, a saber, personales, contextuales, familiares, de convivencia y de cierre, obteniendo un material en audio pertinente para complementar el análisis de su discurso, para tener un mejor entendimiento de lo que sucede en su caso particular y profundizar sobre experiencias, historias, reflexiones y vivencias frente a la convivencia de pareja en el confinamiento. Como también se planteó la aplicación

de la escala de salud general de Golberg (GHQ28) la cual está compuesta por cuatro secciones (A-B-C-D) que contienen 7 preguntas cerradas cada una, para un total de 28 preguntas.

Resultados

Primeramente, la muestra arroja los porcentajes por rango etario dividido de la siguiente manera: 28,57% para los participantes de 19 años y el mismo porcentaje para los de 20 años, asimismo 14,29% para los de 21, 23 y 26 años cada uno, donde el 42,86% es equivalente a los hombres y el 57,14% a las mujeres. Cada uno de ellos con nivel académico y situación laboral diferente, dividiéndose así: 57,14% universitarios en curso y técnicos, tecnólogos y profesionales graduados 14,29% por cada título, donde el 57,14% manifiestan encontrarse en situación de desempleo frente a un 42,86% que si se encuentra laborando en la actualidad.

A nivel contextual los integrantes hacen parte de varias ciudades de Colombia entre los departamentos del Valle del Cauca y Guaviare, los cuales residen en casas, donde el 42,83% son arrendadas y el 57,14% propias y entre ellos la mayoría son de estrato socioeconómico 2, salvo un caso que es de estrato 3; también cabe mencionar que el 57,14% no pertenecen a ningún culto y se contrasta con el 42,86% que hace parte de la religión católica. Referente a la orientación sexual el 85,71% se identifican como heterosexuales y el 14,29% como homosexuales formando a su vez relaciones de esa índole con sus parejas que se encuentran en la edad de 18, 20, 22, 26 y 32 años equivalente al 14,29% cada uno y un 28,57% para los que tienen 23 años. Retomando la orientación sexual, en este caso respecto a la pareja del participante se puede encontrar que un 71,43% son heterosexuales, un 14,29% homosexuales y el mismo porcentaje para la demisexualidad. Dentro de los datos demográficos se recolectó también el tiempo que tenían de relación que se clasificó de la siguiente manera: más de un año (28,57%), entre 2 a 3 años (42,86%) y más de 3 años (28,57%), además el tipo de relación que prevalece es la monogamia.

Continuando con la salud mental y el bienestar general se encuentra que los datos dados por la escala de Goldberg señalan que un 28,57% alcanza el umbral de “caso” frente a los problemas de nueva aparición y un 71,43% “no caso”; la escala también permite medir los problemas crónicos donde se halló a un 57,24% en la designación de “caso” y a un 42,86% como “no caso” y en el compendio a un 28,57% se encuentra como “caso” en ambas variantes del instrumento, entendiéndose esta denominación como participantes con disturbios psicológicos. Con respecto a la entrevista también se lograron extraer datos cualitativos frente a la salud mental autopercebida donde en dos ocasiones los participantes presentaron dudas al momento de responder, otros tres entienden el bienestar como sinónimo de no tener inconvenientes graves a modo de trastornos psicológicos o concebir el hecho de no asistir a terapia psicológica como indicador del mismo, se aprecia la percepción generalizada de estabilidad como bienestar aunque dos de los participantes reconocen presentar problemas e inestabilidad en el presente.

Consecuente a lo anterior, se valoró en su discurso a los que mostraban ser saludables y estables mentalmente, estando el total de tres casos al cuidado de su salud mental y dos en búsqueda de crecimiento personal, los cuales también presentan un apego sano y no una dependencia emocional hacia sus parejas. En ese orden de ideas, otros explicitaron retos emocionales y vivencias traumáticas e inestabilidad presente, en dos casos y uno respectivamente. Respecto a las pautas de autocuidado que tienen en cuenta los participantes, más de la mitad (cuatro casos) dirige y reduce su autocuidado a lo físico, en contrapartida con un caso que lo reduce a lo mental, específicamente la introspección y dos casos que median entre ambos.

Ahora bien, haciendo referencia al contexto, se subdivide en sociocultural y familiar vinculándose con la construcción personal. En primer lugar, el entorno colombiano y su situación es un factor que atraviesa a todos los participantes, sin embargo no todos lo perciben y les afecta igual, bajo esta premisa una persona duda sobre qué implica vivir en el territorio colombiano, otros dos resaltan el interés que les causa la cultura y el turismo dándole una perspectiva positiva junto a cinco casos donde se resaltó el apego emocional al mismo; en tres casos se evidencia el conformismo fruto de no tener otros referentes con los cuales hacer la debida comparación y por otro lado, dos de los participantes adoptaron una mirada crítica y resaltaban tener conciencia de las problemáticas que afronta el país aunque mantenían una postura no propositiva.

Consecuente con lo anterior, cinco de los casos perciben su entorno como un lugar seguro y dos de ellos como inseguro, con respecto a los primeros tres argumentan que encuentran su contexto como tranquilo y dos de ellos que en este no se registran muchos casos de violencia o actos delictivos, sin embargo otros dos casos perciben lo contrario, es decir, se registran muchos robos y asesinatos y un último caso denota que la sensación de inseguridad está relacionada con los conflictos internos con la familia. En cuanto a las relaciones con sus vecinos: cinco de los casos manifiestan tener una buena relación aunque tres de ellos indican que es distante y uno que siente familiaridad con los mismos; mientras que un caso la calificaba como nula y otro como mala.

Respecto a los hogares existe una distinción entre espacios de relación e intimidad, las primeras dos personas reconocen que no es de su agrado estar en la sala mientras que otras dos sienten lo contrario, asimismo sucede con dos casos que les gusta estar en el comedor y un caso en el patio. En cuanto a los espacios de intimidad, cinco casos mencionan su habitación y en un caso el baño y el patio cada uno, no obstante, en dos casos se expresó sentir intimidad en la totalidad del hogar. De manera general dos casos ponen limitantes en la convivencia con su familia, tres sienten un espacio de tranquilidad en toda la casa y dos perciben espacios desagradables por su estructura.

En tanto los antecedentes familiares, los entrevistados resaltan haberse desarrollado en un entorno comprensivo y una familia amorosa pero que también han sido marcados por la separación de sus padres en dos casos o por el carácter rudo de la figura paterna en un caso; refiriéndose al presente, una persona manifiesta el impacto negativo de alejarse de miembros de su familia a causa del confinamiento por Covid-19. De manera general se nota una relación positiva así como una buena comunicación en cinco y tres de los

entrevistados respectivamente, además en un proceso de mejorar la relación en un caso en la situación de tener una relación limitada con la misma, abriendo paso a tratar la resolución de conflictos donde en tres entrevistas no fue mencionado y en cuatro casos aplican la negociación, la confianza mutua y el posicionamiento como iguales, de manera opuesta dos casos registraron una sinceridad sin tacto que obstaculiza la resolución de conflictos en familia.

Pasando a los referentes se concebían como afectivos en los siete casos a su madre, cuatro a su padre y de a un caso donde nombran a sus hermanas, madrinas, abuelos y toda la familia; en los de autoridad la presencia del padre y la madre se encuentra equilibrada cada una con cinco casos, además de una persona que denotó que su tío materno ocupaba ese rol en la familia. Estos miembros en ocasiones reproducen algunos estereotipos como la presión desde diferentes partes hacia la mujer y el supuesto rol que debe cumplir dentro del hogar (dos casos desde críticas externas a la pareja, tres en la vida de la familia de la persona entrevistada y ningún caso respecto a la pareja en sí misma), en uno de los casos el rol del padre como máxima autoridad se deconstruye y en términos general se percibe a lo familiar como un contexto sano y de apoyo en cinco casos y en otros tres se menciona el hecho de haber tenido una infancia feliz y/o privilegiada. Cabe añadir que estos contextos no son estáticos, como el caso de uno de los participantes que pasó de un contexto seguro a uno inseguro y eso marcó su proceso de desarrollo.

Para finalizar, se recolectaron datos con respecto a sus parejas y a la convivencia con las mismas, se denota afección cuando en tres casos las parejas tuvieron que reducir sus espacios de compartir, en uno de los casos debido a problemas personales y en los otros al confinamiento, por su parte, en cuatro casos tienen más tiempo para compartir, en dos de estos casos han sido menos significativos. Con el cambio de las dinámicas se percibió que en cuatro de los casos se mantuvo el nivel de satisfacción anterior, en un solo caso se ve una mejora respecto a la relación y en dos casos notan que pueden compartir más tiempo juntos pero que les hace falta la interacción con externos a la relación para mantener un buen equilibrio entre lo individual y la relación.

Referente al concepto que tienen de ellos mismos y de su pareja se aprecia en seis de las entrevistas se autodenomina como característica positiva la comprensión, ante las características negativas se muestra en algunos momentos falta de empatía y reacciones aceleradas en base a los sentimientos por parte del entrevistado. Cuando era el momento de atribuir características a su pareja de nuevo sale a relucir la comprensión y otras cualidades como la creatividad y la perseverancia y, en las características negativas de nuevo se presentan varias actitudes que muestran la falta de empatía a la hora de actuar y hablar. En concordancia, se buscó determinar qué estrategias implementaban en la resolución de conflictos y se encontró que en ningún caso se presenta de forma pura los tipos de resolución, sin embargo la que más predomina estando presente en las siete entrevistas es la negociación, seguido se encuentra la retirada y/o la confrontación en seis de ellos y en un último caso también hay presencia de sumisión por parte de una de las personas en la pareja mientras que la otra acude más a la confrontación.

En adición, se tuvieron en cuenta los estereotipos y mitos que prevalecían y se deconstruían como el rol tanto del hombre como de la mujer dentro del hogar (cuatro casos) y en un solo caso se deconstruyen mitos respecto a la orientación sexual. Continuando con los mitos, en dos de los casos se deconstruye el de la omnipotencia, en tres el de la exclusividad, el de la fidelidad en dos, el de la media naranja en uno y también en uno el de la convivencia. Mientras que la cantidad de casos en los que prevalecen son: cuatro en el mito de la infidelidad, tres donde prevalecen el de la exclusividad y uno en el que se muestra explícito el de la convivencia. Además de los estereotipos y los mitos se evaluó la importancia que se le da a la opinión de los demás en la relación, donde cinco de los participantes se muestran autónomos en la toma de decisiones y un participante un poco más dependiente en dicha.

Ahora bien, el trato con la familia de su pareja se califica como buena en cinco casos, regular en un caso y como relación distante también en un caso por lo que la influencia de la familia de su compañero es positiva en cuatro casos, en un caso esta se limita a respetar la privacidad y mantener su distancia y en otro la influencia se toma a conveniencia y un último caso radica su influencia sólo en la crianza que le dio a cada miembro de la pareja y se refleja en las personas que son hoy en día.

Cabe añadir que así como la relación de pareja está influenciada por varios factores también se rige por normas pautadas al interior de la misma, una de ellas es la concepción de infidelidad en las que cinco participantes la considera como traicionar la confianza de su pareja y donde la gran mayoría de los entrevistados la contemplan como traición a nivel emocional, aunque en la totalidad de los mismos se presenta la traición de lo físico como el consumir relaciones sexuales y en algunos casos se tiene en cuenta también actos como besos e incluso pensamientos como parte de la traición. En suma, el estudio trató de adentrarse en la concepción de violencia, donde se reconoce diversos tipos de la misma, a saber: física (siete casos), verbal y/o psicológica (siete casos), intrafamiliar (tres casos), laboral (un caso), de género (dos casos), de pareja (un caso) y animal (un caso); esto con la finalidad de saber si estaban presenciando hechos de esa índole lo cual se negó y no fue más allá de la práctica de juegos agresivos por parte de una pareja, sin embargo en dos casos se afirma haber sufrido violencia en una relación pasada.

Respecto a la proyección de las parejas dos de ellas presentaban una búsqueda de estabilidad en esta situación tan incierta donde se ve una necesidad de tener más espacios para compartir en pareja, por otro lado, cinco comunicaban algo planeado anterior al confinamiento que les permita compartir más tiempo juntos, mejorar sus relaciones y su calidad de vida como el hecho de irse a vivir juntos. Además se tiene en cuenta aquellas menciones en las que la relación de pareja representa un suceso importante debido a que esa persona tiene aportes relevantes en sus vidas, incluso califican como experiencias significativas el tiempo que pasan con aquellas y la unión que han creado con las familias de los mismos, también se ven afectados por sucesos negativos como no poder ayudar a su pareja por sus problemas, específicamente la ansiedad en un caso y los problemas o peleas que han vivido juntas cuatro parejas, en

los cuales en dos de ellas se estuvo a punto de separar. Para concluir cabe mencionar lo significativo que fueron las fechas especiales festejadas en el confinamiento (un caso) y antes de éste (un caso) como eventos que los marcan de manera emocionalmente positiva, al igual que el acto de tener un nuevo miembro en la familia (mascota) (un caso).

Discusión

Referente a la salud mental tenemos que:

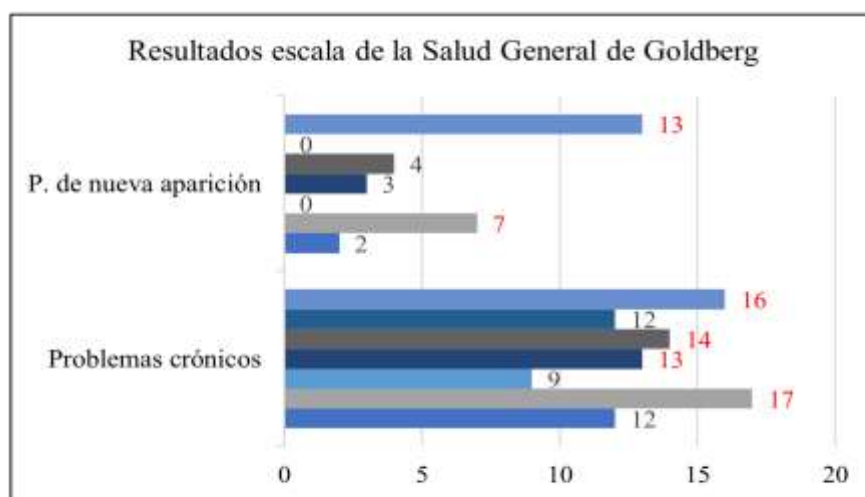


Figura 1 (Autoría propia)

Análisis cuantitativo:	
Problemas de nueva aparición	28,57%
Problemas crónicos	57,14%
Ambos	28,57%

Figura 2 (Autoría propia)

La salud como una condición de interés para el estudio denota la autopercepción de los participantes, en otras palabras, la evaluación que hace el individuo de su estado de bienestar general, especialmente en lo que se refiere a la presencia de ciertos estados emocionales. La figura 1 y 2 dan cuenta de los datos recogidos por la escala, la cual buscaba englobar los síntomas somáticos (A), ansiedad-insomnio (B), disfunción social (C) y depresión (D), por lo que un primer factor es el de salud general que tiene que ver con los afectos positivos, sentimientos de bienestar y de su expresión psicofisiológica y, otro factor hace referencia al funcionamiento social adecuado, que marca la competencia del individuo en cuanto a su capacidad de enfrentamiento idóneo a las dificultades y la capacidad de tomar decisiones oportunas, las cuales se ven afectadas por repercusiones conflictivas a nivel social. En ese orden de ideas el apartado B y C fueron los que más acumuló para la suma total que junto a los datos dados en las entrevistas permite formular diferentes encuentros y desencuentros por parte de los mismos.

Un primer elemento crítico es la influencia del contexto, el cual en algunos participantes impactó de manera positiva como es el caso del entrevistado E-5 donde declara que: “el entorno donde crecí fue bastante comprensivo, fue todo muy al diálogo y creo que eso de pronto ayudó mucho a que no tuviera unos traumas”; pero en otros de ellos es evidente como la situación del país los permea de manera negativa debido a que en Colombia las tasas a nivel político de corrupción son altas, el nivel económico tampoco queda atrás con las grandes brechas en desigualdad de clases relacionada esta con la pobreza y el desempleo, sin olvidar la fuerte discriminación, la adicción a las drogas, la delincuencia juvenil y la naturalización de la violencia. Como se puede notar, existen

cantidad de factores que se suman, además del inagotable conflicto interno que afectan el país teniendo como consecuencia que la salud mental no se postule con un buen indicador y que a pesar de lo anterior no sea de alta relevancia para los participantes.

Consecuente con lo anterior, sale a relucir el cuidado de sí, los datos arrojan que en la mayoría de los casos no se reconoce la totalidad de las dimensiones, es decir, se omite u olvida el nivel psicológico o el físico, aunque en mayor medida el primero, lo que deja ver un desconocimiento mayoritario ante como se puede cuidar la mente. En suma, es evidente la presencia de estereotipos hacia la salud mental la cual desemboca en prejuicios hacia la misma como el hecho de considerarla sinónimo de no padecer traumas o afecciones graves, así como lo expresa el participante E-2 cuando hace alusión a su bienestar: “estable, creería yo, [...] no considero que tenga depresión o algún tipo de trastorno, por así decirlo”. De la misma manera es apreciable como la atención psicológica se encuentra desvalorizada y estigmatizada como aquella que se reduce a atender estos casos clínicos, haciendo énfasis a un cliché que indica que la psicología se encarga de los “locos” y es este mismo desconocimiento es el que genera dudas y concepciones erradas al momento de responder.

Respecto a la salud mental surge otro componente, la capacidad de autovalorarse positivamente y reconocer sus falencias, en este caso como percepción de sí mismo dentro de su relación de pareja. Cabe recalcar la importancia del autoconcepto por ser un referente que permite proyectar y crear una dirección, además de la seguridad y autoestima que tiene la persona; con esto y la información que aportan las entrevistas sobre la construcción del mismo se resalta la facilidad con que admiten de manera abierta sus virtudes y defectos, incluso de presentar situaciones donde se evidencian. De manera que es claro que la protección de la confidencialidad en el estudio pudo potenciar el desenvolvimiento de los participantes y ver que estos tienen presente lo que pueden aportar a la relación y por otro lado, lo que pueden mejorar para que esta siga creciendo, por ejemplo, en el caso de la E-6 cuando manifiesta que “antes era muy celosa, hoy en día ya no”. Por último, hay una variabilidad apreciable cuando a los entrevistados les era más fácil detectar las cualidades positivas o negativas, como sucedió con el participante E-3 quien expuso que “es tan difícil pensar en lo malo...”, mostrando un desequilibrio entre ambos espectros.

Referente a los factores y roles que inciden en la convivencia tanto de manera positiva como negativa se puede evidenciar que:

En cuanto a la relación entre el contexto familiar con la forma en que se desarrollan las dinámicas dentro de las parejas existen allí factores de encuentro; sin embargo, no es explícitamente evidente puesto que no todos los participantes se refirieron a ello en su discurso. Propiamente en las formas de resolución de los conflictos no se encuentra relación entre el modo que se lleva a cabo en los núcleos familiares y en la relación de pareja; sin embargo, se puede entrever en varias de las entrevistas el importante papel que juega la forma en que se da el desarrollo de su niñez en entornos comprensivos y amorosos con la manera en que se relacionan actualmente, algo que expuso la E-5 “Bueno mi infancia [...] como te digo era un ambiente ameno agradable, tanto mi papá

como mi mamá eran buenas personas emmm me aconsejaban mucho entonces eso me dio bases para tener la personalidad que tengo ahora no, de escuchar, de pronto de ser un poco tranquilo entonces yo creo consideró que fue un ambiente bueno, idóneo”.

En lo que respecta a la resolución de conflictos dentro de la pareja, puede llegar a tener en parte, formas adquiridas dentro del entorno familiar que tiene como resultado en ocasiones un diálogo que permite conocer las posturas de cada persona respecto a la situación en la que se encuentran, en tanto que brinda a las parejas la confianza de poder transmitir siempre al otro lo que piensan, sienten y quieren, lo que se observa en la entrevista E-4 “ahora es con muchísima comunicación que si sucede tal cosa te comunico que sucedió y cómo me siento en este momento a ver si tu me puedes ayudar y a estar ahí como mi apoyo” pero también se ha evidenciado que lo que algunas parejas han considerado una buena comunicación, ha llevado a generar un diálogo sin tacto que en diversas ocasiones han causado tensiones, peleas e incluso rupturas. Esto puede deberse a la falta de la construcción de un diálogo asertivo y empático que permita a la pareja llevar un a plática desde la misma libertad que ya han adquirido con una comunicación mucho más clara y evitando la mayor cantidad de posibilidades de herir a esa persona querida.

Por otro lado, nos atrevemos a decir que las relaciones que se forman actualmente en el marco de los jóvenes adultos Colombianos se encuentra en transformación, donde los roles de mayor preponderancia que se hallaban estipulados en épocas anteriores están siendo deconstruidos, algo que se notó en las entrevistas es que los papeles que se cumplen en el marco de la familia encajan en estereotipos que se han mantenido en la historia de la humanidad con frecuencia y por largos periodos de tiempo, donde la mujer es la encargada del cuidado del hogar y el hombre el de los ingresos económicos o de autoridad, en el caso de la E-5 manifiesta que “Por la parte de mi papá de pronto si, si la autoridad como siempre que han cargado los padres o la figura paterna, allí como una regla como la norma”. Cosa que no se evidencian dentro de las relaciones actuales de la mayoría de las personas entrevistadas, asumiendo roles mucho más equitativos respecto al reconocimiento de sus derechos y deberes dentro de la relación.

Un factor recurrente en la historia de la humanidad y de la cual está situación no está exenta refiere a la capacidad que tiene las personas, en este caso las parejas para afrontar de manera resolutiva y adaptativa las dificultades, dichas han utilizado nuevas estrategias para aprovechar el tiempo dentro de casa y de ese modo mantener el nivel de satisfacción en la relación, como se evidencia en la entrevista E-2 “En lo personal en mi relación estos diez meses ha mejorado, no digo que antes era mucho peor y que habían como muchas barreras en nuestra relación pero mejoró en el sentido de la comunicación [...] y que al contrario de muchas personas que los celos, ya no nos vemos entonces me estás engañando, no sé qué, en nosotros al contrario fortaleció la relación” incluso en algunos casos el vínculo con las familias se ha vuelto mucho más interactivo. Haciendo referencia a la capacidad de resiliencia, la cual permite en esta situación específica nuevas formas de entender las dinámicas relacionales, dando lugar a exploraciones dentro de la relación y la formación de herramientas resolutivas tanto individuales como grupales.

Se puede encontrar al interior del discurso algunas contradicciones referente a la categorización y dinámicas de las relaciones, contradicciones que más allá de preocupar es un indicativo de la presente transformación, en un primer momento todos los participantes expresaron tener una relación de carácter monogámica; sin embargo, esta categorización pierde consistencia a lo largo de las entrevistas, sobre todo ante dos aspectos, por un lado los mitos que se encuentran en deconstrucción al interior de la pareja que corresponden precisamente a características propias de la monogamia y por otro lado cuando se entra a entender que conciben como infidelidad dentro de su relación; ante la cual a pesar de demarcar aspectos físicos y emocionales como parte de la infidelidad estos se encuentran en función de un elemento transversal a toda la relación y común a todos los entrevistados, la confianza. Es decir, dichos actos de infidelidad no lo son por sí mismos sino en el momento en que hacen parte de una serie de decisiones a escondidas del otro, lo que se menciona en la E-1 “Consiste en traicionar la confianza que le tuvo la otra persona, yéndose con otra [...] principalmente es dejar a la otra persona tirada por estar junto a otra”.

Por último, es curioso como en la conformación de las relaciones vínculo-afectivas dentro de las parejas en general, se dan por sentadas unas normas y libertades aplicadas a la relación pero asumidas desde sí mismos; es decir, sin realmente llegar a construirlo en conjunto como pareja sino aceptando unos supuestos que cada uno trae de la concepción de pareja y las normas dentro de esta tal como lo expresan la E-7 “Eso es algo que yo veo que tenemos como dos conceptos algo distantes con mi pareja [...] un ejemplo, en un bar o en una discoteca, cosas que yo sé que ella de pronto si considera como un riesgo de que la persona sea infiel o de que la persona la esté engañando, qué son ellas como un poco más estricto [...] Un poco más rígido, eh para mí la infidelidad es traicionar la confianza”. No es de sorprenderse, puesto que a lo largo de la historia apenas hasta el siglo pasado la relación pasó a ser algo propio de la pareja separándose de las uniones por razones políticas o económicas, las cuales propiciaban un ambiente donde ya estaba dicho como debía darse las conformaciones y dinámicas de las relaciones, sin cuestionar en lo más mínimo los intereses personales de quienes hacían parte de la misma.

Para concluir se puede decir que:

- 1) Aunque no se pueda afirmar con certeza que el estado mental de los participantes influye sobre las dinámicas de la relación de pareja, de manera que no se hizo evidente una incidencia directa y significativa en lo encontrado en la investigación; es claro que tiene un papel muy importante en el desarrollo sano de la persona y como esta se desenvuelve en su diario vivir.
- 2) Las formas en cómo se establecen las relaciones en tanto el actuar dentro de la familia brinda oportunidades a la persona de desarrollar en un futuro relaciones con características constructivas; aunque el papel que juega la familia una vez establecida la relación de pareja está en un plano secundario, las condiciones de crianza desempeñan un rol importante en dichas.

3) Algunos de los factores positivos que se denotan en una construcción sana del vínculo afectivo son el establecimiento de roles abiertos y flexibles, los cuales se encuentran en contraposición de los prejuicios que rodean al género y por otro lado la presencia de características y cualidades de mediación, comprensión y empatía, de tal forma que son protagonistas en una buena resolución de conflictos y sostenimiento del vínculo afectivo.

4) En el sentido opuesto, factores como mantener preconcepciones ligadas a estereotipos, prejuicios, mitos y la falta de psicopedagogía para el desarrollo de herramientas personales resolutivas, dificultan en mayor o menor medida la dinámica relacional de las parejas.

5) Por último, aunque se esperaban grandes cambios sociales influenciados por la vivencia actual del covid-19 no fue así, por el contrario aunque si se habla de estar frente a un cambio importante se evidencia que es provocado por la confluencia de otros pequeños cambios a nivel de la sociedad mencionados en apartados anteriores; para ser más claras, se puede decir que se está atravesando por un momento histórico de transición respecto a las dinámicas relacionales de “pareja” dando paso a relaciones mucho más acordes a la poligamia o en su defecto resignificando drásticamente lo que se entiende por relación monogámica y por ende a todo lo que la conforma. Este hecho es de gran importante para las investigadoras puesto que implica a largo plazo un cambio en la concepción de la familia y por ende de la sociedad colombiana en sí misma, la cual está basada en dicha institución; es decir, si se entiende la relación de pareja de un modo diferente a como se venía evidenciando en la historia y ello afecta la institución primaria de la sociedad en la que se está inmerso, se hablaría entonces de cambios a nivel social, contextual y legal.

Anexos

Enlace a documentos pertinentes para la investigación:

<https://drive.google.com/drive/folders/1e7Jh2UyEVNxRmF3qHcksyH2YFDOPsUVj?usp=sharing>

Referencias

Botero, S. (2001). *La sexualidad humana, el lenguaje del amor*. San Pablo. ISBN: 958-692-072-0

García, F. E. Fuentes, Z. R & Sánchez, A. (2016). AMOR, SATISFACCION EN LA PAREJA Y RESOLUCION DE CONFLICTOS EN ADULTOS JOVENES. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 14(2), 284-302. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612016000200004&lng=es&tlng=es

Grayling, A. C. (2009). *Ideas that matter. A personal guide for the 21st Century*. Weidenfeld Nicolson. ISBN: 9780297856764

Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación (sexta edición)*. McGRAW-HILL. ISBN: 978-1-4562-2396-0

Justicia y derecho. (2017). Disolución Unión Marital De Hecho En Colombia. <https://www.datos.gov.co/Justicia-y-Derecho/Disoluci-n-Uni-n-Marital-De-Hecho-En-Colombia/m7dx-f6fs>

Justicia y derecho. (2017). Divorcios En Colombia. <https://www.datos.gov.co/Justicia-y-Derecho/Divorcios-En-Colombia/6mwg-ezc2>

Justicia y derecho. (2017). Matrimonios Civiles En Colombia. <https://www.datos.gov.co/Justicia-y-Derecho/Matrimonios-Civiles-En-Colombia/7g6f-adky>

Justicia y derecho. (2017). Matrimonios Civiles Entre Personas Del Mismo Sexo En Colombia. <https://www.datos.gov.co/Justicia-y-Derecho/Matrimonios-Civiles-Entre-Personas-Del-Mismo-Sexo-/xf4s-f2cq>

Justicia y derecho. (2017). Uniones Maritales De Hecho En Colombia. <https://www.datos.gov.co/Justicia-y-Derecho/Uniones-Maritales-De-Hecho-En-Colombia/xxkm-hf7j>

Justicia y derecho. (2018). Uniones Maritales de Hecho entre Personas del mismo Sexo en Colombia. <https://www.datos.gov.co/Justicia-y-Derecho/Uniones-Maritales-de-Hecho-entre-Personas-del-mism/6kau-hmea>

Lee, J. (1976). *The colours of love*. Prentice-Hall. ISBN: 978-0131523487

Nxumalo, S. A & Edwards, S. D. (2020) On Universalising and Indigenising the Meaning and Practice of Love post COVID-19. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 6(14), 130-144. https://www.ijicc.net/images/Vol_14/Iss_6/PUL009_Nxumalo_2020_R.pdf

Sanpedro, P. (2014). El mito del amor y sus consecuencias en los vínculos de pareja. *Página abierta*. <http://www.pensamientocritico.org/pilsan0704.htm>

Shua, A. M. (2011). *Dioses y héroes de la mitología griega*. Titivillus. <https://www.epublibre.org/libro/detalle/37729>

Tovar, B. (1994). *La historia al final del milenio: ensayos de historiografía colombiana y latinoamericana, Volumen 1*. Universidad nacional.

Vernant, J. P. (2001). *El individuo, la muerte y el amor en la antigua Grecia*. Paidós.