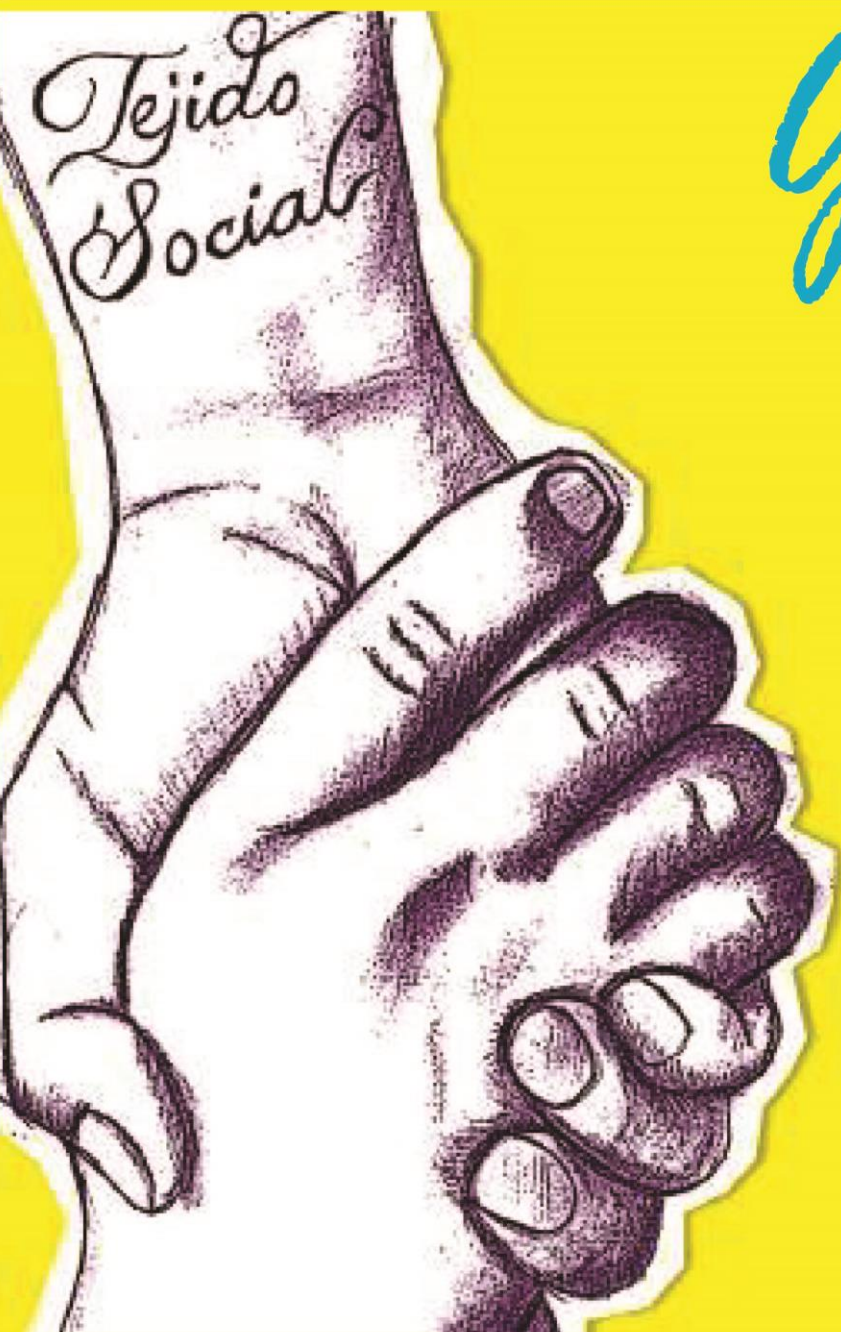
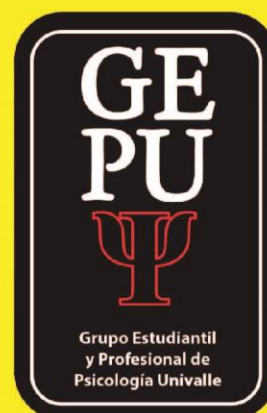


REVISTA DE PSICOLOGÍA

GEPU



GRUPO ESTUDIANTIL
Y PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
UNIVALLE



VOLUMEN
4

2

NUMERO

DICIEMBRE, 2013



REVISTA DE PSICOLOGÍA GEPU
Vol. 4 No. 2 – Diciembre de 2013
ISSN 2145-6569



Editora

Luz Adriana Rodríguez Vergara
larovr@gmail.com

COMITÉ EDITORIAL

Andrey Velásquez Fernández
Red Unidos - ANSPE

Nataly Chacon Morales
GEPU

Rosa Marínela Chaves
Universidad del Valle

Juan Fernando Rosero Gil
CEUV

Natciely Morales Ocampo
GEPU

Wilson Lozano Medina
Círculo Social del Self

Luz Stephania Trejos
Universidad del Valle

German Perdomo
Universidad del Valle

Angela Cano
Universidad del Valle

Sheila Gomez
GEPU

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

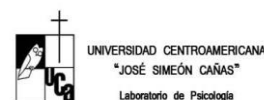
Nora Couso
Área de Medición Educativo Provincia del
Chubut de Argentina

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

INDEXACIONES



AUSPICIADORES



Agradecimientos especiales en este número a la Asistentes Editorial Adriana Narvaez Aguilar. La **Revista de Psicología GEPU** es publicada por el Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle, 5 piso, Edificio 385, 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.

Safe Creative Código 1405080824994

Revista de Psicología GEPU Vol. 4 No. 2 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-4-No-2.htm>



Narrativas del Amor de Pareja en una Muestra Multicultural: Un Estudio Exploratorio

Narratives of romantic love in a multicultural sample: An exploratory study

Por: *Sofía de la Puerta** & *Pablo Fossa***

Universidad del Desarrollo / Chile

Referencia Recomendada: De la Puerta, S. & Fossa, P. (2013). Narrativas del amor de pareja en una muestra multicultural: Un estudio exploratorio. *Revista de Psicología GEPU*, 4 (2), 74-98.

Resumen: El amor y la vida en pareja han sufrido importantes cambios durante el último siglo, y han sido impactados por los fenómenos socioculturales más relevantes de las últimas décadas, afectando directamente la calidad de vida y la percepción que los sujetos poseen del amor. Parece interesante estudiar las representaciones del amor y la vida en pareja, entendiendo que estas influyen en la calidad y cualidad de la vida amorosa que se establece. El presente estudio tuvo por objetivo describir las narrativas de sujetos mayores de 25 años respecto a su percepción al amor y los factores que influyen en el éxito, perdurabilidad y fracaso de la vida en pareja. Se aplicó un cuestionario semi-estructurado a una muestra multicultural conformada por 300 sujetos pertenecientes a Chile, Argentina, Colombia, México, España, Estados Unidos, Reino Unido y China. Se segmentó la muestra en 3 grupos etarios y los datos fueron analizados a través del método Grounded Theory. Los resultados muestran que el amor es una relación íntima e intensa que se caracteriza por ser voluntaria y no impuesta. La vida en pareja es un espacio interpersonal con permanentes fluctuaciones entre armonía y conflicto, en donde los desencuentros son siempre seguidos de una dinámica de reparación. La intimidad emocional, la co-construcción de una identidad de pareja y la mantención del erotismo, aparecen como principales áreas de tensión y conflicto. Finalmente, enfrentar las dificultades con una disposición a la solución generaría espacios de mayor comunicación y desarrollo de la intimidad.

Palabras Clave: Amor de Pareja, Éxito, Fracaso y

Perdurabilidad, Narrativas.

Abstract: Love and life in couple have suffered important changes during the last century, and have been impacted by the most relevant sociocultural phenomena of the recent decades. This directly affects the perception of couple's relationships and the quality of life of the people involved. It seems interesting to study the representations of love and life in couple, understanding that they influence the quality of love life that is established. The present study was intended to describe the narratives of subjects older than 25 years old about their perception of love and the variables that influence the success, durability and failure of romantic love. A semi-structured questionnaire was applied to a multicultural sample of 300 subjects from Chile, Argentina, Colombia, Mexico, Spain, United States, United Kingdom and China. The sample was divided in 3 age groups and the information was analyzed through the Grounded Theory. The results showed that love is an intimate and intensive relationship characterized by being voluntary. Life in couple is an intersubjective space with permanent fluctuations between harmony and conflict, where the disagreements are always followed by repair dynamics. The emotional intimacy, the co-constructions of couple identity and maintenance of the eroticism are the principal conflict areas. Finally, facing the difficulties with a solution disposition would generate spaces with more communication and development of intimacy.

Key words: Romantic love, Success, Failure and Durability, Narratives.

Recibido: 8 de Febrero de 2012

Aprobado: 2 de Agosto de 2012

* Facultad de Psicología, Universidad del Desarrollo, Santiago de Chile. Correo electrónico: sdelapuertao@udd.cl

** Facultad de Psicología, Universidad del Desarrollo. Santiago de Chile. Correo electrónico: pfossaa@udd.cl

Desde los inicios de la psicología como disciplina la capacidad humana de establecer vínculos ha recibido especial interés como fenómeno de estudio, siendo a través de la creación de vínculos tempranos al comienzo de la vida que el ser humano lograría desarrollar su sí mismo (Freud, 1996; Fonagy, 2004; Vigotsky, 1978; Bowlby, 1988; Winnicott, 1993). Desde esta perspectiva, el psiquismo humano tendría una función vinculante, lo que permitiría, en una relación intersubjetiva de intimidad y confianza, desarrollar el self de los interactuantes.

A lo largo del ciclo vital, la relación primaria con el cuidador principal se constituye como una experiencia relacional, intensa y formadora, a través de la cual se desarrollan procesos de regulación afectiva (Fonagy, 2004; Bowlby, 1988). Posteriormente, en la vida adulta el vínculo amoroso emerge como corolario del vínculo infantil, transformándose esta experiencia en el principal vínculo constructor del psiquismo en la vida adulta, el cual continúa los procesos de regulación afectiva de la infancia y genera desarrollo del sí mismo en ambos participantes de la díada. En este sentido, en el presente trabajo se entenderá el amor de pareja como un vínculo entre dos sujetos, compuesto por tres elementos fundamentales: Intimidad, Pasión y Compromiso. La intensidad y equilibrio de estos tres componentes definirán las relaciones amorosas (Sternberg, 1988). Desde esta perspectiva es posible comprender un vínculo amoroso como un fenómeno que desarrolla el sí mismo a través de una función especular. El otro funciona como un espejo a través del cual se produce un autodescubrimiento de aspectos desconocidos o rechazados, lo que permite el permanente desarrollo e integración en el espacio intersubjetivo de un vínculo

amoroso satisfactorio y que perdura en el tiempo (Kernberg, 1995; Kohut, 1978).

De acuerdo a Díaz-Loving & Sánchez (2004), un aspecto fundamental para comprender una relación de pareja es considerar que para los seres humanos, más que para ninguna otra especie, las necesidades de afecto, apego, cuidado, cariño, interdependencia, compañía y amor, son necesidades genéticamente básicas y determinantes para la sobrevivencia de la especie. Desde esta perspectiva, las relaciones de pareja se constituyen como un vínculo fundamental en el desarrollo biológico humano y en el desarrollo del self; sin embargo, no ha estado exento de variaciones y alteraciones producto de la evolución de la esfera social y cultural.

El amor y la vida en pareja han sufrido importantes cambios durante el último siglo, y han sido impactados por los fenómenos socioculturales más relevantes de las últimas décadas, dejando importantes secuelas psicológicas y afectando la calidad de vida de los miembros de la pareja. Por ejemplo, el comienzo de los sistemas para el control de la natalidad en los años 1950 (Palacios, 2001) ha generado una evolución en la forma de comprender la pareja humana. Hoy, la mujer y el hombre, pueden decidir cuándo y cuántos hijos tener. Este fenómeno sociocultural ha producido una disociación entre el amor y la sexualidad generando un cambio en la forma de comprenderse como pareja. A partir de la creación de métodos de anticoncepción se hace posible elegir una pareja amorosa, sexual o, amorosa al mismo tiempo que sexual. La sexualidad ha sido separada del objetivo de la procreación, lo que ha transformado al amor y el vínculo de pareja en un fenómeno relacional disoluble.

Por otro lado, el aumento del porcentaje de mujeres que han ingresado al mundo laboral y cargos directivos en las últimas décadas ha exigido un cambio en los roles femeninos y masculinos al interior del vínculo amoroso (Burin, 2008). La mujer exigida por una doble jornada laboral trabajo-familia y el hombre exigido por un nuevo rol en el cual debe volcarse a labores domésticas y de crianza, han hecho emerger nuevos conflictos relacionales basados en el poder, cuidado y obligaciones, lo que ha llevado a descuidar el vínculo de pareja y el proceso de construcción y mantenimiento del erotismo, transformándose esto en un obstáculo y desafío para la vida en pareja hoy en día.

Asimismo, el desarrollo de la tecnología y las nuevas formas de comunicación e interacción, han modificado y reestructurado la dinámica de las interrelaciones. De esta manera, se vive en un mundo donde todo es inmediato e instantáneo, generando en los sujetos menor perseverancia y una baja tolerancia a la espera. Es decir, los avances tecnológicos han permitido un acceso inmediato a todo tipo de información, una comunicación instantánea entre las personas incluso en distintas partes del mundo. Esto ha configurado ciertas expectativas, en donde la espera no forma parte. Inevitablemente esta predisposición se ha generalizado a las relaciones humanas, en donde se buscan respuestas y retroalimentaciones lo más rápido posibles. En cuanto al desarrollo de la identidad personal y a las relaciones de pareja, se genera una menor tolerancia a las respuestas diferidas y a los resultados no observables, llevando a renunciar a proyectos tanto personales como de vida en común (Bernal, 2006).

Por otro lado, el amor de pareja es constantemente alarmado, ya que las tasas de separación y divorcios, al poco tiempo de formada la pareja, han incrementado desde la segunda mitad del siglo XX (Saluter & Lugaila, 1998; Tapia, Poulsen, Armijo, Pereira & Sotomayor, 2009), llevando a la frustración y estancamiento de los miembros de la pareja respecto a sus habilidades de convivencia (González & Espinosa, 2004).

Investigaciones recientes muestran una evolución del porcentaje de divorcios en diferentes países luego de la promulgación de la Ley Civil de Divorcio. Países como Alemania, Australia, Bélgica, Canadá, Dinamarca, Estados Unidos, Francia, Holanda, Reino Unido, Suecia y Chile han aumentado considerablemente las tasas de divorcio, lo que deja en evidencia que el vínculo amoroso es comprendido en la actualidad como un estado o situación disoluble, modificable y en algunos casos pasajero (CIP, 2002). Este fenómeno ha tenido un impacto en la representación del amor que poseen los sujetos a nivel mundial, quienes han comenzado a comprender el amor como algo finito, frágil y dependiente de una serie de requisitos, los cuales de no existir, rápidamente harían fracasar el vínculo de pareja.

A pesar del aumento considerable en las tasas de divorcio a nivel mundial, los estudios de Olson (1993) han comprobado que existe un 20% de las parejas de la población general que podrían ser consideradas parejas exitosas. Estas parejas presentan un alto índice de ajuste y satisfacción, caracterizándose su vínculo de pareja por una estabilidad a lo largo del

tiempo. Olson (1993) refiere que estas parejas protegen constantemente la relación a través de estrategias de regulación emocional que les permiten solucionar conflictos sin dañar el vínculo. Estas estrategias de regulación emocional les permiten generar espacios de encuentro y una actitud de afrontamiento de los conflictos con una disposición a la solución, logrando comprender la experiencia subjetiva de la pareja. En estas parejas, la resolución de conflictos genera satisfacción y placer ya que así logran construir espacios de comunicación que restablecen el vínculo y fortalecen la intimidad.

El amor y las relaciones de pareja también han sido relacionados con factores que hacen referencia a la salud. Siguiendo este planteamiento, existe evidencia empírica que relaciona las rupturas y separaciones amorosas con alteraciones en la salud física, emocional y psicológica. Estudios muestran que los sujetos divorciados presentan hasta 6 veces más problemas psiquiátricos, tienen el doble de probabilidad de suicidio; son 4,5 veces más propensos a abusar del alcohol y de las drogas; y presentan mayores tasas de fallecimiento por enfermedades crónicas (CIP, 2002). Por otro lado, la evidencia científica muestra importantes beneficios del amor para la calidad de vida, la expectativa de vida y el sistema inmunológico. Los sujetos que mantienen relaciones amorosas satisfactorias presentan mejores indicadores de calidad de vida y mayor expectativa de vida. Son sujetos que tienden a enfermarse menos, presentan un mejor sistema inmunológico, mayor bienestar subjetivo y una sensación de autorrealización (CIP, 2002; López, 1994; Jankowiak & Fisher, 1992).

Es importante considerar que al inicio de las relaciones de pareja, las personas se

encuentran en una fase de enamoramiento (Capponi, 2004; Kernberg, 2005; Sternberg, 1988), en donde predomina la percepción de las virtudes de la pareja, de manera de tener una visión optimista acerca del pronóstico de la relación. A pesar de esto, a medida en que la interdependencia e interacción aumentan, la esfera de conflicto también lo hace, incrementando la posibilidad de que la pareja muestre sus aspectos negativos (Taylor & Brown, 1988). Así, se comienza a conocer la verdadera personalidad de cada miembro. Las similitudes y diferencias empiezan a resaltar conforme avanza y se desarrolla la vida e identidad de pareja, considerando que las personas vienen de distintas familias de origen, con diferencias significativas en la formación y organización psíquica y conductual (Garrido, Reyes, Ortega & Torres, 2007). Romero (2003) describe que al ir aumentando el tiempo de convivencia se va generando en la pareja un proceso de desencanto. Esto ocurre debido a que durante el proceso de selección de la pareja el romanticismo provoca una idealización, que a través del curso de la relación, va decayendo, debido a la monotonía y cotidianidad de la vida diaria, que termina por atentar contra las bases románticas sobre las cuales comenzó la relación.

Así, al encontrarse formando parte de la vida en pareja, los miembros realizan intentos por mantener la relación en las mejores condiciones posibles y de esta manera fortalecer el vínculo afectivo en búsqueda de la estabilidad. Las relaciones de pareja se constituirían en base a cambios y fluctuaciones constantes, a partir de lo cual, la estabilidad se transforma en un concepto relativo. Es decir, es probable que existan cambios progresivos en la dinámica de la pareja, que podrían variar

y mantenerse dentro de ciertos límites, o bien, cambios de temporalidad desde estados de estabilidad a estados de desbalance (Sánchez, 2009). De esta manera, una relación puede estar provista de constantes cambios a ratos imperceptibles, que pudieran darle una sensación de invariable (Baxter & Dindia, 1990). Los miembros de la relación pueden transitar entre periodos de autonomía y de cercanía, y no necesariamente estar coordinados en estas fluctuaciones. La estabilidad, entonces, no se considera como ausencia de cambios, sino más bien, la secuencia de variaciones en las pautas de relación, ya sean triviales o más importantes, que se mantienen ocurriendo a lo largo del desarrollo de la vida en pareja.

De esta manera, una relación con fluctuaciones constantes no es necesariamente inestable. En este sentido, una relación que se mantiene sin períodos de variaciones, no es necesariamente una relación saludable o deseable. Así, la vida en pareja evoluciona y se desarrolla a través de permanentes secuencias homeostáticas de encuentros y desencuentros (Minuchin & Fishman, 1984). Cuando se producen desbalances en los vínculos humanos, rápidamente aparecen estrategias que restablecerán el vínculo, protegiendo de esta manera la relación, estableciéndose esta experiencia como aprendizaje para desbalances futuros (Fossa, 2010). Los conflictos, por lo tanto, son parte habitual, necesaria y constitutiva de los vínculos humanos, ya que permiten una redefinición y negociación permanente del sentido de identidad de la relación (Fossa, 2010). La ausencia o evitación de conflictos detiene el desarrollo, disminuye la capacidad de las parejas para enfrentar y resolver dificultades, inhibe la intimidad emocional y el deseo

sexual. Planteado de esta manera, los conflictos no son en sí mismos un problema, este comienza cuando los conflictos no pueden ser resueltos, se rigidizan y se transforman en pautas conductuales repetitivas y disfuncionales (Tapia, Poulsen, Armijo, Pereira & Sotomayor, 2009).

A partir de lo anteriormente descrito se logra comprender la relación de pareja como un vínculo en constante transcurso a través del tiempo, dominado por la tensión permanente, la cual hace emerger fluctuaciones de armonía y conflicto, lo que se constituye como la base de la propia evolución y el desarrollo de la relación (Fossa, 2010). Desde esta perspectiva, el amor se construye a sí mismo como un fenómeno en permanente movimiento, que se intenta teorizar y estudiar en un corte transversal, pero a la vez se experimenta y evoluciona momento a momento como una fuerza superior no controlable ni medible a través del razonamiento científico. La pareja amorosa se constituye por la forma y las estrategias de afrontamiento de estas fluctuaciones entre tensión y armonía, comprendiendo el vínculo amoroso como un proceso relacional complejo en el cual el conflicto es la base del propio cambio hacia estados de mayor satisfacción e intimidad (Fossa, 2010).

Distintas investigaciones sobre el amor de pareja han sido realizadas en el último tiempo constituyéndose el amor como un fenómeno de atención de la investigación empírica. Pérez, Estrada & Pacheco (2007) describen que la felicidad marital estaría relacionada con la percepción que la esposa tiene sobre la congruencia que existe entre la percepción que tiene de su marido y de la suya propia. Esta congruencia se refiere a definiciones

culturalmente aceptadas de lo que un marido debe ser. Por otro lado, se ha comprobado que el sentimiento de bienestar y satisfacción de la relación inicial disminuyen drásticamente con el nacimiento del primer hijo, se mantiene estable en etapas subsiguientes y aumenta en la etapa de jubilación o cuando los hijos abandonan el hogar.

Otros estudios han demostrado que las construcciones idealizadas son rasgos críticos en una relación satisfactoria (Murray, 2004). De la misma manera, Taylor & Brown (1988) indican que la idealización y el optimismo irreal, aparecen como amortiguadores del vínculo de pareja, siendo una forma de remediar la incertidumbre hacia el futuro y asegurar ilusoriamente la obtención de una satisfacción final. Por su parte, Murray (2004) afirma que entre más idealista es la construcción de la pareja, más grande es la satisfacción. En este sentido, lo que aseguraría el éxito de la relación no es lo que sucede actualmente, sino la experiencia relacionada con los deseos y expectativas futuras.

Desde una visión opuesta, Gottman (1979, 1998) observó que en parejas satisfechas, la satisfacción disminuye con el tiempo y en las parejas insatisfechas aumenta esta condición. Asimismo, encontró que en general existe un mayor desencanto en las mujeres que en los hombres, además de que al tener más años de casados una pareja percibe menos cualidades positivas en su cónyuge.

Sternberg (1988) considera que la forma en que el individuo percibe e interpreta los eventos amorosos y las concepciones que la persona tiene sobre el amor afecta la relación de pareja. En este sentido, afirma que una relación tiene más posibilidades de perdurar y ser satisfactoria si sus miembros tienen

historias de amor comunes y/o compatibles, si los roles que desempeñan en ellas son complementarios, y si sus ideas sobre el amor ideal están suficientemente cerca de la historia de amor que viven actualmente.

Por otro lado, García (2001) evidenció que las historias de amor inciden significativamente sobre la percepción, interpretación y evaluación de los aspectos afectivos, cognitivos y conductuales de la relación de pareja; por esta razón, puede considerarse que las construcciones que hacen las personas sobre el amor tienen un impacto global sobre la relación.

Debido a lo anterior, nos parece relevante poder estudiar las percepciones respecto al amor y la vida en pareja, comprendiendo que estas determinan la calidad y cualidad de los vínculos amorosos actuales. El presente estudio tuvo por objetivo describir las narrativas acerca del amor y la vida en pareja en una muestra multicultural conformada por 300 sujetos de distintos grupos etarios. Al mismo tiempo, se pretende describir qué es el amor de pareja y cómo se diferencia de otros tipos de amor, así como también explorar aquellos factores que influyen en el éxito, perdurabilidad y fracaso del amor de pareja. Se entenderá por éxito de la vida en pareja un alto nivel de satisfacción y experiencias positivas dentro de la relación de pareja. Construir una relación significativa, en la cual la persona pueda verse reconocida por un otro que se aprecia y es valioso. El fracaso de la relación de pareja se entenderá como negativas experiencias en la relación de pareja, baja satisfacción y un escaso ajuste relacional. La perdurabilidad de la vida en pareja, por su parte, se entenderá como toda relación de

pareja que es estable y permanece en el tiempo (Acevedo & Restrepo, 2010).

Si bien existen investigaciones y datos significativos que dan cuenta del desarrollo de la vida en pareja y la influencia de los cambios socioculturales en ésta, es interesante conocer cómo las personas han experimentado estos cambios y de qué manera están influyendo en sus percepciones y definiciones del amor y relaciones de pareja. Por otro lado, resulta de gran utilidad para los terapeutas de pareja, conocer las representaciones que los sujetos tienen acerca del amor; pues de esta manera se puede incorporar en los procesos clínicos ayuda terapéutica que permita sobrellevar los conflictos relacionados con el proceso de definición de la identidad, la conformación de la pareja, las dinámicas de cuidado y poder, y el desarrollo de la sexualidad, entendiendo estas como las principales áreas de conflicto.

MÉTODO

El presente estudio es de carácter exploratorio en el cual se utilizó un diseño descriptivo-analítico, con un enfoque metodológico cualitativo. Para el proceso de recolección de datos se aplicó un cuestionario semi-estructurado de preguntas abiertas, el cual se analizó a través del modelo Grounded Theory, desarrollado por Glasser & Strauss (1967). Para el cumplimiento de nuestros objetivos, esta metodología resulta especialmente apropiada ya que a través de ella se logra acceder a los procesos subjetivos desde la propia perspectiva de los actores involucrados.

Los métodos cualitativos corresponden a una construcción de conocimiento sobre la base

de conceptos (Strauss & Corbin, 1990), y mediante el establecimiento de relaciones entre estos es que se genera la coherencia interna del producto científico. Grounded Theory constituye un método privilegiado para realizar este proceso, justamente porque busca construir modelos teóricos acerca de las interacciones de los diferentes aspectos del fenómeno en estudio (Taylor & Bogdan, 1998).

La Grounded Theory consiste en tres etapas de análisis de datos. En primer lugar se realiza una codificación abierta, en la cual se seleccionan las principales categorías temáticas identificadas en los relatos. Posteriormente, la codificación axial permite relacionar cada categoría encontrada con sub-categorías, otorgando mayor argumento y profundidad al análisis. Finalmente, la codificación selectiva permite agrupar todo el material recopilado en una sola gran categoría, de manera de poder desarrollar una teoría respecto al fenómeno estudiado (Glasser & Strauss, 1967).

Debido al carácter exploratorio – descriptivo y considerando los objetivos de la presente investigación, se realizó sólo la codificación abierta y axial, pues el objetivo es describir las narrativas de los encuestados, sin generar una sola teoría que envuelva la totalidad de las perspectivas. Consideramos, que haber realizado esto último empobrece los datos y no nos permite comprender la subjetividad de los participantes.

El criterio utilizado para la recolección de datos fue la saturación teórica. Esto quiere decir que se recopilaron datos hasta que los

encuestados ya no entregaron información adicional que permitiera desarrollar nuevas propiedades respecto al fenómeno estudiado. Respecto a la presentación de resultados, se procederá a segmentar la muestra en tres grupos etareos. El primer grupo consiste entre 25 y 35 años, en el cual se constituye la pareja como estructura social (Erikson, 2000; Florenzano, 2003); el segundo grupo fue entre 36 y 50 años, periodo evolutivo caracterizado por la crianza de los hijos y el desarrollo laboral (Florenzano, 2003); y finalmente el grupo sobre 50 años, el cual es denominado como etapa de lanzamiento o nido vacío, periodo en el que la pareja vuelve a encontrarse cuando los hijos ya han abandonado el hogar (Erikson, 2000; Florenzano, 2003).

Instrumento

Se utilizó un cuestionario semi-estructurado dirigido hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los sujetos respecto de su vida amorosa. Las preguntas fueron principalmente abiertas de respuesta libre. El cuestionario se diseñó a partir de las preguntas directrices de la investigación. Se realizó una prueba piloto para comprobar la validez de las preguntas hasta finalmente seleccionar las que constituyeron el cuestionario definitivo. Posteriormente, el cuestionario fue respondido a través de una plataforma online por sujetos de diversos países.

Participantes

El muestreo fue no probabilístico e intencional. Los criterios de inclusión de la muestra fueron los siguientes: Hombres y Mujeres mayores de 25 años, solteros, casados, divorciados, separados o en una relación, de

países como Estados Unidos, Reino Unido, México, España, China, Argentina, Colombia y Chile. Los criterios de exclusión fueron sujetos que en su relato refirieron antecedentes de abuso o maltrato en la relación de pareja, antecedentes psiquiátricos como depresión, episodios psicóticos o alteraciones neurocognitivas.

Se utilizó como criterio para la selección de la muestra sujetos mayores de 25 años, ya que desde esta edad se considera el comienzo de la adultez joven, periodo evolutivo de mayor plenitud biológica y de importantes desafíos psicosociales. Uno de estos es el logro de la capacidad de establecer relaciones íntimas, estables y de calidad. Desde este periodo en adelante, las relaciones de pareja adquieren prioridad por sobre otras motivaciones del joven, así como en las etapas posteriores aparece la necesidad de estabilizar la relación con la persona elegida (Florenzano, 2003). En este periodo evolutivo el joven intenta consolidar un proyecto amoroso de manera de lograr convivir y compartir cercanamente la vida con un otro, consolidando este vínculo con la construcción de una familia y el nacimiento de los hijos (Erikson, 2000).

La muestra final quedó constituida por 300 sujetos entre 26 y 80 años, de los cuales el 65% fueron mujeres y el 35% hombres. El 8% de la muestra total corresponde a México, el 14% a España, el 16% a Colombia, el 6% Argentina, el 11% China, el 7% Reino Unido, 11% Estados Unidos y el 27 % a Chile.

Respecto al estado amoroso de los participantes, el 35% se encontraban sin pareja, el 40% en una relación, 17% casados, 3% separados, 3% divorciados y el 2% nunca había estado en una relación.

Criterio de Rigurosidad

Como criterio de validación de la investigación se llevó a cabo el proceso de triangulación de la información (Hernández, Fernández & Baptista, 2003), donde se realizó un cruce de los datos a través de una revisión de todas las respuestas en forma individual y luego en un trabajo conjunto de los investigadores. De esta forma, se validaron los datos a través de la triangulación, lo que permitió obtener información consistente con el objetivo de la investigación.

Aspectos Éticos

Se informó a los participantes los objetivos de la investigación y la confidencialidad de sus respuestas; además se les dio la posibilidad de solucionar dudas respecto al estudio y su participación en él. Los únicos datos conocidos por los investigadores fueron la edad, el género y la nacionalidad; y no fueron utilizadas respuestas textuales de los encuestados en el análisis de resultados.

RESULTADOS

Narrativas acerca del amor de pareja en el grupo etario entre 26 y 35 años de edad

Las narrativas acerca del amor de pareja en los encuestados entre 26 y 35 años, hacen referencia a un tipo de amor que requiere trabajo y dedicación, teniendo un total compromiso con la pareja. El amor debe ser exclusivo entre dos personas, intenso e íntimo, teniendo una especial conexión entre los participantes. Está provisto de confianza, respeto y fundamentalmente de afecto. Es indispensable que exista una aceptación incondicional, en donde sea posible superar

las diferencias y ser cómplices el uno con el otro, sintiéndose así, protegidos.

Se diferenciaría de otros tipos de amor, porque es principalmente elegido, a diferencia de la familia de origen, las cuales son relaciones que se establecen por un lazo consanguíneo. El amor de pareja implica una entrega íntima y exclusiva, con un vínculo profundo, en donde el carácter sexual lo diferenciaría de otro tipo de relaciones, como familia y amigos.

Dentro de los encuestados de este grupo etario un 74% menciona estar satisfecho con su vida amorosa. Aquellos que se encuentran en una relación, comentan que se sienten felices junto a su pareja, que tienen una buena comunicación y se entienden, se divierten juntos, comparten proyectos de vida en común, se quieren y se acompañan. Los encuestados que se encuentran solteros y satisfechos, mencionan que a pesar de no tener pareja, disfrutan su vida, y, en sus relaciones pasadas, han aprendido y tenido buenas experiencias, lo que les permite estar conformes con su vida en pareja.

Por otro lado, un 26% menciona no estar satisfecho con su vida amorosa. Gran parte de este porcentaje corresponde a personas solteras, que explican su insatisfacción por la falta de una pareja y el deseo de tenerla. En menor medida, algunos encuestados refirieron no estar conformes con su vida amorosa, debido a que no estaban seguros de lo que sentían, o no tenían una buena relación con su par.

Factores que Influyen en el Éxito de la Vida en Pareja

Amistad: Los encuestados refieren que reírse y entretenerse juntos, sería fundamental para el

éxito de la relación, lo cual contribuiría a romper la rutina y disfrutar de cada día. Ser generoso con la pareja permitiría la disminución del egoísmo y aumentar la capacidad de poner al otro por sobre sí mismo.

Lealtad y transparencia: La confianza en la pareja se establece como fundamental para la conformación y desarrollo de esta, donde factores como la lealtad y transparencia contribuirían al fortalecimiento de la misma. Ser transparente y honesto sería un signo de consideración hacia la pareja, produciendo inevitablemente un incremento en la seguridad de la relación. De esta manera, la aceptación de los aspectos positivos y negativos, sería indispensable para desarrollar la confianza. Tener confianza en sí mismo también sería un factor que determina el éxito de una relación, ya que a través de esta se logra desarrollar una confianza en el otro.

Crecimiento en conjunto: Los encuestados comentan que durante el curso de la relación, es fundamental que ambos participantes puedan ir creciendo y desarrollándose, tanto personalmente como en pareja. Así, el crecimiento personal se transforma en un motor favorecedor del crecimiento en pareja. Es necesario tener un proyecto de vida en común, en donde la pareja pueda trabajar en conjunto apuntando ambos hacia un mismo fin. Sin embargo, es importante que cada uno tenga un espacio propio, a través del cual poder desarrollarse individualmente, y a la vez tener espacios de recreación e intereses personales.

Amor: Los miembros de la pareja deben sentir, tanto cariño como pasión por su par, y a la vez, sentirse cómodos y tranquilos en la relación. De la misma manera, se establece como

fundamental el hecho de sentir que la otra persona es un complemento que satisface todas las áreas de su vida.

Factores que influyen en la perdurabilidad de una relación de pareja:

Amor y Confianza: Los encuestados consideraron fundamental el amor y la confianza para que una relación se mantenga a través del tiempo. Sería importante una buena comunicación entre los miembros de la pareja, que fomente la sinceridad y el respeto, y otorgue un sentimiento de seguridad a la relación.

No rendirse, saber perdonar y pedir perdón: Sería fundamental un compromiso total entre los miembros de la pareja, manifestándose en todas las áreas de la relación. Junto a la perseverancia permitirán que ambas personas se sientan comprometidas y luchen constantemente por su relación, sin rendirse a pesar de que se presenten conflictos y momentos de tensión. Por ende, es importante saber pedir perdón y a la vez perdonar los errores de la pareja, debido a que ayudará a superar las situaciones complejas, entregándole a cada miembro de la pareja las herramientas necesarias para mantenerse perseverantes en la construcción de una relación de calidad.

Sorpresa y Conquista: Los encuestados pertenecientes a este grupo etario refieren la sorpresa como un factor fundamental que otorga alegría y novedad a la relación cada día. Es necesario continuar impresionándose mutuamente durante la relación a través de detalles que permitan no caer en la rutina. Así, los participantes refieren que una relación de pareja debiera ser una eterna conquista, en

donde las personas sigan buscando cautivar a su pareja constantemente.

Visión de vida y Proyectos comunes: Buscar similares metas en la vida, y de esta manera, poder construir proyectos en conjunto con el fin de conseguir y alcanzar aquellos desafíos. Poseer un mismo sistema de valores y una perspectiva epistemológica común de la vida, el mundo, las personas y la pareja que quieren formar, el aporte que desean entregar y la familia que les gustaría construir, genera y permite una continuidad en el tiempo y un sólido proyecto futuro que no será posible derrumbar fácilmente durante los momentos de adversidad.

Factores que influyen en el fracaso de una relación de pareja:

Desconfianza: El no confiar en el otro provoca grandes problemas y dificultades en el desarrollo de una relación amorosa. La infidelidad contribuiría directamente a la disminución de confianza, y sobre todo al deterioro progresivo de la pareja. Asimismo, los celos serían un signo de desconfianza, que a su vez, traerían grandes problemas en el diálogo y en el desarrollo normal de la vida cotidiana.

Falta de compromiso: La poca preocupación de los participantes se vería reflejada en un inevitable deterioro de la relación, ya que en muchos ámbitos de la vida se dejaría de lado el esfuerzo y la dedicación. Se manifestaría también en el egoísmo y en la falta de empatía, en donde se comienzan a priorizar las necesidades propias por sobre las de la pareja. Por otro lado, la falta de compromiso de uno de los miembros de la pareja se puede expresar en la falta de respeto e intolerancia hacia el otro, lo cual se establece como un ataque al

vínculo que deteriora la relación e influye directamente en el término del amor.

Pérdida de amor: Dejar de sentir amor por la pareja, es irreversible factor de fracaso, ya que como se mencionó anteriormente, los participantes consideran que el amor es crucial para el éxito de la relación. Así, si se pierde el afecto, se pierde entonces la motivación de luchar por la pareja y la relación. Perder la admiración por su par, es igualmente negativo, ya que es importante admirarse mutuamente durante el curso de la vida en pareja.

Mala comunicación: Problemas en la comunicación van a impedir la comprensión y entendimiento mutuo, por lo que es probable que se produzcan malentendidos difíciles de resolver, producto de no poseer un buen sistema de comunicación emocional y afectiva, ni tampoco estrategias adecuadas de resolución de conflictos.

Extrema idealización: Idealizar en exceso a la pareja sería un factor negativo, ya que el sujeto depositaría en la pareja expectativas extremadamente altas y difíciles de satisfacer, lo que provocaría una desilusión y frustración permanente por las necesidades no satisfechas y los sueños no realizados.

Vida sexual insatisfactoria: La vida sexual es un área delicada e importante de las relaciones de pareja, que sufre variaciones y alteraciones durante las dificultades que se presentan. Tener una vida sexual insatisfactoria o no poder resolver las dificultades que se podrían presentar en el plano sexual, afecta otros aspectos de la relación amorosa, lo que podría debilitar el vínculo entre los miembros de la pareja y producir una ruptura del vínculo de amor.

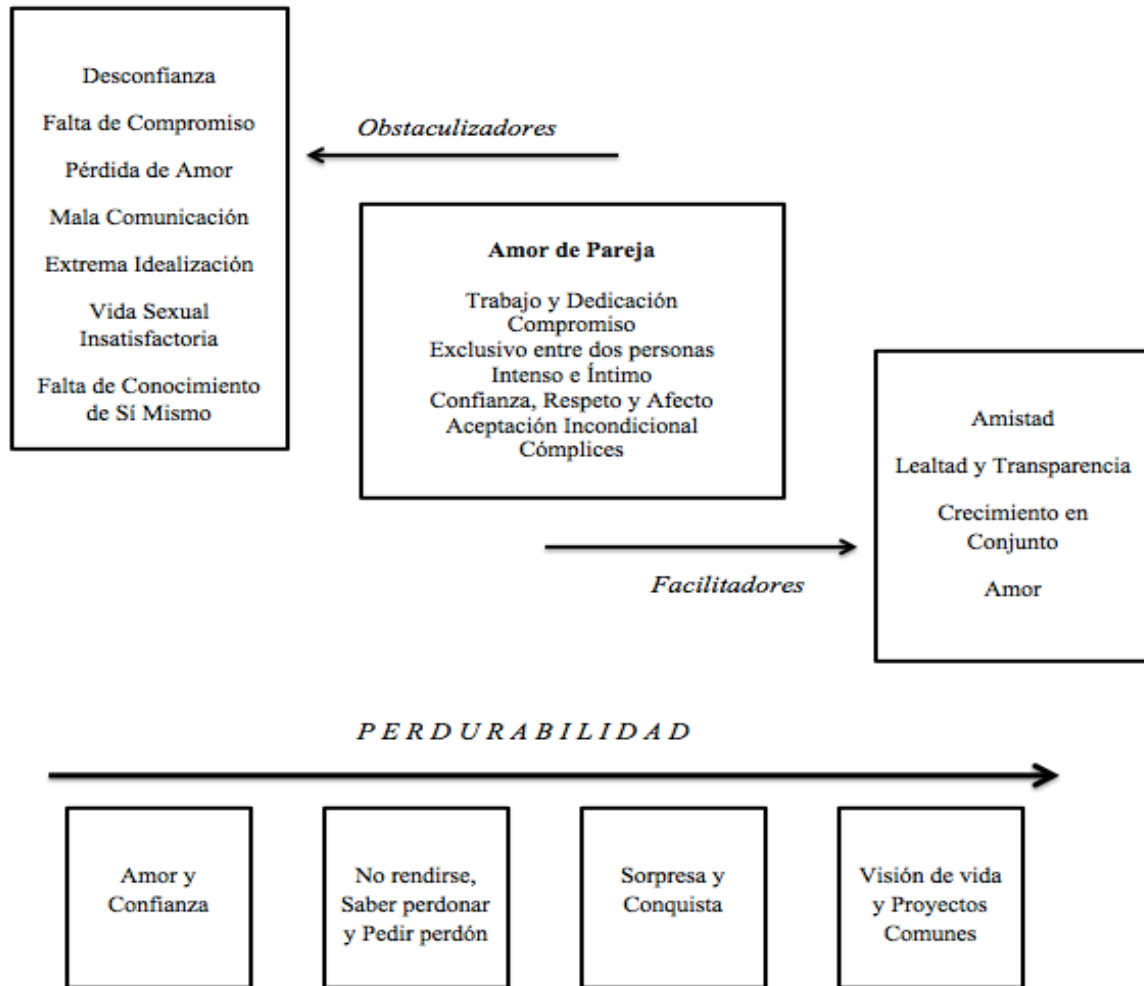


Figura 1. Narrativas respecto al amor del grupo etario entre 26 y 35 años.

Falta de conocimiento de sí mismo: Refiere al desconocimiento de la propia personalidad, los propios sentimientos, motivaciones y aspiraciones como individuo y como pareja. El desconocimiento de los propios aspectos del self no permite saber qué es lo que se quiere o busca. Por otro lado, muchos de estos aspectos no son revelados a la pareja lo cual produce inevitables problemas de comunicación y entendimiento, lo cual

deteriora progresivamente el vínculo hasta la ruptura de la relación de pareja.

Narrativas acerca del amor de pareja en el grupo etario entre 36 y 50 años de edad

Dentro del grupo etario entre 36 y 50 años, el amor de pareja es comprendido como una relación de intimidad, permanente en el tiempo, la cual se caracteriza por respeto mutuo y tolerancia. En el amor debe existir

una admiración por la pareja, la cual será la encargada de mantener el erotismo y la atracción sexual. El amor de pareja es una relación de complicidad, en donde el otro es quien completa el sí mismo. Implica un trabajo constante a través del tiempo y deseos de querer compartir el futuro.

El amor de pareja se diferencia de otros tipos de amor ya que es voluntario; es decir, no impuesto por el linaje familiar. Por otro lado, incluye la pasión sexual, lo que sería característico y excluyente con otros tipos de amor, como por ejemplo, el amor fraternal, el *Alimentar la relación día a día*: cual consiste en cariño y cuidado mutuo, definiendo la relación como un vínculo de compañía y apoyo.

Dentro de los encuestados entre 36 y 50 años de edad, el 32% refiere no estar satisfecho con su vida amorosa. Las principales razones radican en el hecho de no estar en pareja o presentar grandes dificultades para encontrar pareja y mantenerse estable en una relación. Por otro lado, la poca satisfacción tendría su fundamento en las características de las relaciones de pareja que se establecen; principalmente basadas en celos, desconfianza, control y abuso de poder. Finalmente, un tercer aspecto que influye en la baja satisfacción hace referencia a la vida sexual. La falta de deseo y la baja satisfacción sexual es un factor importante que influye en el nivel de satisfacción de la vida en pareja, siendo referido este punto principalmente por mujeres.

Por otro lado, el 68% restante refiere estar satisfecho con su vida amorosa. La principal razón hace referencia al compañerismo y apoyo mutuo. Los encuestados satisfechos con su vida amorosa relatan que han logrado

crecer y madurar junto a su pareja, que comparten proyectos futuros y tienen perspectivas similares acerca del mundo y la vida. Dentro de este grupo, la sexualidad no es referida como un factor influyente, y todos los encuestados hacen referencia a la existencia de problemas y los beneficios que ha tenido el saber solucionarlos.

Factores que influyen en el éxito de la vida en pareja

Tolerar la diferencia: Tolerar los aspectos negativos de la pareja y comprender que es un sujeto distinto, con deseos y necesidades propias. Saber perdonar se constituye como un factor importante al momento de solucionar conflictos, con el objetivo de cuidar el vínculo y generar mayor intimidad.

Independencia y vida propia: La necesidad de mantener la autonomía y respetar los espacios personales y privados es referida como otro factor importante. Los encuestados relatan la relevancia de ser uno mismo en presencia del otro, no perder los intereses y actividades recreativas, las cuales pueden no incluir a la pareja, pero el apoyo y respeto de estos espacios por parte de la pareja tendería a aumentar la satisfacción y gratificación que entrega la relación.

Poner en palabras los conflictos: A través de una buena comunicación se puede solucionar conflictos y negociar los desacuerdos, ya que esta genera espacios de intimidad, lo que permite a los miembros de la pareja crecer y madurar a partir de la relación.

Factores que influyen en la perdurabilidad de una relación de pareja:

Los encuestados enfatizan la importancia de cultivar la relación cotidianamente, no perder

los detalles y realizar actividades diferentes que derroten la rutina y monotonía de la relación. Entender que una relación de pareja implica un trabajo y un esfuerzo constante; en la cual se debe comprender la relación como un continuo en el tiempo, de manera que lo que hoy se construya traerá beneficios en el nivel de satisfacción futuro.

Expectativas reales: Esto implica comprender que el amor va mutando, que las expectativas y el sueño inicial de la relación va a ir variando en el transcurso del ciclo evolutivo de la pareja. Aceptar a la pareja tal como es sin proyectar sobre el otro aspiraciones idealizadas, permite aceptarse mutuamente como sujetos reales y poner en el foco de la relación el esfuerzo, el trabajo mutuo, la perseverancia, el cuidado y cariño por sobre otras cosas.

Valores y perspectivas de vida comunes: Compartir valores y visiones de mundo, mirar hacia una misma dirección y mantener una conexión ideológica, intelectual y espiritual respecto del mundo, el futuro y la vida en pareja. Esto otorga una dirección clara hacia la cual caminar juntos y permite lidiar con las dificultades que ese camino implique.

Factores que influyen en el fracaso de una relación de pareja:

Dinero y problemas financieros: El dinero se establece rápidamente como un problema que podría llevar al fracaso de una relación de pareja, ya sea entendiendo el dinero como lucha de poder, el cual establece diferencias o rangos al interior de la relación de pareja o, por otro lado, haciendo referencia a las dificultades que produce en el vínculo amoroso los problemas económicos. Gran parte de los encuestados de este grupo etario

refiere que otro de los problemas en relación al dinero tiene relación con la diferencia de prioridades que tiene cada miembro de la pareja respecto a en qué gastar o disfrutar el dinero.

Infidelidad: Esta es referida por los encuestados como un conflicto prácticamente irreparable. En menor grado, los celos, las dudas y desconfianza atacarían silenciosamente el vínculo deteriorando la relación a través del tiempo.

Problemas relacionados con la crianza de los hijos: La crianza de los hijos es referida en algunos casos como un factor que posterga la ruptura de la pareja, pero por otro lado, es un factor que gatilla múltiples dificultades en la vida en pareja. Muchas veces los problemas de la relación son desplazados hacia la crianza de los hijos. Tienden a descuidar los espacios para la intimidad, el goce y el erotismo. En algunos casos, las parejas se mantienen unidas en el tiempo por el bien de los hijos sin mantener una relación de pareja propiamente tal. En otras ocasiones, los hijos son el foco en el cual se despliegan los conflictos de poder entre los miembros de la pareja, desviando la atención del verdadero conflicto y deteriorando aún más la relación.

Familia de origen: Mantener los límites como pareja y no dejar entrar a terceros que influyan en la relación se constituye como una variable fundamental para proteger el vínculo. Los encuestados refieren que la pareja debe ser prioridad por sobre la familia de origen, a su vez que el cónyuge debe darse cuenta de este lugar privilegiado que ocupa. La pareja debe mantener espacios de intimidad fuera de las respectivas familias de origen.

Comunicación: La falta de comunicación, el no hablar los conflictos a tiempo, los aspectos de la relación que no han sido puestos en palabras, la indiferencia y el desprecio como formas no verbales de comunicación, afectarían de manera grave el vínculo

amoroso. También se considera un importante factor predictor de fracaso cuando la comunicación incluye altos montos agresión y crítica, generando daños muchas veces irreparables en el vínculo de pareja.

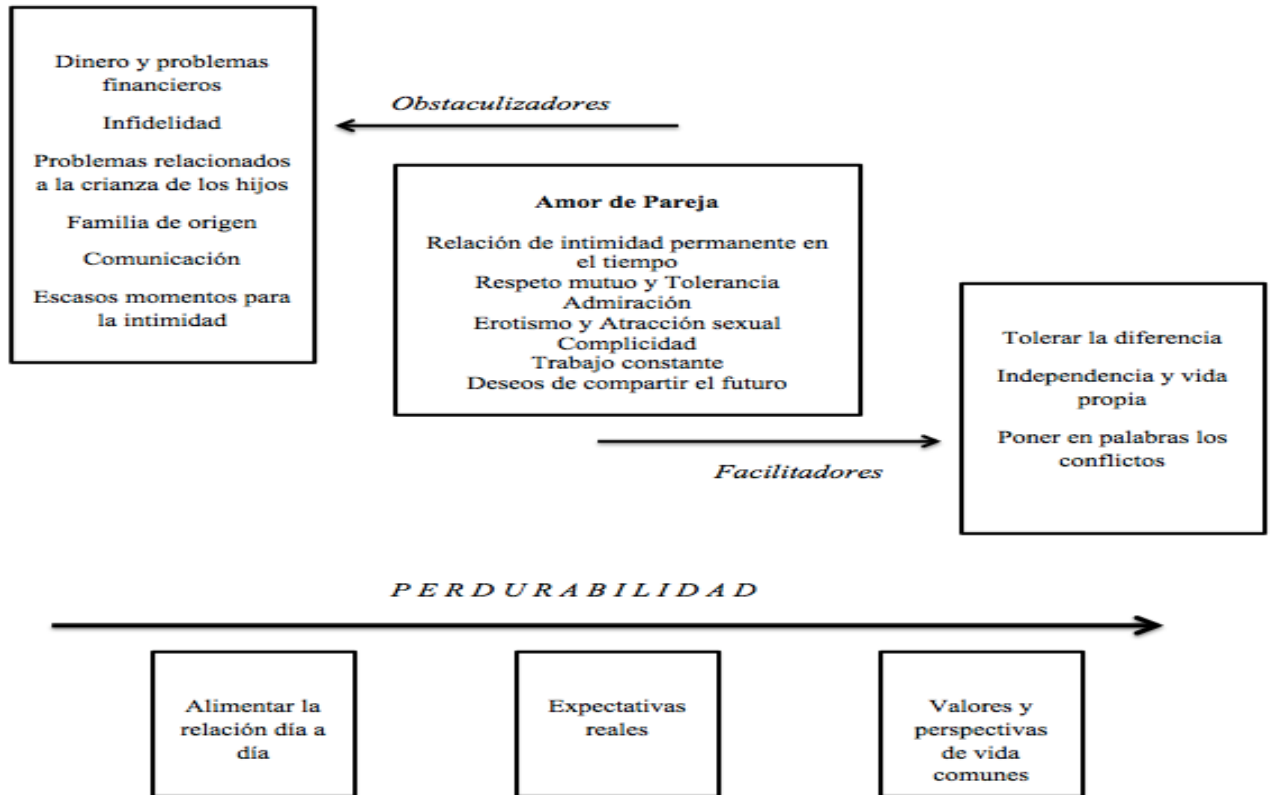


Figura 2. Narrativas respecto al amor del grupo etario entre 36 y 50 años.

Escasos momentos para la intimidad: Pérdida del deseo sexual y escasos momentos para la intimidad de pareja son un factor que deteriora la relación. El cansancio por el trabajo o labores domésticas afecta la vida sexual a lo

largo del tiempo. Por otro lado, el no sentirse validado o apoyado en las labores de padre y madre, también afectaría la motivación al encuentro sexual con la pareja.

Narrativas acerca del amor de pareja en el grupo etario sobre 51 años de edad

El amor de pareja en el grupo etario sobre 51 años de edad hace referencia a un tipo de amor que evoluciona con el tiempo, siendo este una construcción permanente. Parte de un enamoramiento con pasión y amor, y va cambiando a una relación más madura, a una amistad con paciencia, entendimiento, lealtad, generosidad, tolerancia, respeto y confianza. Se diferencia de otros tipos de amor por la presencia del interés sexual, y porque es una entrega total y exclusiva. Además, con la pareja se vive de todo, tanto lo bueno como lo malo, y es con la persona con que mayormente se comparte y en la que se piensa la mayor cantidad de tiempo dentro de los seres queridos.

Dentro de los encuestados de este grupo etario, un 77,7% menciona estar satisfecho con su vida en pareja. Los participantes que se encuentran en una relación, refieren que se sienten bien con su par, que comparten, se sienten felices, y viven juntos tanto los momentos buenos como lo malos. Los que se encuentran divorciados o sin pareja actual, mencionan que tuvieron una buena vida en pareja, y que de las experiencias y momentos que vivieron obtuvieron grandes enseñanzas y recuerdos.

Por otro lado, un 22,2% no se encuentra satisfecho, comentando que les gustaría tener una pareja, pero que en la edad adulta es difícil encontrar y poder tener una relación sana y estable.

Factores que influyen en el éxito de la vida en pareja

Amarse en todas las situaciones: Amarse tanto en los momentos buenos como en los malos.

Es decir, debe existir una incondicionalidad, en la cual exista un fuerte compromiso entre la pareja, sabiendo sobrellevar los enojos, discusiones y dificultades.

Disfrutar: Ser y estar feliz en una relación. Compartir, reír, realizar actividades juntos que escapen de la rutina, sería fundamental. Asimismo, la ternura entre los miembros de la diada los ayudaría a disfrutar y mantener la intimidad.

Comprender la posición de la pareja: Poder comprenderse y entenderse a través de una buena comunicación son factores relevantes para el éxito de una relación. La confianza se torna elemental, en donde la seguridad encontrada en el otro, facilitaría el mutuo entendimiento. De la misma manera, los encuestados consideran que tener esencias similares favorece la comprensión, ya que pone a los miembros de la pareja en lugares afines y permite desarrollar interpretaciones similares de las situaciones y el mundo.

Compartir propósitos: Buscar mismos objetivos y metas. A su vez, es importante que cada individuo tenga aspiraciones propias, pero que compartan ciertos propósitos respectivos a la identidad de pareja. De esta manera, el haber realizado proyectos en conjunto, se constituye como un importante factor de éxito, en donde han crecido tanto como pareja, como individualmente.

Factores que influyen en la perdurabilidad de una relación de pareja

Complicidad: Capacidad de ser y sentirse cómplices el uno con el otro. Acompañarse y apoyarse en todas las situaciones, sintiendo siempre un respaldo único entregado por la

pareja. Asimismo, compartir tanto las penas como las alegrías, los miedos, sueños e ideales.

Saber escuchar: Poder escucharse en las discusiones, y también en las historias triviales y cotidianas, comprendiendo los puntos de vista de cada uno, opiniones y visiones de vida. Sería fundamental la tolerancia, así como también el respeto por aquellas cosas que la pareja considera importantes. Para esto, es necesario poder adaptarse a las distintas

situaciones en que cada miembro tiene algo que decir y expresar.

Fidelidad: Ser fiel a la pareja, entendido como una lealtad en todos los ámbitos de la relación, permite sentar las bases de la relación en confianza y seguridad. La fidelidad durante el transcurso de la relación, va a permitir fortalecer el vínculo de pareja y poder crecer y vivir en conjunto.

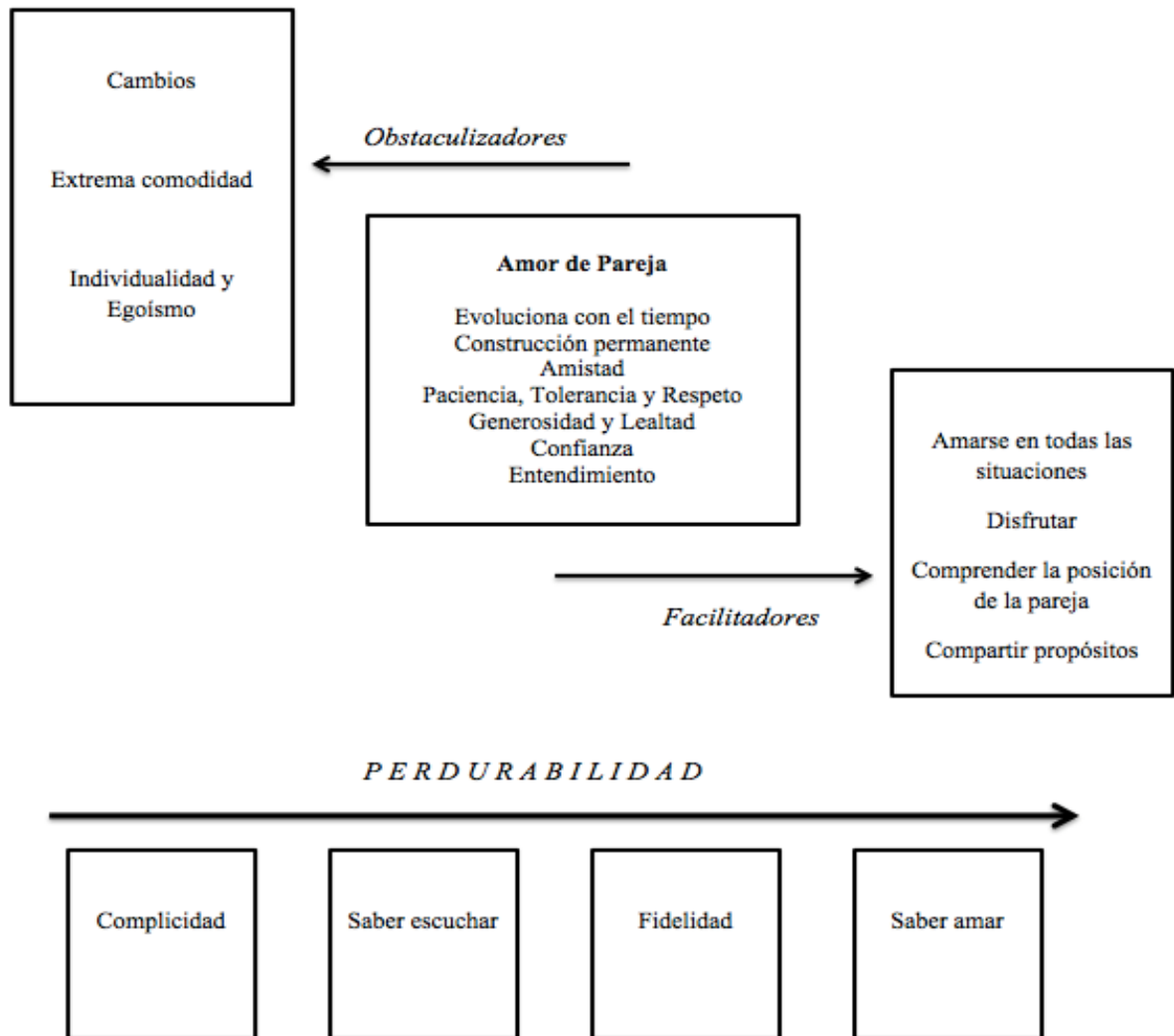


Figura 3. Narrativas respecto al amor del grupo etario entre 36 y 50 años.

Saber amar: Mantener un amor genuino y mutuo, el cual será el motor de la relación. De la misma manera, los encuestados consideran importante el saber amar, es decir, un conjunto de los factores nombrados anteriormente, como también los factores de éxito, demostrarían una capacidad de amar a la pareja, lo que permitiría superar el individualismo y entregarse a la persona amada a través de los años.

Factores que influyen en el fracaso de una relación de pareja

Cambios: Adaptarse a los cambios y diferentes fases del ciclo de la vida. Durante la vida en pareja, es probable que se produzcan repetidos cambios y ajustes en la dinámica de la relación. En primer lugar, las personas deben saber de antemano que estos cambios se producirán, y estar dispuestos a adaptarse y enfrentarlos. En segundo lugar, los encuestados plantean que cuando hay un cambio de intereses entre los miembros de la pareja, o un cambio de expectativas o proyectos, estos podrían llevar al fracaso. Cuando los ajustes dejan de unir a la pareja, es cuando la relación se pone en peligro.

Extrema comodidad: Los encuestados comentan que cuando uno de los miembros se siente cómodo en la relación, deja de trabajar y esforzarse por mantener el amor vivo. Esto ocurriría cuando uno o ambos miembros de la pareja se han visto envueltos por la rutina y el desgano. La vida en pareja se vería afectada por la cotidianidad y la falta de emoción frente a la relación y la vida en general.

Individualidad y egoísmo: En el vínculo de pareja se establece como fundamental la empatía, así como el poder pensar y actuar por el otro. Se consideran un factor de riesgo el no reconocer

los logros de la pareja, siendo fundamental la admiración y fascinación mutua. Querer controlar la vida de la pareja podría atentar contra el éxito de la relación, ya que es importante poder respetar los espacios y el desarrollo personal, buscando un equilibrio entre éste y el crecimiento en pareja.

DISCUSIÓN

A partir de los resultados de la investigación, podemos apreciar que gran parte de la muestra estudiada refiere que el amor de pareja es una relación íntima e intensa que, a diferencia de los lazos familiares, se caracteriza por ser voluntaria y no impuesta.

Por otro lado, todos los grupos etarios concuerdan que aquello que diferencia el amor de pareja de otros tipos de amor es el desarrollo de la sexualidad y el erotismo, lo cual se establece como una consecuencia del cariño, el cuidado, la conexión y la intimidad. El 71% de la muestra total se encuentra satisfecho con su vida amorosa. No existen diferencias de género, y tampoco diferencias por países. A partir de estos resultados se puede plantear hipotéticamente que la experiencia del amor se experimenta de manera similar entre géneros, y sólo se diferencia por pequeños matices. Lo mismo ocurriría entre los diferentes países. Al parecer no existe una manera particular de comprender y percibir el amor en los distintos países estudiados. El amor sería experimentado de manera similar, las preocupaciones serían similares y los criterios o factores de éxito, perdurabilidad y fracaso serían los mismos. Esto permite pensar que las percepciones del amor de pareja sufren variaciones en cuanto avanza la época y la

cultura, sin embargo, en cada periodo de la evolución humana las vivencias en relación al amor y las relaciones de pareja serían similares en diferentes partes del mundo.

Sí se encontraron diferencias según el estado amoroso, en donde los sujetos divorciados, separados o sin pareja se mostraron en mayor porcentaje insatisfechos con su vida amorosa, mientras que los participantes en cualquier tipo de relación referían estar satisfechos. Los primeros, mencionaban el no poder encontrar a la persona adecuada, o el haber experimentado relaciones que fracasaron o que no los dejaron conformes. Los participantes satisfechos, mencionaron estar conformes y contentos con su elección y vida en pareja y todas las variables que esta implica. El ser humano tendría una tendencia a vincularse con otro y el aislamiento o incapacidad de establecer una relación de intimidad afectiva con una pareja generaría una sensación de incompletitud. Sin embargo, los integrantes del grupo etario de 51 años o más que se encontraban sin pareja mantienen buenos recuerdos de sus relaciones pasadas y las valoran como importantes experiencias de aprendizaje.

Dentro de la satisfacción, también se encontraron diferencias por grupo de edad según la relación de esta con la percepción del tiempo. Es decir, el grupo más joven manifestó sentirse satisfecho debido a que tenían proyectos de vida comunes que esperaban cumplir juntos. A diferencia, los dos grupos restantes refirieron sentirse satisfechos debido a que ya habían cumplido ciertos proyectos en común que se habían planteado al inicio de la relación. Es decir, se evidencia un cambio en la direccionalidad del tiempo en los distintos grupos etario. El grupo

joven valora la proyección futura y los otros dos grupos etarios evalúan su vida amorosa por lo transcurrido hacia atrás.

Desde otro punto de vista, en el grupo etario entre 26 y 35 años se evidencia la importancia de elegir un compañero/a con quien establecer una relación de amistad. Esto podría tener su fundamento en el periodo evolutivo que cursa este grupo. La vida en pareja para los jóvenes pareciera ser una relación e instancia para pasarlo bien y divertirse, bases necesarias para generar un proyecto común.

Todos los grupos que conformaron la muestra refieren la relevancia del trabajo y construcción constante en una relación de pareja. Esto hace referencia a conquistarse mutuamente de manera permanente en el tiempo y también a evitar caer en la rutina y monotonía, las cuales fueron referidas como posibles factores de fracaso. Así, se requeriría de un compromiso total con la pareja, teniendo a la base el deseo de construir un proyecto de vida en común, que sería el motor de la dedicación y trabajo diario.

Por otro lado, la temática del dinero y los problemas financieros se especificó en un solo grupo etario, correspondiente al rango entre 36 y 50 años. En este grupo se evidencia el dinero como un lugar donde negociar problemas relacionales y de intimidad emocional con distancia psicológica. La discusión acerca del dinero sería una forma de discutir y trazar implícitamente aspectos de la pauta relacional, del grado de diferenciación, dominio, poder y cuidado. De la misma manera, también apareció como amenazante el tema de la crianza de los hijos, lo que da cuenta de la etapa del ciclo vital familiar que

curso este grupo. A partir de estos resultados y en término de hipótesis, se podría pensar que las principales áreas de tensión y conflicto de este grupo etario tienen relación con el periodo del ciclo vital familiar. Los participantes entre 36 y 50 años de edad cursan el periodo de consolidación laboral y familiar (Florenzano, 2003), se encuentran volcados a la crianza de los hijos y es el periodo de mayor productividad laboral, intelectual y económica de la vida (Erikson, 2000). El dinero y la crianza de los hijos son áreas relevantes para este grupo en particular, no así para los otros dos grupos restantes.

Para los tres grupos estudiados las estrategias de resolución de conflictos serían una clave del éxito de la vida en pareja. De esta manera, sería fundamental una buena comunicación y entendimiento entre los miembros de la pareja, ya que se lograría un camino efectivo para solucionar conflictos y mantener la relación día a día. Por el contrario, la comunicación agresiva y destructiva sería un factor de riesgo en la relación, ya que las críticas, desvalorizaciones y desprecios, provocarían heridas irreparables en el self de la pareja, dañando el vínculo y debilitando la relación.

La presencia del amor como factor indispensable del éxito y perdurabilidad de la vida en pareja se encontró asociado a los dos grupos extremos (entre 26 y 35 años, y sobre 51 años de edad), mientras que no estuvo presente en el grupo intermedio. Como se mencionó anteriormente, los participantes entre 36 y 50 años, refirieron como temas relevantes los problemas financieros, los temas relacionados a la crianza de los hijos y, también, a la familia de origen. En este sentido, el amor pareciera no ser un requisito

fundamental, ya que se encuentran orientados a otro tipo de tareas.

Por otro lado, el grupo más joven se encuentra en etapa de conformación y consolidación de la vida en pareja, por lo que el amor sería un aspecto esencial para el comienzo y mantención de la relación. Asimismo, los encuestados de 51 años o más, podrían ya haber dejado de lado las tareas con respecto a la crianza de los hijos, y estar probablemente más cómodos en temas financieros y familiares; de esta manera, estarían nuevamente volcados a la pareja, lo que explicaría la presencia del concepto de amor como factor relevante en la vida de pareja.

La idealización aparece como un fenómeno central de una relación de pareja en todos los grupos que conformaron la muestra. La capacidad de enamorarse de lo que realmente es la pareja y no mantener expectativas excesivamente altas, se establecen como factores protectores del vínculo y el desarrollo del amor.

Los proyectos comunes en la vida en pareja, aparecen como un factor esencial de éxito. Los encuestados comentan que es fundamental que los miembros de la díada caminen buscando un mismo objetivo. No obstante, sería igual de importante que cada uno mantenga proyectos propios, así como también espacios y momentos personales.

Por otro lado, se evidencia un énfasis en la calidad de la sexualidad en los dos primeros grupos etarios. Sin embargo, en el grupo sobre 51 años de edad no se evidencia una referencia clara a la sexualidad como un factor central de la vida en pareja. Este grupo resalta aspectos como el cariño, cuidado, comprensión y complicidad.

Finalmente, en los dos grupos más jóvenes, se encontraron mayor cantidad de factores de fracaso que de éxito; no así en el grupo mayor, en donde los de éxito aparecieron en mayor cantidad. Los dos primeros grupos se encuentran comenzando o desarrollando su vida en pareja, por lo que podrían percibir mayor cantidad de sucesos amenazantes para el vínculo, mientras que las personas de 51 años o más, podrían tener menor ansiedad frente a los factores de fracaso, comprender de mejor manera qué aspectos son los esenciales para compartir la vida con una pareja y a partir de la experiencia, conocer aquellos factores realmente amenazantes.

CONCLUSIÓN

A lo largo del presente estudio, se logró concluir que las diferencias respecto a la forma de experimentar y enfrentar una relación de pareja presenta diferencias más claras entre las diferentes cohortes o periodos del ciclo vital individual/familiar, pero no evidencia diferencias claras entre los diferentes países. Esto permite pensar, tal como fue desarrollado al comienzo de este artículo, que al ser el vínculo de pareja corolario del vínculo infantil que desarrolla el psiquismo, el amor y la vida en pareja despliega las mismas dinámicas y conflictos que surgen a partir de los patrones de relación internos adquiridos en las experiencias tempranas. La influencia de la cultura, las tradiciones y costumbres sólo afectarían de manera parcial el vínculo de pareja, pero las necesidades afectivas, preocupaciones, tensiones y dinámicas tienden a ser similares. Esto se evidencia claramente en el aumento de las parejas interculturales en la actualidad.

La intimidad emocional, la co-construcción de la identidad de pareja y la pasión amorosa, aparecen como principales áreas de tensión y conflicto en la vida amorosa y en el desarrollo de la vida en pareja en los distintos grupos estudiados.

La vida en pareja se establece como un espacio interpersonal con permanentes fluctuaciones entre armonía y conflicto, en donde los desencuentros son siempre seguidos de una dinámica de reparación. La tensión y el conflicto entonces, se establecen como inevitables en la vida en pareja, más bien como el motor de cambio y desarrollo de la relación. La tensión genera espacios de discusión y elaboración de conflictos los cuales potencian la construcción de un self de pareja y la posibilidad de espacios de conocimiento mutuo en los cuales desarrollar la intimidad y el erotismo. La tensión y el conflicto como aspecto constitutivo del amor permite direccionar y re-direccionar la relación hacia lugares aún no transitados, que podrían permitir mayor satisfacción y ajuste en los miembros de la pareja.

Por otro lado, otro aspecto fundamental a considerar en la vida de pareja, son aquellos desacuerdos, disgustos o diferencias de opinión que no alcanzan a tomar forma en el lenguaje. Lo no dicho en palabras permanece como un determinante subterráneo que genera malestar en la relación y podría ocasionar conflictos en el futuro. Poner en palabras aspectos de la relación no pensados hasta el momento otorgaría un alivio y disminución de la tensión; por lo cual, se podría comprender la posibilidad de nombrar aquello que aún no ha sido nombrado como una solución del conflicto en sí mismo, que

permite abrir nuevas perspectivas, calmar ansiedades y angustias experimentadas en silencio, y entender aspectos de la relación y la pareja que aún no han sido comprendidos.

A partir de la presente investigación se desprenden algunas sugerencias para la vida en pareja. En primer lugar, parece relevante poder enfrentar las relaciones de pareja con expectativas realistas acerca de la misma, sin una extrema idealización. Esto aumentará las posibilidades de que la representación del amor sea lo más cercana posible a la relación actual, amortiguando la desilusión propia del paso de los años y la caída de la idealización. En segundo lugar, parece relevante discutir y enfrentar los conflictos con disposición a la solución, buscando alternativas de crecimiento mutuo, sin estrategias destructivas y amenazantes para el vínculo al momento de solucionar los conflictos.

En tercer lugar, se establece como indispensable mantener siempre la sorpresa y conquista en la vida en pareja, lo que permitiría no caer en la monotonía y rutina diaria, buscando así, reinventar y renovar permanentemente la relación.

En cuarto lugar, es importante no perder la capacidad de jugar, como una forma de mantener los espacios de ocio. Esto permite mantener la relación en un espacio de entretenimiento y bienestar que desvía la atención de la angustia y el conflicto, disminuyendo la tensión y priorizando la simpleza de la relación por sobre la supuesta grandeza de los conflictos. Finalmente, se establece como un aspecto fundamental la posibilidad de generar constantemente espacios de intimidad, con el objetivo de mantener el erotismo a través del tiempo, en donde el deseo se constituya como

una experiencia espiritual que trascienda lo corpóreo, buscando mayor ajuste en el desarrollo de la sexualidad.

Una de las limitaciones del presente estudio, se encuentra en que al ser de tipo transversal, los relatos recogidos están determinados por las propias experiencias, algunas recientes, de fracaso o enamoramiento. Se evidencia un sesgo en la percepción del amor en sujetos recientemente divorciados o que habían sufrido una ruptura. Por otro lado, también se apreció un sesgo en sujetos que se encontraban en la primera etapa de su romance, teniendo una visión más optimista y positiva.

De la misma manera, al haber aplicado el instrumento a distancia, los sujetos encuestados enviaron sus respuestas terminadas, sin interactuar con los investigadores. En este sentido, los investigadores no contaron con la posibilidad de indagar o contra-preguntar en alguna respuesta poco desarrollada o de escasa claridad.

El presente estudio es un gran aporte a la disciplina psicológica, ya que logró captar las representaciones del sentido común respecto al desarrollo y evolución de las relaciones de pareja. De la misma manera, los resultados son útiles para el campo de la psicología y sociología, quienes pueden desarrollar hipótesis del comportamiento colectivo y las transformaciones que han sufrido las representaciones del amor a través del tiempo y las variaciones que sufren en las diferentes etapas de la vida. Por otro lado, el presente estudio enfatiza la importancia del análisis de las narrativas, entendiendo estas como una

puerta de acceso a la subjetividad de los participantes y al fenómeno de estudio.

Futuras líneas de investigación podrían realizar entrevistas a parejas de distintos grupos etareos, con el objetivo de evaluar las narrativas respecto al amor de los miembros de una misma pareja, para así poder analizar convergencias y divergencias en la forma de percibir una misma relación amorosa.

Finalmente, sería interesante un estudio longitudinal de parejas jóvenes en etapa de conformación y consolidación, de manera de poder realizar un seguimiento a través de los años. A partir de esta metodología se podría indagar en la transformación de las narrativas y representaciones de la vida en pareja a través de la evolución del amor.

REFERENCIAS

- Acevedo, V. & Restrepo, L. (2010). Experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja. *Pensamiento Psicológico*, 15 (8), 63-76.
- Baxter, L.A. & Dindia, K. (1990). Marital partners' perceptions of marital maintenance strategies. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 187-208.
- Bernal, G. (2006). *El desarrollo tecnológico, una perspectiva social y humanista*. I Congreso Iberoamericano de Ciencia, Tecnología, Sociedad e Innovación CTS+1. México D.F.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. London: Routledge.
- Burin, M. (2008). Las fronteras de cristal en la carrera laboral de las mujeres: Género, subjetividad y globalización. *Anuario de Psicología*, V.39. N°1. 75-86.
- Capponi, R. (2004). *El amor después del amor*. Chile: Grijalbo.
- Díaz-Loving, R & Sánchez, R. (2004) *Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja*. México: Porrúa.
- Erikson, E. (2000). *El ciclo vital completado*. Barcelona: Paidós.
- Fonagy, P. (2004). *Teoría del apego y psicoanálisis*. Barcelona: Spaxs.
- Fossa, P. (2010). *El debilitamiento del vínculo: Un estudio microgenético en psicoterapia*. Tesis para optar al grado de Magíster en Psicología Clínica. Universidad del Desarrollo. Santiago de Chile.
- Florenzano, R. (2003). El adulto joven. En *Psicología Médica*. Chile: Mediterráneo.
- Freud, S. (1996). *Obras Completas*. Buenos Aires: Amorrortu.
- García, R. (2001). *La construcción subjetiva del amor*. Tesis de licenciatura. Facultad de psicología UNAM: México.
- Garrido, A. Reyes, A. Ortega, P. & Torres, L. (2007) La vida en pareja: Un asunto a negociar. *Enseñanza e investigación en psicología*. Vol. 12 (2), 385-396
- Glasser, B. & Strauss, A. (1967). *The discovery of*

- grounded Theory: Strategies for Qualitative research*. Chicago: Aldine.
- González, M.S. & Espinosa, S.M. (2004). Parejas jóvenes y divorcio. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 1 (1), 16-32.
- Gottman, J. M. (1979). *Marital Interaction. Experimental investigations*. Academic Press.
- Gottman, J. M. (1998). Psychology and the study of marital processes. *Annual Review of Psychology*, 49, 169-97.
- Jankowiak, W. R. & Fischer, E. F. (1992). A cross-cultural perspective on romantic love. *Ethology*, 31, 149-155.
- Kernberg, O. (2005). *Relaciones amorosas: Normalidad y Patología*. Buenos Aires: Paidós.
- Kohut, H. (1978). *Análisis del self*. Buenos Aires: Amorrortu.
- López, A. (2010). La grandeza del amor conyugal. *El amor humano*. N° 17. 1-8.
- Minuchin, S. & Fishman, H. C. (1984). *Técnicas de terapia Familiar*. Ed. Paidós: México.
- Murray, S.L., Holmes J.G. & Griffin, D.W. (2004). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfactions in close relationships. En H. T. Reis y C. E. Rusbult (Eds.): *Close relationships* (pp. 99-108). London: Taylor & Francis Books, Inc.
- Olson, D. (1993). Five Types of Marriage: An Empirical Typology Based on ENRICH. *The Family Journal*, Vol. 1:3, 196-207.
- Palacios, S. (2001). *Salud y Medicina de la Mujer*. España: Harcourt.
- Pérez, G., Estrada, S. & Pacheco, V. (2007). Iguales y Diferentes: Análisis Cualitativo de las Vivencias de Hombres y Mujeres Sobre su Relación de Pareja. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*, Vol. XIII, No. 2.
- Romero, A. (2003). *Historias de Amor y la satisfacción en la relación de pareja*. Tesis de Maestría. Facultad de psicología UNAM: México.
- Sánchez, R. (2009) Expectativas, percepción de estabilidad y estrategias de mantenimiento en las relaciones amorosas. *Enseñanza e investigación en psicología*. Vol. 14 (2), 229-243.
- Saluter, A. F. & Lugaila, T. A. (1998). *Marital Status and living arrangement: March 1996*. Current Population Reports. Washington DC: U.S. Bureau of the Census.
- Sternberg, R (1988). *El triángulo del amor*. México: Paidós.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques*. Sage Publications.
- Tapia, L., Poulsen, G., Armijo, I., Pereira, X. & Sotomayor, P. (2009). Solución de entrapas en parejas en conflicto. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, Vol. XVIII, 101 – 114.
- Taylor, S. E. & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.

Taylor, S. J. & Bogdan, R. (1998). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Buenos Aires: Paidós.

Vygotsky, L. S. (1978). *Pensamiento y Lenguaje*. Madrid: Paidós.

Winnicott, D. (1993). *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador: Estudios para una teoría del desarrollo emocional*. Buenos Aires: Paidós.