

**Diana Janeth Villamizar Carrillo**

**LAS REPRESENTACIONES DE LAS RELACIONES DE PAREJA A LO LARGO  
DEL CICLO VITAL: SIGNIFICADOS ASOCIADOS Y PERCEPCIÓN DEL CAMBIO  
EVOLUTIVO.**

**TESIS DOCTORAL**

**Dirigida por Dr. Feliciano Villar Posada**

**Facultad de Ciencias de la Educación y Psicología  
Departamento de Psicología**



**TARRAGONA 2009**

## AGRADECIMIENTOS

Mi gran sincero agradecimiento a las personas e instituciones que colaboraron con la elaboración de este trabajo investigador.

En primer lugar al Departamento de Psicología de la Universidad Rovira i Virgili, donde realicé mis estudios doctorales. En segundo lugar a la Universidad de Pamplona (Colombia), con quienes trabajo, por darme la posibilidad de llegar aquí.

Al Dr. Feliciano Villar mi director, confidente y apoyo incondicional en esta larga lucha, por su voz de aliento y sobre todo el trabajo y aporte personal. Al Dr. Estanislao Pastor Mayol Director del doctorado quien a nivel administrativo y personal siempre estuvo dispuesto a escucharme.

Agradecimiento especial a las personas que voluntariamente colaboraron estudiantes y participantes de esta investigación por su tiempo y voluntad.

A mi familia, Sara, Pedro, Laura, Javier, Sofía por el constante entusiasmo para recargar energías y su apoyo incondicional.

Y para Anyela Patricia por ser el motivo de lucha diaria, por su alegría y sobre todo por su constante entendimiento por la falta de tiempo para estar con ella.

## INDICE

<b>INDICE .....</b>	<b>3</b>
<b>INDICE DE FIGURAS .....</b>	<b>5</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>9</b>
<b>PRIMER CAPITULO: LA RELACIÓN DE PAREJA DESDE UNA PERSPECTIVA DEL CICLO VITAL .....</b>	<b>17</b>
1.1. Desarrollo y ciclo vital: la perspectiva de los cambios cualitativos.....	18
1.1.1 La teoría de Erikson .....	19
1.1.2. Las tareas evolutivas .....	24
2. Desarrollo y ciclo vital: la perspectiva de los procesos .....	29
1.2.1. El enfoque del ciclo vital.....	30
Desarrollo como un proceso de adaptación selectiva .....	33
Desarrollo como una dinámica entre pérdidas y ganancias .....	34
Contextualismo ontogenético e histórico.....	35
Selección .....	38
Optimización.....	39
Compensación .....	41
Selección, optimización y compensación: la clave del desarrollo con éxito ..	41
1.2.2. La teoría socioemocional .....	43
<b>SEGUNDO CAPÍTULO: PSICOLOGIA DEL AMOR .....</b>	<b>50</b>
2.1. Modelos teóricos del amor .....	51
2.1.1 Teorías enmarcadas en el origen de la relación .....	51
2.1.2. Enfoques sobre la evolución el amor .....	54
2.2. Teoría Triangular del amor .....	56
2.2.1. Los componentes del amor.....	58
2.2.2. Tipos de amor.....	61
2.3. La teoría del amor de Lee.....	62
2.4. Factores que influyen la experiencia amorosa.....	64
2.4.1. Cambios evolutivos en los componentes del amor .....	64
2.4.2. Los estilos amorosos y el apego.....	66
2.4.3. Los estilos amorosos y las diferencias de género.....	67
2.4.4. Los estilos amorosos y las diferencias culturales.....	71
2.5. Amor y satisfacción en la pareja .....	75
<b>CAPÍTULO TRES: LAS RELACIONES DE PAREJA .....</b>	<b>77</b>
3.1. Modelos Teóricos.....	78
3.1.2. El modelo Psicoanalítico.....	78
3.1.2.- El modelo Social.....	79
2.3.- El enfoque Conductual.....	80
3.1.4.- El modelo sistémico.....	81
3.2. La atracción Interpersonal.....	83
3.3. Formación de la pareja .....	86
3.3.1.- El papel de las necesidades en la formación de una pareja .....	86
3.3.2. La formalización de las parejas.....	88

3.4. Ciclo vital de la pareja.....	89
3.4.1. Las etapas del ciclo vital .....	92
3.4.2. La satisfacción marital a lo largo de la vida en pareja .....	94
3.4.3. Las crisis del ciclo vital.....	99
3.4.4. Comunicación en pareja.....	102
3.4.5. Conflicto, apoyo y satisfacción en pareja.....	104
<b>CUARTO CAPITULO: OBJETIVOS .....</b>	<b>119</b>
<b>QUINTO CAPITULO: MÉTODO.....</b>	<b>121</b>
5.1. Participantes y selección de la muestra.....	121
5.2. Material y procedimiento .....	126
5.2.1. Cuestionario de satisfacción de la pareja .....	128
5.2.2. Cuestionario de frases incompletas.....	130
5.2.3. Cuestionario de percepciones de la evolución de las relaciones de pareja en el tiempo.....	134
5.3. Procedimiento de análisis.....	137
5.3.1. Análisis cuantitativo para el cuestionario de satisfacción de pareja .....	137
5.3.2. Análisis de contenido de frases incompletas.....	138
5.3.3. Análisis cuantitativo para el cuestionario de los cambios evolutivos en las relaciones de pareja.....	144
<b>SEXTO CAPITULO: RESULTADOS.....</b>	<b>147</b>
6.1 Satisfacción con la relación de pareja .....	147
6.1.1 Resultados descriptivos.....	147
6.1.2. Relación de la satisfacción con otras variables.....	150
6.2. Significado de la relación de pareja .....	156
6.2.1. Dimensión temporal pasada .....	159
6.2.2. Dimensión temporal presente.....	174
6.2.3. Dimensión temporal futura .....	196
6.2.4. Conflictos y resolución de conflictos.....	212
6.3. Percepción de cambios evolutivos .....	223
6.3.1. Resultados descriptivos.....	223
Descripción de los ítems .....	223
Agrupación de ítems .....	225
6.3.2. Relación de los cambios evolutivos con otras variables .....	228
<b>SÉPTIMO CAPITULO: DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....</b>	<b>234</b>
7.1 Satisfacción con la relación de pareja .....	234
7.2. Significados asociados a la relación de pareja .....	239
7.2.1. El presente de la relación .....	239
7.2.2. El pasado de la relación.....	242
7.2.3. El futuro de la relación.....	245
7.2.4. Conflictos y su resolución.....	249
7.3. Percepción de cambios evolutivos .....	251
<b>8. OCTAVO CAPÍTULO: CONCLUSIONES.....</b>	<b>255</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....</b>	<b>259</b>

**INDICE DE FIGURAS**

Figura No. 1 El modelo de optimización selectiva con compensación

Figura No. 2 Evolución de la satisfacción marital

**INDICE DE TABLAS**

Tabla No. 1 Distribución de las etapas de Erikson y Havighurts

Tabla No. 2 Distribución de la Muestra por Género y Edad

Tabla No. 3 Distribución de la Muestra por Edad y Convivencia

Tabla No. 4 Distribución por Edad y Tiempo de Convivencia

Tabla No. 5 Distribución de la Muestra por Años de Noviazgo

Tabla No. 6 Número de Hijos de las Parejas de la Muestra

Tabla No.7 Distribución de la Muestra por Edad y Relaciones Anteriores

Tabla No. 8 Matriz de componentes

Tabla No. 9 Ítems por puntuación media

Tabla No. 10 Puntuaciones finales

Tabla No.11 Distribución de satisfacción

Tabla No.12 Satisfacción marital y convivencia

Tabla No. 13 Satisfacción marital y número de hijos

Tabla No. 14 Fiabilidad por Kappa Cohen

Tabla No. 15 Resultado de frases incompletas relaciones con el género

Tabla No. 16 Resultados de frases incompletas : relaciones de edad

Tabla No. 17 Frecuencia de respuestas en la categoría desde que estoy con mi pareja

Tabla No. 18 Frecuencia en relación con el género

Tabla No. 19 Tabla de contingencia en relación con la edad

Tabla No. 20 Frecuencias en Relación en la categoría lo mejor de mi relación de pareja ha sido

Tabla No. 21 Frecuencia en relación al género

Tabla No. 22 Frecuencias en relación a la edad

Tabla No. 23 Frecuencia de respuesta en la categoría en mi relación de pareja de haberlo sabido

Tabla No. 24 Frecuencia en relación con el género

Tabla No. 25 Frecuencia en relación con la edad

Tabla No. 26 Frecuencias de respuestas en la categoría tener pareja significa para mí

Tabla No. 27 Frecuencias en Relación Con el género

Tabla No. 28 Frecuencias en relación con la edad

Tabla No. 29 Frecuencias de respuestas en las categorías mí relación de pareja mejoraría si

Tabla No. 30 Frecuencias en relación con el género

Tabla No. 31 Frecuencias en relación con la edad mi relación de pareja mejoraría si

Tabla No. 32	Frecuencias de respuestas en las categorías Gracias a mi relación de pareja puedo
Tabla No. 33	Frecuencias en relación con el género
Tabla No.34	Análisis de frecuencias en relación con la edad
Tabla No.35	Frecuencias de respuestas en las categorías de la pregunta mi relación de pareja hace que no pueda
Tabla No.36	Frecuencias en relación con el género
Tabla No.37	Frecuencias en relación con la edad
Tabla No.38	Frecuencias de respuestas en las categorías de en el futuro mi relación de pareja
Tabla No.39	Frecuencias en relación con el género
Tabla No.40	Frecuencias en relación con la edad
Tabla No.41	Frecuencias de respuestas en las categorías de cuando seamos mayores me gustaría
Tabla No.42	Frecuencias en relación con el género
Tabla No.43	Frecuencias en relación con la edad
Tabla No.44	Frecuencias de las categorías de lo que me preocupa de nuestro futuro
Tabla No.45	Frecuencias en relación con el género
Tabla No.46	Frecuencias en relación con la edad
Tabla No.47	Frecuencias de respuestas en las categorías Sobre qué temas se discute
Tabla No.48	Frecuencias en relación con el género
Tabla No.49	Frecuencias en relación con la edad
Tabla No.50	Frecuencias de respuestas en las categorías de cómo se resuelven los conflictos
Tabla No.51	Frecuencias en relación con el género
Tabla No.52	Frecuencias en relación con la edad
Tabla No.53	Puntuaciones promedio y desviaciones generales.
Tabla No.54	Análisis de componentes principales.
Tabla No.55	Matriz de componentes rotados(a)
Tabla No.56	Puntuaciones promedio.
Tabla No.57	Correlaciones Edad.
Tabla No.58	Correlaciones parcializando edad
Tabla No.59	Correlaciones parcializando edad algunos componentes
Tabla No.60	Correlación cambios y satisfacción.

## INDICE DE GRAFICOS

Gráfica No.1	Distribución de Satisfacción.
Gráfica No.2	Medidas de la escala según edad.

- Gráfica No. 3 Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta desde que estoy con mi pareja
- Gráfica No.4 Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría
- Gráfica No.5 Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta desde que estoy con mi pareja
- Gráfica No.6 Porcentaje por género que se ubican en cada categoría de la pregunta lo mejor de mi relación de pareja ha sido
- Gráfica No.7 Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta lo mejor de mi relación de pareja ha sido
- Gráfica No.8 Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría en mi relación de pareja de haberlo sabido
- Gráfica No.9 Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta en mi relación de pareja de haberlo sabido
- Gráfica No.10 Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta en mi relación de pareja de haberlo sabido
- Gráfica No. 11 Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta tener pareja significa para mi
- Gráfica No.12 Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta tener pareja significa para mi
- Gráfica No.13 Porcentaje de personas por edad
- Gráfica No.14 Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta mi relación de pareja mejoraría si
- Gráfica No.15 Porcentaje de personas por género
- Gráfica No.16 Porcentaje de personas por edad
- Gráfica No.17 Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta gracias a mi relación de pareja puedo
- Gráfica No.18 Porcentaje de personas por género
- Gráfica No.19 Porcentaje de personas según la edad
- Gráfica No.20 Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta mi relación de pareja hace que no pueda
- Gráfica No.21 Porcentaje de personas por género
- Gráfica No.22 Porcentaje de personas por edad
- Gráfica No.23 Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta En el futuro mi relación de pareja
- Gráfica No. 24 Porcentaje de personas por género que se ubican en

	cada categoría de la pregunta en el futuro mi relación de pareja
Gráfica No.25	Porcentaje de personas por edad
Gráfica No.26	Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta cuando seamos más mayores me gustaría
Gráfica No.27	Porcentaje de personas por género
Gráfica No.28	Porcentaje de personas por edad
Gráfica No.29	Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta lo que me preocupa de nuestro futuro es
Gráfica No.30	Porcentaje de personas por género
Gráfica No.31	Porcentaje de personas por edad
Gráfica No.32	Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta sobre qué tema se discute
Gráfica No.33	Porcentaje de personas por género
Gráfica No.34	Porcentaje de personas por edad
Gráfica No.35	Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta cómo se resuelven los conflictos
Gráfica No.36	Porcentaje de personas por género
Gráfica No.37	Porcentaje de personas por edad
Gráfica No.38	Distribución de las puntuaciones totales de cambios evolutivos
Gráfica No.39	Medias de Edad.
Gráfica No.40	Diferencias por Edad.

## INTRODUCCIÓN

Tener pareja es una de las experiencias normativas por las que pasan la gran mayoría de adultos, y la pareja es todavía hoy la forma más común de organizar un hogar y una familia. Por ello, saber más acerca de este tipo de relación, tan importante durante la mayor parte de la vida adulta para una mayoría de personas, nos permite comprender mejor una buena parte de la experiencia cotidiana para las personas jóvenes, de mediana edad y mayores.

La investigación aquí presentada surge de esta inquietud y pretende explorar las representaciones y significados que se tienen de las relaciones de pareja. Significados que van a incluir tanto cogniciones como afectos y en los que pretendemos enfatizar su aspecto evolutivo, examinando por una parte las diferencias entre grupos de edad y por otro explorando cómo las personas se representan el cambio en algunas dimensiones que definen una relación de pareja.

La propuesta investigadora que se presenta se fundamenta en tres pilares teóricos básicos:

El primer pilar se asienta en la psicología del desarrollo, y en concreto en aquellas perspectivas que tratan el cambio evolutivo a lo largo de la vida y, en particular, de la vida adulta. Así, la Psicología del Ciclo Vital será un referente inexcusable que proporciona un marco desde el que entender los cambios evolutivos y influencias normativas (de edad, históricas y no normativas) que contribuyen a determinar su aparición. De estos cambios nos van a interesar aquellos relacionados con la pareja, siendo nuestro foco de atención lo que podríamos denominar el ciclo de la vida de pareja, ciclo que fluye en interacción con los cambios que acontecen en otras esferas de la vida personal y social de los adultos.

En segundo lugar, nos referimos al conocimiento sobre lo que podemos denominar Psicología del amor, y que hace referencia a los aspectos cognitivos y emocionales que forman parte de la experiencia amorosa. Como veremos, los estudios en esta corriente tratan de describir y explicar la aparición y cambio en las experiencias amorosas. Desde el momento que en nuestra cultura, y en este momento histórico, el amor entre las personas se supone que es el que desencadena la aparición y mantenimiento de una relación de pareja, este tipo de estudios son de una gran relevancia para la presente investigación.

Finalmente, el tercer pilar es el relativo al estudio de las relaciones de pareja, como experiencia que la mayoría de las personas estamos dispuestas a vivir compuesta por múltiples componentes: Como el estudio de otras relaciones, es importante destacar cómo se forma la relación, qué aspectos fuertes y débiles se perciben en ella, cuáles son las prioridades y proyectos de futuro, qué potenciales áreas de conflicto existen y cómo se resuelven esos conflictos. Los estudios relativos a estos aspectos son también muy relevantes e informativos para nuestra investigación.

Como podemos observar, el estudio y comprensión de las relaciones de pareja incluye aspectos sociales e individuales de diversa índole, siendo además una temática que se encuentra entre dos disciplinas psicológicas: La Psicología del Desarrollo y La Psicología Social. Esta interdisciplinariedad, aunque puede aumentar la complejidad del estudio, es también un desafío que se ha de abordar para dar una visión más completa de la temática. Por ello se ha querido renunciar a ninguna de las dos perspectivas, y los aspectos tanto estáticos como de cambio en la relación serán tratados con similar prioridad. A esta complejidad se añade también la ineludible referencia a la variable género, ya que la perspectiva de la relación de pareja y su dinámica a lo largo del ciclo vital podría ser diferente en función de qué parte de la pareja, hombre o mujer, ofrezca su versión.

Al ser una temática amplia, íntima y compleja de investigar, “las relaciones de pareja”, se delimitó el trabajo exploratorio a aquellos aspectos de relevancia como son los niveles de satisfacción, el significado de las relaciones de pareja, temas de discusión y forma de resolver los conflictos y los cambios evolutivos a través del tiempo, todo esto teniendo en cuenta las diferencias de género y trayectorias del ciclo vital. Esta investigación en particular, busca explicaciones que determinen a la pareja como una alternativa viable y positiva en la vida de las personas, que aporta a la calidad de vida de los seres humanos desde el inicio de la experiencia amorosa, teniendo claro que el desarrollo afectivo está influenciado por aspectos desarrollados desde antes de nacer hasta el final de nuestras vidas, siendo un apoyo incondicional que nos permite hacer planes de futuro pensando en dos.

A partir de estos referentes teóricos, y tras concretar los objetivos del trabajo, en la segunda parte del estudio se presenta una investigación empírica con la que abordar esos objetivos.

Como ya se ha expresado, el objetivo fundamental es explorar la representación de las relaciones de pareja, enfatizando su dinámica temporal y las diferencias de género. Es importante aclarar que la experiencia en pareja tiene una vivencia particular, cada miembro la vive de una forma especial. Pese a ello, pensamos que pueden existir significados compartidos, creencias y emociones comunes, que son precisamente las que pretendemos examinar en el estudio empírico. Estos aspectos comunes son quizá los que hacen que una relación tenga funcionalidad, dinámica y significado comunicable y culturalmente relevante.

Para lograr los objetivos propuestos se han recogido datos de 357 personas que viven en Barcelona y su área metropolitana, tratando de balancear los dos factores que suponen los ejes del estudio: la edad y el género. Obviamente, todos los participantes tenían en el momento del estudio una relación de pareja.

Los datos que se han recogido son de diferente naturaleza y abordan contenidos diferentes de acuerdo a los objetivos del estudio:

- En primer lugar, se recogieron datos respecto a la satisfacción marital (o, más ampliamente, satisfacción de pareja, ya que algunos de los participantes no estaban casados o ni siquiera cohabitaban con su pareja). Este aspecto de la relación se abordó mediante un cuestionario bien conocido y que ha sido ampliamente utilizado con muestras de otros países, el diseñado por Hendrick y Hendrick.
- En segundo lugar, para abordar el complejo tema de los significados asociados a la relación de pareja, se optó por un instrumento que proporciona datos de carácter cualitativo, como son las frases incompletas. Este instrumento contenía frases organizadas en función de la dirección positiva o negativa del significado a elicitar (para así obtener aspectos positivos y negativos de la relación) y de la perspectiva temporal, pasada, presente y futura de la relación. Adicionalmente, se incluyeron también preguntas para conocer potenciales áreas de discusión y conflicto y modos

de resolver esos conflictos. El análisis de datos en este caso consistió en un análisis de contenido, del que se obtuvieron categorías y frecuencias de respuesta.

- Por último, para conocer cómo las personas se representan el cambio en las relaciones de pareja, se diseñó un cuestionario con 18 preguntas (con un formato de respuesta tipo Likert) que recogían diferentes dimensiones susceptibles de cambiar en una relación de pareja. El análisis de datos pretendía explorar qué dimensiones los participantes percibían como asociadas, qué aspectos se pensaba que tenían más estabilidad y en qué dirección se representaba el posible cambio en la relación de pareja.

Esta combinación de instrumentos de preguntas abiertas y cerradas, y de datos cuantitativos y cualitativos, puede dar una mayor flexibilidad a la información recolectada, permitiendo que las personas tuvieran la oportunidad de expresar sus ideas sobre su propia vivencia y al mismo tiempo contar con información concreta, expresada en forma numérica, de temas particulares. Esta complejidad en los instrumentos no es más, por otra parte, que el reflejo de la propia complejidad en el objeto de estudio y la propia necesidad de contar con diferentes formas (unas más libres, otras más constreñidas a un formato dado de respuesta) de expresar una información que es de carácter íntimo.

Los resultados obtenidos se dividen, de forma general, en tres bloques: satisfacción en pareja, significado de las relaciones de pareja y cambios evolutivos en el tiempo, examinados por género y edades con el objetivo de entender diferencias y similitudes.

Estos resultados destacan la importancia de las relaciones de pareja en la vida personal, el alto nivel de satisfacción que se tiene, la existencia de amor dentro de la experiencia, la importancia de la compañía y el apoyo mutuo, siendo la comunicación, el dialogo y la búsqueda del compartir muy importantes, dándole un carácter de querer seguir compartiendo la experiencia en años futuros, como una alternativa de realizar planes juntos y poder trascender a través de la conformación de una familia con hijos y, posteriormente, con nietos.

Para finalizar la propuesta de trabajo investigador se comentan los resultados obtenidos a la luz del marco conceptual del que se partía.

En conclusión este trabajo realiza un acercamiento teórico sobre las relaciones de pareja, llevado a la práctica con un trabajo empírico acerca de múltiples aspectos que conforman este tipo de relación, Se pretende que este análisis sea una contribución a un campo todavía insuficientemente estudiado en España y que aporte elementos para desarrollar futuras investigaciones que contribuyan entender mejor las relaciones de pareja y su cambio a lo largo de la vida.

## RESUMEN

La presente investigación se realizó con una muestra de 357 personas en Cataluña, España con la finalidad de determinar la satisfacción con las relaciones de pareja, las representaciones que se tienen y significados junto a los cambios evolutivos que perciben las personas en relación a su experiencia amorosa.

Es una investigación que aporta a la psicología del ciclo vital y del amor, desde un estudio transversal de tipo exploratorio descriptivo, donde se aplicaron tres instrumentos como fueron cuestionario de satisfacción marital, cuestionario de frases incompletas para evaluar percepciones y significados, y cuestionario de cambios evolutivos a través del tiempo en las relaciones de pareja.

Se encontraron resultados que dejan ver la relación de pareja como una dimensión importante a través del tiempo. Se clasifica la importancia de aspectos del pasado, presente y futuro de las relaciones a la vez que la manera de resolver los conflictos está directamente relacionada con los procesos de comunicación. Los resultados muestran amplias diferencias en la representación de la relación de pareja que manifiestan personas de diferentes cohortes de edad.

Entre otros, los datos apuntan a una evolución en forma de U de la satisfacción marital, a un menor optimismo respecto a la evolución de la relación de pareja a medida que aumenta la edad y a una representación de esa relación vinculada a diferentes retos evolutivos asociados al ciclo vital y a una menor ambición en los objetivos que la persona se plantea respecto a su relación de pareja a medida que pasa el tiempo (y especialmente en las parejas más mayores)..

## ABSTRACT

This research aimed to establish satisfaction with couples relationships, their representation, the meanings and the evolutionary changes through the vital cycle. This work classifies the importance of past, present and future features in relationships and the way of conflict solving, which is directly related to communicative processes. Results point at aU evolution in couples relationship across lifes path. This research is transversal of exploratory descriptive type with multiple instruments.

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

LAS REPRESENTACIONES DE LAS RELACIONES DE PAREJA A LO LARGO DEL CICLO VITAL:

SIGNIFICADOS ASOCIADOS Y PERCEPCIÓN DEL CAMBIO EVOLUTIVO.

Diana Janeth Villamizar Carrillo

ISBN:978-84-693-0710-6 / DL:T-421-2010

**PRIMERA PARTE**  
**FUNDAMENTOS TEORICOS.**

## **PRIMER CAPITULO: LA RELACIÓN DE PAREJA DESDE UNA PERSPECTIVA DEL CICLO VITAL**

“El matrimonio es vida y por tanto está unido en forma necesaria e inevitable a conflictos, tensiones y crisis. Algunas parejas los superan y se enriquecen, otras los enfrentan y se separan y unas terceras siguen unidas en apariencia durante años, pero con un profundo vacío”

(Rojas, 1995, p. 124)

Este capítulo pretende dar una visión de la importancia que tiene aproximarse al estudio de las relaciones de pareja desde una perspectiva que tenga en cuenta los cambios que experimentan a lo largo de la vida. Es decir, para comprender el significado y relevancia de esta relación determinado periodo de su evolución hemos de tener en cuenta las formas típicas en las que se transforma, cómo cada momento vital ayuda a configurar ese significado y relevancia y cómo el ser humano en los diferentes momentos vitales puede tener una manera particular de experimentar su relación de pareja. Al mismo tiempo, también es clave tener en cuenta la flexibilidad de la trayectoria que sigue una determinada relación de pareja, que es capaz de cambiar para adaptarse a los cambios que se dan en otros aspectos de la vida. En este sentido, el ciclo vital de la pareja es uno de los dominios que forman parte del conjunto del ciclo vital para la mayoría de las personas, e influye y a la vez se ve influido por las experiencias en otros dominios, como pueden ser el trabajo, las relaciones con los padres o con los hijos, el ocio, etc.

Desde esta perspectiva evolutiva, diversos enfoques pueden aportar marcos de interpretación interesantes para comprender el ciclo de la relación de pareja. En concreto, como en cualquier otro ámbito evolutivo, podemos diferenciar entre

aquellos que proponen una visión de los cambios en forma de etapas y aquellos otros que, en contraste, tienen una visión más procesual de los cambios. Mientras para los primeros la vida sigue un guión más o menos prefigurado, jalonado por hitos marcados temporalmente por los que todas las personas pasan, las segundas enfatizan dimensiones y procesos clave en los que se produce el cambio o que ayudan a generarlo.

Dentro de las primeras perspectivas, destacaremos dos planteamientos clásicos, como son la teoría de Erikson y la propuesta de tareas evolutivas de Havirghust. Dentro de los segundos, nos vamos a centrar en el enfoque del ciclo vital de Baltes y en dos propuestas relacionadas, como son la teoría socioemocional de Carstensen y la teoría de la acción de Brandtstadter. A nuestro juicio, todos estos enfoques ofrecen claves interesantes en relación con nuestros objetivos, claves que en todo caso destacaremos en la exposición.

## **1.1. Desarrollo y ciclo vital: la perspectiva de los cambios cualitativos**

Como acabamos de mencionar, algunas teorías evolutivas conciben el cambio a lo largo de la vida como una sucesión de etapas regulares por las que todos los individuos acaban pasando. Desde este punto de vista, el desarrollo es un proceso ordenado que implica una serie de transformaciones cualitativas vinculadas a ciertas edades.

Sin duda la perspectiva de este tipo más influyente, y que ha sido tomada en muchas ocasiones como el prototipo de teoría evolutiva por etapas, es la propuesta por Piaget. Este autor plantea el cambio cognitivo como la sucesión de determinados 'estilos cognitivos' o modos de aprehender el mundo, cada uno de los cuales es cualitativamente diferente al anterior. Piaget entiende cada uno de los estadios como estructuras lógicas de conjunto que caracterizan el comportamiento intelectual del sujeto en todos los ámbitos en los que actúa. Aunque proporciona unos indicadores acerca de las edades típicas en las que los sujetos presentan uno u otro estadio, su interés no se encuentra tanto en la correspondencia con la edad

como en la invarianza de la secuencia de periodos. Así, para él, la los estadios de desarrollo cognitivo presentan las siguientes propiedades:

- **Secuencialidad:** el orden de adquisición de los periodos es siempre el mismo, no puede adquirirse uno sin haber pasado antes por el anterior, con lo que no se conciben 'saltos' de periodos.
- **Irreversibilidad.** Cada periodo subsume y reorganiza el pensamiento propio del periodo anterior, con lo que un sujeto no puede, desde determinado estadio, volver a un estadio inferior.
- **Universalidad:** Los estadios descritos por Piaget serían, en principio, por una parte independientes de la cultura (todas ellas presentarían la misma secuencia) y por otra independientes del dominio al que se aplican. Así, una persona en determinado estadio debería mostrar el pensamiento propio de ese estadio en todos los dominios de actuación en los que se viese implicado.

Fuera del desarrollo cognitivo, en el desarrollo social también algunos autores han tratado de aplicar esquemas parecidos de desarrollo por etapas. Las propuestas de Erikson y Havigurst son importantes en este sentido, y nos pueden iluminar respecto a cómo se concibe y qué función desempeñan las relaciones de pareja en cada momento de la vida. En ambos casos establecen dos diferencias de partida con la teoría de Piaget:

- Las influencias socioculturales, más que madurativas, se convierten en la clave para pasar de una etapa a otra.
- El desarrollo se entiende como un proceso que no acaba en la adolescencia, sino que los cambios se extienden al resto de la vida adulta. De hecho, esto es clave para nuestro objetivo, ya que las relaciones de pareja se establecen de la adolescencia en adelante.

### 1.1.1 La teoría de Erikson

La teoría de Erikson destaca por ser una de las primeras que afronta el desarrollo desde una perspectiva que incluye todo el ciclo vital humano. Su contribución, sin embargo, va más allá de este papel pionero, y numerosos

investigadores evolutivos reconocen la influencia de Erikson en su obra, influencia que es especialmente importante cuando hablamos de la adolescencia y el concepto de identidad y, por supuesto, en el terreno del desarrollo adulto y el envejecimiento.

Aunque Erikson tuvo una formación inicial en lo que podríamos denominar 'psicoanálisis clásico' (trabajó en la Viena de Freud y fue psicoanalizado por su hija, Anna Freud), su teoría se aleja bastante de la propuesta originalmente por el fundador del psicoanálisis. Según Wrightsman (1994) sus diferencias con la ortodoxia freudiana se centran básicamente en dos puntos:

- Mientras Freud se centra sobre todo en la dinámica del inconsciente, Erikson lo hace en el yo como entidad unificadora que asegura la coherencia del comportamiento de la persona. Para él, la función del yo no es tanto la de mantener a raya ansiedades y neurosis, sino asegurar el mantenimiento de un comportamiento eficiente, y su teoría es una propuesta de cómo el yo evoluciona a lo largo del ciclo vital y va adquiriendo cualidades.
- Erikson rechaza el biologicismo del psicoanálisis clásico y su énfasis en los impulsos sexuales, manteniendo que, más que la biología, es la sociedad quien funciona como guía en las elecciones del individuo. Su teoría es fundamentalmente una teoría de la relación del ego con la sociedad que le circunda.

Así, podemos decir que mientras el psicoanálisis clásico es una teoría de tipo psicosexual, que en lo que tiene de evolutivo sólo explica los cambios en la personalidad hasta la adolescencia, la teoría de Erikson tiene un marcado carácter psicosocial y los cambios y evolución de la persona se producen a lo largo de todo el ciclo vital. El carácter fundamentalmente psicosocial del enfoque eriksoniano se pone de manifiesto cuando habla acerca del papel de lo social en su teoría. En concreto, Erikson (1950) cree que este papel se centra en al menos dos aspectos:

- La sociedad tiende a estar constituida de manera que provoca las crisis y simultáneamente da medios para poder superarlas, a la vez que intenta favorecer y proteger tanto el ritmo como la secuencia de las etapas.
- La superación de las primeras etapas implica una cada vez mayor apertura del individuo a la sociedad que le rodea, con lo que podemos deducir que las

últimas etapas (precisamente las directamente vinculadas al proceso de envejecimiento), supondrán una crisis de un carácter esencialmente social.

Erikson (1982), entiende el desarrollo como una secuencia de etapas normativas predeterminadas, ocho en concreto. Cada una de esas etapas tiene un tema dominante, una cuestión evolutiva a la que el individuo típicamente ha de enfrentarse y abordar. Es decir, cada etapa confronta al individuo con una crisis o encrucijada. Si el individuo supera con éxito esa crisis, agrega una nueva cualidad a su yo, lo que fortalece y le pone en disposición de afrontar nuevas crisis con mayores posibilidades de éxito. Si, por el contrario, la crisis no es bien resuelta, dejará residuos neuróticos en la persona y, de alguna manera, dificultará el afrontamiento de nuevas crisis y la incorporación de las nuevas cualidades que se ponen en juego en ellas. Este polo amenazante que se pone en juego en cada una de las etapas es, para Erikson, necesario para crecer. Las cualidades susceptibles de ser adquiridas sólo tienen sentido (y son valoradas por la persona) si no son dados por supuesto, sino que tienen un opuesto que es necesario evitar.

Vemos brevemente cuáles son las cuestiones que caracterizan cada una de estas etapas, centrándonos en aquellas que tienen más relación con nuestro tema, las que aparecen a partir de la adolescencia (es decir, las cuatro últimas).

#### *Etapas 5: Identidad frente a confusión de roles*

Esta es la etapa vinculada a la adolescencia. El adolescente experimenta tanto unas transformaciones corporales aceleradas como nuevas demandas por parte de las personas que le rodean. Estos cambios desafían un sentido de la identidad (de saber quién es uno mismo) que ha de ser logrado en esta etapa. Se trata de que el adolescente afronte unos primeros compromisos tanto en el plano interpersonal como en el académico o ideológico.

Ante todas estas presiones y cambios, el adolescente tiene el riesgo de caer en una confusión de roles, en verse superado por todas las opciones a su disposición y por la necesidad de tomar decisiones, lo que puede conducir bien al establecimiento de compromisos precipitados, bien a no comprometerse en absoluto.

La cualidad asociada a la superación con éxito de estos desafíos es la fidelidad.

#### *Etapas 6: Intimidad frente a aislamiento*

Tras haber conseguido establecer una identidad personal en la etapa anterior, durante la adultez temprana (típicamente en los años comprendidos entre los veinte y los treinta), la persona se ve en la encrucijada de arriesgarla comprometiéndose de manera íntima con otra persona.

Si la crisis se resuelve con éxito, la persona consigue llegar a un estado de confianza mutua, a una fusión de identidades con otra persona sin perder nada de la suya propia. La unión con otra persona también permite regular conjuntamente los ciclos del trabajo, la procreación y el ocio.

El peligro de esta etapa es la posibilidad de caer en el aislamiento, en un distanciamiento de las demás personas, que son vistas como una amenaza para la propia identidad.

La superación de esta fase conduce a que la persona se refuerce con una nueva cualidad: la capacidad de amar.

#### *Etapas 7: Generatividad frente a estancamiento*

Una vez logradas ciertas metas en la vida en pareja, existe la posibilidad de caer en el aburrimiento y el egoísmo, de no ser capaz de ir más allá de esa relación para contribuir al bienestar de los demás en sentido amplio y centrarse sólo en uno mismo, valorando la seguridad y el confort personal por encima de la asunción de nuevos desafíos vitales, tales como compartir la experiencia que ya se posee con otras personas.

En cambio, una resolución positiva de esta crisis permite al individuo ir más allá de la identidad individual y de la intimidad con la pareja, para comprometerse con un grupo mayor, ya sea este el grupo familiar, la comunidad o la sociedad en sentido amplio. La persona que es capaz de lograr la generatividad es útil a los demás, se preocupa por sus necesidades, es consciente de que necesita ser necesitado y consigue unos niveles de productividad y satisfacción elevadas en todas las esferas de su vida,

mostrando una preocupación por la guía y aliento de aquello que ha creado, en especial por sus hijos.

### *Etapas 8: Integridad del yo frente a Desesperación*

En la última etapa de la vida, el individuo puede sentir que ha merecido la pena vivir, estar satisfecho con las decisiones tomadas a lo largo de la vida y aceptarlas como las apropiadas e inevitables dadas las circunstancias en las que se tomaron. La vida se contempla como un todo significativo.

Por el contrario, una resolución negativa de la crisis propia de esta etapa conllevaría un arrepentimiento y remordimientos en relación a decisiones tomadas en el pasado. La persona se siente desilusionada y apesadumbrada debido a las equivocaciones que siente que ha cometido. Querría dar marcha atrás y desandar lo andado tomando otro camino, pero a la vez es consciente de que ya no hay vuelta atrás y de que el tiempo que le queda es ya muy poco, ve la muerte cercana y con temor.

En relación con la pareja, tres de las cuatro etapas presentan importantes implicaciones:

Respecto a la adolescencia, el aspecto sexual e interpersonal es un componente importante de la identidad personal. El adolescente comienza a explorar estos terrenos y a mostrar interés, en consecuencia, por personas que puedan satisfacer nacientes deseos sexuales. También en el ámbito de los grupos, el establecimiento de las primeras parejas es un hito importante. Estas primeras parejas, de acuerdo con algunos autores (p.e. Kimmel y Weiner, 1998) tienen más que ver con estos aspectos de definición de uno mismo, de posicionamiento respecto al grupo de pares y de refuerzo de la propia autoestima que con la creación de nuevos espacios de intimidad o la creación de proyectos comunes. Estas primeras parejas, así, estarían más orientadas al presente que al futuro.

En relación a la juventud, el tema fundamental de acuerdo con Erikson se centra precisamente en la pareja, en arriesgar la identidad recién adquirida en una relación íntima con otra persona (que no necesariamente ha de ser la pareja, aunque

típicamente así es). A diferencia de las parejas adolescentes, en la juventud la pareja tiene una mayor voluntad de permanencia y aparecen los primeros proyectos de futuro conjuntos. En palabras de Erikson, se pasa de una identidad estrictamente individual a la formación también de una identidad de pareja.

En la madurez la pareja también desempeña un papel fundamental de acuerdo con Erikson. El tema es la generatividad, y la pareja es un dominio en el que dar salida a esos deseos e intereses generativos, relacionados con crear algo que nos sobreviva, algo donde volcar nuestra necesidad de ser ser necesitado, de cuidar y sobrevivir simbólicamente más allá de nuestro propio ciclo vital (McAdams, 2001). La paternidad y la creación de una familia es sin duda uno de los espacios típicos donde expresar esa generatividad, y supone concretar y hacer reales algunos de los proyectos compartidos de la pareja, que pasa de una identidad de pareja a otra que podemos llamar identidad familiar.

Sin embargo, en la etapa de la vejez, la teoría de Erikson no ofrece pistas en relación a la pareja. De acuerdo con sus propuestas, la vejez sería una etapa en la que se toma de nuevo un punto de vista individual, en la que los conflictos y retos tienen que ver con la persona y ya no con la pareja o la familia, y se centran en elaborar una historia de vida significativa.

Por último, cabe apuntar que esta tradición Eriksoniana de valoración de lo social a la hora de considerar una teoría del ciclo vital se mostrará también en un concepto importante en la consideración del desarrollo a lo largo de la vida: el concepto de teoría evolutiva.

### 1.1.2. Las tareas evolutivas

Una manera alternativa de entender el ciclo vital humano, esta vez sin las reminiscencias psicoanalíticas de la teoría de Erikson, es la a partir de la noción de tarea evolutiva, propuesta por Havighurst (1972). Las tareas evolutivas se entienden como retos, objetivos o metas que la sociedad espera que la persona cumpla en determinados intervalos de edad. Su ejecución satisfactoria por una parte aumenta el sentido de competencia y la estima de la persona dentro de su comunidad o

grupo de referencia y, por otra, el cumplimiento de una determinada tarea sirve como preparación para afrontar futuras nuevas tareas.

Featherman, Smith y Peterson (1990) identifican tres componentes en el concepto original de tarea evolutiva:

- Para poder completar con éxito una determinada tarea la persona tiene que haber alcanzado previamente un cierto nivel de madurez biológica, física y psicológica.
- Las tareas son impuestas por una sociedad y cultura, secuenciándolas por edades y niveles madurativos.
- A través de un continuo proceso de socialización, el cumplimiento de las diferentes tareas tiende a convertirse en una aspiración del propio individuo, en sus metas vitales a lo largo de la vida.

En el caso de la vivencia amorosa estos dos aspectos rol y deseabilidad social, se vuelven aspectos fundamentales para su trayectoria evolutiva y tendrán una gran influencia en la convivencia, ya que a determinada edad cronológica o época se asume una responsabilidad determinada que será aprobada por su entorno, (un ejemplo de ello es que entre los 18 y 30 años la conformación de una pareja es fundamental, sí se da y se cumple con las expectativas sociales y a su vez con los deseos personales, dicha cultura también estará satisfecha con los resultados).

Al igual que Erikson, Havighurst (1972) divide la vida en una serie de periodos y asigna a cada uno de ellos una serie de tareas evolutivas. Estas etapas, con sus logros asociados (y en comparación con las de Erikson) podemos observarlas en la siguiente tabla:

**Tabla 1. Distribución de las etapas de Erikson y las tareas evolutivas de Havighurst a lo largo del ciclo vital.**

Edad	Erikson	Havighurst
12-18 años	Identidad frente a	Relaciones más maduras con coetáneos
	confusión de roles	de ambos sexos
	Cualidad: Fidelidad	Lograr rol social masculino o femenino

Edad	Erikson	Havighurst
		<p>Aceptarse físicamente</p> <p>Alcanzar independencia emocional de los padres</p> <p>Prepararse para el mundo profesional</p> <p>Adquirir valores y sistema ético</p> <p>Desear y llevar a cabo comportamiento socialmente responsable</p>
18-30 años	<p>Intimidad frente a aislamiento</p> <p>Cualidad: Amor</p>	<p>Integración en el mundo laboral</p> <p>Selección de una pareja.</p> <p>Aprender a vivir en pareja</p> <p>Tener una familia propia</p> <p>Crianza de los hijos</p> <p>Responsabilizarse de un hogar</p> <p>Asumir algunas responsabilidades cívicas.</p> <p>Encontrar un grupo social estable</p>
30-60 años	<p>Generatividad frente a estancamiento</p> <p>Cualidad: Cuidado</p>	<p>Favorecer la asunción de responsabilidades y felicidad de los hijos</p> <p>Lograr una responsabilidad cívica adulta.</p> <p>Alcanzar y mantenerse en unas cuotas profesionales satisfactorias</p> <p>Desarrollar actividades de ocio adultas</p> <p>Relacionarse con la pareja en tanto persona</p> <p>Aceptar y ajustarse a los cambios fisiológicos de la mediana edad</p> <p>Adaptarse al envejecimiento de los padres</p>

Edad	Erikson	Havighurst
Más de 60 años	Integridad frente a desesperanza Cualidad: Sabiduría	Adaptarse a una fuerza física y salud en declive Adaptarse a la jubilación y a una reducción de ingresos Adaptarse a la muerte de la pareja y viudedad Establecer una afiliación explícita con el propio grupo Adoptar y adaptarse a roles sociales de manera flexible Establecer un hábitat físico de vida satisfactorio

De esta manera, las tareas evolutivas implican una estructuración a priori del ciclo vital que explica el parecido en el desarrollo evolutivo de las personas (incluso en el desarrollo más allá de la adolescencia) que pertenecen a la misma cultural.

De los conceptos de rol y tarea evolutiva se puede derivar, además una distinción que nos parece interesante remarcar: la distinción entre edad cronológica y edad social.

Mientras la edad cronológica se refiere a la cantidad de años que la persona ha vivido, la edad social de una persona se correspondería con su posición dentro del entramado de estratos sociales graduados por edad, posición que viene dada por los roles que esa persona desempeña de manera efectiva (Neugarten y Datan, 1973).

Obviamente, la edad cronológica y la edad social se encuentran íntimamente relacionadas, ya que la primera de ellas es un importante indicador que nos permite predecir con cierto grado de seguridad la 'edad social' del individuo, debido a la existencia de fuertes expectativas acerca de los roles y tareas evolutivas que deben desempeñar o no personas con una cierta edad cronológica.

No obstante, la sincronización no es completa y la edad cronológica supone tan sólo una aproximación al estatus social que debería ocupar la persona y a los roles que debería desempeñar. La existencia de este calendario evolutivo socialmente construido que marca una serie de expectativas respecto a la manera de crecer y envejecer de las personas también implica que existan intervalos de edad ideales para ejercer ciertos roles y tareas o mostrar ciertos comportamientos (Neugarten, 1968; Hagestad, 1990).

Obviamente, este calendario evolutivo existe también para el ciclo de vida de la familia en general y de la pareja en particular (Settersen y Hagestad, 1996). Así, de acuerdo con este enfoque, las tareas evolutiva que definen la vida de pareja se establecen en una secuencia cuyos principales hitos son los siguientes:

- selección de pareja y noviazgo
- vivir en pareja
- paternidad y crianza de hijos
- independencia de los hijos y pareja post-parental.

El subsistema pareja debe verse como tal y al mismo tiempo entender las diferencias individuales que cada uno de los miembros presenta, reconociendo los cambios que se producen con la edad, en búsqueda de la aceptación de los mismos y la vivencia de la experiencia conjunta con las pérdidas y fortalezas que va dejando el tiempo. Todos estos eventos frente a la posibilidad de estar en el proceso de envejecimiento juntos, aceptando que es inevitable y que se comparte el envejecer en el proyecto de vida.

El modelo de las tareas evolutivas asume salir de la familia de origen implica asumir nuevos roles que proporcionan estabilidad y sensaciones de éxito (Havighurst, 1972). Una vez conformada una nueva familia, la llegada de los hijos, la estabilización en la madurez y la independencia de los hijos, si se dan de acuerdo a las expectativas previas (o si uno es capaz de adaptar esas expectativas cuando no sucede así), añaden sentimientos de orgullo al yo, finalizando en la vejez con la satisfacción de haber logrado el proyecto de vida. En la época de la formación de la nueva familia la pareja asume nuevos roles para llegar a su adaptación, lo cual incluye la dimensión sexual, su acoplamiento en la búsqueda de bienestar personal

y el del otro bajo el interés común, concretado en la mayoría de casos en los hijos y su educación.

En cualquier caso, las necesidades de dar y recibir gratificaciones dentro de la pareja siempre están presentes. Para ello es esencial que cada uno de los miembros de esa pareja haya cumplido previamente con tareas de etapas anteriores, tales como desarrollar su propia identidad y la capacidad de intimar con el otro.

La llegada de los hijos y el asumir el rol paterno implica nuevas tareas que vinculan a los padres en una nueva y gran responsabilidad común, la crianza de los hijos. La adaptación al nuevo miembro de la familia puede producir incomodidad y generarse conflictos, que pueden aparecer posteriormente a medida que crecen los niños, sus necesidades cambian y las necesidades de la propia pareja también se van transformando. La estabilización es un momento evolutivo donde los padres ya se adaptaron y saben cuáles son las reglas a seguir en cada una de las situaciones que presentan.

Finalmente llega la vejez, la separación de los hijos de la casa dándose un nuevo proceso de adaptación a nuevas situaciones relacionadas con la soledad y la muerte.

Cada momento implica unos retos y unos intereses diferentes para la pareja, que pueden implicar cambios en la manera en la que se representa esta relación y en el significado que tiene para las personas. Explorar estas representaciones y significados es precisamente el objetivo de nuestro estudio.

## **2. Desarrollo y ciclo vital: la perspectiva de los procesos**

A diferencia de las propuestas anteriores, que adoptaban el concepto de etapa como clave para describir el cambio evolutivo (en diferentes dominios, incluido el de las relaciones de pareja), las que repasaremos a continuación enfatizan el cambio en ciertos mecanismos o procesos que explican las diferencias asociadas a la edad. Estos cambios tienden a ser más cuantitativos, de nivel (las dimensiones

cambiantes están presentes durante toda la vida, pero con importancia o intensidad cambiante) más que cualitativos y de todo o nada.

En este sentido, vamos a comentar la llamada 'perspectiva del ciclo vital' (o life-span approach), uno de los enfoques que más influencia ha tenido en la psicología del envejecimiento en las últimas décadas. Como veremos, esta perspectiva implica tanto una visión global de qué es el envejecimiento como aproximaciones más concretas sobre el cambio en ciertos dominios evolutivos, como la inteligencia, la identidad o el ámbito socioafectivo. Repasaremos ambos puntos de vista, destacando aquellos enfoques centrados en dominios que tienen que ver con la relación de pareja.

### 1.2.1. El enfoque del ciclo vital

La perspectiva lifespan nació entre finales de los 60 y principios de los 70 del pasado siglo. En un primer momento, como el propio Baltes (2000) menciona, su interés se centró en cuestiones de tipo metodológico, en concreto en elaborar diseños de investigación adecuados para el estudio del cambio a lo largo de los años (Baltes, 1979). Su elaboración sobre estrategias longitudinales de investigación, en la que colaboró mano a mano con Schaie, pretendía obtener diseños capaces de aislar los efectos de la edad, el momento de medida y la generación.

Sin embargo, ya en estos primeros momentos Baltes comenzó a interesarse, desde un punto de vista teórico y conceptual, por el desarrollo desde una perspectiva del ciclo vital. Sus primeras propuestas en este sentido, todavía poco elaboradas, datan de principios de la década de los 70 del pasado siglo (por ejemplo, Baltes y Goulet, 1970). Entre finales de esa década y principios de la siguiente, el modelo está lo suficientemente maduro para ser considerado por otros investigadores y generar líneas de investigación, en el ámbito del desarrollo adulto envejecimiento cognitivo principalmente (por ejemplo, Baltes, Dittmann-Kohli y Dixon, 1986).

En esta primera versión de la teoría, el énfasis estaba situado en la reconceptualización de la noción de desarrollo, proponiendo una nueva noción alejada de los conceptos maduracionistas tradicionales para contemplar la multidireccionalidad del cambio evolutivo, las diferencias individuales o el contextualismo. También se enfatizaba la gran heterogeneidad de influencias que determinan el desarrollo, entre las que encontramos, junto con algunas dependientes de la edad, otras dependientes de la historia y aún otras no normativas que afectan únicamente a personas individuales (Baltes, 1979, 1983).

En un segundo momento, Baltes y su equipo centran sus esfuerzos en concretar los postulados de la psicología del ciclo vital en un modelo más específico y cercano a lo empírico que pueda describir, explicar y predecir la dinámica del cambio a lo largo de la vida, y especialmente durante el envejecimiento. El resultado es un modelo de adaptación a lo largo de la vida que de cuenta de los factores que están debajo del envejecimiento satisfactorio, un modelo en el que los conceptos clave son los de selección, optimización y compensación. Aunque encontramos los antecedentes del modelo en los años 80 de la pasada década (ver por ejemplo Baltes, Dittmann-Kohli y Dixon, 1986; Baltes, 1987), su desarrollo se produce fundamentalmente ya en los 90 (Baltes y Baltes, 1990; Baltes, 1997).

Baltes y sus colaboradores distinguen tres metas en el desarrollo evolutivo (Baltes, Staudinger y Lindenberger, 1999):

- El crecimiento, entendido como comportamientos destinados a alcanzar niveles más elevados de funcionamiento o de capacidad adaptativa.
- El mantenimiento (que incluye la recuperación o resiliencia), entendido como comportamientos destinados a mantener el nivel de funcionamiento actual a pesar de la presencia de desafíos u amenazas, o también el retorno a niveles previos de funcionamiento tras haber experimentado una pérdida.
- La regulación de la pérdida, entendida como la reorganización del funcionamiento en niveles inferiores tras una pérdida de recursos externos o internos que hace imposible el mantenimiento de niveles de funcionamiento anteriores.

Un vez definidas estas metas, para Baltes y sus colaboradores a lo largo del ciclo vital se observa una distribución cambiante de los recursos disponibles

(biológicos o culturales) en cada una de esas metas: mientras en la infancia la mayoría de recursos se invierten en la meta evolutiva del crecimiento, esta meta recibe menos inversiones a medida que pasan los años. En cambio, para las otras dos metas, la trayectoria evolutiva es la contraria: pocas inversiones de recursos en los primeros años, cada vez mayor la inversión a lo largo de la vida hasta llegar a la vejez, en las que son las metas evolutivas fundamentales a las que se dedican la práctica totalidad de los recursos disponibles.

Es importante destacar que las tres metas están presentes a lo largo de toda la vida, lo que cambia es simplemente el balance relativo de recursos que se dedican a cada una de ellas. Estos cambios responden a la reducción de recursos biológicos, a la necesidad mayor de recursos culturales y a la relativa ineficiencia de estos recursos culturales a medida que envejecemos.

En gran medida, un envejecimiento con éxito (Baltes y Baltes, 1990) depende del grado de dominio efectivo de la oportunidad y necesidad de recursos para cada una de las tres metas, así como de la capacidad de cambiar de manera flexible la inversión de recursos de unas metas a otras a medida que las circunstancias vitales van cambiando.

De acuerdo con estos principios, los psicólogos del lifespan se encuentran incómodos con el concepto de desarrollo que se ha mantenido tradicionalmente desde la Psicología Evolutiva, un concepto de desarrollo vinculado esencialmente al desarrollo infantil y que contempla sólo ganancias hasta llegar a una meta final (la madurez) que se alcanza de manera relativamente temprana desde una perspectiva del ciclo vital.

Obviamente, si queremos definir la Psicología Evolutiva como una psicología que abarque toda la vida, y como una psicología en la que entran en juego no sólo dinámicas de cambio, sino también dinámicas de mantenimiento y regulación de pérdidas, este concepto de desarrollo resulta de poca utilidad.

Al definir un nuevo concepto de desarrollo que permita estudiar desde una perspectiva evolutiva todo el ciclo vital, los psicólogos del lifespan definen también, como veremos sus opciones epistemológicas. Estos principios representan una capa intermedia entre las asunciones fundamentales que ya hemos visto y los

modelos y teorías concretas que permiten explicar procesos evolutivos específicos, más cercanos a lo empírico.

¿Cuáles son los principios que definen el nuevo concepto de desarrollo de acuerdo con los psicólogos del lifespan? Vamos a destacar tres de ellos:

### **Desarrollo como un proceso de adaptación selectiva**

El desarrollo deja de entenderse como un único proceso uniforme y normativo de crecimiento que atañe sólo a la infancia. Para la psicología lifespan el desarrollo abarca la totalidad del ciclo vital, desde el nacimiento hasta la muerte y comprende todos y cada uno de los procesos de cambio en sentido amplio que se dan a lo largo de la vida, sin que unas etapas tengan preeminencia o sean más importantes que otras.

Estos procesos de cambio se entiende que no necesariamente han de seguir patrones fijos y predeterminados, sino que pueden diferir entre ellos tanto en dirección (hay cambios que implican crecimiento en términos psicológicos, mientras otros implican declive) como en temporalidad (el cambio puede producirse en cualquier punto del ciclo vital, tener una duración variable y terminar también en cualquier punto de la vida). Todos los cambios, los cortos y los que duran gran cantidad de tiempo, los positivos y los negativos, pueden considerarse dentro del concepto amplio de desarrollo, que no se agota sólo en el crecimiento. Desde este punto de vista, el crecimiento es sólo una clase particular de fenómeno evolutivo, no el fenómeno evolutivo por excelencia.

En conjunto, podemos hablar de una **multidimensionalidad** del desarrollo. Los procesos de cambio no afectan necesariamente por igual a todas las dimensiones del ser humano ni en el mismo momento. Así, mientras algunas de estas dimensiones pueden observar cambios positivos en determinado momento evolutivo, simultáneamente en otras pueden darse procesos de cambio negativo o pueden permanecer estables.

Este concepto de desarrollo presenta una mayor apertura y flexibilidad que el tradicional basado en la idea de crecimiento, maduración y meta final, reflejando una

perspectiva funcionalista. Desde este punto de vista, la **multidireccionalidad** de trayectorias también se enfatiza. No existe una única trayectoria de desarrollo posible, ya que el desarrollo no se concibe como un proceso normativo. Además de reconocer las diferencias intraindividuales con la idea de multidimensionalidad, también se reconocen las diferencias interindividuales, producto del intento de adaptarse a las condiciones particulares de vida que afectan al individuo.

En la elección de trayectorias evolutivas y su posterior adaptación selectiva (optimización) transformación intervienen factores de tipo biológico (por ejemplo, restricciones de tipo genético que restringen nuestro rango de posibilidades evolutivas) y de tipo sociocultural (por ejemplo, la estructura de clases sociales, los valores, la organización del currículum educativo, etc. restringe también las trayectorias evolutivas seleccionables y el momento en el que hemos de decidimos por unas u otras).

### **Desarrollo como una dinámica entre pérdidas y ganancias**

El desarrollo se entiende como siempre constituido por pérdidas y ganancias. Los cambios en la capacidad adaptativa pueden ser positivos o negativos, pero en cualquier caso un cambio en esta capacidad siempre puede implicar diferentes consecuencias dependiendo de los criterios que escojamos y del contexto en el que se produzca. De una manera radical, se afirma incluso que, al contrario de lo que se afirma desde la visión clásica del desarrollo, no existen ganancias evolutiva sin pérdidas y no existen pérdidas evolutivas sin ganancias.

El desarrollo no es un proceso monolítico de sólo ganancia o sólo pérdida, sino un sistema cambiante y dinámico en el que interaccionan pérdida y ganancias en capacidad adaptativa. Esta **coocurrencia de pérdidas y ganancias** caracteriza todo el ciclo vital, y se pone de manifiesto tanto en las etapas que tradicionalmente han sido consideradas sólo de pérdidas (la vejez) como en aquellas que únicamente han sido concebidas en función de las ganancias (la infancia). Así, en el caso de la infancia se enfatizan las consecuencias secundarias negativas que pueden tener ciertos avances (por ejemplo, al aprender a vocalizar, se mejora en la producción de ciertos sonidos de la lengua del contexto, pero se pierde la capacidad para captar y producir sonidos de otras lenguas). En el caso de la vejez, la psicología lifespan

enfatisa en sus estudios aspectos de mantenimiento o ganancia que se dan en las últimas fases de la vida.

Así, lo que podemos entender como ganancia, nunca se da en estado puro, sino asociado a ciertas pérdidas. Por ejemplo, las ganancias que surgen del proceso de especialización en ciertas tareas, que nos ayudan a alcanzar niveles de rendimiento muy altos en ellas, pueden llegar a tener efectos negativos en otros dominios de comportamiento. Por otra parte, la pérdida, desde este punto de vista, puede tener cierto valor como desencadenante de ganancias, puede ser un catalizador de procesos (tanto a nivel individual como cultural) compensatorios para mitigar sus consecuencias y volver a un nivel de funcionamiento equivalente y a veces incluso superior al que se tenía antes de la pérdida, de manera que se produzca una mejora de nuestra capacidad adaptativa.

Considerar pérdidas y ganancias a lo largo de toda la vida no contradice el hecho de que, tomada en conjunto la capacidad adaptativa en determinado momento y contexto, se evidencien aumentos o decrementos globales en esta capacidad. Así, parece difícil negar (y, obviamente, la psicología lifespan no lo hace) la preeminencia de pérdidas y declives en las últimas décadas de la vida. Sin embargo, sería un error desde este punto de vista concebir la vejez como sólo pérdida. Lo que se produce es un cambio en el balance entre pérdida y ganancia (hacia un mayor peso y frecuencia de la pérdida en general, siempre teniendo en cuenta las diferencias contextuales e individuales) más que un declive generalizado (Baltes, 1987).

### **Contextualismo ontogenético e histórico**

La psicología del lifespan plantea un marco de explicación mucho más complejo en el que los factores relacionados con el contexto socio-cultural e histórico que rodea al individuo pasan a jugar un papel fundamental.

El individuo se desarrolla en un escenario sociocultural que le proporciona tanto oportunidades como restricciones evolutivas, escenario que coexiste con las posibilidades y oportunidades de carácter biológico. En concreto, consideran un modelo multicausal en el que se pueden diferenciar tres conjuntos de factores

antecedentes que influyen en el desarrollo del individuo, en la producción de procesos de cambio evolutivo (por ejemplo, Baltes, 1979):

- Influencias normativas relacionadas con la edad (*Normative age-graded influences*): hacen referencia a factores biológicos o sociales que muestran una alta correlación con la edad de los individuos. Es decir, aparecen generalmente a una edad determinada. Dentro de este grupo caben tanto las tradicionales influencias biológico-madurativas, como otros factores sociales (por ejemplo, el proceso de socialización temprana) que muestran una gran homogeneidad interindividual en la forma y momento de aparición. Son responsables de los grandes rasgos en los que se parece el desarrollo de todas las personas.
- Influencias normativas relacionadas con la historia (*Normative history-graded influences*): hacen referencia a factores también de tipo biológico o social que influyen de manera generalizada a todos los individuos en un momento dado, pero que son específicos de ese momento histórico. Pueden incluir influencias lentas o a largo plazo (como por ejemplo el proceso de cambio tecnológico), y otras más puntuales y específicas (por ejemplo, una guerra, una epidemia o una revolución). Se suele hacer referencia a este tipo de determinantes como factores generacionales o de cohorte. Son los responsables de que los miembros de una determinada generación, por el hecho de haber vivido las mismas experiencias históricas, muestren cierto parecido.
- Influencias no normativas (*Nonnormative influences*): se refieren a factores biológicos o sociales que afectan a individuos concretos, no a la generalidad, en un momento dado de sus vidas, sin seguir patrones ni secuencias fijas. Por ejemplo, este tipo de eventos pueden afectar a la esfera laboral (cierre de la empresa en la que se trabaja), familiar (divorcio, orfandad), o de la salud (accidente grave). Como representantes de las experiencias vitales únicas, estos factores son responsables de gran parte de las diferencias interindividuales, sobre todo en personas de la misma generación.

Todos estos factores interactúan entre ellos a la hora de producir un determinado cambio y, a su vez, son capaces de evolucionar y cambiar. También es importante destacar como su influencia no es exacta ni igual en todos los individuos, existiendo siempre un margen de variabilidad individual aun en personas expuestas a los mismos factores. En suma, podemos decir que la perspectiva del ciclo vital aspira al estudio de un individuo cambiante en un entorno biosocial también en transformación.

La psicología del lifespan, no obstante, admite que la fuerza e importancia de cada una de las categorías de determinantes no es la misma en todos los puntos del ciclo vital y, es más, se encuentra relacionada con la edad. En concreto, afirman (Baltes, 1979) que durante la infancia los factores más relevantes son aquellos normativos relacionados con la edad, que son precisamente los que enfatizan la regularidad y homogeneidad de los cambios. Esta es la razón por la que el modelo unidireccional de desarrollo se ajusta tanto al estudio de la infancia: es la etapa más influida por cambios generales que se dan en secuencias y patrones muy correlacionados con la edad, además de, como vimos anteriormente, ser la etapa en la que el balance ganancias-pérdidas es más favorable a las primeras.

Sin embargo, más allá de la adolescencia la regularidad de los factores biosociales que se da en la infancia se perdería y se entraría en etapas más abiertas y variables, en las que las influencias normativas relacionadas con la edad dejarían de marcar su huella y serían los factores normativos relacionados con la historia y los no normativos los que determinarían la gran mayoría de los cambios evolutivos que se producen. Así, si aceptamos esta relación, en la adultez y la vejez son los factores sociales e históricos y los life-events propios de cada persona los que nos resultan básicos para entender el desarrollo. De esta manera la vejez no se contemplaría como una etapa homogénea marcada únicamente por el declive, sino como una etapa en la que quizá se den más diferencias individuales, ya que en ella se manifestarían las huellas de toda una vida de experiencias vitales particulares.

Bajando a un nivel de especificación mayor y a una mayor proximidad con los datos empíricos, la psicología lifespan propone un modelo que pretende describir y explicar las dinámicas evolutivas de las personas de manera coherente con (y

reflejando) las características atribuidas al concepto de desarrollo y que hemos comentado en los párrafos anteriores.

Este modelo, denominado Modelo de Optimización Selectiva con Compensación está vinculado con el concepto de envejecimiento satisfactorio (successful aging). En concreto, es a partir de la consideración de qué es envejecer con éxito (ver Baltes y Baltes, 1990) cuando Baltes y sus colegas comienzan a hablar de la compensación, de la optimización y de la selección como procesos esenciales en el devenir del desarrollo humano y cuando hacen un intento por definir estos procesos e interrelacionarlos en un modelo de desarrollo aplicable a todos los momentos del ciclo vital, un modelo que recoge la idea básica del desarrollo como un proceso de adaptación selectiva.

Pasemos a definirlos brevemente y a comentar el papel que tienen en el desarrollo.

## **Selección**

Este componente se refiere a la elección, consciente o no consciente, de determinadas metas o dominios de comportamiento como espacio de desarrollo (ya sea este entendido como crecimiento, como mantenimiento o como regulación de pérdidas). Por medio de la selección, el individuo escoge determinadas metas de desarrollo y deja de lado otras alternativas.

De acuerdo con Marsiske y cols (1995), existirían diversas fuentes de selección:

- Por una parte, podemos hablar de una cierta canalización biológica (o genética) de ciertas trayectorias evolutivas, que nos predispone a escogerlas, a la vez que restringe el abanico de posibilidades entre las que podemos escoger.
- Por otra, tenemos las presiones sociales y culturales hacia una especialización de nuestra trayectoria vital. Llegados ciertos momentos, se nos ofrecen ciertas encrucijadas entre las que elegimos (y se nos induce a elegir) ciertos caminos y no otros. Estos factores socioculturales (vinculados a variables como la clase social, el sexo, los valores familiares, etc.) a veces incluso condicionan no sólo las alternativas posibles, sino las trayectorias escogidas.

Hemos de tener en cuenta que nos desarrollamos en un contexto individual y social en el que los recursos son limitados, por lo que no es posible conseguir todas las metas todo el tiempo. Por ello, seleccionar de entre las posibles trayectorias una o unas pocas como el foco de nuestro desarrollo resulta adaptativo.

Baltes. Lindenberger y Staudinger (1998) diferencian entre dos tipos de selección, la selección electiva, que resulta de nuestra elección entre diferentes alternativas, elección que se realiza con criterios puramente motivacionales (aquella que, por algún motivo, nos atrae o satisface más) y la selección basada en pérdidas, que resulta de no disponibilidad de ciertas metas o recursos para conseguirlas previamente existentes y, en consecuencia, la necesidad de escoger otras alternativas.

En cualquier caso, este proceso de selección claramente está presente en todos los puntos de nuestro ciclo vital. Por ejemplo, en la adolescencia, se escogen trayectorias (en el mundo del trabajo, en la esfera afectiva) que tendrán unas grandes consecuencias para nuestro desarrollo posterior. En la vejez, cuando la capacidad plástica disminuye, existe también una necesidad de seleccionar dominios evolutivos ante un escenario de disponibilidad menguante de recursos.

En suma, la selección es el elemento del modelo más relacionado con (Marsiske y cols. 1995; p. 47):

- La creación y la elección del rumbo que va a tener nuestro desarrollo.
- La gestión de los recursos, por naturaleza limitados, de los que todos los seres vivos disponemos.

La selección centra el desarrollo en ciertas áreas y hace más manejable el número de desafíos, amenazas y demandas potenciales con los que se va a encontrar la persona.

## **Optimización**

La optimización es el componente que impulsa a regular el desarrollo de manera que se puedan alcanzar los niveles más deseables de funcionamiento. Si la clave de

la selección estaba en las metas, la clave de la optimización está en los medios y recursos para alcanzar esas metas de la manera lo más eficiente posible.

Una vez hemos escogido ciertas trayectorias/dominios evolutivos, hemos de explotar los recursos a nuestro alcance (biológicos, psicológicos, socioculturales) para maximizar, dentro de las restricciones en las que nos movemos, nuestro funcionamiento en esas trayectorias/dominios, poniendo en marcha las mejores estrategias y medios. Factores como la formación o la práctica son ejemplos de procesos que estarían vinculados claramente a este concepto de optimización.

Además de la optimización específica para cierto dominio o trayectoria, también podemos llevar a cabo procesos de optimización refinando o adquiriendo estrategias que puedan servirnos para mejorar nuestro funcionamiento en dominios diversos, a veces muy diferentes entre sí. Por ejemplo, la adquisición de la lectura y escritura, además de ayudarnos a conseguir ciertas metas evolutivas, suponen también optimizar nuestro funcionamiento en numerosas áreas evolutivas, y disponer de recursos que podemos utilizar en la consecución de metas o trayectorias futuras.

La optimización (y en esto se diferencia de los otros dos componentes) tiene una dirección prefijada: hacia la obtención de un mejor ajuste, mejor en el sentido que nos permita alcanzar las metas propuestas. Esta direccionalidad no está prefijada ni en la selección ni, como veremos, en la compensación.

De esta manera, la optimización es el componente que más se parece al tradicional concepto de desarrollo como crecimiento hasta llegar a una meta final (Marsiske y cols. 1995). Sin embargo, para la psicología del lifespan, esta 'meta final' no está vinculada a ningún punto del ciclo vital en concreto y puede ser de muy diferente naturaleza (mejora, mantenimiento o regulación de la pérdida).

Al igual que pasaba con la selección, la configuración concreta de la optimización y sus esfuerzos dependerá tanto de los recursos biológicos de los que dispongamos como de factores contextuales y socioculturales, que ponen a nuestro alcance o dan prioridad a algunas posibilidades de optimización por encima de otras.

## **Compensación**

La compensación es un componente relacionado con la respuesta a una ausencia o pérdida de un medio o recurso que es relevante para la consecución de nuestras metas evolutivas.

La compensación en general se origina a partir de dos fuentes:

- La limitación, insuficiencia y finitud de los recursos o medios que están a nuestra disposición para conseguir las metas deseadas. Esta limitación se refiere tanto a las restricciones biológicas, socioculturales y puramente temporales que hacen que no todos los dominios puedan desarrollarse en la misma medida, como, a veces, al hecho de establecer (por el motivo que sea) metas evolutivas muy ambiciosas, que requieren de un gran número de recursos, y que por ello agudizan su insuficiencia.
- La pérdida de un medio o recurso que antes estaba a nuestro alcance. Quizá en ese sentido, las pérdidas de algunos recursos asociadas a la edad sean un buen ejemplo. La compensación actúa en este caso como un elemento clave para mantener un funcionamiento adaptativo, buscando medios y recursos alternativos.

En cualquier caso, la compensación implica procesos y estrategias por la que o bien se adquieren nuevos medios (o se reconstruyen los antiguos) para sustituir a los que se han perdido o faltan con el fin de conseguir una meta evolutiva o bien, incluso, se cambian las propias metas del desarrollo como respuesta a esa carencia de medios para facilitar la consecución de las nuevas metas con los medios disponibles.

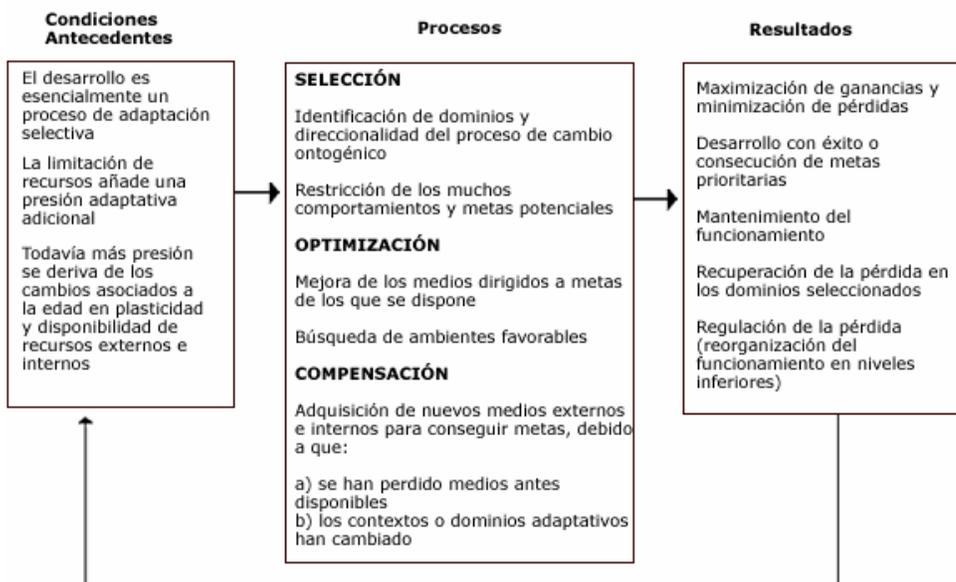
Como en los dos anteriores componentes, esta meta puede estar definida en términos de crecimiento, de mantenimiento o de regulación de la pérdida.

## **Selección, optimización y compensación: la clave del desarrollo con éxito**

En la Figura 1 tenemos una de las últimas especificaciones del modelo, que ha sufrido diversos retoques (más ampliarlo y concretarlo, más que para reformularlo o rectificarlo) en los últimos 10 años.

En esta figura se especifican los mecanismos de selección, optimización y compensación descritos y algunos de los fenómenos asociados a ellos.

**Figura 1. El modelo de optimización selectiva con compensación (Adaptado de Baltes y Baltes, 1990; Marsiske, Lang y Baltes y Baltes, 1995; Baltes, Lindenberger y Staudinger, 1998).**



Como hemos comentado, es a partir de la integración de los tres mecanismos de su puesta en marcha dinámica como la persona puede conseguir las tres principales metas evolutivas que describimos en secciones anteriores: el crecimiento (o mejora en los niveles de funcionamiento), el mantenimiento del funcionamiento y la regulación de la pérdida. Es, en este sentido, en el que podemos hablar de 'desarrollo con éxito'.

## 1.2.2. La teoría socioemocional

Es importante también tener en cuenta que el modelo SOC, tal y como ha sido formulado anteriormente, es de propósito general y puede, potencialmente, aplicarse a múltiples ámbitos del estudio evolutivo (desarrollo social, de la personalidad, intelectual) y niveles de análisis (social, individual, comportamientos en determinado microdominio, etc.) Por ello, aunque Baltes y su equipo no lo hacen explícitamente, puede concebirse el ámbito de las relaciones de pareja y sus cambios en el tiempo como un terreno particular donde aplicar las ideas del enfoque del ciclo vital. En este ámbito se pueden observar cambios que funcionan como procesos, y que a su vez estos procesos están inmersos en marcos sociohistóricos, como se propone desde el enfoque del ciclo vital. Por ejemplo, Laurer y Laurer (2007), observan como las relaciones en pareja presentan cambios evolutivos a través del tiempo, y cómo dichas transformaciones producen desarrollos individuales y construcciones que permiten diversidad de tipos de relaciones que pueden brindar satisfacción y apego, teniendo en cuenta las influencias positivas o negativas que ejercen sobre ellas las creencias culturales, los valores, los estereotipos sociales y al mismo tiempo las estructuras de personalidad.

Quizá la autora que más esfuerzo ha dedicado a la aplicación de principios del enfoque del ciclo vital a las relaciones sociales en general (y de pareja en particular) haya sido Laura Carstensen, en su modelo de selectividad socioemocional. En concreto, dos son los principios de la psicología lifespan que la propia Carstensen (1998) reconoce que han inspirado su propuesta: la noción de adaptación como clave para el desarrollo y la noción de selección como uno de los principios que caracteriza este proceso.

La adaptación implica que el comportamiento ha de ajustarse a ciertas restricciones contextuales concretas, a cierto 'nicho' social que lo configura y que va cambiando a medida que la persona se mueve por el ciclo vital. Así, desde este punto de vista, lo que puede ser adaptativo para un adolescente puede no serlo tanto para una persona mayor y viceversa, por lo que la comprensión del comportamiento (y especialmente el comportamiento social en el caso que nos ocupa) en los diferentes momentos evolutivos ha de tener en cuenta estos nichos.

Por otra parte, el desarrollo inevitablemente implica seleccionar unas ciertas trayectorias evolutivas y no otras. Adaptarse es en gran medida especializarse, escogiendo ciertas actividades, lugares y personas que parecen más adecuados para conseguir determinados fines, lo que implica, inevitablemente, dejar de lado otras posibilidades.

Carstensen utiliza este concepto de selección para explicar el menor rango y frecuencia de contactos sociales que muestran las personas mayores. Este descenso es muy selectivo y afecta sobre todo a los contactos más accesorios, más superficiales, mientras que las relaciones más estrechas permanecen básicamente intactas con la edad. Esta tendencia a seleccionar los contactos sociales especialmente estrechos, descartando los más superficiales, parece iniciarse ya en la mediana edad, lo que, de acuerdo con Carstensen, disminuye la probabilidad de ser interpretada como un déficit asociado a la vejez.

Así, Carstensen (1995), describe el desarrollo emocional durante todo el ciclo vital en una manera de relacionarse con otros con una finalidad particular en cada uno de los momentos evolutivos. Los niños fortalecen el desarrollo del apego en la búsqueda de satisfacción de necesidades, las cuales están estrechamente vinculadas con su sistema más próximo y los patrones de crianza que se asumen en el núcleo familiar y sus cuidadores. Más tarde el vínculo familiar se extiende a la red social de pares dada en la escolaridad y el compartir con los compañeros de escuela. De igual modo los adolescentes consolidan los grupos sociales entre pares y se entra a conocer múltiples redes sociales, se tiende a pertenecer a grupos amplios y de índole diferente, se asume conocer nuevas personas de confianza para la confidencialidad y se empieza a descubrir la vida en pareja. Por su parte, en la adultez, aunque las redes sociales se amplían en el trabajo, los vínculos familiares se fortalecen. El interés ya no está en conocer muchas personas, sino en mantener y reforzar los lazos ya existentes. Finalmente los adultos mayores se apoyan emocionalmente en un grupo de personas más reducido e íntimo y sólido como es la pareja, la familia nuclear y los amigos de toda la vida.

Para explicar esta tendencia hacia la reducción de las redes sociales más allá de la juventud, Carstensen diferencia entre dos tipos de metas fundamentales a las que puede estar dirigida la actividad y los contactos sociales (1987; 1998):

- Por una parte, el comportamiento social puede estar motivado por un deseo de buscar información, de aprender. Así, a partir del contacto social la persona es capaz de adquirir conocimiento cultural y personalmente relevante y de ser cada vez más competente en habilidades diversas.
- Por otra parte, el contacto social también puede estar motivado por el deseo de apoyo emocional y regulación de los sentimientos, de manera que los otros nos ayudan a sentirnos bien y a evitar estados emocionales negativos. Esta categoría incorporaría también el deseo de encontrar significado en la vida, de establecer relaciones de intimidad con otros y de sentirse vinculado a grupos y personas.

Una vez diferenciados estos motivos, Carstensen (Carstensen, Isaacowitz y Charles, 1999, p. 168) plantean que las tendencias evolutivas de estos dos motivos siguen trayectorias diferentes. Así, los motivos relacionados con la adquisición de información son muy importantes en la infancia, pero van disminuyendo poco a poco durante la adultez, a medida que el futuro se contempla como algo cada vez más limitado. Por el contrario, los motivos emocionales, que también son muy elevados durante la infancia, tienden a tener relativamente menos importancia durante la adolescencia y adultez temprana, para adquirir nuevamente preeminencia en las últimas décadas de la vida. De esta manera, mientras los motivos de búsqueda de conocimiento disminuyen a medida que envejecemos, los motivos emocionales aumentan.

Este hecho provoca que las personas mayores, a la hora de seleccionar personas con las que tener contacto social, seleccionen precisamente aquellas que con más probabilidades van a proporcionar satisfacciones emocionales, es decir, aquellos que ya son conocidos y con los que ya existía una relación estrecha, que son precisamente aquellos cuyo comportamiento es predecible y ha proporcionado en el pasado emociones positivas. Los contactos relativamente novedosos o más superficiales, que quizá se ajustan más a una búsqueda de información, son descartados a medida que la persona envejece.

Pero quizá el supuesto fundamental de la teoría de Carstensen (y su mayor originalidad) es que el determinante más importante del cambio en el balance entre

un comportamiento social dirigido a la búsqueda de la información y dirigido a la emoción no es la edad por sí misma, sino más bien la percepción y valoración del tiempo que queda hasta determinado final (Carstensen, Isaacowitz y Charles, 1999). Es este factor lo que explica los cambios en ambos motivos.

Así, cuando el tiempo se evalúa como ilimitado, o el final no se ve en un futuro cercano, la persona tiende a priorizar metas relacionadas con la búsqueda de información, con la novedad, aun a costa del retraso en la consecución de recompensas emocionales inmediatas. Por el contrario, cuando el tiempo es percibido como limitado, cuando el fin se vislumbra cercano, la persona tiende a implicarse especialmente en comportamientos sociales relacionados con estados emocionales y de los que derive una satisfacción y un significado inmediato de carácter emocional. De una orientación al futuro la persona pasa a una orientación al presente. Es en este sentido en el que Carstensen, Isaacowitz y Charles (1999) hablan de que las motivaciones informacionales y emocionales también pueden ser contempladas como una motivación hacia la preparación para el futuro y hacia la satisfacción en el mismo momento, respectivamente.

Obviamente, el envejecimiento y la vejez están indisolublemente unidos a una dimensión temporal y, en concreto, relacionado con una disminución del tiempo de vida. En este sentido, la percepción del tiempo, sea consciente o no, a medida que se envejece cada vez incluye más la noción de limitación y acercamiento a un fin. En únicamente en este sentido en el que podemos hablar de un cambio en el balance de motivos sociales (menos búsqueda de información, más emoción) en la segunda mitad de la vida, y no porque este cambio esté ligado de manera intrínseca al hecho de envejecer. Como vamos a ver a continuación, uno de los mayores intereses empíricos de Carstensen y su equipo será diferenciar los efectos de la edad y de la percepción del tiempo en estos patrones evolutivos.

Por otra parte, es precisamente el énfasis en el aspecto emocional del comportamiento a medida que se envejece dota a la teoría de Carstensen de importantes implicaciones respecto al desarrollo emocional y las emociones en la vejez. Carstensen y sus colaboradores (Carstensen, Isaacowitz y Charles) plantean que no sólo lo emocional tiene mayor importancia en la vejez, sino que la calidad de

las emociones es cualitativamente diferente en la vejez. Atribuyen este cambio a tres factores:

- El primero de ellos, directamente relacionado con las propuestas anteriores, es que la selección de contactos sociales importantes desde un punto de vista emocional contribuye a que estos tiendan a circunscribirse a personas con las que se tiene una relación emocional muy positiva. Las personas mayores interactúan con menos personas, pero con las más importantes para ellos y las que más satisfacciones les proporcionan.
- En segundo lugar, al llegar a la vejez, la historia de relación con cada uno de los contactos sociales que se mantienen suele ser muy larga. Esto aumenta las probabilidades no sólo de que la persona mayor se sienta necesitado por los demás, sino de que se hayan desarrollado a lo largo de esos años de relación un gran conocimiento mutuo, que puede revertir en mejores estrategias para sobrellevar las dificultades, solucionar conflictos y maximizar el grado de satisfacción que se extrae de la relación.
- Por último, el alivio de las preocupaciones que puede provocar el futuro, el reconocimiento de la finitud de la vida y la aceptación de lo ya vivido, puede dejar el terreno libre a las personas mayores para que se concentren en encontrar significado a la vida, en valorar mucho más de lo que disponen en el presente y, en suma, en colocar la calidad emocional en el centro de su vida.

De esta manera, y siguiendo el enfoque de relativo optimismo que encontramos en las teorías del ciclo vital, Carstensen parece sugerir que el dominio de las emociones puede incluso experimentar cambios positivos asociados a la edad, y no pérdidas.

Para comprobar esta mejora en la calidad emocional y regulación de las emociones en la vejez, Carstensen y sus colaboradores han puesto en marcha una línea de investigación en la que estudian parejas personas mayores casadas desde hace muchos años y parejas jóvenes. Exponían a estas parejas (una vez controlados los niveles de satisfacción marital previa) ante una serie de situaciones potencialmente conflictivas. Entre la pareja escogían una en la que ambos

estuviesen de acuerdo en que era conflictiva, situación sobre la que posteriormente debían discutir.

En este tipo de estudios, las evidencias a favor de una mejor regulación emocional por parte de las personas mayores son de dos tipos:

- Por una parte, las parejas mayores valoraban en general de forma menos conflictiva las diferentes situaciones presentadas. Las parejas jóvenes, en cambio, encontraban más motivo de conflicto y conflictos más intensos entre las situaciones presentadas (Levenson, Carstensen y Gottman, 1993).
- Por otra, a partir de datos observacionales derivados de la discusión, las parejas mayores mostraban con menos frecuencia emociones negativas y, con más frecuencia que las parejas jóvenes, acompañaban la expresión de desagrado o discrepancia con señales de afecto hacia el otro. Esto sucedía incluso cuando se demostró que la implicación en la discusión fue similar para parejas jóvenes y mayores (Carstensen, Gottman y Levenson, 1995).

Las personas mientras envejecen desarrollan capacidades para jerarquizar sus necesidades y suplirlas dando prioridad a las que portan a su sentido de vida, es allí donde las relaciones íntimas toman relevancia frente a la satisfacción personal. “La edad no solo es cuestión de cronología, sino que está llena de significados, estructuras, obligaciones, relaciones etc, que marcan el ritmo de la vida en cada uno”. (Izquierdo, 2005, p. 617).

Así, la teoría como la socio- emocional, permite observar desde una nueva perspectiva las relaciones de pareja, ya que la contempla como un proceso de selección y optimización a través del tiempo, donde los contactos sociales se consolidan en la trayectoria de vida y se ven como la posibilidad de tener un apoyo mutuo que brinda niveles de satisfacción duraderos, a través del desarrollo de las capacidades de regulación de emociones.

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

LAS REPRESENTACIONES DE LAS RELACIONES DE PAREJA A LO LARGO DEL CICLO VITAL:

SIGNIFICADOS ASOCIADOS Y PERCEPCIÓN DEL CAMBIO EVOLUTIVO.

Diana Janeth Villamizar Carrillo

ISBN:978-84-693-0710-6 / DL:T-421-2010

## SEGUNDO CAPÍTULO: PSICOLOGIA DEL AMOR

Aunque el amor, como concepto cultural, tiene una amplísima presencia tanto en la filosofía, como en la historia o la literatura desde hace muchos siglos, su aproximación y estudio desde una óptica científica es mucho más reciente. En este capítulo trataremos de aproximarnos a este complejo fenómeno, ingrediente que se supone esencial en las relaciones de pareja y su dinámica a lo largo del tiempo, al menos tal y como se concibe esta relación entre dos personas en el mundo occidental actualmente.

En tanto que el amor es un fenómeno complejo y, como veremos, formado por múltiples dimensiones, es de esperar que los autores que lo abordan lo definan de diferente forma según la dimensión en la que se centren y según los presupuestos de los que partan. Surgen, por ello, un gran número de posturas respecto al amor, unas más compatibles entre sí que otras.

La Psicología suele partir en su estudio del amor desde lo individual, abordando el amor como una emoción, emoción que se manifiesta a través de determinadas cogniciones por una parte y de determinados comportamientos hacia el objeto amado por otra. La Psicología reconoce también la importancia del trabajo interdisciplinar con áreas como la antropología, la historia, la literatura y la neuropsicología, que realizan grandes aportaciones al avance en el estudio del amor y a la generación de una concepción global, holística e integradora.

Según Yela (2000), el fenómeno amoroso comprende un conjunto de pensamientos, sentimientos, motivaciones, reacciones fisiológicas, acciones (incluida la llamada comunicación no verbal, con frecuencia inconsciente) y declaraciones (conducta verbal). Es decir, el amor se manifiesta a través de la conducta amorosa, que tiene aspectos internos con relación a lo cognitivo (conceptos, ideas y pensamientos), a lo afectivo (emociones y sentimientos) y a lo psicofisiológico. La manifestación externa se realiza a través del lenguaje verbal y no verbal.

Otra perspectiva de interés define el amor como un constructo complejo que incluye gran cantidad de afectos, cogniciones y motivaciones. Parte de este conjunto vendría dado por instintos e impulsos transmitidos genéticamente. Otra parte, probablemente mayor, sería consecuencia del modelamiento de roles a través del aprendizaje social (Sternberg, 1988). Desde este punto de vista el amor está constituido de una manera dinámica y debe ser estudiado como una estructura formada por tres componentes: intimidad (I), pasión (P) y compromiso(C).

Así, el amor se sitúa dentro del marco de las emociones individuales humanas, pero se desarrolla en el contexto de una relación de pareja, y no está exento de la fuerte influencia que ejerce sobre ella el contexto sociocultural en el que se encuentra inmersa.

## **2.1. Modelos teóricos del amor**

De la misma forma que existen diferentes definiciones del concepto de amor, también existen diferentes modelos teóricos que, desde la Psicología, intentan dar cuenta de este fenómeno.

Yela (2000), realiza una clasificación de las teorías del amor dividiéndolas en dos grandes grupos: por un lado tendríamos un conjunto de teorías centradas en el origen de la relación y, por el otro, un grupo de teorías que focalizan sobre su evolución.

### **2.1.1 Teorías enmarcadas en el origen de la relación**

Este conjunto de teorías está formado, principalmente, por teorías clínicas procedentes de diferentes paradigmas psicológicos.

Desde una perspectiva psicoanalítica, Freud conceptualiza el amor como un producto de la puesta en marcha de mecanismos de defensa ante determinadas ansiedades. Así pues, por ejemplo, el amor podría surgir de la sublimación del deseo sexual, o de la necesidad de proyectar este impulso (debido a la ansiedad

que genera) sobre otras personas. Además, según este modelo, las personas tienden a establecer modelos de relación objetal en función, principalmente, de las relaciones que mantienen con otras personas en la infancia, de forma que el adulto tendería a buscar –de forma inconsciente– un objeto amoroso que encajara con el modelo de relación objetal que mantuvo con el progenitor del sexo opuesto.

Desde posiciones humanistas, y de acuerdo a la Teoría de las necesidades de Maslow (1954), existirían dos tipos de necesidades amorosas: el amor “D” y el amor “B”. El primero sería una necesidad deficitaria (D-needs) que surgiría del deseo de pertenecer, de ser protegido y de experimentar gratificación fisiológica. El amor “B” sería una necesidad de desarrollo (B-needs) por la que la persona, una vez alcanzada la autorrealización, desearía involucrarse en la satisfacción de las necesidades del otro. Fromm (1956), postula que el amor surge del proceso de búsqueda de respuestas al problema de la existencia humana, que cada individuo emprende, y de la búsqueda de transcendencia humana.

Desde el conductismo, Skinner plantea el amor como un tipo de reforzador que serviría para modular la conducta de la pareja a través del condicionamiento operante. La pareja, ante determinadas conductas del otro, administraría este tipo de reforzador, de forma que el otro tendería a repetir dicha conducta en el futuro. La Teoría bifactorial del amor apasionado (Berscheid y Walster, 1978) proponen que la experiencia amorosa requiere dos componentes: una fuerte activación psicofisiológica y la conceptualización de tal activación como amor o enamoramiento por parte del individuo que la vive.

La Teoría de la construcción social de Averill (1985), considera el amor como un rol social a desempeñar (en función de las expectativas de rol que tenga la persona) formado por un conjunto de síntomas (el ideal romántico) y construido alrededor de los paradigmas socioculturales vigentes.

Según las teorías evolucionistas y sociobiológicas de Buss y Barnes (1986), el amor surge como fruto de estrategias adaptativas, instauradas a través del proceso de selección natural y centradas en la atracción sexual (a través del estímulo desencadenante) y en los vínculos entre los progenitores para el cuidado de la descendencia.

Por último, un enfoque especialmente influyente en los últimos años ha sido la teoría del apego. Desde este punto de vista, el ser humano necesita –desde el nacimiento– vincularse con las personas de su entorno. Esta necesidad, de carácter principalmente instintivo, es tan crucial para la supervivencia como la de alimentación. Si bien desde el primer momento la teoría del apego reconoció su importancia a lo largo de todo el ciclo vital, el estudio del apego en los adultos tuvo relativamente poca importancia hasta la década de los 80. Hazan y Shaver (1987), estudiaron las relaciones íntimas y/o románticas que el adulto mantiene con otras personas, pues partían de la premisa que el amor romántico puede ser conceptualizado como un proceso de apego. Según sus conclusiones, existen tres estilos de relación amorosa que se relacionan con los estilos de apego que se forman en la etapa infantil:

- Las personas que en su infancia desarrollaron un estilo de apego seguro, fruto del establecimiento de relaciones cálidas con sus progenitores, de adultos tienden a tener una autoestima alta, a atribuir buenas intenciones a los demás y a ser fáciles de conocer. Además, se sienten cómodos en la intimidad con otras personas, a las cuales proporcionan y de las cuales aceptan cuidados físicos y emocionales. Estas personas creen que el amor romántico existe, y presentan un modelo positivo y confiado de la relación de pareja.
- Las personas que desarrollaron un estilo de apego huidizo recuerdan la relación que establecieron con su madre como fría, distante y marcada por el rechazo. Esto les lleva a construir un autoconcepto negativo; a creer en el amor romántico como un fenómeno que se da muy raramente y que, cuando se da, dura poco; a vivir la intimidad de forma temerosa; a no proporcionar cuidados ni a ofrecerlos, y a experimentar dificultades a la hora de aceptar la pareja.
- Finalmente, los sujetos con apego ambivalente recuerdan a sus padres como no accesibles. Tienen dudas sobre sí mismos así como dificultades a la hora de comprometerse con los demás. En relación al amor, creen que es un aspecto central en su vida, y que es fácil enamorarse pero muy difícil encontrar el amor verdadero. Además, acostumbran a sentirse menos queridos de lo que merecen. Así pues, en sus relaciones de pareja, suelen ser celosos y obsesivos, tener el

deseo de unión y reciprocidad y sentir miedo por la posibilidad de ser abandonados o rechazados.

### 2.1.2. Enfoques sobre la evolución el amor

Expondremos, a continuación, un conjunto de teorías que intentan dar cuenta de la evolución del sentimiento amoroso, y más específicamente de ese sentimiento en las relaciones de pareja (lo que se suele etiquetar como 'amor romántico) y los factores que resultan clave en ella. Hemos creído conveniente dividir las en dos grupos de teorías. Por un lado estarían las teorías que enfatizan el curso de la relación y, por el otro, las teorías que dirigen su atención a cómo se mantienen esos sentimientos.

Entre las primeras destaca la teoría de los filtros, de Kerckhoff y Davis (1962), según la cual el afianzamiento de una relación depende de las características del compañero y de su correspondencia con las que la otra persona juzga relevante. Las relaciones de pareja, pues, se van consolidando a través del uso de una serie de criterios con la finalidad de seleccionar a la pareja ideal y excluir del proceso de selección a aquellos candidatos inaceptables. Estos criterios, o filtros, podrían ser la proximidad, la atracción, la hologamia, la similitud y la complementariedad. Así pues, cuanto mayor sea el número de criterios que la pareja cumple, más estable se vuelve la relación.

Posteriormente, en el año 1972, Livingier y Snoek definen su teoría de la interdependencia. Según ésta las relaciones de pareja pasan por diferentes fases a lo largo de su curso a través de las cuales ambos miembros desarrollan, de forma paulatina, una interdependencia cada vez mayor. Esto es posible, dicen los autores, gracias a factores como la proximidad, el contacto y la reciprocidad. En el mismo año, Murstein concibe también una teoría sobre el curso de la relación en la que propone que las relaciones de pareja pasan por tres fases diferenciadas, la teoría del estímulo-valor-rol. En la fase de estímulo, la primera, se otorga especial importancia a aspectos externos, físicos, de la otra persona. Posteriormente se pasa a otra fase en la que el aspecto central de la relación es el hecho de llegar a un consenso entre actitudes y valores de ambos miembros de la pareja. Finalmente se

llega a la última etapa, en la que lo más importante será compatibilizar los roles y funciones que ambos miembros desempeñan en su relación.

Más adelante surge la teoría de la penetración social de Altman y Taylor (1973), que sostiene que la relación de pareja consiste en el continuo crecimiento en la amplitud y profundidad de la intimidad existente entre ambos miembros. Para que se desarrolle esta intimidad, dice, ambos tendrán que ir autorevelándose ante el otro de forma progresiva.

La Teoría triangular de Sternberg (1988), que ampliaremos más adelante dada la gran influencia que ha tenido en este campo de estudio, defiende que el curso de la relación de pareja depende de la fluctuación de los tres componentes que integran el amor (intimidad, pasión y compromiso) a lo largo de su ciclo. La dinámica en las interacciones de dichos componentes puede hacer surgir hasta ocho tipos diferentes de amor. Yela (1996), retoma la teoría de Sternberg y divide el componente “pasión” en “pasión romántica” y “pasión erótica”, creando así su teoría tetragonal, defiende que el curso de una relación amorosa varía en función de la intensidad que presentan los cuatro factores que la componen: pasión erótica, pasión romántica, intimidad y compromiso. Estos factores son vividos en tres etapas: enamoramiento, amor romántico y amor de compañero.

Por otra parte, un segundo grupo de enfoques se centran no tanto en cómo evoluciona el amor romántico, sino más bien en los factores de los que depende que ese sentimiento se mantenga (o que, pese a todo, la relación continúe) y perdure o llegue a su fin.

Según la teoría económica de Homans (1950), la relación afectiva se va a mantener siempre que se presente un balance positivo entre las recompensas y los costes que de ella se deriven. En esta misma línea, la teoría del nivel de comparación de Thibaut y Kelley (1959) defiende que una relación permanecerá siempre y cuando exista un balance entre costos y recompensas que supere el nivel de comparación general, esto es, que no existan otras alternativas disponibles que puedan mejorar ese balance.

Si nos apartamos de estas concepciones más bien economicistas, la Teoría cognitiva de la atracción sostiene que la relación se mantiene debido a una decisión

voluntaria por parte de la persona (por la que se compromete a dedicar cierta cantidad de esfuerzo con la finalidad de cumplir su deseo de tener un compromiso). La Teoría de la equidad, según la cual el mantenimiento de la relación no depende de procesos de toma de decisión, sino de la percepción, por parte de ambos miembros de la pareja, de la existencia de un equilibrio equitativo entre las aportaciones que cada uno realiza de forma individual a la relación (por lo tanto, cuando uno de los dos perciba que siempre sale ganando o perdiendo, se dará el conflicto) y, por último, la Teoría de la incertidumbre, que aboga por la continua reducción de la incertidumbre que supone el hecho de estar con otra persona a lo largo del tiempo como factor determinante del mantenimiento de la relación.

## **2.2. Teoría Triangular del amor**

De entre todas las teorías que hemos destacado en la anterior clasificación, vamos a centrarnos a continuación en la teoría triangular del amor, de Sternberg, pues resulta de especial interés para este trabajo y es quizá la que más trabajos ha generado.

La Teoría triangular del amor (Sternberg, 1988) destaca por ser integradora de tres componentes (intimidad, pasión y compromiso) presentes en la mayoría de las culturas. Es una teoría que, a su vez, considera que cada uno de estos componentes está constituido por sub-elementos (por ejemplo, la comunicación formaría parte de la intimidad) y ha sido validada a través de una escala de cuarenta y cinco ítems.

La teoría fue elaborada a finales de los años ochenta y actualmente los expertos la consideran sólida y viable para el estudio de las relaciones de pareja. Es una teoría flexible que tiene como marco de referencia teorías anteriores, como es el caso de la teoría de las emociones de Berscheid (1983). El modelo de la teoría triangular se centra en el “amar a alguien”, y profundiza en diferencias dentro de las relaciones afectivas así como en los posibles tipos de amor que pueden surgir de la combinación de los tres componentes. Se la puede considerar un modelo general

del amor que tiene en cuenta la estructura y la dinámica que se establece en la interrelación de los tres componentes.

Una de las principales aportaciones de esta teoría es que ayudó a la operativización del amor, convirtiéndolo en objeto de investigación cuantitativa. El amor estaría formado, según este modelo, por aspectos cognitivos, afectivos, emocionales y motivacionales (Serrano y Carreño,1993). Así pues, el amor es una unidad que debe ser estudiada globalmente, como un todo. Se le considera, pues, un fenómeno psicológico complejo categorizable en función de las dimensiones que lo integran.

Los tres componentes del amor son diferentes pero, al mismo tiempo, están relacionados entre sí. Su representación teórica ideal en un nivel metafórico es un triángulo equilátero. No obstante, cuando la intensidad de alguno de los componentes es diferente a la de los demás, el triángulo deja de ser equilátero y pasa a ser escaleno o isósceles. Los triángulos no tienen por qué ser estables; generalmente varían a lo largo del tiempo, y una pareja, en el transcurso de su relación, puede experimentar varios triángulos, viviendo diferentes tipos de amor. El amor se puede transformar y podría explicarse desde la estructuración que cada pareja hace de cada uno de los componentes y sus combinaciones. Cada pareja tiene una representación triangular diferente dependiendo de múltiples factores y del peso relativo que atribuyen a cada uno de los componentes.

El amor, según la teoría triangular, tiene en cuenta en mayor o menor medida la influencia del contexto, siendo la dinámica de los componentes dependiente de la cultura. Lo importante es que los tres elementos, o al menos uno de ellos, son reconocidos en todas las culturas, lo que valida, en parte, la teoría.

En resumen: es posible medir los componentes del amor y, por lo tanto, el amor es cuantificable. El amor varía a lo largo del tiempo y de los contextos socioculturales, pero se le puede considerar un fenómeno universal. Cada uno de sus componentes, que es diferente de los demás aunque esté en continua interacción con ellos, sigue un patrón temporal más o menos definido.

### 2.2.1. Los componentes del amor

A continuación vamos a profundizar en los tres componentes que, según Sternberg, integran el amor y que, a pesar de ser diferentes, se encuentran relacionados. Estos tres componentes son la intimidad, la pasión y el compromiso.

#### *Componente intimidad*

Este componente involucra todos aquellos sentimientos de cercanía, apoyo, incondicionalidad, comunicación, vínculos y acercamiento mutuo en la relación de pareja, representada por la acción de compartir.

Para Sternberg (1988), la intimidad está compuesta, por lo menos, por diez elementos: deseo de promover el bienestar de la persona amada, sentimiento de felicidad junto a la persona amada, respeto por el ser amado, capacidad de contar con la persona amada en los momentos de necesidad, entendimiento mutuo, entrega de uno mismo y de sus posesiones a la persona amada, recepción de apoyo emocional por parte de la persona amada, entrega de apoyo emocional, comunicación íntima con la persona amada y valoración de la persona amada. No es necesaria la coexistencia de todos estos elementos para que exista intimidad en la relación de pareja; la presencia de algunos de ellos es suficiente, aunque el grado de profundidad dependerá de los niveles existentes de los diez sub-elementos.

La intensidad de la intimidad estará relacionada con la satisfacción o insatisfacción marital, dependiendo de la diferencia entre el triángulo del amor que la persona esperaba construir con su pareja en función de sus expectativas sobre la relación (triángulo ideal) y el triángulo del amor que representa la realidad (triángulo real).

La intimidad, además, es un componente que se va viviendo en el aquí y en el ahora, en el presente, y se construye progresivamente a través de la intimidad acumulativa (intimidad desarrollada en experiencias amorosas pasadas), que influye directamente sobre la capacidad de aprender de relaciones anteriores.

La búsqueda de la confianza mutua da paso a la intimidad. Según Sternberg y Barnes (1988), la intimidad es posible gracias a la autoexposición, que se

retroalimenta en un bucle de intensidad creciente y surge de la necesidad de reducir la incertidumbre acerca de lo que el otro siente, dice o hace. Así pues, cuando uno de los miembros de la pareja se muestra al otro tal y como es, se empieza un proceso de intimación con esa persona. La autoexposición, además, genera autoexposición, por lo que cuando el otro percibe que su pareja se está autoexponiendo responderá recíprocamente y también empezará a hacerlo. No obstante, las propuestas actuales defienden una relación curvilínea entre autoexposición e intimidad: en tanto que la autoexposición supone “abrirse” al otro, a partir de cierto punto constituye una potencial fuente de amenaza para la independencia y autonomía de la persona, que podría acabar sintiéndose consumida por la relación. Así pues, llegados a ciertos niveles de intimidad, ésta podría empezar a diluirse. Lo más recomendable, pues, parecería llegar a un equilibrio entre intimidad y autonomía que permitiera a los dos amantes generar una vinculación interpersonal segura pero manteniendo siempre su individualidad.

En el curso de las relaciones de pareja de larga duración la intimidad puede llegar a un nivel “oculto” debido a la disminución de la intimidad experimentada. Entre los miembros existe ya un conocimiento mutuo y un nivel de confianza alto, por lo que la frecuencia con la que se da la autoexposición disminuye. Podría parecer, pues, que el componente intimidad se hubiera desvanecido. En estos casos hay que activar el nivel íntimo y evaluar si en la pareja aún está presente y lo que sucede es que no se percibe o si, por el contrario, dicho componente ha desaparecido. Para aumentar los niveles de satisfacción marital se podrían poner en marcha estrategias terapéuticas de interacción conyugal.

### *Componente Pasión*

Para definir este segundo componente del amor, Sternberg (1988), parte de la idea de que los seres humanos tienen la capacidad de manifestar deseos y necesidades según sus experiencias. La pasión está vinculada a las necesidades de entrega, autoestima, pertenencia, sumisión, deseo y satisfacción sexual, y su expresión involucra una mezcla de relaciones psicológicas y fisiológicas que dan cuenta de lo que acontece en la dinámica de la pareja.

La pasión puede, en algunas ocasiones, verse motivada por aspectos físicos y psicológicos y presentar un curso rápido al inicio de la relación afectiva e ir aumentando aceleradamente hasta llegar a un punto álgido, momento de éxtasis pasado el cual empezará a disminuir paulatinamente hasta llegar a un nivel de habituación o estabilidad, esto es, hasta equilibrarse. Esta estabilidad dependerá del tipo de amor, del momento en que se viva y de las personas implicadas.

De la misma forma que pasaba con la intimidad, la intensidad de este componente puede variar a lo largo del tiempo, dentro de una misma relación y, como es lógico, entre diferentes relaciones. La mayoría de las personas asocia pasión con excitación sexual. No obstante, cualquier sentimiento de excitación psicofisiológica puede generar una experiencia pasional. Las manifestaciones físicas, pero también las emocionales, contribuyen a la aparición del componente pasión. Es, por ello, una emoción motivadora de la pareja más que un impulso sexual

### *Componente Decisión – Compromiso*

Para alcanzar el ideal de amor, según Sternberg, no basta con la proximidad y la pasión entre los dos miembros de la pareja (como veremos en el siguiente apartado). Se necesita, también, tomar la decisión de amar a la otra persona y establecer el compromiso de mantener ese amor. De esto trata, precisamente, el último componente del amor.

La decisión y el compromiso no tienen por qué darse en el mismo tiempo ni en el orden expuesto. Como Sternberg (1988) expone, en ocasiones la decisión de amar al otro surge de un compromiso establecido con anterioridad. Podría ser el caso, por ejemplo, de un matrimonio por conveniencia. En estos casos el compromiso es el componente que inicia la relación y desde aquí se espera que se den los demás componentes, intentando luego amarse a través de la intimidad y la pasión.

La decisión y el compromiso como componentes del amor tienen un curso único dentro de cada relación de pareja que depende de su evolución. Si evoluciona de manera gratificante, decisión y compromiso pueden ir aumentando hasta alcanzar un equilibrio que será crucial en el mantenimiento de la relación a largo plazo. Si la

relación se va deteriorando o se va volviendo carente de sentido, el compromiso puede llegar a desaparecer.

Como conclusión se puede decir que, en cada relación, los tres componentes del amor se entrecruzan de manera singular y su dinámica produce niveles de satisfacción marital diferentes.

### 2.2.2. Tipos de amor

En tanto que los tres componentes pueden existir de forma independiente, sus posibles combinaciones dan lugar a ocho tipos de amor:

- Amor con cariño o agrado: Referente a relaciones donde el amor sólo contiene intimidad. Serían ejemplos de este tipo de amor las relaciones de amigos y padres e hijos.
- Amor insensato o encaprichamiento: Es un tipo de amor basado en la pasión exclusivamente. No hay ni intimidad ni decisión-compromiso. Sería, por ejemplo, el caso del amor a primera vista.
- Amor vacío: Se refiere a la presencia del componente decisión-compromiso en una relación de pareja en la que no hay intimidad ni pasión. Como ya hemos indicado, podría ser el caso de un matrimonio de conveniencia. También en el caso de relaciones de larga duración en las que se agotaron los otros dos componentes hablaríamos de amor vacío.
- Amor romántico: Es la combinación de pasión e intimidad en ausencia del componente decisión-compromiso. Coexisten aspectos psicofisiológicos y emocionales, pero no se contempla una relación a largo plazo.
- Amor de compañero: Presente en relaciones donde la pasión pasa a un tercer plano y casi desaparece. Debido a la consolidación de la intimidad y la decisión-compromiso, los vínculos emocionales a largo plazo son sólidos.
- Amor vano: Se origina de la unión entre pasión y decisión-compromiso, y tiende a estar presente en relaciones de corta duración cuando del alto nivel de excitación psicofisiológica que se experimenta deriva un compromiso inmediato que, en la mayoría de los casos, no es duradero.

- Amor consumado o completo: La suma de intimidad, pasión y decisión-compromiso es el amor perfecto que cada ser humano desearía vivir. Cuando los tres componentes se encuentran en equilibrio aparece la satisfacción plena. Es importante tener en cuenta que el hecho de alcanzar el amor consumado no garantiza su mantenimiento. Que se mantenga o no depende de la manera en que se cultive y alimente diariamente.
- Ausencia de amor: Hace referencia a la no presencia de ninguno de los tres componentes. Puede vivirse en la vida cotidiana en contextos externos a la relación de pareja. Por ejemplo, en el caso de relaciones laborales se da un conocimiento casual de personas pero sin importancia en la dimensión afectiva. Puede darse, también, en la etapa final de las relaciones de pareja, cuando se ha desvanecido el vínculo afectivo, se ha dejado de experimentar pasión y se ha roto el compromiso.

Como hemos dicho, los tres componentes del amor se pueden presentar en la vida cotidiana combinados de alguna de esta forma. No obstante, en la relación de pareja no tiene por qué darse un único tipo de amor sino que cada una de ellas puede evolucionar hacia otra a lo largo de las diferentes etapas del ciclo vital de la relación.

Si bien los ocho tipos de amor son limitados, la dinámica de pareja es ilimitada y puede llevar al desenvolvimiento de múltiples experiencias. La teoría triangular desarrolla los conceptos teóricos generales que parecen estar en las diferentes culturas, en unas con mayor intensidad que en otras, tratando de buscar explicaciones psicológicas a su desarrollo. Siendo el amor mucho más que tipos de amor, estas clasificaciones ayudan a entender el fenómeno amoroso, donde cada relación de pareja edifica su propio triángulo del amor.

### **2.3. La teoría del amor de Lee**

Otra teoría que cabe destacar es la de Lee (1973), que será el primer autor en proponer una topología amorosa e intentar validarla empíricamente. Distinguió tres estilos amorosos básicos: Eros, Ludus y Storge. La combinación, en diferentes

grados, de los estilos primarios, nos daría otros tres estilos secundarios, independientes de los primeros: Manía, Pragma y Ágape. Veamos, a continuación, cómo definió el autor cada uno de estos tipos de estilos amorosos:

- Eros o “amor pasional” sería un estilo amoroso caracterizado por la presencia de sentimientos intensos e irresistibles así como una fuerte atracción física y actividad sexual. El amante Eros puntúa alto en auto-confianza y autoestima, y valora mucho el amor pero no está obsesionado por él ni presiona a su pareja. Más bien permite que las cosas se desarrollen paulatinamente.
- Ludus o “amor lúdico” es el segundo estilo amoroso, y se caracteriza por la poca implicación emocional y la ausencia de expectativas de futuro. Las personas que siguen este patrón amoroso no tienen un estilo físico preferido, sino que más bien les gusta cualquier tipo de compañero. Aun cuando mucha gente ve este amor como moralmente censurable, el amor lúdico no pretende herir a otras personas y generalmente define muy bien las reglas del juego antes de comenzar la relación.
- Storge o “amor amistoso” se caracteriza por un compromiso duradero que se desarrolla lentamente, con prudencia, y que se fundamenta sobre la intimidad, la amistad y el cariño. La similitud en términos de valores y actitudes de los miembros de la pareja es mucho más importante para Storge que la apariencia física o la satisfacción sexual, porque la orientación de este amor es más la de buscar un compromiso a largo plazo que un apasionamiento a corto plazo.
- Manía o “amor obsesivo” es un estilo caracterizado por la fuerte dependencia de la pareja y la presencia de celos intensos, posesividad, desconfianza y ambivalencia. Este amante trata de forzar a la pareja al compromiso sin poder esperar que éste evolucione de forma natural.
- Pragma o “amor pragmático” es un estilo amoroso basado en la búsqueda racional de la pareja ideal. El amante pragmático toma en consideración la edad, el grado de instrucción, el estatus social, la religión o la capacidad de ser un buen padre o una buena madre. A diferencia de Storge, en el que puede crecer un amor sin preocuparse particularmente por los planes futuros de pareja o por el bagaje familiar de aquélla, el amante pragmático probablemente establecerá condiciones antes de desarrollar una relación.

- **Ágape** o “amor altruista” es un estilo centrado en la renuncia absoluta y entrega totalmente desinteresada. Es un amor idealista en el que la sexualidad y la sensualidad no son relevantes.

A partir de esta tipología de Lee, muchos han intentado medir y cuantificar los diferentes estilos de amor (Lasswell y Lasswell, 1976). Sin embargo es la escala de actitudes ante el amor de Hendrick y Hendrick (1992) la que evalúa esta tipología desde un abordaje individual de las relaciones amorosas.

Con esta escala, Hendrick y Hendrick (1986), clasificaron las historias románticas descritas por jóvenes universitarios en seis estilos diferentes: eros (34%), storge (66%), ludus (2%), manía (2%), pragma (17%) y ágape (2%). Más de la mitad de las historias descritas correspondían al estilo amoroso de compañero, y una tercera parte, con el estilo de amor pasional.

## **2.4. Factores que influyen en la experiencia amorosa**

Tanto la teoría de Sternberg como la de Lee distinguen entre diferentes componentes del amor y han desarrollado instrumentos para evaluarlos cuantitativamente. A partir de aquí, numerosos estudios han tratado de examinar las variables que pueden influir en la presencia e intensidad de esos componentes. Algunas de las más importantes son la edad, el género o los factores culturales.

### **2.4.1. Cambios evolutivos en los componentes del amor**

La teoría triangular del amor propone que la experiencia en pareja se va transformando a través del tiempo, pudiendo ser concebida desde la teoría del ciclo vital como un proceso plástico, multidireccional y dinámico que se moldea a lo largo de diferentes momentos evolutivos en función de los procesos adaptativos y de las influencias normativas.

Villar, Villamizar y López (2005), estudiaron la estructura de la experiencia amorosa en relaciones de larga duración en una muestra de 144 personas mayores y compararon los resultados obtenidos con los aportados por otras investigaciones en otros grupos de edad. Los resultados arrojaron que los componentes intimidad, pasión y compromiso continuaban teniendo una presencia importante en las personas mayores, aunque también se encontraron diferencias al comparar los resultados con las otras cohortes.

En el grupo de los mayores predominaban altos niveles de compromiso, sentido de responsabilidad y apoyo mutuo. El componente pasión era un poco más bajo que los dos anteriores. Así pues, los sujetos de la muestra continuaban presentando el componente pasión cuando los estados de salud eran estables, a pesar de hacerlo en menor medida que otros grupos de edad. Esto parecería indicar que los tres componentes presentan distinta evolución temporal en las relaciones de larga duración: la intimidad y el compromiso se mantienen y la pasión tiende a disminuir pero sin llegar a desvanecerse.

Este cambio evolutivo de los componentes está directamente relacionado con la idea que a través del ciclo vital la pareja pasa progresivamente de valorar su relación de forma cuantitativa a hacerlo de forma cualitativa. Esto podría explicar los mayores niveles de satisfacción, compromiso, confianza, apoyo y conocimiento mutuo que presentan los ancianos.

Según los estudios de Sternberg los componentes del amor tienen un peso diferencial en las relaciones de personas más jóvenes y se ordenan, de mayor a menor relevancia, de la siguiente forma: intimidad, pasión y compromiso. No obstante, el estudio con personas mayores demuestra que esta jerarquía experimenta ciertos cambios con el tiempo. Si bien el componente más importante para los ancianos sigue siendo la intimidad, el compromiso pasa al segundo nivel y la pasión se convierte en el componente menos relevante.

Estos tres componentes no sólo parecen experimentar cambios a lo largo del tiempo sino que, además, Villar, Villamizar y López (2005), encontraron diferencias significativas en función del sexo en la escala triangular del amor: las mujeres presentaban un nivel más bajo de satisfacción con su pareja que los hombres, y

también puntuaban más bajo en los componentes de intimidad y pasión. No se encontraron diferencias significativas entre los niveles de decisión-compromiso de ambos sexos.

De forma congruente con estos datos, y como vimos en apartados anteriores, Carstensen, Fung y Charles (2003), encontraron que los adultos mayores dan mucha importancia a la intimidad y a los procesos emocionales y afectivos. Además parece que tienen una capacidad regulativa de las emociones más consolidada que otros grupos de edad, lo que les permite vivir su compromiso amoroso como una oportunidad que les brinda calidad de vida.

Yela (1997), como ya hemos dicho, abordó el componente pasional con profundidad. Sus conclusiones también apuntan hacia la existencia de cambios evolutivos en la estructura de las relaciones de pareja a medida que pasa el tiempo. Encontró que el componente pasión era el componente más presente al inicio de la relación y que éste, en vez de desaparecer con el tiempo –creencia muy extendida en la sociedad– tendía a estabilizarse a través de los años. No obstante, la validez de estos datos es dudosa debido a la no representatividad de su muestra.

La interpretación a nivel global que se puede extraer de todos estos estudios que hemos expuesto es que los tres componentes del amor, a pesar de estar presentes a lo largo de todo el ciclo vital de las parejas, experimentan cambios evolutivos en la línea de lo indicado anteriormente.

#### 2.4.2. Los estilos amorosos y el apego

Desde una perspectiva complementaria se ha puesto en relación la socialización infantil en particular los estilos de apego al cuidador postulados por la escuela de Bowlby (1969) con los estilos de relación amorosa.

Se ha postulado que el amor romántico se puede conceptualizar como un proceso de apego que tiene una fuerte similitud con el que une a los niños a sus cuidadores. Tanto los niños como los adultos enamorados comparten una serie de reacciones ante las figuras de apego: intensa fascinación con ellas, malestar si hay

separación, esfuerzos para mantener la proximidad y realización de actividades conjuntas.

Hazan y Shaver (1987), establecen que las relaciones íntimas se basarían en un sistema de apego que se transmitiría de forma hereditaria a través de las diferentes generaciones de la especie y que se desarrollaría a partir del sistema de apego infantil. Su función sería similar: asegurar la supervivencia a través del establecimiento de relaciones interpersonales. Siguiendo con estos autores, los estilos de apego, en la medida que inducen una visión de sí mismo y del mundo social, se asociarán al estilo de amor. Dado que el apego seguro se asocia a una visión positiva del self y de los otros, podría asociarse con más facilidad al estilo Eros y Storge (amor erótico y de compañero respectivamente). Dada la imagen negativa de sí mismo y de los otros, podríamos pensar que el estilo evitador se vincularía a Ludus (amor erótico con poca implicación). Hendrick y Hendrick (1992), sugieren que el estilo ansioso-ambivalente que implica una imagen negativa de sí y positiva de los otros se asociaría a Manía (amor erótico pasional que teme el abandono y traición del otro).

Yarnoz (1989) y Feeney y Noller (1990), aportan datos congruentes con estas hipótesis. A través del estudio de personas con diferentes tipos de estilo de apego obtienen los siguientes resultados: las personas con un estilo seguro en comparación con las que tienen un estilo evitador o ansioso-ambivalente muestran menos problemas de relación personal, informan de ser más seguros y autosuficientes y menos desconfiados en relación con los demás. Además recuerdan a sus padres como más tolerantes. Los primeros tienden a involucrarse en estilos de amor Eros y Storge, mientras que los evitadores puntúan bajo en Eros.

### 2.4.3. Los estilos amorosos y las diferencias de género

Un aspecto que ha despertado interés entre los investigadores en este campo es si el género influye en la manera en la que se manifiesta el amor, y en concreto, en la frecuencia de los diferentes estilos amorosos. Se realizan, en esta línea, esfuerzos por comprobar si los hombres y las mujeres aman de forma diferente.

Una de las investigaciones más relevantes fue la de Hendrick y Hendrick (1986). Los autores encontraron que los hombres, en comparación con las mujeres, conceden más importancia al amor pasional (Eros) y al lúdico (Ludus). Las mujeres, comparadas con los hombres, se inclinan más por el amor amistoso (storge), el lógico (pragma) y el posesivo o manía. En relación con estos resultados, Sprecher, Aron y Hatfield (1994), proponen que estas diferencias en la predilección de un estilo amoroso u otro en función del sexo se deben a las diferentes funciones que cada uno de ellos ha sustentado para hombres y mujeres a lo largo de la evolución de la especie.

En esta misma línea Lampert (1997), Buss y Schmitt (1993) y Fisher (1992) proporcionan argumentos sobre la funcionalidad biológica del comportamiento amoroso para el individuo como miembro de una especie. Este enfoque ve el amor como una parte natural de la condición humana y quizás también natural a otras especies. El amor es biológicamente relevante si ayuda a promover la supervivencia de las especies, tema central de la teoría de la evolución. Hace cinco millones de años, la supervivencia de las especies dependía del éxito reproductivo. El deseo sexual y el compromiso, relacionados con aspectos previos del éxito reproductivo, fueron reforzados en los primates superiores cuya bioquímica llevaba a buscar y obtener placer no sólo de la actividad sexual, sino que, también, de la vinculación hembra-macho y padres-descendientes. Por otro lado, Archer y Berg (1978), enfatizan que los antepasados que actuaban así tenían más probabilidades de transmitir sus genes que los que no estaban orientados a la actividad sexual y/o al establecimiento de vínculos emocionales estables, al enamoramiento (al mantenimiento de relaciones emocionales estables con una pareja) y al cuidado de los descendientes (amor parental). Fisher (1992), sustenta que los machos ancestrales podrían haberse beneficiado reproductivamente de copular con cualquier hembra fértil, si el riesgo era bajo. Por tanto, es razonable hipotetizar que la selección natural favoreció a los machos que tenían bajos umbrales de activación sexual y que eran reactivos ante nuevas hembras sexualmente atractivas. Otros autores, como Kenrick y Cialdini (1977) y Archer (1978), en sus diferentes postulados, defienden que nuestros ancestros femeninos tenían poco que ganar y mucho que perder si copulaban de forma aleatoria con nuevos machos. Es

improbable que la selección haya favorecido a las hembras que eran sexualmente atraídas ante una gran variedad de machos o únicamente por su presencia.

La perspectiva evolutiva admite que factores ambientales actuales, influencias sociales y aspectos no genéticos del organismo son variables importantes a la hora de determinar la actividad sexual.

Según la hipótesis evolucionista, la combinación de la prevalencia de amor lúdico en los hombres y de amor pragmático en las mujeres favorece la reproducción de la especie. Las mujeres invierten más recursos en una sola relación, volcándose en ella de forma más intensa, debido a las posibilidades de parentesco y reproducción que esa relación les proporciona. Los hombres, en cambio, maximizan sus sucesos reproductivos –inicialmente– teniendo varias relaciones. En el meta-análisis de Oliver y Hyde (1993), por ejemplo, los hombres presentaron actitudes más permisivas hacia las relaciones sexuales, un inicio más temprano de las relaciones sexuales coitales, una mayor frecuencia de coitos y un mayor número de parejas sexuales que las mujeres.

Kenrick y Claudini (1977), dan respaldo a esta mayor centralidad masculina en la sexualidad, y defienden que se ve apoyada por la investigación antropológica. De las 849 sociedades examinadas en el Atlas etnográfico de Murdock, 708 son poligámicas (un esposo para varias esposas) y sólo 4 son poliándricas (una mujer puede tener dos o más maridos). Además, las cuatro sociedades poliándricas son poligámicas, no siendo cierta la relación inversa (Buss, 1985). Estos datos también apuntan en la misma dirección que los datos expuestos arriba: parece que los hombres tienden, en general, a valorar más el amor lúdico, coherentemente con su menor inversión parental y su orientación positiva hacia el sexo casual y la obtención del máximo de parejas posibles. Las mujeres, dado la mayor inversión parental y el esfuerzo necesario para sacar adelante unos pocos descendientes, tienden a valorar más el amor pragmático y amistoso, así como los criterios de poder social y status para elegir su pareja.

Un concepto interesante a tener en cuenta es el de inversión parental. La inversión parental se define como el gasto de tiempo, energía y riesgo del progenitor en el cuidado del descendiente. De esta forma, a más inversión parental, más

probabilidades tiene el hijo de sobrevivir y, por ende, de éxito reproductivo. Mientras la inversión parental típica puede haber sido muy variable a lo largo de nuestra historia evolutiva. No obstante, la inversión parental mínima posible de las hembras, debido a los nueve meses de gestación y los posteriores de lactancia, ha sido mucho mayor que la de los machos en nuestra especie.

En el caso de la especie humana, debido a la pérdida de la capacidad reproductiva de la mujer en la adultez tardía y la asociación juventud-fertilidad que ésta conlleva, es de esperar que los hombres prefieran aquellas que tengan un aspecto más juvenil y maternal. Por ejemplo, cuanto más estrecha sea la cintura respecto a la cadera, más las preferirán los hombres y las valorarán como más atractivas, sanas, y reproductivamente valiosas. También se puede suponer, si tenemos en cuenta lo expuesto hasta el momento, que las mujeres serán más selectivas a la hora de escoger sus parejas, ya que tienen una inversión parental mayor en sus descendientes que los hombres y que pueden producir pocos hijos en un lapso de tiempo que es limitado. Por tanto, las mujeres van a buscar hombres que se apeguen y dediquen gran cantidad de recursos en protegerlas a ellas y a sus hijos.

Kenrick y Trost (1989) y Schaie y Willis (2003), dan soporte a las hipótesis sociobiológicas, y defienden que las mujeres prefieren parejas sexuales de mayor edad y los evalúan en base a sus recursos, mientras que los hombres prefieren parejas más jóvenes y físicamente atractivas. En este sentido, la investigación transcultural de Buss (1989) confirmó, en 37 países distintos, que las mujeres tienden a evaluar a sus parejas masculinas a partir de su capacidad económica, su ambición y su laboriosidad, mientras que los atributos evaluados positivamente por los hombres para elegir una pareja femenina son la salud, la belleza y la juventud, y elegirán a aquellas que tengan mayores signos de capacidad reproductiva.

Las predicciones de la teoría sociobiológica con respecto a las diferencias de género en los comportamientos son compatibles con las predicciones de las teorías de roles. Según éstas, las personas se socializan en función de los roles que les son asignados, y mientras a las mujeres se les suele asignar roles pasivos, de poco estatus y comunión, a los hombres les son asignados, con más frecuencia, roles más activos y de mayor estatus. Por este motivo se supone que las mujeres

deberían aprobar menos las relaciones casuales y deberían tener un número menor de parejas diferentes.

Los sociobiólogos también argumentan que, aunque los hombres pueden ser algo más permisivos que las mujeres en las relaciones extramaritales, desaprueban de forma especial que las mujeres mantengan este tipo de relaciones, ya que deben garantizar con la máxima prioridad la paternidad. Además, las diferencias entre géneros se reforzarán en las culturas que impongan más constricciones sociales, ya que éstas no permiten explorar todo el repertorio conductual, cosa que llevará a una exacerbación de las diferencias innatas, según la argumentación socio-biológica.

#### 2.4.4. Los estilos amorosos y las diferencias culturales

Desde una perspectiva cultural, algunos autores han cuestionado la existencia transcultural del amor romántico o pasional. Fischer (1992), en una revisión de 186 culturas, ha constatado que en un 88.5% de ellas hay indicadores de amor pasional. Otros autores, en particular construccionistas sociales y relativistas como Averill (1985), postulan que el amor pasional es un fenómeno construido por el discurso social en un momento histórico y culturalmente dado. Así, Hendrick y Hendrick (1992) sostienen que el amor pasional es exclusivo de la cultura occidental, y sitúan su aparición en el siglo XII.

Sin embargo, algunos autores, como Berscheid y Walster (1974), destacan que en documentos muy anteriores, como la Biblia, textos hindúes y chinos clásicos, se encuentran descripciones de experiencias de deseo y amor pasional.

Por otro lado, Murstein (1977), en un estudio transcultural en el que compara sujetos franceses con sujetos americanos, encuentra diferencias acerca de los estilos de amor predominantes en cada cultura. Al parecer, los americanos contaban con una inclinación más fuerte hacia estilos de amor amistoso y posesivo, mientras que la muestra francesa mostraba interés por un tipo de amor más altruista. Así pues, el componente cultural influye en el mantenimiento de las relaciones de pareja.

El análisis de los datos de los 32 países del estudio de Buss (1989) y de dos muestras de Argentina y Chile, reveló que, en general, en todos los países el amor es una condición más importante para establecer relaciones íntimas que la atracción física o la seguridad económica. Sin embargo, tanto el amor como la atracción física son pre-requisitos menos importantes en culturas colectivistas, de relaciones sociales desiguales o fuertemente jerárquicas y de menor desarrollo social.

Levinger y Snock (1972), también han encontrado diferencias interculturales en la importancia que las personas otorgan al amor como pre-requisito para casarse. El amor tendería a ser más importante en los países occidentales más desarrollados e individualistas, como Estados Unidos, Brasil, Inglaterra y Australia, y menos importante en naciones menos desarrolladas y colectivistas de Oriente como India, Pakistán, Tailandia y Filipinas. No obstante, los países menos colectivistas y económicamente más desarrollados como Japón y Hong-Kong le otorgaban al amor una importancia intermedia.

Ambos estudios sugieren que la satisfacción de las necesidades básicas permite desarrollar más necesidades de realización y expresión personal, como el amor romántico, por un lado, y que el individualismo y las relaciones culturales igualitarias aumentan la importancia de los atributos internos y decisiones personales con respecto al matrimonio y a la pareja.

Por último, Hatfiel y Rapson (1996), sostienen que cada vez más psicólogos y antropólogos creen que el amor es un fenómeno universal, aunque su significado concreto puede variar notablemente de una cultura a otra en diferentes épocas.

#### 2.4.4.1. Los estilos amorosos relacionados con otros factores

Vamos a ver, en este apartado, la influencia que se ha propuesto que una serie de factores como los recursos disponibles en el ambiente, el nivel de desarrollo social y las creencias y valores prevalecientes en la cultura, y la distribución del poder tienen sobre la prevalencia de los diferentes tipos de estilos amorosos.

En relación al primer aspecto, Griffitt (1974), tras analizar datos demográficos de diferentes países y periodos históricos (como la antigua Grecia, la Europa medieval y EEUU) indica que la razón demográfica entre hombres y mujeres es una variable importante a tener en cuenta a la hora de explicar el tipo de amor dominante en cada sociedad. Cuando hay más hombres que mujeres en la población, se valora más a las escasas mujeres y predomina una visión idealizada de la mujer, la familia y el amor romántico, cosa que contribuye al predominio de estilos amorosos menos pasionales y más de compañero. Cuando hay un exceso de mujeres, en cambio, se desvaloriza la familia y el matrimonio. En este último caso, el sexo extra y pre-marital, la soltería y las separaciones serían frecuentes. El amor comprometido no sería el tipo de amor dominante sino que predominaría un estilo de amor lúdico y erótico.

Desde esta perspectiva socio-estructural, las diferencias de creencias sobre el amor entre naciones y entre géneros depende de los recursos sociales, variables demográficas y de la distribución de poder y estatus entre los roles de género. El desarrollo socio-económico reforzará directamente la importancia del amor pasional, del amor como criterio y pre-requisito para elegir pareja íntima y casarse, ya que permite al sujeto valorar aspectos subjetivos más que prácticos.

Además, el mayor desarrollo social y económico, asociado a una menor diferencia de estatus y poder entre los roles de género, provocará que haya más semejanzas en las respuestas de hombres y mujeres en cuanto al estilo amoroso.

Por otro lado, y abogando más por influencias culturales, Simpson, Campbell y Berscheid (1986), explican que estudios realizados en culturas occidentales han encontrado que, a lo largo de los últimos treinta años, la relación entre matrimonio y amor ha ido cambiando. Las personas perciben de manera creciente que "estar enamorado" es la base fundamental para permanecer casado. Parece que en el siglo XX, en las sociedades occidentales, el amor romántico se ha convertido en la razón fundamental para mantener relaciones matrimoniales a largo plazo. Dion y Dion (1973), sugieren que las diferentes orientaciones culturales influyen intensamente en la forma de conceptualizar el amor y la intimidad. Las culturas más individualistas, en las que las relaciones íntimas se establecen cara a cara y más o menos simétricamente, valoran más el componente pasional del amor, mientras que

en las sociedades colectivistas las relaciones íntimas se organizan a través de la intervención de la familia extendida, y se valoran más los aspectos pragmáticos y amistosos del amor. Estos autores, pues, asumen que el amor romántico es una base más importante para el matrimonio en las culturas individualistas que en las colectivistas.

Desde esta perspectiva sociocultural y normativa, más que las diferencias de recursos y roles, serían las normas valorativas las que explicarían las diferencias entre géneros y entre naciones. Aun controlando el nivel de desarrollo económico, las culturas cuyos valores enfatizan la autonomía, la toma de decisiones individuales y la orientación hacia atributos y sentimientos internos (individualistas), reforzarán la importancia del amor pasional, del amor como criterio y pre-requisito de la elección de pareja y matrimonio. En cambio, las culturas colectivistas que enfatizan las diferencias de status, las decisiones familiares y los deberes normativos, darán menos importancia al amor como criterio y pre-requisito de la formación de una pareja estable, y valorarán más los aspectos prácticos y amistosos del amor.

Se puede también suponer que las culturas normativas, que enfatizan la necesidad de obedecer reglas, rechazarán más el amor lúdico y pragmático y defenderán criterios como la castidad y el estatus social. Estas culturas, que toleran peor la incertidumbre emocional, también deberían darle más importancia al estilo de amor Manía (de fuerte activación emocional y posesiva).

Para acabar, atendiendo a cuestiones políticas, algunos autores han defendido que las culturas jerárquicas, que enfatizan la legitimidad de las asimetrías de estatus y poder entre hijos y padres y entre esposas y maridos entre otras, y las culturas masculinas, competitivas y con una fuerte diferenciación de género, también reforzarán las diferencias de respuesta entre hombres y mujeres. Se reforzarán, pues, los roles tradicionales de género (las mujeres valorarán más el estatus social, y los hombres, la castidad y ciertas características femeninas como el ser una buena ama de casa). Esto refuerza la propuesta de las teorías socioculturales.

## 2.5. Amor y satisfacción en la pareja

Para concluir este capítulo, pasamos a exponer algunos datos relevantes obtenidos en diferentes investigaciones que han intentado relacionar los diferentes estilos amorosos con los niveles de satisfacción de la pareja y de cada uno de sus miembros. Algunos estilos amorosos, se plantea, serían mejores promotores de niveles altos de satisfacción en las relaciones de pareja.

Contreras, Hendrick y Hendrick (1996), investigaron las perspectivas en el amor marital en un conjunto de 54 parejas americanas y anglo-mexicanas a las que administraron escalas para medir el ajuste, la escala de valoración de la relación (Hendrick y Hendrick, 1986) y la escala de actitudes sobre el amor (Hendrick y Hendrick, 1987). La escala de actitudes sobre el amor está formada por un total de 42 ítems en los que los sujetos tienen que escoger entre una de cinco alternativas construidas en formato Likert. Esta escala está basada en los estudios del amor de Lee y su clasificación de estilos amorosos. La satisfacción para las parejas anglo-mexicanas muestra que aspectos tales como el hecho de tener niños y el compartir el poder marital ayudan a incrementar la satisfacción en la pareja, pero todavía falta investigar más a fondo cómo las variables amor, intimidad y sexualidad afectan dicha satisfacción (Contreras et al 1996).

Markides y Hoppe (1985), citados por Contreras et al (1996), encontraron en sus investigaciones que los hombres anglo-mexicanos mostraban más disposición para regresar atrás en la curva de la satisfacción marital, mientras que las mujeres mexicanas mostraban una declinación gradual de la satisfacción marital.

Los estudios de Contreras, Hendrick y Hendrick (1996), concluyen que el amor pasional fue el más importante y consistente predictor de la satisfacción marital para mujeres y hombres en todos los grupos. El amor altruista y el amor de compañero también resultaron predictores positivos de satisfacción en ambos casos. Además, coincidieron en considerar el amor posesivo y dependiente como factores relacionados negativamente con la satisfacción.

Según Hendrick, Hendrick y Adler (1988), los mejores predictores de satisfacción en la pareja para los hombres fueron la presencia de amor pasional y la falta de

interés. En cambio, para las mujeres, los mejores predictores fueron el amor basado en la amistad y la ausencia de amor posesivo.

Sternberg (1988), por otro lado, propone que para que las parejas de larga duración alcancen altos niveles de satisfacción se debe tener en cuenta que su aparición no implica que se vaya a mantener de forma incondicional. Cada día debe alimentarse dando paso a un equilibrio entre intimidad y libertad. Igualmente, la relación de pareja debe ser considerada por ambos miembros algo prioritario. Para que se experimente satisfacción marital, es importante que cada una de las personas se preocupe de complacer las necesidades propias y las de la pareja; que exista una dinámica flexible en el proceso de toma de decisiones; que cada miembro sepa valorar al otro en función de cómo es, sin intentar cambiarlo, tolerando sus defectos y valorando sus virtudes; valorar positivamente el tiempo compartido; buscar el desarrollo personal mutuo a través de la vivencia de momentos especiales, y saber que se puede contar con el apoyo del otro cuando se necesite.

## CAPÍTULO TRES: LAS RELACIONES DE PAREJA

Hemos querido dedicar este tercer capítulo a las relaciones de pareja. Expondremos diferentes modelos teóricos que han abordado esta temática, abordando también temas como la conformación de las relaciones, el curso que siguen, la atracción interpersonal, la comunicación, los conflictos interpersonales, diferentes aspectos que se han relacionado con la satisfacción marital, etc., Todos estos temas son al mismo tiempo importantes en las relaciones de pareja y relevantes para los objetivos de este trabajo.

Desde un punto de vista histórico, hacia los años cincuenta aparecen dos enfoques en el estudio de las relaciones de pareja. Por un lado, el psicodinámico, que intenta describir los procesos psicológicos internos en relación a la interacción de los miembros de la pareja y, por el otro, el sistémico, que contempla la pareja como un conjunto de elementos que se estructuran de tal forma que la totalidad resultante tiene unas propiedades independientes de aquellas que poseen sus integrantes de forma aislada. Según este enfoque aspectos como la interacción, la comunicación, la dinámica, el conflicto y la distribución y asunción de roles son determinantes. Si bien ambas líneas de trabajo tienen en común el interés por la clínica (se considera que, como mínimo, uno de los dos miembros de la pareja presenta psicopatología), sus diferencias radican en la praxis.

En los años setenta surgen nuevas teorías, como las del aprendizaje, la terapia racional emotiva, la terapia gestáltica y la terapia de la realidad, que también realizarán contribuciones significativas al estudio de las relaciones de pareja.

Cabe anotar que, desde finales de los años sesenta, el interés psicológico por las relaciones de pareja no sólo se centraba en los procesos clínicos psicopatológicos sino que el campo de investigación se amplió y se empezaron a estudiar aspectos normales del comportamiento en pareja. No obstante, no será hasta los años ochenta que no empezarán a surgir teorías claras y definidas del amor y, más específicamente, del

origen, curso y mantenimiento de la relación (de las cuales ya hemos hablado en el apartado anterior).

Si bien antes de los años 50 sólo existían unos veinticinco trabajos publicados sobre las relaciones de pareja (Olson y cols., 1983), debido a las necesidades que fueron apareciendo en la población y las nuevas posibilidades laborales que ofrecía este campo de trabajo, el número de publicaciones aumentó notablemente. Además, el interés exclusivo a nivel clínico se amplió y se pasó a dedicar atención a aspectos sociales y educativos, enfatizando en el desarrollo humano e intentando contribuir a la mejora de la satisfacción y calidad de vida.

En la actualidad coexisten múltiples enfoques que, desde la Psicología, intentan dar cuenta de las relaciones de pareja y guiar, mejorar y desarrollar nuevas intervenciones.

### **3.1. Modelos Teóricos**

Vamos a hablar, a continuación, de los principales enfoques que estudian y abordan la temática de la relación de pareja. Como es de esperar, cada uno de ellos ofrece una visión considerablemente distinta de la de los demás, y no es nuestra intención juzgar su idoneidad. Nos limitamos, pues, a exponer las aportaciones que el modelo psicoanalítico, social, conductual y sistémico han realizado al campo del estudio del tema que nos ocupa.

#### **3.1.2. El modelo Psicoanalítico**

El Psicoanálisis plantea un abordaje clínico de la relación de pareja desde el cual se consideran fundamentales los aspectos intrapsíquicos individuales en la interacción con el otro. El niño, en función de su experiencia temprana, sus interacciones con los otros (mayoritariamente con los padres), la forma como resuelva el complejo de Edipo y su proceso de desarrollo, creará determinados modelos de relación objetal que tenderá a repetir a lo largo de su vida en su interacción con otras personas. Esto será determinante, según este modelo, en la elección posterior del objeto amoroso.

Lacan (1977), define como fundamental en el desarrollo del niño la fase del espejo. Entre los 6 y los 18 meses, dice el autor, el niño no ha dominado su cuerpo, y no tiene

conciencia de él como un todo sino como un grupo de partes fragmentadas. El bebé puede verse el pie, pero no sabe que ese pie le pertenezca. Al contrario, piensa que puede pertenecer a otra persona, o a nadie. En algún momento, dice Lacan, el niño se verá en un espejo y, después de verse reflejado en él y de ver, también, el reflejo de otras personas, empezará a adquirir conciencia de sí mismo como un ser integrado y completo. Posteriormente, el niño denominará a la imagen que ve en el espejo “Yo”, realizándose un reconocimiento erróneo, pues su reflejo no es él, sino una simple imagen. De esta forma, el niño desarrolla su “Ego”, o su “Yo”. Esta fase del espejo por la que atraviesa todo niño alimenta la identificación del yo y su reconocimiento y, al mismo tiempo, la importancia del otro en la vida de cada persona. Es aquí, pues, donde se construyen los cimientos de la posterior vida en pareja.

Las primeras relaciones sociales y objetales del niño dejarán huella como experiencia previa antes de la madurez psicológica. Se crean, pues, patrones de relación que se reproducirán años más tarde. De aquí la importancia del vínculo afectivo entre el niño y sus progenitores.

### 3.1.2.- El modelo Social

Según este modelo, que resalta la importancia del contexto social en el desarrollo de cada una de las personas, la realidad social se va construyendo en el espacio compartido y el tiempo transcurrido.

Las dos teorías más relevantes de este enfoque son la de la atracción interpersonal y la de la congruencia. Desde estas teorías se plantean unos parámetros generales para que se produzca atracción entre determinadas personas que, además, ampliaremos más adelante.

Un primer parámetro para la atracción tendría que ver con aspectos geográficos. La proximidad física aumenta la probabilidad de conocer al otro y de tener la oportunidad de intimar con él, de forma que el hecho de vivir en zonas próximas y realizar actividades compartidas puede dar lugar a cierta atracción interpersonal y dar paso a una relación estable.

Winch (1952), afirma que el hecho de que dos personas compartan ciertas características básicas ayuda al surgimiento de la atracción entre ellas. Así pues, compartir actitudes hacia el sexo, educación, edad y religión puede ser importante a la hora de escoger a la pareja.

Jiménez Burrillo (1981), defiende la importancia de la apariencia física en la atracción interpersonal. Según él, las personas que no se conocen de nada sienten atracción por el otro debido a la observación directa de su aspecto externo.

Otro parámetro que la Psicología Social ha estudiado en relación a la atracción es la semejanza en las actitudes. Las personas podrían empezar a atraerse mutuamente por el hecho de percibir que comparten ciertos valores, mitos, creencias, expectativas y metas que pueden contribuir de forma positiva a su compaginación como pareja.

Otros puntos de vista afirman que un factor muy importante para la atracción sería el hecho de percibir que el otro posee ciertas características que uno desearía tener, pero de las cuales carece.

Más que defender que la atracción surge de una única vía de todas las que hemos visto, se trataría de entender que se puede ver motivada por múltiples factores que dependerán, en cada individuo, de sus experiencias previas y sus características personales.

### 2.3.- El enfoque Conductual

Según este enfoque el aspecto clave que conduce a la conformación de una pareja y del cual depende su mantenimiento es la conducta que ambas personas manifiestan y la forma en que ésta se ve reforzada.

Costa y Serrat (2001), ponen de manifiesto la importancia del condicionamiento operante en la relación de pareja. Estos autores defienden la importancia de los refuerzos positivos y los castigos a la hora de determinar la conducta amorosa. Cuando un miembro de la pareja refuerza positivamente la actitud que el otro tomó ante una determinada situación, tenderá a repetir dicha conducta. Si, por el contrario, las consecuencias del comportamiento son negativas, disminuirá la probabilidad de que esa conducta vuelva a repetirse. Cuando se administren muy pocos –o no se

administren— reforzadores positivos pero sí muchos castigos, la pareja podrá entrar en conflicto.

Desde el enfoque conductual, la resolución de conflictos está directamente relacionada con:

- Las habilidades comunicativas, que entre otras cosas pueden ser una de las formas de reforzar —positiva o negativamente— la conducta.
- La reciprocidad: por ejemplo, cuando ante un reforzador negativo se reacciona con otra conducta negativa, se alimenta el conflicto.
- Las percepciones que cada uno tiene del otro: de ellas depende la interpretación que se hace de la conducta del otro y la valoración que se haga de la necesidad de mantenimiento de la relación.
- La influencia de factores ambientales y sociales que determinan el ideal de pareja que se tiene y los modelos de conducta adecuados dentro de la relación.

Jacobson (1979), citado en Costa y Serrat (2001), opina que, desde el modelo conductual, el inicio de una relación se explica por el intercambio de reforzadores positivos que llevan al conocimiento mutuo y búsqueda de nuevos contactos entre dos personas. Esto les lleva a compartir experiencias gratificantes, y a sentir interés sexual y a la creación de expectativas idealizadas sobre el otro. Con el tiempo, estos dos últimos elementos se vuelven una necesidad prioritaria, por lo que puede aparecer el conflicto, debido a que se empiezan a percibir diferencias significativas entre lo que se esperaba del otro y lo que realmente es, disminuyendo los reforzadores positivos y aumentando los negativos. Si se ponen en marcha procesos de adaptación adecuados, se puede conseguir manejar y restaurar la situación, evitando la perduración del conflicto y la desvinculación afectiva.

### 3.1.4.- El modelo sistémico

Según este modelo, del que ya hemos hablado, un objetivo primordial de la pareja es la búsqueda de estabilidad y permanencia a lo largo del tiempo. Esto lleva a los dos miembros a realizar una vida conjunta bajo planes y proyectos comunes. La pareja, además, cuenta con características específicas (como son el establecimiento de

reglas, límites, jerarquías, roles y patrones de interacción) que le dan funcionalidad y determinan la forma de relacionarse de sus miembros. La pareja, pues, tiene unos principios básicos que son claves para su conformación, transformación y vida diaria.

Bateson (1979), advierte la presencia del principio de homeostasis como básico en la pareja y toda la familia, ya que los subsistemas entre sí se relacionan y estos, a la vez, están inmersos en suprasistemas. La pareja tiene herramientas para mantener el equilibrio en su interacción, dependiendo de los límites, reglas y roles que se establecen.

Ochoa (1995), defiende que el subsistema pareja tiene capacidades y recursos para superar las diferentes crisis que surgen a lo largo de su ciclo evolutivo. Tanto la crisis como las posibilidades de cambio que esta supone son vistos como posibilidades de crecimiento y desarrollo del sistema de pareja y familiar. La pareja presenta, en su vida cotidiana, alianzas y coaliciones, y los límites que las delimitan pueden dar lugar a conflictos.

Los grupos familiares tienen como base el subsistema de pareja. Para entender sus propiedades, Ochoa (1995) plantea sus características básicas:

- Regla de relación: hace referencia a la forma de definir la comunicación.
- Causalidad circular: la comunicación es recíproca. Por lo tanto, el patrón comunicativo de uno influye en el del otro. Haley (1974), resalta la importancia de la comunicación tanto verbal como no verbal. Cada miembro de la pareja emite y recibe mensajes que el otro procesa para poder responder. Cuando los mensajes tienen sintonía las personas se sienten satisfechas con su relación. Por el contrario, cuando existen problemas de comunicación empiezan a surgir los conflictos.
- Totalidad: la pareja se percibe como un subsistema, como una unidad, más que la suma de dos individuos individuales.
- Equicausalidad: el sistema es una construcción del aquí y del ahora que se desarrolla en función de múltiples causas de peso parecido.
- Equifinidad: hace referencia al funcionamiento de la relación, en el cual la variable tiempo es básica. Cada pareja tiene una manera diaria de interpretar sus experiencias. Por ello se van dando transformaciones en la

pareja que obedecen a procesos de adaptación. A mayor equifinidad, mayor satisfacción como manera de asumir la convivencia desde el tiempo presente.

Según el enfoque sistémico, el entendimiento de la pareja depende de los procesos comunicativos, de la forma de resolver los conflictos, del sentido que se atribuya a los proyectos comunes, del manejo de las reglas, límites y jerarquías, y de la asunción de diferentes roles por parte de los miembros de la pareja.

### **3.2. La atracción Interpersonal**

Han sido muchas las investigaciones que se han dedicado al estudio de la atracción interpersonal, por el papel que juega en la selección de la persona con la que se mantendrá una relación de pareja. A pesar de ello, no se ha llegado a un consenso, y diferentes autores proponen diferentes aspectos como los determinantes de la atracción que uno puede dirigir hacia otras personas. Es probable, no obstante, que más que tener el origen en un único factor, la atracción interpersonal se origine debido a múltiples aspectos que, de forma diferente según cada persona, confluyen para determinar si el otro nos resulta, o no, atractivo.

Veamos, primero de todo, cómo se ha definido la atracción interpersonal. Walser y Walser (1976), citados en Berscheid y Hitfield (1982), la definen como la tendencia o predisposición del individuo a evaluar a otra persona positivamente. En el polo opuesto encontramos la hostilidad interpersonal, que es la tendencia o predisposición a evaluar al otro de forma negativa.

Clarke (1952), destaca el papel de la proximidad física en la atracción interpersonal y defiende que habrá mayores niveles de atracción entre personas que habitan en zonas geográficas próximas, que viven en la misma ciudad, que realizan actividades en el mismo lugar... La razón que explica esta predilección por personas cercanas es que el hecho de compartir aspectos geográficos hace que ambos dispongan, ya desde el principio de la relación, algún conocimiento sobre el otro, y que tengan un conocimiento compartido que, posiblemente, les haga más compatibles que a dos personas que no comparten territorio.

Winch (1952), sostiene que los seres humanos están continuamente tratando de satisfacer sus necesidades, de superar sus carencias. La pareja, pues, se elegiría en función de su capacidad, de su potencial, para llenar estos vacíos.

Buss (1985), difunde que la elección de una pareja depende de la percepción de similitudes y diferencias interpersonales. Si bien la tendencia predominante es a escoger personas con las que se comparte una serie de características, también es posible de elegir a una persona y no a otra como pareja por el hecho de percibirla como opuesta o diferente. Algunas de las variables que se tienen más en cuenta a la hora de emitir este tipo de juicios son la clase social, la edad, el aspecto físico, la estructura de la personalidad, el lugar de residencia y el nivel educativo. No se debe menospreciar la influencia que ciertos factores externos (como el contexto sociocultural) ejercen sobre el proceso de elección de pareja.

Por otro lado Kenny y Acitelli (1994), estudiaron 42 parejas y encontraron que la satisfacción estaba estrechamente relacionada con el nivel de similitud percibida. La percepción interpersonal, pues, destacó como un factor de poderosa influencia sobre los reportes que emitían ambos miembros de la pareja. Estos autores, además, encontraron tres factores que parecían determinantes en la percepción de similitud: la subjetividad individual, las influencias de la cultura –y los estereotipos que ésta refuerza– y los niveles de intimidad existentes.

Dicks (1967), también defiende que la elección de la pareja no es azarosa, sino que se debe, fundamentalmente, a factores que ejercen su influencia sobre este proceso, pero a nivel no consciente. Así pues, las personas buscan parejas semejante a sus progenitores, con las que se compartan ciertos valores y roles fundamentales así como ciertas creencias nucleares.

La atracción interpersonal, pues, es una actitud que las personas asumen cuando tienen la posibilidad de interactuar con otras personas. Está compuesta por aspectos de evaluación afectiva, aspectos cognoscitivos en relación a los pensamientos que se crean frente al otro y aspectos conductuales (comportamiento real emitido), convirtiéndose la atracción en un componente básico en la conformación del vínculo de pareja. Existen diferentes puntos de vista teóricos que explican el funcionamiento de la atracción interpersonal.

Byrne y Clore (1970), explican la atracción como el resultado de un proceso de condicionamiento operante. Las personas, en la interacción con los demás, pueden recibir refuerzos que, en el caso de ser juzgados como recompensas afectivas positivas, incrementarán la probabilidad de buscar el contacto de nuevo con esa persona, cosa que hará que surja la atracción interpersonal.

Tribaut y Kelley (1959), añaden a las anteriores definiciones que la atracción es un proceso diferente al proceso por el cual los miembros de la pareja se comprometen con la relación, cosa que dependerá –dicen– del balance entre costes y recompensas que resulta del contacto con el otro y de la no posibilidad de obtener un balance mejor con otra persona. En este caso, la tendencia será a abandonar la relación y a empezar una más satisfactoria. Cuando la relación es poco satisfactoria pero no existen en el entorno estímulos con los que compararse, se tenderá a su mantenimiento. Cabe decir que los aspectos que se valoran a la hora de juzgar si una relación es o no satisfactoria, y si podría llegar a serlo más dependen de la subjetividad individual. Así pues, mientras que una persona puede darle mucha importancia al aspecto físico de la pareja, otra puede considerarlo un aspecto irrelevante.

Heider (1958), sostiene que la atracción es un proceso de equilibrio en el que las dos personas perciben que comparten ciertas características que les convierten en una unidad y sienten pertenencia mutua. Por su parte, Newcomb (1961), examina la importancia de la reciprocidad y la simpatía como factores importantes en la atracción y defiende que el hecho de percibir que la otra persona siente atracción por nosotros, aumenta la probabilidad de que nosotros sintamos atracción hacia ella, y viceversa. La atracción, pues, sería algo recíproco.

Walster (1965), defiende que la disposición a sentir atracción hacia otra persona depende de sus necesidades, es decir, que si una persona tiene la necesidad de resultar interesante para otras personas, será especialmente susceptible a los refuerzos positivos que el otro le dé por sus intentos de acercamiento. No obstante, si no existe ninguna necesidad de interacción, la persona no será sensible a estos refuerzos. La autoestima, pues, estará relacionada con esta sensibilidad a los refuerzos. Niveles altos de autoestima hacen que el contacto con el otro se viva de forma menos ansiógena y que se dependa menos de los refuerzos que el otro administra. Niveles bajos, por el contrario, se asocian a una mayor facilidad para sentir

atracción por el otro y a una mayor sensibilidad al refuerzo. Niveles altos de autoestima, pues, incrementan la probabilidad de éxito en la relación de pareja.

Por último, Waller y Hill (1951), destacan la importancia de la necesidad de idealizar para llegar a compartir una experiencia amorosa y encontrar lo que se desea pero realmente no se tiene. Cuando se visualizan, en el contacto con los otros, aspectos de la fantasía personal se inicia un proceso de conocimiento mutuo con el objeto de profundizar en la idealización que se tiene. El tiempo es un factor determinante en el establecimiento de una pareja, pues ambos miembros necesitan tiempo para evaluar si el otro se corresponde, o no, con sus expectativas, con sus fantasías. Al ir aumentando el conocimiento mutuo, puede ser que se confirme que el otro se corresponde con el ideal, con la fantasía, pero también puede suceder todo lo contrario. En este caso, aspectos como la comprensión mutua, el apoyo, la ayuda y la comunicación pueden ser claves para que la relación, en vez de terminar debido al desengaño, se mantenga en el tiempo.

### **3.3. Formación de la pareja**

Vamos a abordar, en este apartado, el papel de las necesidades como un aspecto central a la hora de determinar que dos personas independientes decidan embarcarse una relación de pareja y los cambios que dicho tipo de relación ha experimentado en los últimos años.

#### **3.3.1.- El papel de las necesidades en la formación de una pareja**

Los estudios sobre necesidades complementarias sugieren que los hombres y las mujeres se ven atraídos y tienen mayor probabilidad de comprometerse con aquellas personas que les proveen con una máxima gratificación de sus necesidades. Las necesidades de los dos miembros de la pareja no tienen por qué ser las mismas: por ejemplo, una mujer dominante puede necesitar un hombre más bien sumiso, y viceversa. Además, estas necesidades pueden variar en grado. Así pues, la persona puede tener mayor o menor necesidad de dominación y, en función de esto, se entenderá mejor con personas más o menos sumisa. Así pues, la complementariedad

de las necesidades parece un aspecto importante en la selección de la pareja, y contribuye al establecimiento de la relación (Winch, 1952).

Según Kerckhoff y Davis (1962), tanto el consenso de valores como la complementariedad de necesidades tienen un impacto crítico en el florecimiento o la muerte de la relación de pareja.

Por otro lado, Cattell y Nesselrode (1967), formulan el principio de la realización de necesidades, y conjeturan que las personas escogen con qué personas vincularse en función de si las creen, o no, poseedoras de ciertas características que ellos no poseen y, debido a que las valoran positivamente, desean incorporarlas a su vida. Así pues, por ejemplo, una persona socialmente torpe puede valorar especialmente un compañero socialmente hábil y capaz.

El principio de la relación de necesidades se diferencia de la hipótesis de la complementariedad porque hace un mayor hincapié en la importancia de la deseabilidad social. Así pues, Cattell y Nesselrode afirman que toda persona tiende a buscar en un compañero un conjunto de aspectos deseables (como buena apariencia, inteligencia, estabilidad emocional, etc.), pero en función del nivel en que valore positivamente esos aspectos y se considere carente de ellos. La hipótesis de la complementariedad defiende que las personas se interesan por otras personas que tienen una serie rasgos complementarios a los suyos, independientemente de si el hecho de "incorporarlo" en su vida les hace, o no, mejores.

Según Vilseda (1995), existen múltiples factores que influyen directamente en la conformación de la pareja. Un primer factor estaría relacionado con procesos culturales. Dentro de los grupos sociales se van formando estereotipos que marcan pautas de comportamiento a seguir, asumiéndose roles particulares que se cristalizan en la relación amorosa. Un segundo factor depende de aspectos biológicos. Por último, un tercer factor está vinculado a las características personales. Los rasgos individuales se reflejan en el comportamiento de la persona en la vida cotidiana. Por ejemplo, la capacidad de adaptación de la persona se puede poner de manifiesto en la convivencia con el otro a través de la puesta en marcha de estrategias de asimilación y acomodación.

### 3.3.2. La formalización de las parejas

La tendencia hacia la institucionalización de la pareja conyugal es todavía muy poderosa, pero hace pocos años comenzó a declinar, iniciándose un proceso de informalización de las uniones que se observa de forma incipiente pero que aumenta rápidamente, en todos los sectores sociales. Es cada vez más frecuente que los jóvenes de sectores medios convivan sin casarse, práctica que antes se consideraba poco honorable.

Esta modalidad de convivencia sin matrimonio se explica por diversos motivos, algunos de ellos económicos y otros relacionados con la liberación de las regulaciones sexuales.

Cuando se formalizaba una unión conyugal, aunque el contacto explícito la consagrara como una alianza entre iguales, de forma implícita se pactaba que la mujer entregaba su sexualidad y su capacidad reproductiva a un hombre de forma exclusiva. A cambio, él le proporcionaba protección social y económica. La promesa formal de fidelidad recíproca pocas veces se cumplía, y el poder era ejercido por el hombre, considerado el jefe de la familia.

Actualmente, tanto chicos como chicas se preparan de forma similar para el trabajo y la adultez. Ya no se piensa en la constitución formal de pareja y la maternidad, sino que las mujeres jóvenes también aspiran a ser trabajadoras independientes, y a compartir sus responsabilidades familiares y de procreación con su pareja.

Por otra parte, el contrato matrimonial vigente es el mismo para todas las parejas, cosa que no respeta la diversidad de situaciones existentes. No es lo mismo casarse por primera vez, que unirse legalmente con una nueva pareja después de haber tenido hijos de matrimonios anteriores. En este último caso, por ejemplo, la persona no sólo deberá lealtad a su marido o mujer y a los hijos fruto de este matrimonio, pues ya llega a él con lealtades afectivas y patrimoniales. Algunos casos pueden verse en la siguiente síntesis:

Matrimonios sin convivencia: son, generalmente, segundas o terceras uniones, frutos de encuentros producidos en la madurez de la vida.

**Parejas tradicionales:** uniones caracterizadas por la jefatura masculina y una estricta división sexual del trabajo. A pesar de que se encuentran en franco retroceso, todavía siguen siendo la pauta habitual de relación en amplios sectores poblacionales (por ejemplo, son especialmente frecuentes en personas maduras o que provienen de culturas minoritarias). La mujer es dependiente del hombre.

**Parejas innovadoras:** se trata de parejas en las que se tiende a la distribución equitativa del poder racional, emocional y económico, de las responsabilidades...

**Parejas contraculturales:** se trata de parejas constituidas por mujeres activas y hombres que adoptan roles de género feminizados. El establecimiento de este tipo de parejas puede resultar perjudicial para el hombre (que puede desarrollar dependencia económica o emocional de la mujer).

### **3.4. Ciclo vital de la pareja**

Otro aspecto que no podíamos olvidar en nuestro trabajo es el ciclo vital de la pareja. Así pues, el interés por las relaciones de pareja no acaba, ni mucho menos, tras su formación; es igualmente importante conocer los caminos que puede tomar su desarrollo. Veremos, en este apartado, las contribuciones que diferentes autores han realizado en sus intentos de responder a interrogantes como si las relaciones de pareja evolucionan a través de su paso por diferentes fases, o si más bien lo hacen a través de un proceso continuo de cambios.

La Psicología de la familia ha realizado una gran cantidad de esfuerzos para intentar entender cuál es el ciclo vital de la pareja. Primero de todo es necesario tener en cuenta que toda pareja está compuesta por dos personas únicas que han tenido procesos de construcción diferentes y tendrán, muy probablemente, expectativas y necesidades diferentes. Para que la vida en común sea posible, es preciso que estos dos conjuntos de valores se concilien con el paso del tiempo (Minuchin y Fishman, 1997). A lo largo de la relación pueden surgir múltiples situaciones que deberán ser afrontadas, pasando por diferentes procesos y llegando a nuevas estructuras. Será, por ejemplo, importante tratar de mantener la atracción interpersonal, la intimidad, el

compromiso, lograr un buen desarrollo emocional, etc., además de evitar la desilusión o la pérdida de interés. Una relación depende de dos; la flexibilidad y el dinamismo constante hacen que cada relación sea vivida de forma particular.

Según Hill (1971), la familia tiene las siguientes características fundamentales:

- La familia es adaptativa y es un sistema social formado por varios subsistemas. Como tal, mantiene sus reglas y límites en busca del equilibrio.
- Cuenta con estructura, normas, roles y mantiene ciertas jerarquías.
- Es un sistema orientado hacia metas y está siempre en acción.
- Durante su desarrollo pasa por una serie de etapas a través de una secuencia que suele seguir ciertas regularidades.
- El grado de interacción entre los subsistemas va cambiando a través de los diferentes momentos evolutivos, al igual que la estructura, los límites, las reglas y los procesos adaptativos, siendo la capacidad de cambio una posibilidad de sostenimiento del sistema.

Todo sistema familiar y, por ende, el subsistema de pareja, tiene momentos de desequilibrio que pueden llevar a un cambio, pero también presenta estabilidad. Los periodos de estabilidad se rompen debido a crisis –que se pueden originar tanto en el individuo como en el contexto– y desequilibrios que abren la posibilidad de empezar a vivir una nueva etapa evolutiva. Así pues, el subsistema conyugal tiende a transformarse debido a la vivencia de ciertas experiencias (que pueden interpretarse como crisis) que crean nuevas necesidades y que, a la vez, conllevan cambios evolutivos y la puesta en marcha de procesos adaptativos para llegar, de nuevo, a la estabilidad. Los periodos de equilibrio y adaptación se caracterizan por el predominio de una serie de tareas y aptitudes que se consideran pertinentes en ese momento. Los periodos de desequilibrio conducen a estadios nuevos y más complejos, en los que se elaboran tareas y aptitudes también nuevas (Minuchin y Fishman, 1997).

Carter y McGoldrick (1980), defienden que, a lo largo del ciclo vital, la pareja pasa por diferentes momentos evolutivos. Tras una fase inicial marcada por el primer contacto y el inicio del proceso de conocimiento mutuo, se daría el establecimiento de la relación y la creación de expectativas. Posteriormente, se formalizaría la pareja mediante una serie de rituales, como podría ser la boda, la luna de miel o tener hijos. Finalmente, se llegaría a una fase en la que la pareja volvería a ser el centro de atención, tras la emancipación de los hijos. Es importante notar que éste es un ciclo modelo, ya que no todas las parejas tienen por qué pasar por todas estas fases ni hacerlo en este orden. Como hemos dicho, no debemos olvidar nunca que cualquier pareja es única.

Minuchin y Fishman (1997), defienden que la pareja, en vez de pasar por diferentes estadios en los que permanece durante cierto tiempo, está en continua transformación. Estos cambios permanentes se ven reflejados en el sistema familiar y, a pesar de que se dan en el aquí y en el ahora, tienen consecuencias futuras, e influyen en la consolidación –o no– de la familia y en la manera de afrontar las crisis evolutivas. El desarrollo, pues, se produce de forma compleja y creciente en los sistemas familiares.

Las relaciones de pareja van evolucionando a través del tiempo. Cada momento evolutivo tiene procesos propios. No obstante, no debemos olvidar que también se puede llegar a situaciones de estancamiento en las que es incluso posible que se dé una involución. Será fundamental tratar de evitar que esto suceda, a través del entendimiento mutuo y, si es necesario, el asesoramiento terapéutico.

Según Díaz (2003), estas crisis y conflictos que llevan a la alteración del ciclo vital de la pareja se pueden deber –a nivel clínico– a dos motivos:

- El resurgimiento de conflictos, a nivel individual o de pareja, que no fueron resueltos en su debido momento.
- La estructura de personalidad y sus diferentes matices.

Vemos, pues, que tal y como hemos expuesto anteriormente, los aspectos individuales, la carga con la que cada miembro llega a la pareja, contribuye en ella de forma tan significativa como los resultados de los procesos que de su ciclo evolutivo se derivan.

### 3.4.1. Las etapas del ciclo vital

De acuerdo con algunos autores (Díaz, 2003), las parejas, a lo largo de su ciclo vital, pasan por una serie de etapas.

La primera fase es la de luna de miel. En ella se idealiza a la pareja, no se reconocen los defectos mutuos y parece que todo marcha sobre ruedas. Ambos creen compenetrarse de forma perfecta y esperan permanecer alejados del conflicto permanentemente. Esta precepción en parte es promovida porque se ponen en marcha mecanismos de autopresentación en los que cada uno de los miembros de la pareja da ante el otro su mejor cara, por una interacción que en muchos casos se restringe únicamente a ámbitos positivos (p.e. ocio) y por el propio deseo de cada uno de haber encontrado un compañero o compañera ideal, que hace pasar por alto rasgos potencialmente negativos (Murray, Holmes y Griffin, 1996).

Barder y Pearson (1998), definen la luna de miel como una etapa de enamoramiento mutuo y de interdependencia. La conexión es profunda y difusa hasta el punto que parece que no haya diferenciación entre los miembros de la pareja. Se desarrolla el apoyo incondicional, la intimidad y la comunicación cómplice. El compromiso es cada vez más intenso y se fantasea con la realización de una gran cantidad de planes y proyectos compartidos. Es una fase natural dentro del ciclo de pareja.

Después de esta fase inicial llegamos a la etapa de adaptación y ajuste de expectativas. Gracias a la convivencia con el otro se emprende un proceso de adaptación en el que se ponen en marcha estrategias de acomodación y asimilación. A través de él, los miembros de la pareja van volviéndose menos interdependientes y empiezan a asumir roles independientes. No sólo se busca satisfacer las expectativas de la pareja como conjunto; cada uno quiere tener su propio espacio. En este proceso pueden darse conflictos, sobretodo si uno de los miembros todavía sigue en la fase de luna de miel. Descubrir nuevas formas de comunicación y dejar espacio a la individualidad son características que fortalecen la relación en este momento del ciclo vital compartido.

La tercera fase, la de lucha por el poder, se caracteriza porque cada miembro de la pareja quiere gozar de libertad y asumir sus propias responsabilidades. Bader y Person (1998) afirman que, en esta fase, la pareja entra en un proceso dual en el que los dos quieren ganar. El interés que guía la conducta es más individual que colectivo. Se miden fuerzas y se busca estar un poco más arriba que el otro. Es una fase que requiere de flexibilidad y, al mismo tiempo, comprensión. La búsqueda del equilibrio debe ser una constante para que la tensión disminuya.

Una vez superada la fase de lucha por el poder, según Díaz (2003), llegamos a la etapa intermedia o de interdependencia. En este momento es frecuente que las tensiones acumuladas y los conflictos no resueltos salgan a la luz y aparezcan conflictos y discusiones. Es un periodo en el que una separación temporal puede ayudar a comprender si realmente la relación de pareja que se lleva es la que se desea. Si se supera con éxito se fortalece el compromiso, la intimidad y los lazos afectivos.

En este caso, se llega a la etapa de crecimiento mutuo. La pareja empieza a reconocer la importancia de la individualidad y se aceptan las diferencias. Es un momento de crecimiento personal para cada una de las partes que va fortalecimiento la convivencia diaria. Estar con el otro se convierte en una opción que la persona escoge de forma libre y espontánea. Prevalecen el compromiso y la responsabilidad.

La última etapa es la de aceptación mutua y reconciliación. Campbell (1980), sitúa en ella el manejo de técnicas de afrontamiento consolidadas. La comunicación es fuerte y se aprende a vivir con las diferencias, buscando espacios en común y aceptando las limitaciones mutuas. Todo esto hace que la relación crezca y se fortalezca. La etapa de aceptación mutua coincide con los procesos de jubilación y madurez. En esta línea Duval (1967), defiende que esta etapa se caracteriza por la comprensión total de la individualidad y por la necesidad de compartir con el otro, cosa que genera altos niveles de satisfacción en general. Es una época donde se reconocen y se aceptan las limitaciones personales y las del otro. No se pretende, pues, cambiar al otro. Es una etapa de ensanchamiento y simbiosis perfecta entre libertad y autonomía total. Al mismo tiempo, no obstante, se mantiene una intimidad y un compromiso permanente.

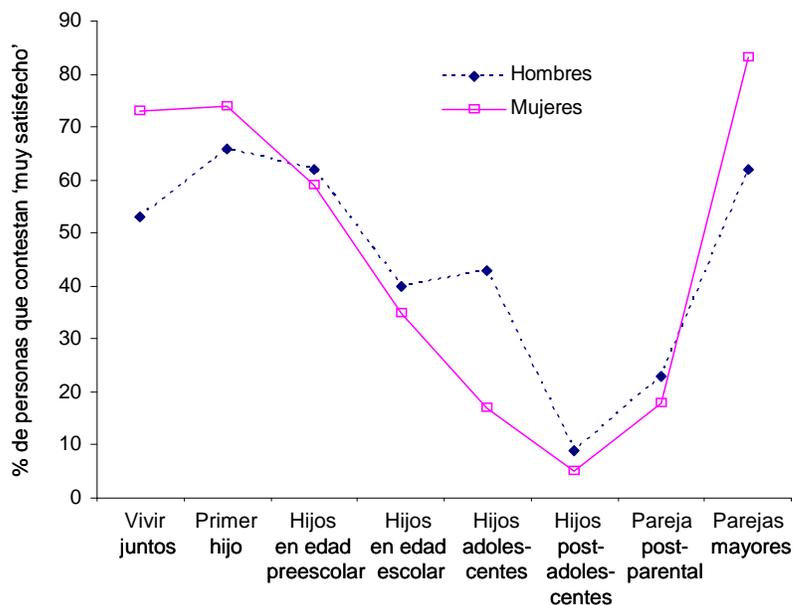
Antes de pasar al siguiente apartado, queremos destacar que, según Díaz (2003), las anteriores etapas descritas son, en términos generales, diferentes fases de un proceso evolutivo que se da a través del tiempo en la dinámica e interacción conyugal de parejas que pueden sostener una convivencia y no llegan a separarse. Es natural, pues, encontrar etapas de conflicto y falta de armonía en parejas “normales”. Dichas crisis o conflictos suelen darse al inicio de la relación, cuando se está estructurando la conformación de la familia, en la fase de la mitad de la vida –que coincide con la del ciclo vital de la pareja– y en la entrada a la tercera edad.

### 3.4.2. La satisfacción marital a lo largo de la vida en pareja

Sin duda alguna, un factor que ha recibido mucha atención en referencia al ciclo vital de las relaciones de pareja es la valoración subjetiva de la satisfacción que ambos miembros sienten hacia su compañero y hacia la relación que mantienen. Por este motivo resumimos, a continuación, los resultados de diversas investigaciones que han abordado esta temática.

La investigación sobre el curso de la felicidad a lo largo del matrimonio sostenido, durante mucho tiempo, que ésta decrece pasada la fase inicial de luna de miel. No obstante, los estudios longitudinales empezaron a aportar evidencia contradictoria. Parecería, según estos, que la satisfacción sigue un patrón curvilíneo, en forma de U: tras niveles altos iniciales de satisfacción, estos decrecerían hasta que, tiempo después, con la emancipación de los hijos, la satisfacción aumentaría de nuevo (ver figura 2). Siguiendo con Charles y Carstensen (2002), cuando se pregunta por los aspectos positivos y negativos de la vida en pareja a personas casadas por separado, las parejas más jóvenes reportan muchos aspectos positivos, pero también un número considerable de conflictos. Posteriormente, en edades intermedias, los sentimientos positivos decrecerían al mismo tiempo que aumentarían los niveles de conflictos. Las parejas mayores, por lo contrario, reportan unos niveles de sentimientos positivos parecidos a los de las parejas jóvenes, pero niveles más bajos de conflictos que éstas. Según Charles y Cartensen (2002), las parejas mayores son más felices en general que las parejas de jóvenes. Incluso aquellas que se describen a si mismas como matrimonios infelices, reportan ser más felices ahora que cuando años atrás.

Figura 2. Evolución de la satisfacción marital (porcentaje de personas que responden 'muy satisfecho' en un escala que la evalúa) en hombre y mujeres a lo largo de diversos momentos del ciclo vital (Schaie y Willis, 2003).



En la figura 2 se observan, además de cambios evolutivos, cambios en función del género: las puntuaciones de las mujeres tienden a ser más extremas que las de los hombres. Es decir, cuando la pareja va bien, las mujeres la perciben mejor que los hombres, pero cuando va mal, la percepción de las mujeres es peor que la de sus compañeros.

Según estos dos autores, el factor que podría explicar la menor calidad de las relaciones matrimoniales en la mitad de su curso sería el nacimiento de los hijos y su entrada en la adolescencia, debido a la gran cantidad de demandas que esto supone para la pareja. Sin embargo, Cowan y Cowan (1999) matizan que no es el nacimiento de los hijos per se la causa del decrecimiento de los sentimientos positivos y del aumento de los niveles de conflictos, sino la inequidad en la distribución de tareas entre los esposos en relación a su cuidado. Las mujeres acostumbran a asumir una mayor responsabilidad en el cuidado de los hijos, cosa que acostumbra a requerir el alejamiento del rol profesional durante días, meses o años. El hombre, en cambio, acostumbra a mantener su trabajo después del parto. El origen del problema, pues,

podría estar en esta diferencia en el impacto sobre la vida diaria de los esposos y su identidad. Esto daría cuenta de la menor satisfacción de pareja de las mujeres de mediana edad que apreciamos en la figura 2. Por otra parte, otros estudios obtienen que no sólo la satisfacción de la pareja mejora una vez los hijos se van de casa, sino que, además, decrece de nuevo si se ven obligados a reincorporarse en el núcleo familiar.

Schaie y Willis (2003), también coinciden con lo expuesto. Según los autores, el hecho de tener hijos puede aumentar la estabilidad matrimonial, pero también disminuir la satisfacción con el matrimonio, especialmente durante el primer año de vida, a lo largo del cual las expresiones de afecto positivo parecen disminuir para dar lugar a un mayor número de conflictos (Belsky, 1990). Siguiendo con Schaie y Willis, uno de los motivos por los que los niveles de satisfacción marital podrían disminuir tras el paso a la paternidad sería la menor cantidad de tiempo que los cónyuges pasan juntos así como el cambio en la naturaleza de sus interacciones. Parece ser que las parejas con hijos tienen menos comunicación verbal que las parejas sin hijos, y que dedican más tiempo a hablar de su descendencia que de su relación de pareja. En relación a este tema, precisamente, pueden darse fuertes conflictos y desacuerdos. Según estos dos autores, las parejas que tienen más desacuerdos en actitudes y valores sobre la crianza de los hijos tienen, también, más probabilidades de divorciarse. No obstante, considerar los hijos como la causa de todos estos problemas es algo arriesgado, pues podrían ser, sencillamente, un estímulo que favorecería la manifestación de dificultades comunicativas ya existentes entre los miembros de la pareja. Por otro lado, destacan que las características individuales de los hijos también pueden relacionarse de forma diferencial con los niveles de satisfacción. Belsky (1990), encuentra que las características más relevantes son el género, el temperamento y la deficiencia). Además, Schaie y Willis apuntan que la llegada de los hijos no supone un descenso en los niveles de satisfacción en todas las parejas. En este sentido, parece que las parejas mayores, con niveles educativos y de ingresos más altos, podrían experimentar una mejora en su relación de pareja tras el primer hijo.

Otro momento que, se plantea, podría reducir especialmente la satisfacción marital es la adolescencia. En ese momento evolutivo, según Schaie y Willis (2003), los hijos suponen una carga especial (salen caros, cuestionan la autoridad de los padres y han

aprendido a generar conflictos entre ellos para obtener lo que quieren). Por este motivo la emancipación de los hijos puede suponer el alcance de niveles altos de satisfacción, pues la pareja puede dedicarse a poner en marcha nuevos proyectos, viajes o aficiones, y todo esto en el contexto de una mejor situación económica debido al dinero que ya no tienen que invertir en sus hijos.

Belsky (2001), pues, también da soporte a esta curva en forma de U para describir el curso de la satisfacción marital. Según la autora, la paternidad, más que acercar a los miembros de la pareja, puede abrir una brecha entre ellos, debilitándose los sentimientos románticos y aumentando la insatisfacción. Esto podría deberse, siguiendo con la autora, a que la mujer pasaría a centrar sus fuerzas emocionales al cuidado de los hijos y al aumento de las discusiones sobre la crianza de los hijos y la distribución de las tareas del hogar que, tras la paternidad, aumentan de forma considerable. Al irse los hijos de casa estas fuentes de conflicto podrían desaparecer, aumentando, de nuevo, la satisfacción.

No obstante, para interpretar adecuadamente la validez de ese patrón en forma de U invertida, hemos de tener en cuenta varios factores. En primer lugar, cuando se evalúa matrimonios de larga duración se está evaluando relaciones que han sobrevivido a todas las contrariedades que se les han presentado, dejando de lado a aquellos que, en su momento, se disolvieron. Quizá por ello las parejas mayores que participan en los estudios son una selección sesgada positivamente: aquellas parejas que han superado o no han tenido conflictos los suficientemente importantes como para romperse. Por otra parte, y como podemos ver en la figura de páginas anteriores, la menor satisfacción en la mediana edad es algo relativo, ya que en general las parejas, como media, evalúan su satisfacción en términos positivos (si vemos la figura 2, se está representando aquel porcentaje de parejas que dice estar 'muy satisfecho con su relación'), no dice nada de las que, simplemente, están satisfechas.

Un autor que se ha dedicado especialmente al estudio de la fluctuación de la satisfacción marital desde el inicio del matrimonio Kurdek. Este autor, en el 1998, encontró que la satisfacción decrecía de forma lineal a lo largo de los cuatro primeros años de matrimonio, tanto en el caso de los hombres como en de las mujeres. Un año después, estudiando datos obtenidos con parejas casadas desde hacía una década, encontró que el patrón que seguía la satisfacción era algo más complejo: después de

decrecer durante los cuatro primeros años se estabilizaba durante cuatro años más, momento a partir del cual volvía a decrecer de forma lineal.

Este mismo autor, en un estudio realizado el año 2005, estudió de forma más minuciosa el decrecimiento lineal que la satisfacción experimentaba a lo largo de los cuatro primeros años de matrimonio. Encontró diferencias significativas a nivel de género entre los niveles de angustia psicológica, la evaluación del matrimonio y los tipos de interacción matrimonial, pero no en los niveles de apoyo social percibido ni en los de satisfacción marital. Las mujeres resultaron presentar niveles más altos de angustia psicológica, evaluaciones más positivas de su matrimonio y un número mayor de interacciones positivas en relación a su pareja. También encontró diferencias significativas en el ritmo del cambio lineal de las evaluaciones del matrimonio y en el ritmo del decrecimiento de la satisfacción marital, pero no en el ritmo del cambio de las otras variables antes comentadas. La evaluación de la pareja y la satisfacción en relación a ella decrecieron más rápidamente en el caso de las mujeres que en el de los hombres.

Con la intención de complementar la información aportada por los estudios de Kurdek y de evaluar el impacto que tiene sobre ciertos parámetros del matrimonio el hecho de tener un hijo adolescente, Whiteman, McHale y Crouter (2007), estudian la trayectoria que siguen el amor, la satisfacción y el conflicto durante la segunda década de matrimonio. Según estos autores, la satisfacción y el amor marital podrían seguir cursos opuestos: según la hipótesis de la compensación relacional, ante las interacciones cada vez más distantes y negativas que los padres podrían mantener con su hijo adolescente, ambos miembros de la pareja podrían volcarse más en el otro, aumentando los niveles de amor y satisfacción matrimonial. No obstante, según la hipótesis del contagio social, en este contexto de interacciones cada vez más distantes y negativas con el hijo, el sistema familiar al completo y, por ende, la díada matrimonial, podría verse perjudicado, disminuyendo los niveles de amor y satisfacción marital. Los resultados obtenidos por estos autores fueron los siguientes: los reportes de amor marital tanto de hombres como de mujeres decreció a lo largo de la segunda década de matrimonio, haciéndolo más rápido en el caso de las mujeres. La satisfacción, en cambio, decreció sólo durante la fase inicial de la segunda década de matrimonio, estabilizándose hasta su final.

Tomando estos datos junto con los de Kurdek, parecería que, para la mayoría de parejas, ciertos parámetros como la satisfacción marital decrecerían a lo largo del matrimonio hasta que el momento en que la descendencia se empieza a preparar para abandonar el núcleo familiar. Momento a partir del cual los niveles de satisfacción marital volverían a ascender, dando lugar a una curva en forma de U.

Algunos autores, como por ejemplo Henry, Miller y Giarrusso (2005), defienden también que la emancipación de los hijos puede tener alguna consecuencia negativa sobre la satisfacción matrimonial de los padres. Según estos autores, por ejemplo, en su camino hacia la total independencia, los hijos pueden experimentar necesidades económicas que podrían tratar de superar pidiendo ayuda a sus padres. Esto podría generar tensiones en la pareja que, pasada la jubilación, experimenta un menor número de ingresos.

### 3.4.3. Las crisis del ciclo vital

Si bien antes hemos planteado que las relaciones de pareja podrían pasar por diferentes fases evolutivas (Díaz, 2003), queremos, ahora, exponer la propuesta de Willi (1987), que propone que, a lo largo del ciclo vital de la pareja, es normal y esperable la aparición, en diferentes momentos, de cuatro grandes crisis. Los cambios evolutivos y las crisis son planteados como adaptativos y posibles dentro de toda la trayectoria del ciclo vital, proporcionando alternativas de convivencia que dotan a los miembros de la pareja de la posibilidad de crecimiento.

Según Willi, la primera fase de crisis tiene lugar en la fase inicial de estabilidad, en la que los miembros de la pareja se están conociendo y mostrando al otro tal y como son. Este contexto, en el que se comparte la intimidad, constituye un camino hacia la exclusividad. Autorevelarse a otra persona en busca de estabilidad y armonía requiere de un espacio y un tiempo de acomodación en el que pueden surgir crisis personales en las que se proyecta sobre la pareja temores y ansiedades en relación a uno mismo, a la dependencia y la independencia, al tiempo libre y al tiempo compartido, al compromiso, a la entrega completa al otro y a la separación de la familia de origen, a la sexualidad... Serán pues, de vital importancia, los procesos comunicativos y la

capacidad de cooperación con el otro. Esta crisis existencial puede ser superada a través del conocimiento y de la comprensión.

Siguiendo con este autor, la siguiente crisis se da en la fase de producción y actividad conyugal, que tiene lugar, por lo general, en los primeros años de convivencia. Cuando el compromiso se está consolidando y se persigue la estabilidad y la duración afloran las expectativas que cada miembro de la pareja tiene y se busca una convivencia con proyectos compartidos. Se establecen reglas y límites, se buscan estrategias de resolución de conflictos y, a veces, hay luchas de poder. La convivencia hace que se detecten diferencias que deben ser comunicadas, pero dichas diferencias crean desacuerdos. Todo esto lleva a la crisis de la dependencia-independencia. Será importante que cada uno de los miembros de la pareja asuma ciertos roles y que ambos predominen sobre el otro en determinadas actividades. El consenso será una estrategia útil que deberá ir madurando para ir alcanzando acuerdos. La concienciación de la necesidad de satisfacer las necesidades del otro al mismo tiempo que las propias será indispensable para resolver adecuadamente esta crisis. Hay dos hechos que influyen directamente en esta crisis: la llegada de los hijos y la separación de la familia de origen. Es indispensable ordenar los tiempos individuales, familiares y sociales, ya que las cohesiones o los límites difusos favorecen las crisis.

La siguiente crisis, dice Willi, es la de la mediana edad. Por lo general ya se han realizado los proyectos de vida conjuntos que se habían planeado: en la mayoría de los casos se ha conformado una familia, se ha vivido la sexualidad plenamente, se ha alcanzado cierta estabilidad laboral y económica y una estructura de personalidad estable. En este contexto la pareja corre el riesgo de caer en la monotonía, cosa que lleva a los miembros de la pareja a emprender un proceso de búsqueda de una nueva identidad. Es el momento de reflexionar sobre si la opción de vida escogida es la más adecuada. Esto da lugar a una crisis existencial en la que la persona buscará la realización personal, sentirá que tal vez podría haber escogido otro camino más adecuado o que todavía tiene disponibles oportunidades que podrían resultar más satisfactorias a la actual. Como resultado de esta rutina desesperante y de la menor cantidad de responsabilidades y lazos (por ejemplo, los hijos ya han crecido y no necesitan tanto de sus padres) se pueden dar cambios en las reglas y límites que producen conflictos. Puede ser, por ejemplo, que nazca cierto interés por otras

personas y se den infidelidades. Además, se comparte más con otros grupos de iguales, dándose un distanciamiento entre los miembros de la pareja. Es indispensable la búsqueda de intimidad y el uso de técnicas comunicativas de afrontamiento.

La última crisis se produce en el inicio de la vejez, debido a que se dan una serie de cambios de roles. Por ejemplo, la jubilación suele comportar el abandono del rol profesional. La pareja, pues, tiene más posibilidades de pasar más tiempo en casa, cosa que puede desatar conflictos debido, entre otros motivos, a la invasión del espacio del otro. Willi aclara que esto no tiene por qué suceder en todas las parejas, y que cada una asume esta crisis de forma particular. En cualquier caso, los problemas de pareja que pueden estar presentes en esta crisis tenderán a remitir una vez avance el proceso de adaptación a la nueva situación. Las estrategias de afrontamiento en muchos casos pueden estar encaminadas a la valoración de las metas conseguidas junto a la consecución de nuevos niveles de satisfacción en el tiempo compartido, respetando los espacios individuales.

Como hemos visto, la pareja, a lo largo de su ciclo vital, puede experimentar una serie de cambios evolutivos que pueden modificar su estructura y su dinámica en una dirección positiva o negativa. Por lo general, la pareja cuenta con las capacidades adecuadas para manejar los conflictos que puedan surgir a lo largo de la relación y adaptarse a nuevas situaciones. El déficit de estos recursos sitúa a la pareja en una situación de mayor vulnerabilidad. Una comunicación deficitaria, por ejemplo, podría dar lugar a la acumulación de conflictos no resueltos que podrían surgir posteriormente y dar lugar a una crisis.

La pareja debe asumir su propia postura ante su ciclo vital; aprender a alcanzar buenos niveles de ajuste, a resolver sus crisis y a adaptarse a nuevas situaciones; saber marcar reglas y límites, y manejar y distribuir el poder convenientemente. Una pareja funcional es la que se adapta en forma constante y gradual a los cambios de dos personas que evolucionan, es la que sabe sortear las crisis inevitables (Rojas, 1995).

El ciclo vital de una persona adulta mayor en la actualidad difiere de una joven al tener experiencias diferentes en contextos que proporcionan formas evolutivas y de convivencia con familias de origen con distintos valores.

### 3.4.4. Comunicación en pareja

Otro aspecto de crucial importancia en todo tipo de relación y, por lo tanto, también en las relaciones de pareja, son los patrones comunicativos que rigen las interacciones entre ambos miembros de la pareja. La comunicación implica componentes afectivos y emocionales que son especialmente valorados en aquellos ámbitos en los que el deseo, la atracción, el apego, la empatía y el amor se encuentran en la base de la relación entre dos personas.

En este contexto tanto la comunicación verbal como la no verbal se convierten en aspectos centrales que son continuamente evaluados por los dos miembros de la pareja y acerca de los cuales se generan expectativas que pueden, o no, ser satisfechas por el otro. Cuando los patrones de comunicación no son los adecuados se puede producir en la pareja una desarmonía cognitiva –debido a las diferencias detectadas entre las expectativas deseadas y la realidad obtenida– que, o se reduce, o la pareja corre peligro de disociación y ruptura. Si una mala comunicación puede ser la causa de ciertos problemas de pareja, parece lógico pensar que mejorando la comunicación, estos se apaciguarían.

Satir (1984), resalta la importancia de la comunicación en las relaciones de pareja para su permanencia en el tiempo. La pareja en su vida cotidiana desarrolla cuatro características básicas que reflejan los tipos de interacción positiva o no entre los dos miembros que la conforman.

La probabilidad de que aparezca un conflicto será mucho mayor en aquellas parejas en las que las reglas sean difusas o rígidas; los límites sean aglutinados o desligados; se dirija poca estima hacia el otro; la comunicación sea de carácter estático, poco claro y dicotómico, y los contactos sociales sean místicos, acusadores y demasiado flexibles. Por el contrario, cuando se mantenga una comunicación adecuada, los dos miembros cuenten con buenos niveles de autoestima, existan normas claras, consensuadas y mutuamente aceptadas y se mantengan relaciones sociales que permitan el desarrollo de la autonomía de cada uno de los amantes, la probabilidad de llegar al conflicto será menor, el sistema contará con dosis más altas de flexibilidad y adaptabilidad y se fortalecerá la relación.

Según Miller, Caughlin y Huston (2003), tradicionalmente se viene asociando ciertos rasgos de expresividad asociados a cualidades femeninas (como podrían ser la bondad, la comprensión y la dulzura) con los niveles de satisfacción marital. Cuando ambos miembros de la pareja creen que tanto uno mismo como su pareja se comunican siguiendo estos patrones, se sienten más a gusto con la relación. No obstante, dicen, hay poca evidencia de que ciertos rasgos típicamente masculinos, como independencia, competitividad y autoconfianza se relacionen con la satisfacción marital. No obstante, su estudio aporta evidencia contradictoria. Parecería, según los autores citados, que no existe un vínculo directo entre los primeros rasgos de expresividad y la satisfacción marital sino que su relación se encuentra mediada por una serie de procesos. La presencia de los rasgos de expresividad antes comentados correlacionaría positivamente con la cantidad de comportamientos afectivos de ambos esposos, cosa que daría lugar a una percepción positiva de la sensibilidad del otro, generándose altos niveles de satisfacción marital.

Díaz (2003), plantea tres principios para mejorar la calidad y el funcionamiento de las relaciones de pareja que llevan implícitos procesos comunicacionales:

- La pareja debe tener claro los límites internos y externos. Los límites internos en una relación de pareja permiten consensuar la individualidad y el propio espacio y, por lo tanto, contribuyen al mantenimiento del yo y de la autonomía. Los límites externos ayudan a diferenciar la relación íntima que la pareja mantiene de otro tipo de relaciones que cada integrante mantiene con otras personas (por ejemplo, familia, amigos, compañeros de trabajo...). El ideal estaría en el equilibrio entre los dos aspectos, aceptando las diferencias individuales y compartiendo con otros grupos sociales sin experimentar temor a perder la pareja.
- Los dos miembros de la pareja deben tener cierto nivel de flexibilidad para poder asumir determinados roles de madurez. Los roles que cada miembro de la familia asume deben ser flexibles y promover su autonomía. En oportunidades se asume un rol más protector y, en otras, el de protegido. Es interesante que los dos miembros se sientan fuertes y a veces vulnerables, que ambos sepan ser niño y adulto, comprender y ser comprendidos. Esto ayuda a mantener niveles altos de satisfacción.

- Gracias a la valoración recíproca se promueve una situación de igualdad de condiciones entre los dos miembros.

Tordjman (1988), señala la importancia que tiene en las relaciones de pareja la satisfacción mutua de las necesidades afectivas y emocionales a través de la comunicación. Estas necesidades emocionales son las de reconocimiento, seguridad y el placer sexual.

Cuando se cuenta con una relación de pareja cada uno de los miembros debe expresar y al mismo tiempo sentir que existe para el otro, que tiene un valor y que está siendo tenido en cuenta. Este reconocimiento fortalece la relación y ayuda a la consolidación de vínculos afectivos estrechos. Sentirse seguro cuando se comparten las emociones disminuye los temores y las ansiedades. Pensar que se cuenta con el otro hace que se dé un proceso de adaptación mutua en el que se pueden mostrar debilidades propias y, si es necesario, enfrentarse a ellas y modificarlas a través del diálogo.

La intimidad sexual pone en juego toda la estructura de personalidad en las dos personas. El hecho de poder comunicar los deseos sexuales y complacerse mutuamente conduce a un buen desarrollo de la afectividad. El atractivo físico, el contacto personal, las caricias, el conocimiento mutuo... pueden producir niveles altos de gratificación. Será importante expresar las diferencias en los ciclos fisiológicos y la presencia de necesidades no compartidas –cuando existan– para poder adaptar a ellas la sexualidad y evitar conflictos. La comunicación, en definitiva, es un elemento básico para el mutuo acuerdo y entendimiento.

### 3.4.5. Conflicto, apoyo y satisfacción en pareja

Vamos a abordar, en este último apartado, diferentes temas que muchos autores han coincidido en relacionar con los niveles de satisfacción marital que ambos miembros de la pareja experimentan. Entre ellos encontramos el apoyo social percibido, la empatía manifestada, la salud, los niveles de equidad a la hora, por ejemplo, de distribuir el poder o las tareas domésticas y el uso del tiempo libre.

También se han realizado muchos esfuerzos para averiguar si estos aspectos se relacionan de forma diferente, o no, con la satisfacción marital en función del género.

Según Fine (1985), la valoración de los cónyuges de la satisfacción marital a menudo envuelve consideraciones del apoyo social que reciben de su pareja. Este vínculo entre apoyo marital y satisfacción ha sido, por lo general, descuidado en la mayoría de investigaciones, tomando el estado civil de la persona como indicador directo de apoyo social pero sin ahondar en la percepción de él que la persona tiene.

Acitelli y Antonicci (1994), encontraron diferencias de género en relación al apoyo social percibido. Según estos autores, para las mujeres era de gran relevancia dar y recibir apoyo. Encontraron, además, una correlación positiva entre el nivel de apoyo percibido y los niveles de bienestar personal y satisfacción marital.

El matrimonio se interpreta como una potencial fuente de apoyo social. Merece, pues, una atención particular porque probablemente es un marco importante dentro del cual el adulto desarrolla su bienestar psicológico y físico y dentro del cual se puede dar el intercambio de apoyo social.

Acevedo, Restrepo y Tovar (2007), realizaron una investigación con parejas de larga duración que da cuenta de la importancia del reconocimiento del papel que los vínculos afectivos, las estrategias de solución de problemas y el sistema de comunicación juegan en la satisfacción. Relacionaron, también, el nivel de satisfacción marital con las siguientes variables: concepción de los propios padres, el tipo de relación que los progenitores mantenían (o habían mantenido) y el nivel de ingresos económicos. Encontraron que las parejas más satisfechas eran las que venían de familias cuyos padres no se separaron. Los hombres dieron mayor relevancia a aspectos de interacción en pareja y las mujeres, al tipo de relación emocional establecida, comprobando la importancia que tiene la familia de origen en la conformación de la pareja y la aportación individual (de sistemas de creencias y experiencias) que cada miembro realiza al nuevo vínculo. Estas parejas, a su vez, resaltaron la importancia de la tolerancia, la comunicación y el respeto en la vida cotidiana para el mantenimiento de su relación de larga duración así como de la capacidad de controlar los impulsos y manejar las emociones para la correcta resolución de conflictos. “Es a partir de la empatía y el enganche emocional que es

posible fortalecer todos los demás procesos de la vida de un pareja.” (Acevedo, Restrepo y Tovar, 2007).

Busby y Gardner (2008), también estudiaron la relación entre empatía y satisfacción marital en un estudio longitudinal en el que realizaron una primera medición de dicha variable y una segunda evaluación al cabo de un año. Según estos autores, la empatía ha sido descrita como un elemento crucial para el mantenimiento de relaciones de pareja saludables, a pesar de que las investigaciones realizadas hasta el momento son inconsistentes. Así pues, no se ha llegado a un acuerdo sobre cómo manifiestan los miembros de la pareja su empatía hacia el otro, cómo debe ser evaluada, cómo se debe intervenir para modificarla y si siempre correlaciona positivamente con el éxito de la relación. Estos autores encontraron, en su estudio, que el género es un factor clave a tener en cuenta a la hora de relacionar la empatía con la calidad de la relación. Según sus resultados, los niveles de empatía en la primera evaluación se relacionaron significativamente con la satisfacción marital en el segundo momento. La satisfacción de la esposa al cabo de un año era la más fácil de predecir en función de los resultados de la primera evaluación, a pesar de que los niveles de empatía de los hombres en la primera evaluación resultaron más influyentes sobre la satisfacción en la segunda evaluación que los de las mujeres. Aquellas parejas en las que el varón creía que tanto él como su pareja eran poseedores de altos niveles de empatía manifestaban niveles más altos de satisfacción marital en el segundo momento temporal. No obstante, la percepción de empatía de las mujeres en la primera medición sólo resultó ser un buen predictor de su satisfacción en el segundo momento, pero no predijo la de sus esposos. Parece, pues, que la percepción de los niveles de empatía tiene implicaciones a largo plazo, especialmente la del marido.

La edad, la duración de la relación, y el género también se deben considerar como variables contextuales que pueden afectar el significado de las percepciones y comportamientos en el matrimonio.

Según Carstensen (1991), como el envejecimiento se asocia con cambios en las obligaciones, estado financiero y estado de salud, las parejas mayores pueden necesitar hacer ajustes dentro de sus matrimonios cuando dichos cambios acontecen.

Henry, Miller y Giarrusso (2005), identificaron los acuerdos y desacuerdos entre parejas de personas mayores en referencia a ciertos temas. Los temas más conflictivos

en cuanto a la cantidad de desacuerdos fueron las actividades de tiempo libre, seguidas de los problemas por intimidad y la economía. También se detectaron dificultades en relación con la personalidad, la relación con otras generaciones, las actividades de casa, los hábitos personales, la salud y la jubilación. Además, este estudio reveló ciertas diferencias respecto a parejas más jóvenes: los adultos mayores acostumbran a disponer de más tiempo de descanso, cosa que se, como veremos más adelante, puede llegar a convertir en fuente de conflictos. Además, la probabilidad de tener problemas de salud es mayor en los ancianos, aspecto que también puede resultar conflictivo. A su vez, las parejas jóvenes dan menos importancia al tiempo libre y a la salud, y más a la infidelidad y el consumo de sustancias psicoactivas.

Según Henry, Miller y Giarrusso (2005), la variable salud influye poderosamente en la percepción de retos en los matrimonios de larga duración. Según los autores, los matrimonios con peores niveles de salud reportaron tener problemas a nivel financiero, de salud y en la relación con otras generaciones con más frecuencia que los matrimonios con mejores niveles de salud. En cuanto a las diferencias de género es importante destacar que las mujeres daban mayor relevancia a los hábitos personales y a la salud, mientras que los hombres consideraban más relevantes los aspectos financieros. Estos datos apoyan otros estudios como el de Amarato y Rogers (1997), que también encontraron que las mujeres atorgaban una mayor importancia a aspectos propios de las relaciones, mientras que los hombres daban mucha relevancia a las finanzas.

Los resultados del estudio sobre parejas mayores sugieren que la percepción del apoyo social dentro del matrimonio es más importante para la satisfacción marital y el bienestar general de las esposas que de los esposos.

Según Acitelli (1992), las mujeres piensan más acerca de las relaciones, y la salud física y psicológica de las esposas está más íntimamente ligada a la satisfacción marital que la de los esposos. Cuando un matrimonio pasa por un conflicto, será más probable que sean las esposas las que asuman el trabajo emocional de repararlo y que los maridos renuncien. Esta renuncia puede que evite alguna consecuencia negativa para la salud del esposo, pero también agrega peso a la carga de la esposa.

El género se define como la red de creencias, rasgos de personalidad, actitudes, valores, conductas y actividades que diferencian a mujeres y a hombres. Tal

diferenciación es producto de un largo proceso histórico de construcción social, que no sólo produce diferencias entre los géneros femenino y masculino, sino que, a la vez estas diferencias implican desigualdades y jerarquías entre ambos (Burin y Meller, 1998).

Las diferencias de género deben ser explicadas desde una perspectiva multicausal que integra aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Hombres y mujeres van asumiendo roles que les identifican consigo mismo y con los demás a través de la madurez propia y la interacción social. Los procesos socio-históricos hacen que las culturas transformen los roles de género, lo que significa que ellos también cuentan con cambios evolutivos en el tiempo.

López (1984), define la identidad sexual como una dimensión derivada de tres aspectos básicos:

1. Patrones de crianza y relaciones familiares: los padres, a través del refuerzo, transmiten a sus hijos los patrones estereotipados presentes en su cultura en relación a las actuaciones típicas de un hombre y una mujer y, al mismo tiempo, el niño va actuando sexualmente conforme al rol del progenitor con el que se identifica.
2. Normativas de edad: según la edad cronológica del niño, es de esperar que realice, o que evite, ciertos comportamientos tipificados por género.
3. Expectativas socio-culturales: La sociedad espera que el comportamiento del individuo se ajuste a determinados patrones en función de los roles que, en esa cultura, se le atribuyen por haber nacido macho o hembra.

La diferencia de género entre los dos miembros de una pareja es un factor que podría ser la base de muchos de los fenómenos que en ella acontecen. Tanto el hombre como la mujer llegan a la pareja comportándose de acuerdo a un rol de género (en función de los modelos que la familia le ha transmitido, su edad actual y su sexo y cultura). El rol asumido por el hombre se combinará con el de la mujer, creando una combinación única de convivencia, distribución de roles, establecimiento de reglas y jerarquías y manejo del poder.

Trabajos como el nuestro pretenden estudiar las diferencias de género en las relaciones de pareja. Para ello, tuvimos en cuenta que el género es un proceso

relacional entre hombre y mujer y, a la vez, una dinámica que se transforma a través de la historia particular de cada cultura. Se deben de tener en cuenta, pues, tanto las influencias normativas como las no normativas.

Históricamente, a la mujer se le había atribuido el papel de madre y cuidadora del hogar, mientras que el hombre, de forma exclusiva, asumía la economía y la protección general del núcleo familiar al que pertenecía. Con la Revolución Industrial y los cambios acontecidos durante las últimas décadas, los procesos sociales han ido transformándose. La masificación de los métodos anticonceptivos y la incorporación de la mujer al trabajo han contribuido a dotarle de un rol menos tradicional. Igualmente, las funciones y quehaceres de la casa en la postmodernidad son compartidos por la pareja, al igual que los gastos económicos

No obstante, en la actualidad coexisten modelos tradicionales, modernos y postmodernos, debido a que los cambios en las funciones de género han sido rápidos y vividos en diferentes generaciones que conviven bajo parámetros culturales que se entrelazan.

Hoy por hoy, pues, se pueden encontrar familias donde lo tradicional es lo más relevante y otras en las que el postmodernismo es la bandera. El tipo de rol de género que se da dentro de una relación de pareja, según Burin y Meler (1998), dependerá de las condiciones sociales, los valores, creencias y actitudes y las formas individuales de reaccionar ante los contextos determinados, cosa que lleva a una mayor o menor asociación de la mujer con el ámbito laboral o del hogar.

En la actualidad es cada vez más frecuente encontrar madres trabajadoras y cuidadoras simultáneamente, teniendo en cuenta que la composición familiar y su estructura también se está transformando en un doble vínculo de género, donde hombre y mujer tienen nuevas expectativas y formas novedosas de comprometerse, manejar la intimidad y los procesos pasionales.

En relación a los hombres, existe una tendencia actual a involucrarse y compartir las tareas domésticas y la crianza de los hijos. Además, ante casos de divorcio, cada vez son más los hombres que en la actualidad solicitan la patria potestad. Los hombres de esta década se encuentran suspendidos entre las lecciones que aprendieron de sus padres y lo que han tenido que aprender por su cuenta. No han cambiado de forma total un modelo por el otro, pero han procurado, con resultados diversos, situarse en un

punto intermedio entre las contradictorias concepciones del significado de ser varón (Bell, 1987, citado por Rojas, 1995).

Sin embargo, las personas que en la actualidad son mayores de 50 años pueden estar arraigadas a la distinción de género que mencionábamos con antelación. Es más frecuente, pues, encontrar relaciones de pareja en las cuales el hombre no contribuye a las tareas del hogar y la mujer no participa en el manejo de la economía.

Kulik (2002), retoma la teoría de la equidad (de la que hemos hablado en el segundo punto del primer apartado) y aporta evidencia a su favor en relación a la percepción de igualdad entre los miembros de la pareja y su satisfacción. Así pues, mientras otras investigaciones (Mason, 1987) defienden que incluso cuando la implicación de ambos miembros de la pareja en la realización de las tareas domésticas es equitativa, puede existir malestar. Así pues, podría pasar que el marido percibiera su implicación en dichas tareas como perjudicial para su estatus social, o que la mujer interpretara la colaboración del marido como una intromisión en su "territorio natural". En ambos casos, alguno de los esposos podría experimentar burnout. No obstante, Kulik encuentra que, a pesar de que en las fases iniciales del matrimonio ambos esposos pueden comportarse en función de los roles de género que tradicionalmente se les viene atribuyendo, a medida que avanzan en la relación, las necesidades y expectativas cambiantes generan un proceso de negociación continuo que da lugar a una equidad cada vez mayor entre los dos miembros de la pareja. Llegados a este punto, ambos experimentarían niveles más altos de satisfacción y niveles más bajos de burnout. Así pues, según este autor, a mayores niveles de equidad, mayor es la satisfacción. No obstante, matiza, los hombres acostumbran a reportar mayores niveles de satisfacción. Esto podría deberse al hipotético mayor beneficio que ellos podrían obtener del matrimonio en relación a las mujeres, o a la menor importancia que atribuyen a la equidad en la relación (Dorfman, 1992).

En la actualidad el matrimonio ya no es la prioridad a corto plazo. Las diferencias de género han contribuido a dar prioridad a la estabilidad laboral y económica, a retrasar la llegada de los hijos y a la búsqueda de autorrealización antes que a la unión amorosa.

Las diferencias de género están también estrechamente vinculadas con las formas de relacionarse y los procesos esperados socialmente. Las parejas tradicionales tienen

la tendencia a buscar parejas semejantes y complementarias que permitan asumir roles tradicionales. La satisfacción de la mujer se encontraba relacionada al hecho de encontrar un hombre de buena familia y bien situado a nivel social y económico. Por su lado, los hombres valoraban especialmente la condición de fidelidad, la capacidad de manejo del hogar y de crianza de los hijos. El hombre, además, se situaba en una situación de poder.

En las parejas postmodernas se comparten gastos, el hombre llega a sentir satisfacción con la ayuda económica que recibe de su pareja, y la mujer con el apoyo que brinda el otro a la crianza de los hijos, sin olvidar que el conflicto está presente, y que la lucha por el poder puede causar la separación.

Según Burin y Meler (1998), los conflictos en las relaciones postmodernas se ven motivados, mayoritariamente, por temores de pérdida en relación a la identidad de género, altos niveles de competitividad entre el hombre y la mujer, y el manejo del tiempo libre compartido (debido a los roles desempeñados dentro de la familia y el deseo simultáneo de libertad y autonomía). Todos estos dilemas que llevan a conflictos podrían deberse al hecho que ambos miembros se hubieran criado en familias que funcionaban en base a un modelo tradicional y a la dificultad para llevar a cabo, de forma simultánea, proyectos compartidos y proyectos individuales, esto es, de distribuir el tiempo libre entre la pareja y otras personas y/o actividades.

En relación a este último aspecto, el tiempo libre, Levenson, Carstensen y Gottman (1993), encuentran que es más frecuente que las parejas mayores tengan conflictos a nivel de comunicación, recreación y finanzas en comparación con parejas más jóvenes.

La inclusión del tiempo libre como uno de los principales aspectos generadores de conflictos en parejas mayores podría deberse al hecho que, después de la jubilación, ambos miembros deben ajustarse a la nueva situación, que conlleva, entre otros cambios, una mayor cantidad de tiempo libre. Parece que será, pues, fundamental para su adaptación, el ajuste de expectativas y la negociación en relación a dicho tiempo por parte de ambos miembros de la pareja (Henry y Miller, 2005). Éste sería, plantean estos autores, uno de los mayores retos que los matrimonios deben afrontar después de la jubilación de los cónyuges.

En referencia a este tema queremos resaltar la información que nos aportan tres investigaciones recientes por el hecho de relativizar su influencia sobre los niveles de

satisfacción marital. En primer lugar, según Crawford, Houts, Huston y George (2002), no se puede afirmar que el hecho de que ambos miembros de la pareja realicen actividades conjuntas en su tiempo libre genere niveles más altos de satisfacción marital, pues la evidencia es contradictoria. Mientras unos encuentran una fuerte relación entre ambas variables, otros defienden que ésta depende de la compatibilidad entre los miembros de la pareja. Según los resultados obtenidos por estos autores, la asociación entre compañerismo y satisfacción marital es menos robusta de lo que se venía pensando, y depende de la frecuencia con la que la pareja comparte actividades que reflejan las preferencias de ambos miembros. Además encontraron que el involucramiento de la pareja completa o del marido sólo en actividades que sólo le gustan a él causaba insatisfacción en la mujer. En segundo lugar, Baldwin, Ellis y Baldwin (1999), encontraron que el apoyo percibido en la realización de actividades de ocio correlacionaba positivamente con los niveles de satisfacción marital. Así pues, a pesar de que tradicionalmente se viene defendiendo que el hecho de que ambos miembros de la pareja participen en actividades individuales genera bajos niveles de satisfacción, ellos encontraron que, más que el hecho de participar en actividades paralelas o conjuntas, lo que verdaderamente generaba altos niveles de satisfacción marital era el soporte en relación a esa actividad que cada miembro percibía que estaba recibiendo del otro. Por último, según Johnson, Zabriskie y Hill (2006), no es el nivel de implicación por parte de la pareja en actividades de ocio ni la satisfacción con la cantidad de tiempo que comparten juntos lo que determina la satisfacción marital, sino la calidad del tiempo de ocio compartido.

Conger, Lorenz, Elder y Simons (1993), encuentran que las diferencias de género más significativas entre hombres y mujeres se encuentran, según los hombres, en la vida laboral y la educación, mientras que según las mujeres, se relacionan con la familia, la educación, las relaciones de pareja y los temas de salud. Las mujeres dan mayor relevancia, en la adultez, a los temas afectivos, y los hombres, a la economía.

Adams (1986), comprobó que las mujeres tienen mayor interés por compartir su vida con un hombre que cumpla con las características esperadas, que sea especial para ellas, y que les ayude a alcanzar sus metas. Los hombres presentan un poco más de autonomía e independencia para conseguir sus objetivos. Dicha autonomía se

puede reflejar en la relación de pareja, siendo la mujer la que, en algunas oportunidades, deja de lado sus metas personales para estar con su pareja.

Como ya hemos comentado, los conflictos pueden tener su origen en una multitud de causas, entre las cuales podemos encontrar el tipo de familia de origen, los valores y creencias personales, el manejo del poder, los niveles de competencia, la ideología, el manejo de la sexualidad, la presencia de problemas anteriores no resueltos, la personalidad...Vemos que las características individuales son influyentes en la creación y manejo de los conflictos de pareja. En algunos casos se convierten en una ventaja y, en otros, en un inconveniente.

Según Rojas (1995), la decisión de compartir la vida con otra persona es una elección que involucra aspectos individuales como características inconscientes, necesidades de sentirse protegido o de proteger, de tener que resolver conflictos que tienen origen en otras experiencias y que han avanzado a través del tiempo sin llegar a solucionarse, entre otras.

Muchos conflictos aparecen debido a incongruencias con el contexto. La pareja es parte de un sistema social con exigencias y parámetros de deseabilidad que presionan constantemente –a través de reglas, jerarquías y poderes– los vínculos que se desarrollan en el ciclo vital, creándose los ideales de familia y pareja que, a su vez, se reflejan en la vida cotidiana. Es importante tener en cuenta la forma en la que se crió cada una de las generaciones, ya que los contextos son cambiantes, se transforman y son transformadores.

Rojas (1995) defiende que los conflictos en las relaciones de pareja también pueden originarse debido a la dependencia/independencia que cada uno de los miembros desarrolla en relación al otro. Cuando un miembro de la pareja es dependiente del otro, puede darse una progresiva acumulación de rabia no manifiesta –al no poder enfrentarse al otro y a los aspectos que le molestan, por temor a perder o quedar solo– que es fuente de fuertes sentimientos de frustración y conflictos.

Siguiendo al mismo autor, a lo largo del ciclo vital de las relaciones, pueden aparecer infidelidades. Este tipo de situación se ve especialmente motivada por la presencia de dificultades sexuales, patrones de comunicación deficitarios, ciertos rasgos de personalidad, monotonía en la relación afectiva, curiosidad y deseo por

experimentar nuevas vivencias y pérdida de la idealización inicial del otro. La infidelidad supone una gran fuente de conflictos y de temores hacia la separación.

La infidelidad también tiene un componente socio-cultural relevante, pues parece ser que es más aceptada entre los hombres que entre las mujeres. La infidelidad, además, puede ser interpretada de formas muy diferentes. En ocasiones puede ser vista como una oportunidad para “refrescar” la relación y reforzar el vínculo afectivo existente. En otras, puede ser entendida como una escapatoria individual a los conflictos o como una experiencia individual que fortalece la autonomía.

Rojas (1995), plantea la díada infidelidad-celos como un factor de conflicto en la relación de pareja que debe ser manejado. Los procesos comunicacionales se convierten en una herramienta fundamental para superar las “crisis de tres”.

Lo más importante para una armoniosa vida en común es el sutil equilibrio entre la autonomía y la fusión, entre la libertad y el camino que van a recorrer el uno al lado del otro. Este equilibrio es el que establece la distancia para que dos seres humanos no se destruyan (Rojas, 1995).

Si los conflictos no son resueltos pueden llevar a la pareja a su disolución. Por este motivo se hace necesario tratar de entender la contribución de factores individuales y sociales (como los mecanismos de afrontamiento y la comunicación) al adecuado manejo del conflicto y a la superación de las diferentes crisis que se van sucediendo.

Gottman y Silver (2006), proponen que la diferencia entre parejas felices e infelices estriba en cuatro aspectos que, en caso de aparecer, dificultan la resolución del conflicto y ayudan al deterioro de la relación de pareja. Estos aspectos son la percepción de desprecio, la crítica, la actitud evasiva y la actitud defensiva.

Estudios realizados en diferentes contextos sociales afirman que la responsabilidad familiar, la tolerancia, la aceptación de la familia primaria de la pareja, la comunicación, la ayuda mutua y la capacidad para resolver conflictos son fundamentales para el mantenimiento de una relación de pareja satisfactoria a largo plazo.

Satir (1980), defiende que el conflicto será más fácil de superar cuando la pareja reconozca que existe un conflicto, cuando exista una actitud positiva y se esté dispuesto a trabajar para el cambio y, por último, cuando se ejecuten acciones

concretas para llegar a él. Para ello se requiere del manejo de la autoestima, la comunicación, las normas y las relaciones sociales.

Así pues, el conflicto puede depender de la autoestima como un proceso de construcción permanente que se comienza en la familia de origen y que cambia a través del tiempo en función de la experiencia individual y su interpretación. La estima puede ser baja o alta en algún momento evolutivo y podría ser mejorada si se tienen las herramientas personales, actitudinales y sociales necesarias. Toda persona puede mejorar o empeorar su autoestima, cosa que repercute en la dinámica de la relación de pareja.

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

LAS REPRESENTACIONES DE LAS RELACIONES DE PAREJA A LO LARGO DEL CICLO VITAL:

SIGNIFICADOS ASOCIADOS Y PERCEPCIÓN DEL CAMBIO EVOLUTIVO.

Diana Janeth Villamizar Carrillo

ISBN:978-84-693-0710-6 / DL:T-421-2010

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

LAS REPRESENTACIONES DE LAS RELACIONES DE PAREJA A LO LARGO DEL CICLO VITAL:

SIGNIFICADOS ASOCIADOS Y PERCEPCIÓN DEL CAMBIO EVOLUTIVO.

Diana Janeth Villamizar Carrillo

ISBN:978-84-693-0710-6 / DL:T-421-2010

## **SEGUNDA PARTE TRABAJO EMPÍRICO**

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

LAS REPRESENTACIONES DE LAS RELACIONES DE PAREJA A LO LARGO DEL CICLO VITAL:

SIGNIFICADOS ASOCIADOS Y PERCEPCIÓN DEL CAMBIO EVOLUTIVO.

Diana Janeth Villamizar Carrillo

ISBN:978-84-693-0710-6 / DL:T-421-2010

## CUARTO CAPITULO: OBJETIVOS

El objetivo general del presente trabajo es explorar en una muestra de parejas la representación que cohortes de diferentes edades tienen de su relación de pareja. A partir de este objetivo global, se pretenden alcanzar los siguientes objetivos específicos:

- Determinar el grado de **satisfacción** con la relación de pareja, destacando las posibles diferencias y similitudes en función del género y de la cohorte a la que pertenecen los participantes en el estudio.

En concreto, se compararán cuatro muestras: una de post-adolescentes (20- 29 años), otra de personas de adultos jóvenes (30-39 años), una tercera de personas de mediana edad (40-59 años) y, por último, una cuarta muestra de adultos mayores (60 años o más).

- Examinar los **significados** que las personas atribuyen a su relación de pareja en relación a los siguientes aspectos. Este examen enfatizará dos dimensiones concretas:
  - La perspectiva temporal de estos significados, indagando:
    - Los elementos que han cambiado en la relación de pareja desde su inicio.
    - Los aspectos positivos y negativos de la relación de pareja en el presente.
    - Las expectativas de cambio, retos y amenazas para el futuro de la relación de pareja.
  - Las diferencias y similitudes en los significados atribuidos a la relación de pareja en función del género y de la cohorte a la que pertenece la persona (tomando las cuatro cohortes descritas anteriormente).
- Conocer cómo perciben las personas de nuestra muestra la **evolución** en el tiempo de su relación de pareja. Se pretende determinar qué elementos se

perciben como fundamentalmente estables, cuáles se perciben como incrementándose a medida que pasa el tiempo y cuáles declinan.

- Al igual que en los objetivos anteriores, se tendrá en cuenta la comparación de percepciones en función del género del participante y de la cohorte de edad a la que pertenece (post-adolescentes, adultos jóvenes, mediana edad y adultos mayores).

## QUINTO CAPITULO: MÉTODO

La metodología utilizada en esta investigación es de tipo mixto: incluye datos numéricos que son analizados de forma objetiva. Igualmente contiene análisis cualitativos donde los sujetos expresaron de forma abierta sus opiniones y concepciones acerca de sus relaciones de pareja.

Este aporte está inmerso dentro de la psicología del ciclo vital y la psicología del amor, justificada en la necesidad de saber de forma concreta y al mismo tiempo extenso acerca de las experiencias amorosas.

### 5.1. Participantes y selección de la muestra

La muestra que participó en nuestro estudio estuvo compuesta por 357 personas, que se seleccionaron de manera intencional. Para la selección de la muestra se tuvieron en cuenta dos variables: edad, con cuatro posibilidades (20 a 29, 30 a 39, 40-59 y 60 años o más) y género (hombre/mujer). La combinación de estas variables dio lugar a 8 casillas, para las que se obtuvo un número homogéneo de participantes.

El resultado final se observa en la siguiente tabla:

**Tabla No 2. Distribución de la Muestra por Género y Edad**

		Genero		Total
		hombre	mujer	
edad	20-30	45	45	90
	30-39	44	46	90
	40-59	48	42	90
	60 o más	44	43	87
Total		181	176	357

Como observamos, en el caso de la edad prácticamente todos los estratos considerados tuvieron el mismo número de representantes, 90. El único estrato con

algunos representantes menos (en concreto, tres) fue el de las personas más mayores. Estos tres participantes que faltaban corresponden a personas que, aunque sus cuestionarios se aceptaron en primera instancia, posteriormente se comprobó que no habían entendido uno de los instrumentos a completar de los que incluía el cuestionario.

En el caso del género la distribución fue también muy homogénea, aunque se obtuvieron cinco hombres más (181) que mujeres (176).

Los participantes en el estudio se seleccionaron a partir de la colaboración por parte de los estudiantes de Pedagogía, Psicología y de Educación Social de la Universidad de Barcelona. En una sesión de clase se presentó la investigación y se solicitó la ayuda para conseguir personas que se incluyesen en las 8 casillas antes definidas. A aquellos alumnos que accedieron a participar se les dio uno o varios sobres (nunca más de cuatro) para que los repartiesen en personas de su entorno que tuviesen en ese momento pareja estable, estuviesen o no conviviendo en ese momento con él/ella. Cada sobre contenía una copia de los instrumentos con las correspondientes instrucciones para completar cada uno de ellos. Adicionalmente, en el sobre se incluyó una carta con el membrete de la Universidad de Barcelona explicando los objetivos de la investigación y el uso que se haría de los datos proporcionados. En la carta se enfatizaba tanto la voluntariedad de la participación como la confidencialidad de los datos. En ningún caso se pedía nombre, apellidos o domicilio de la persona que contestaba, con lo que su anonimato estaba garantizado.

Cuando el estudiante se llevaba más de un sobre, se comprometía a repartirlos en todo caso en personas de diferentes estratos de edad. A los estudiantes se les remarcaba que debían entregar el sobre a la persona para que completase los instrumentos por escrito, individualmente y a solas.

Dos semanas después del reparto de los sobres con los instrumentos, la investigadora pasaba por las diferentes clases pidiendo aquellos que ya se habían completado y recordando que se debían entregar y recoger los que todavía

restaban. Una semana más tarde, se volvió a pasar por las clases para recoger esos restantes.

Aunque se repartieron 560 sobres, únicamente se recogieron 395. Una vez obtenidos, entraron dentro de la investigación los primeros 90 válidos y completos dentro de cada estrato de edad, teniendo en cuenta también el equilibrio entre hombres y mujeres. El resto de cuestionarios (algunos de ellos incompletos) se desecharon.

### Características socio-demográficas de la muestra

Como ya hemos comentado, el requisito fundamental para participar en el estudio era tener una pareja estable, dejando esta estabilidad a juicio del participante.

Así, no todas las personas que participaron en el estudio convivían con su pareja. En concreto, 99 personas (el 27,7% de la muestra) no lo hacían en el momento de completar el cuestionario. Este porcentaje se distribuía de manera desigual en función de la edad, como era de esperar, concentrándose los que no convivían en los dos estratos de edad más jóvenes (y especialmente en el primero). Esta distribución la observamos en la siguiente tabla:

**Tabla No 3. Distribución de la Muestra por Edad y Convivencia**

		Convive con la pareja	
		Sí	No
edad	20-30	23	67
	30-39	65	25
	40-59	87	3
	60 o más	83	4

Entre los que convivían, la media de tiempo de convivencia se situó en 23,79 años (de 17,46), siendo esta cifra muy variable en función del estrato de edad, como vemos a continuación:

**Tabla No 4. Distribución de la Muestra por Edad y Tiempo de Convivencia**

		Años de convivencia	
		Media	De
edad	20-30	1,82	1,14
	30-39	6,49	4,30
	40-59	23,56	7,53
	60 o más	43,69	10,50

En cuanto a los años de noviazgo previo a la convivencia, como media nuestra muestra informó de 3,77 años (de 3,62). En este caso, excepto en el primer estrato que como vimos incluía a personas que en su mayoría todavía no convivían (y que, por lo tanto, se encontraban en este periodo de noviazgo), en los demás grupos de edad la media era bastante similar, como observamos en la siguiente tabla:

**Tabla No 5. Distribución de la Muestra por Edad y Años de Noviazgo**

		Años de noviazgo	
		Media	De
edad	20-30	2,81	2,39
	30-39	4,17	3,67
	40-59	3,84	3,99
	60 o más	4,27	4,10

Del total de la muestra, 206 tienen hijos y 151 no tienen. Ninguna persona entre 20 y 29 años tenía hijos, mientras que en entre los de 30 a 39, el 61,1% (55 personas de las 90) no tenían hijos. En cambio, entre los de 40 a 59 sólo dos de los 90 dijeron no tener hijos y entre el grupo de edad mayor, cuatro personas de las 90 no tenían hijos.

El número de hijos, cuando los había, se distribuía de la siguiente forma:

**Tabla No 6. Número de Hijos de las parejas de la Muestra**

		Frecuencia	Porcentaje
Número hijos	1	42	20,5
	2	98	48,0
	3	48	23,5
	4 o más	16	7,9

En cuanto a la convivencia con los hijos se obtuvo lo siguiente: 64 personas no conviven con sus hijos, 58 conviven con un hijo, 61 personas con 2 hijos, 12 personas con 3 y dos personas con 4 hijos.

Con anterioridad a la relación actual, aproximadamente la mitad de las personas de la muestra (172 personas, el 48,1% de la muestra) mencionan haber tenido otras parejas que califican como estables (se mencionaba que 'estable' hacía referencia a una relación de cómo mínimo medio año de duración). 83 personas mencionan haber tenido una relación estable anterior, 48 personas dos relaciones estables, 24 personas tres relaciones estables y las restantes 17 mencionaron haber tenido cuatro o más relaciones estables.

La distribución en función de edad de las personas que no habían tenido relaciones estables anteriormente es la siguiente:

**Tabla No 7. Distribución de la Muestra por Edad y Relaciones Anteriores**

		Personas sin relación estable anterior
edad	20-30	38
	30-39	22
	40-59	52
	60 o más	64

Como observamos, en las personas de entre 30 a 39 años es donde menos frecuente es no haber tenido una relación estable anterior a la actual. En generaciones anteriores, este fenómeno de 'la primera y única hasta ahora' es mucho más frecuente, siendo por ejemplo 64 de las 87 personas mayores (73,5% de ellas) quienes lo mencionan.

Además de estos aspectos relativos a la vida de pareja, también es importante reseñar que el nivel de estudios de los participantes fue el siguiente: Sin estudios, 23 personas; estudios primarios 84 personas; estudios secundarios 121 personas; y estudios universitarios 128 personas.

El nivel de estudios estaba relacionado con la edad, siendo las personas mayores las que presentaban menor nivel de estudios (21 de ellos sin estudios, sólo 6 universitarios y 18 con estudios secundarios). En cambio, en los dos estratos de edad más jóvenes, todos tenían algún tipo de estudio completado, y en ambos grupos el número de universitarios rondaba el 50%.

Por último, se preguntó por la salud percibida por los participantes. En este caso, fue categorizada como muy mala por 3 personas, más bien mala 9, regular 62, buena 212, muy buena 71 personas.

También se apreció en esta variable una relación con la edad. En el grupo mayor, sólo 5 personas calificaban su salud como 'muy buena', mientras este número subía a 23 entre las personas de 30 a 39 años y a 25 entre los más jóvenes.

## 5.2. Material y procedimiento

Los datos necesarios para alcanzar los objetivos del estudio se recogieron a partir de la aplicación de tres instrumentos:

- Una escala satisfacción con la relación de pareja, en concreto la versión española de la Escala de Satisfacción Marital de Hendrick (1988).
- Un cuestionario de frases incompletas en referencia a los significados respecto al pasado, presente y futuro relativos a la relación de pareja.
- Un cuestionario en el que los participantes expresaban su percepción de la evolución de las relaciones de pareja en el tiempo.

Adicionalmente, estos instrumentos se antecedieron con una serie de preguntas generales divididas en dos bloques:

- Preguntas de carácter socio-demográfico, en concreto la edad, el género el nivel de estudios alcanzado (con cuatro alternativas de respuesta: sin estudios, estudios primarios, estudios secundarios y estudios universitarios) y la salud percibida en sí mismo y en la pareja (con cinco alternativas de respuesta: muy mala, mala, regular, buena y muy buena).
- Preguntas en relación a la relación de pareja, en concreto se incluyeron preguntas sobre si se convivía con la pareja actual (con una alternativa de respuesta dicotómica, sí/no), años de convivencia con la pareja actual, años de noviazgo antes de la convivencia, número de hijos, edad hijo menor, edad hijo mayor, número de hijos que conviven con la pareja y, por último, número de parejas estables (más de seis meses) antes de la actual.

El cuadernillo de respuestas incluía primero las preguntas generales, después el cuestionario de frases incompletas, luego la Escala de Satisfacción Marital, para acabar con el cuestionario de percepción de cambios y dos últimas frases incompletas en relación a los conflictos de pareja y su resolución. Se consideró que el cuestionario de frases incompletas debía ir al principio para que sus respuestas, por definición espontáneas, no se viesan contaminadas por las preguntas y respuestas de los otros instrumentos.

La aplicación de los diferentes instrumentos se hizo de forma escrita e individual. El cuadernillo de respuestas incluía en su primera página, además del logotipo de la Universidad de Barcelona, la siguiente información:

*El grupo de Investigación GIG (Grupo de Investigación en Gerontología) de la Universidad de Barcelona está llevando a cabo un estudio para examinar el significado que tienen las relaciones de pareja para las personas y cómo cambia a lo largo del ciclo vital.*

*Con esta finalidad, le rogamos que conteste a las preguntas que figuran a continuación. Esta colaboración no le llevará más de veinte minutos.*

*El estudio es totalmente anónimo. Sin embargo, y únicamente con la finalidad de conocer algunas características de las personas que han participado en el estudio, incluimos algunos datos demográficos generales.*

### 5.2.1. Cuestionario de satisfacción de la pareja

Un cuestionario aplicado fue la escala de satisfacción de la pareja. Dicha escala es la versión de Hendrick y Hendrick (1988). Esta es una escala de siete preguntas cerradas con cinco alternativas de respuesta cada una. Está pensada para ser una medida global de la satisfacción con la relación de pareja.

Cada una de las preguntas tiene una escala de respuesta diferente y nivelada como se presenta a continuación:

#### 1. ¿Hasta qué punto satisface su pareja sus necesidades?

Las personas tienen como alternativas poco, más bien poco, medianamente, bastante y mucho, es decir deben ubicar su respuesta en un nivel específico que permita decir su percepción concreta de la satisfacción.

#### 2. En general ¿cuál es su grado de satisfacción con su relación de pareja?

Las opciones presentes son muy insatisfecho/a, más bien insatisfecho/a, medianamente satisfecho/a, bastante satisfecho/a, y muy satisfecho/a. La pregunta pretende recolectar información evaluativa integral de la relación de pareja a través de toda la relación existente.

#### 3. En comparación con otras relaciones de pareja que usted conoce, ¿cómo considera su relación de pareja?

El nivel de comparación con su entorno, enriquece la individualidad de sus vivencias y los aspectos en común con otros, dando un nivel evaluativo de tipo

construcción social que da una idea de cómo se sienten frente a otras experiencias amorosas que han conocido. Sus posibles respuestas eran: bastante peor que la mayoría, algo peor que la mayoría, más o menos como la mayoría, algo mejor que la mayoría, bastante mejor que la mayoría.

4. ¿Con qué frecuencia se arrepiente de estar con su pareja?

Esta pregunta pretende evaluar si el tiempo compartido de vida en pareja ha sido favorable o no. Las posibles respuestas son las siguientes: nunca, muy pocas veces, algunas veces, bastantes veces y muchas veces.

5. ¿En qué grado sus expectativas originales se han cumplido en su relación de pareja?

En este caso el proceso evaluativo de comparación en el tiempo (inicio-desarrollo- presente) que sintetiza la percepción del cumplimiento de expectativas que influyen en la satisfacción actual con su relación de pareja. Las posibles respuestas son las siguientes: casi nada, en alguna medida, medianamente, en bastante medida y completamente.

6. ¿Cuánto ama a su pareja?

Está dirigido a evaluar los procesos emocionales presentes, que dan una idea global del sentimiento amoroso y su presencia actual dentro de la pareja. Las opciones posibles son las siguientes: casi nada, algo, medianamente, bastante y mucho.

7. ¿Cuántos problemas hay en su relación de pareja?

En esta pregunta se hace una evaluación directa de las dificultades actuales dentro de su relación, que pretende ver la presencia o no de conflictos. Las respuestas posibles están son prácticamente ninguno, pocos, algunos, bastantes y muchos.

El cuestionario fue antecedido por el siguiente instructivo:

*A continuación le presentamos una serie de preguntas. Por favor, marque con una X la respuesta que mejor describa su experiencia con su pareja.*

## 5.2.2 Cuestionario de frases incompletas

Para evaluar los significados asociados a la relación de pareja se construyó un cuestionario de frases incompletas.

El método de frases incompletas como instrumento de recogida de datos ya se han utilizado en el estudio del significado de diferentes aspectos vitales. Retrocediendo en la historia de estos métodos, sus primeras aplicaciones se centraron en entornos clínicos, donde se utilizaron como una metodología proyectiva. Por ejemplo, se han diferenciado distintos grupos de enfermos psiquiátricos en base a sus tendencias a responder con contenidos referentes a uno mismo o, por el contrario, referentes a otros (Exner, 1973). Otro de los usos de este método fue construir un sustituto más manejable del TAT para medir motivación de logro (French, 1958). El método de frases incompletas también ha sido utilizado por Loevinger y Wessler (1970), como medida de las etapas de desarrollo del ego. Todos estos estudios tienen en común que no preguntan al sujeto directamente sobre sus motivaciones o estilos de pensamiento, ya que se piensa que esto puede distorsionar las respuestas al enfrentarse cara a cara con el entrevistador. En su lugar, la persona debe expresarse libremente sobre temas que parecen no amenazantes, siendo la tarea del investigador reconstruir las motivaciones y conceptos subyacentes.

Sin embargo, esta estrategia metodológica no es la que persigue nuestro instrumento. Las frases-estímulo incluidas en él son de contenido abierto y directo, y a los participantes se le pide que expresen lo que piensan que es verdad para sí mismos en su relación de pareja. Las respuestas se codifican de acuerdo con el significado abierto que fue expresado por el sujeto y no de acuerdo con una interpretación psicológica de motivaciones profundas.

Las frases estímulo de nuestro instrumento estaban divididas en cuatro bloques:

### 1. Pasado

Incluye frases que pretenden generar significados respecto al pasado de la relación y cómo ese pasado se proyecta sobre el estado actual de la pareja. Se utilizaron los siguientes estímulos:

*Desde que estoy con mi pareja...*

*Lo mejor de mi relación de pareja ha sido...*

*En mi relación de pareja, de haberlo sabido...*

Como observamos, estos estímulos incluyen uno neutro ('Desde que estoy con mi pareja'), en el que la persona puede posicionarse de manera más libre aportando elementos positivos o negativos. Simplemente, se trata de que la persona contraste su vida antes y después de tener a la pareja.

En contraste, los otros dos están cargados evaluativamente. El estímulo 'Lo mejor de mi relación de pareja ha sido' está dirigido a que la persona genere aquel o aquellos significados positivos de su relación, mientras que el estímulo 'En mi relación de pareja, de haberlo sabido' está dirigida a generar significados relativos a cuestiones de las que la persona se arrepiente, cosas que han funcionado mal y que hubieran merecido otro tratamiento en el pasado.

#### 1. Presente

En este caso el objetivo era poder recoger significados acerca del momento actual de la relación. A diferencia de los anteriores, estos estímulos a priori no implican una comparación ni toma en consideración explícita de la trayectoria de la relación, aunque, obviamente, al ser la respuesta libre, no podemos asegurar que los participantes no realicen esta reflexión sobre el pasado también aquí. Los estímulos de este bloque fueron los siguientes:

*Tener pareja significa para mí...*

*Mi relación de pareja mejoraría si...*

*Gracias a mi relación de pareja puedo...*

### *Mi relación de pareja hace que no pueda...*

Como observamos, al igual que en el bloque anterior, tenemos algunos estímulos sin carga evaluativo a priori y otros con ella. En concreto, los dos primeros son neutros y generales. Simplemente se trata de que la persona escriba aquello que espontáneamente le viene a la cabeza respecto a su relación de pareja en el presente., El estímulo, 'Mi relación de pareja mejoraría si' pretende generar los significados negativos de su relación. En este caso, se ha preferido una formulación más indirecta (en lugar de, por ejemplo, una estímulo como 'Lo peor de mi relación de pareja es') debido a las resistencias que podrían encontrarse en que las personas generasen significados negativos abiertamente.

El último estímulo de este bloque hace referencia a aquello que la relación de pareja impide que la persona sea, a aquello que el participante podría ser en el presente y no es porque está en pareja.

## 2. Futuro

Un tercer bloque de estímulos se proyectaba hacia el futuro de la relación. Estas frases incompletas hacen referencia a planes y objetivos, a aspectos respecto a cómo va a evolucionar la relación. Son los siguientes estímulos:

*En el futuro mi relación de pareja...*

*Cuando seamos más mayores me gustaría...*

*Lo que me preocupa de nuestro futuro...*

De igual manera que en los dos bloques anteriores, aquí también encontramos un estímulo neutro, otro dirigido a generar significados positivos (aspectos relativos a planes deseados de futuro) y un tercero que trataba de despertar aquellas amenazas y miedos respecto a lo por venir.

## 4. Conflictos y resolución de conflictos

En este cuarto y último bloque de preguntas se trataba un tema específico, el conflicto. Incluidas al final del cuadernillo. Estas dos preguntas ya no se presentaban en forma de frase a completar, sino que eran preguntas directas que el participante contestaba de manera abierta. Eran las siguientes:

*Cuando discute con su pareja o se crea algún tipo de desacuerdo o conflicto, ¿sobre qué tema o temas suele ser?*

*En general, ¿cómo suele resolver los conflictos o desacuerdos con su pareja?*

Aunque el formato es diferente, al ser la respuesta también libre la forma de análisis (el análisis de contenido) fue la misma que en las frases incompletas.

En la presentación definitiva de los diferentes estímulos se mezclaron los pertenecientes a los diferentes bloques, así como se trató de mezclar también aquellos neutros, positivos y negativos. El cuestionario siguiente tenía el siguiente orden:

Tener pareja significa para mí...

En el futuro, mi relación de pareja...

Lo mejor de mi relación de pareja ha sido...

En mi relación de pareja, de haberlo sabido...

Cuando seamos más mayores me gustaría...

Mi relación de pareja hace que no pueda...

Desde que estoy con mi pareja...

Lo que me preocupa de nuestro futuro...

Mi relación de pareja mejoraría si...

Gracias a mi relación de pareja puedo...

Además, claro está, de las dos preguntas sobre conflictos y su resolución que se incluyeron al final del cuadernillo, como ya se ha indicado.

Antecediendo a las preguntas se incluyeron las instrucciones para completarlo.

Estas instrucciones fueron las siguientes:

*Por favor, complete las frases que le presentamos a continuación de la manera que desee, pensando en su pareja y en la relación que mantiene con él/ella. Conteste lo que primero le pase por la cabeza, no es necesario que se detenga mucho en cada frase.*

*Tenga presente que no hay respuestas correctas ni incorrectas, sino simplemente diferentes formas de sentir y pensar.*

### 5.2.3. Cuestionario de percepciones de la evolución de las relaciones de pareja en el tiempo

EL objetivo en este caso era observar las percepciones de cambio o estabilidad en diferentes aspectos de la relación de pareja. Los aspectos incluidos en el cuestionario se recopilaron a partir del análisis de la literatura sobre el tema, organizándose a priori en tres grandes bloques::

#### 1. Intimidad y comunicación

*Confianza*

*Comunicación*

*Comprensión*

*Conocimiento mutuo*

*Tiempo cotidiano compartido*

*Actividades de ocio compartidas*

*Cariño*

*Compromiso con la relación*

*Apoyo que recibo de mi pareja*

*Cantidad de veces que me hace reír*

## 2. Sexualidad y pasión

*Frecuencia de las relaciones sexuales*

*Pasión*

*Calidad de relaciones sexuales*

*Cantidad de veces que nos besamos, nos acariciamos o nos decimos "te quiero"*

## 3. Discusiones y resolución de conflictos

*Discusiones*

*Capacidad para tolerar cosas que no me gustan de mi pareja*

*Cantidad de problemas*

*Monotonía de la relación*

Estos 18 aspectos de las relaciones de pareja se redactaron como ítems con cinco opciones de respuesta: disminuye bastante, disminuye algo, más o menos igual, aumenta algo y aumenta bastante. Antecediendo a las preguntas se incluyeron las instrucciones para completarlo. Estas instrucciones fueron las siguientes:

*Finalmente, para nuestro estudio nos interesa saber su opinión respecto a qué aspectos de las relaciones de pareja cambian con el tiempo y cuáles permanecen estables.*

*En cada uno de los siguientes aspectos, señale con una X si en su caso ha cambiado o no desde que comenzó con su pareja actual y en qué sentido.*

El cuestionario definitivo se presentó a continuación, con el siguiente formato:

	<b>Disminuye bastante</b>	<b>Disminuye algo</b>	<b>Más o menos igual</b>	<b>Aumenta algo</b>	<b>Aumenta bastante</b>
1. Confianza .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Comunicación.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Discusiones .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Tiempo cotidiano compartido.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Frecuencia de relaciones sexuales .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Capacidad para tolerar cosas que no me gustan de mi pareja.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Monotonía en la relación .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Actividades de ocio compartidas .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Cariño .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Compromiso con la relación .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Comprensión .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Pasión.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Cantidad de veces que me hace reír .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Apoyo que recibo de mi pareja.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Cantidad de problemas .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Calidad relaciones sexuales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17. Cantidad de veces que nos besamos, nos acariciamos o nos decimos 'te quiero' .....	<input type="checkbox"/>				
18. Conocimiento mutuo .....	<input type="checkbox"/>				

### 5.3. Procedimiento de análisis

El procedimiento realizado para el análisis de la información fue de dos tipos:

- Análisis cuantitativo para los cuestionarios de satisfacción en pareja y cambios evolutivos a través del tiempo.
- Análisis de contenido para las frases incompletas y las preguntas abiertas de conflictos.

#### 5.3.1 Análisis cuantitativo para el cuestionario de satisfacción de pareja

El análisis cuantitativo es una técnica que permite analizar información de tipo numérico, la cual puede presentarse mediante tablas y gráficas que dejan ver con claridad las similitudes o diferencias que se presentan en los datos sobre el cual se aplica el análisis.

Los cuestionarios son una forma de recopilar información cuantitativa, conformados por preguntas abiertas o cerradas, para nuestro caso se utilizaron siete preguntas cerradas tipo Likert, con 5 posibles opciones de respuesta que aunque varían en su estructura, conservan el formato likert en cuanto a que las opciones de respuesta se distribuyen en una escala ascendente o descendente que refleja el grado de importancia o en nuestro caso de nivel de percepción en cuanto a la satisfacción con su pareja.

Las siete preguntas se puntúan de 1 a 5 siendo uno (1) para la respuesta que indica menor satisfacción y cinco (5) para la respuesta que indica mayor satisfacción. En las preguntas 4 "con qué frecuencia se arrepiente de estar con su

*pareja*” y 7 que hace referencia a *“Cuántos problemas hay en su relación de pareja”* el sentido de sus puntuaciones es el contrario que en el resto.

Para realizar el análisis se utilizó el software estadístico SPSS versión 12. En la base de datos se codificaron tanto las respuestas a las preguntas del cuestionario (en una escala de 1 a 5) como otros aspectos como la edad (real y codificada de uno a cuatro en función del grupo en el que se encuadraba cada sujeto) y otros aspectos susceptibles de estar relacionados con la satisfacción. Para obtener una puntuación global de satisfacción se sumaron las respuestas de los siete ítems, invirtiendo aquellas que iban en sentido contrario (es decir, que una puntuación mayor implicaba menor satisfacción).

### 5.3.2. Análisis de contenido de frases incompletas

El análisis de contenido como técnica permite cuantificar la información cualitativa de forma precisa para poder concluir acerca de los pensamientos o percepciones en nuestro caso en particular.

Berelson (1971), define el análisis de contenido como una técnica para estudiar la comunicación y analizar la comunicación de una manera objetiva, sistemática y cuantitativa. El uso del análisis de contenido es muy variado, y por ejemplo Berelson diferencia entre la descripción de estilos y de contenidos de la comunicación.

En cualquier caso, el análisis de contenido, en tanto modalidad particular de aplicación del método científico, comprende una serie de operaciones muy semejantes a las utilizadas por cualquier otro método de investigación social en general. En concreto, nosotros dividimos el proceso en las siguientes fases (Behar, 1993; Visauta, 1989):

- Muestreo.
- Establecimiento de unidades.
- Elaboración de sistemas de categorías.
- Valoración de fiabilidad.

Muestreo

Se refiere a la elección de las comunicaciones que van a ser analizadas, en caso que recoger todas las relevantes para el logro de nuestros objetivos bien sea imposible, bien sobrepase nuestras posibilidades. Obviamente, en nuestro caso, al ser nosotros quienes provocamos las comunicaciones acerca de los significados asociados a la relación de pareja mediante la aplicación de un cuestionario de frases incompletas, el problema del muestreo en el análisis de contenido remite al problema genérico del muestreo de sujetos y de preguntas incluidas en el cuestionario, del que ya hemos hablado en apartados anteriores.

### Establecimiento de unidades

Una vez tenemos las comunicaciones (respuestas a las frases incompletas en nuestro caso) es necesario dividir las en segmentos que nos sean relevantes para su análisis posterior. Estos segmentos son las denominadas unidades y representan ideas diferentes que aparecen frente a un estímulo, en este caso ante una frase que es necesario completar.

En general, el universo de unidades de análisis para cada una de las preguntas coincidió con el total de respuestas diferentes que se obtenían ante esa pregunta. Sólo en contadas ocasiones una persona contestaba varias cosas y, por lo tanto, generaba más de una unidad de análisis. Estas unidades fueron la base de la categorización (Bardin, 1986). Este mismo autor considera que existen 2 criterios básicos a la hora de determinar este tipo de unidades:

- Criterios lingüísticos: cuando consideramos como unidades de registro entidades físicas tales como la palabra, la frase o la oración, independientemente de su significado.
- Criterios semánticos: en este caso, el mensaje se divide tomando como unidad los temas o ideas diferentes que expresa. Se trata de localizar los 'núcleos de sentido' que componen la comunicación, que son distintos entre sí y cuya diferenciación nos es útil para nuestros objetivos.

El tipo de unidad de registro que mejor se adaptaba a nuestro objetivo básico, establecer las significaciones asociadas a las relaciones de pareja en tanto objeto social, era, lógicamente, el segundo, aunque como hemos dicho, una unidad de significado solía corresponder al sintagma o frase que el sujeto empleaba para completar una frase determinada. En este caso, existe una correspondencia entre unidades temáticas de registro (significados expresados) y unidades lingüísticas (sintagmas o frases escritas para completar cada uno de los estímulos).

Una vez determinados los diferentes universos de unidades de registro, por separado para cada una de las frases-estímulo, es necesario establecer las reglas en función de las que una unidad de registro se ha de codificar como perteneciente a determinada categoría: son las llamadas reglas de enumeración. Es decir, una vez tenemos lo que vamos a contar (unidades de registro), ¿de qué forma lo vamos a contar (reglas de enumeración)?

Respecto a este tema, existen varias alternativas, como por ejemplo son entre otras:

- presencia/ausencia: sólo se toma en cuenta si determinada unidad aparece o no.
- frecuencia: se toma en cuenta cuantas veces aparece determinada unidad.
- dirección: se toma en consideración si la unidad es favorable, desfavorable o neutra respecto a determinado criterio.
- orden: se valoran de manera diferente las unidades en función de su orden de aparición en los textos.

En nuestro caso se siguió el criterio de recuento simple de frecuencias, asegurándonos de que el total de frecuencias de un sistema de categorías (generado a partir de las respuestas a un mismo estímulo) fuera igual al total de participantes que contestan el estímulo.

Elaboración de sistemas de categorías.

La elaboración de un buen sistema de categorías es la clave para el éxito del análisis de contenido en el logro tanto de sus funciones descriptivas como inferenciales. Unas buenas categorías son el núcleo y la meta del análisis de contenido, hasta tal punto de que no hemos podido evitar referirnos a ellas en anteriores apartados aun cuando no vayamos a tratar en profundidad su elaboración hasta esta sección.

Según Bardin, las categorías no son más que *'secciones o clases que reúnen un grupo de elementos (unidades de registro) bajo un título genérico, reunión efectuada en razón de los caracteres comunes a dichos elementos'* (Bardin, 1986; pág. 90).

Así, una vez tenemos las unidades de análisis para un estímulo determinado, tenemos que agrupar esas unidades en clases de mayor abstracción en función de su contenido semántico. El conjunto de todas las clases diferentes es lo que constituye el sistema de categorías. Tendremos un sistema de categorías para cada uno de los estímulos presentes en el cuestionario.

Su construcción supone distribuir e imponer una organización a las unidades de registro. Los sistemas de categorías pueden ser contruidos de dos formas:

- Inductivamente: partiendo de las propias unidades de registro, a partir de sus afinidades semánticas las vamos clasificando en diferentes montones. Concluimos nombrando conceptualmente cada montón (categoría) con una etiqueta que capte su significado común y elaborando la definición de la categoría.
- Deductivamente: a priori definimos todas las posibles categorías, para después clasificar cada unidad de registro en una de ellas.

En la práctica, es difícil operar de un modo totalmente inductivo o totalmente deductivo en la construcción de las categorías. En consecuencia, aunque nuestra actitud y punto de partida se podría calificar de inductiva, ya que nuestra intención era que nuestras categorías *'emanasen'* lo más directamente posible de los datos

recogidos en las entrevistas y divididos en unidades de registro, en ocasiones las expectativas que nos proporciona la base teórica y conceptual de la que partimos nos llevó a proceder de una forma que se acerca más al polo deductivo

Así, en una primera fase se leyó extensiva e intensivamente el total de respuestas a un mismo estímulo, anotando y subrayando cualquier información que pudiera sugerir alguna categoría hipotética. Esta primera fase de lectura concluía cuando lográbamos establecer un conjunto de 'núcleos de significación' que parecían repetirse en varias unidades de análisis.

En una segunda fase, el conjunto de unidades se distribuyó en grupos en función de las 'categorías hipotéticas' extraídas en la primera fase, intentando incluir todas las unidades en alguna de ellas. En todo momento se intentaba llegar a un sistema de categorías que cumpliera los siguientes requisitos:

- **Pertinencia:** consiste en que las categorías se han de adaptar a los datos (unidades de registro) que se supone que representan, nunca al contrario.
- **Exhaustividad:** todas las unidades de análisis han de estar incluidas en alguna categoría. En caso de quedar alguna sin categorizar se puede crear una nueva categoría 'cajón de sastre', pero hemos de tener en cuenta que si este tipo de categorías tienen una frecuencia importante, serán un índice de la baja calidad de nuestra categorización.
- **Mutua exclusividad:** las categorías del sistema han de representar significados lo suficientemente diferenciados para que cada unidad de análisis sólo puede categorizarse en una categoría, nunca en más de una.
- **Homogeneidad:** las diferentes categorías deben presentar un mismo grado de amplitud, de molecularidad o molaridad. No deberíamos encontrar en un mismo sistema categorías muy concretas y muy amplias en un mismo nivel.
- **Productividad:** el sistema debe ser capaz bien de producir hipótesis nuevas, bien de responder a la problemática o hipótesis previas existentes.

El sistema de categorías hipotético se reelaboró, redistribuyendo el conjunto de unidades de análisis tantas veces como fue necesario hasta alcanzar el logro de

esos criterios y, con ello, un sistema de categorías definitivo. Como podemos deducir, nuestro método de elaboración de categorías produjo un sistema de categorías diferente, a medida, para cada uno de los estímulos del cuestionario de frases incompletas.

Una vez elaborado un sistema de categorías, se procedió a definirlo operacionalmente. Esto consiste en dar una definición de cada categoría lo suficientemente clara como para que recoja el significado central de la categoría y sus límites, de tal manera que la codificación de las unidades de análisis en categorías pueda ser replicable, bien por el mismo investigador en otro momento, bien por investigadores independientes.

Fiabilidad de los sistemas de categorías.

Una vez elaborados los sistemas de categorías, hemos de asegurarnos de que, por una parte permiten producir resultados 'objetivos' (en el sentido de independientes del codificador: fiabilidad) y por otra representan fielmente el conjunto de datos que pretenden representar (validez).

En cuanto a la fiabilidad, Krippendorff (1980), diferencia entre la fiabilidad intracodificador y la fiabilidad intercodificador. La primera se obtiene al comparar los resultados obtenidos por un mismo codificador al codificar el material en el sistema de categorías a lo largo de dos o más momentos temporales. Por su parte, la segunda se obtiene al comparar los resultados de la codificación realizada por dos codificadores independientes. Obviamente, la segunda de ellas es más potente que la primera, ya que por una parte anula los efectos del recuerdo y por otra garantiza que los criterios de codificación son relativamente independientes de quién sea el codificador. Por ello esta última modalidad es la que hemos utilizado en nuestro estudio para estimar la fiabilidad de nuestros sistemas de categorías.

Para calcular la fiabilidad de un determinado sistema de categorías se entregó a una codificadora independiente tanto el sistema de categorías y su definición operacional como el conjunto de unidades de análisis ordenadas aleatoriamente. Se explicó en qué consistía la categorización y los criterios que debería seguir, aunque

en ningún momento se puso ningún ejemplo perteneciente a la propia investigación. La codificadora poseía amplios conocimientos básicos del análisis de contenido y su metodología. Por otra parte, en ningún momento fue informada formal o informalmente sobre fases anteriores del trabajo, en especial sobre la forma original de elaboración de los sistemas de categorías.

Con los resultados de la codificación original realizada por nosotros y la realizada por la codificadora independiente se calculó un índice de fiabilidad, en concreto el índice kappa (Cohen, 1960). Mientras otras medidas de fiabilidad (por ejemplo, la proporción de coincidencias entre codificadores), no tienen en cuenta que parte de las coincidencias observadas entre los codificadores pueden ser debidas al azar (hinchando por ello artificialmente la estimación de fiabilidad obtenida), el índice kappa tiene en cuenta este hecho y proporciona unas estimaciones menos sesgadas por este efecto del azar. Su cálculo viene dado por la siguiente fórmula:

$$\kappa = \frac{P_0 - P_e}{1 - P_e}$$

Siendo  $P_e$  la proporción de acuerdo esperada por azar y  $P_0$  la proporción de acuerdo observada. Los cálculos se llevaron a cabo con el programa estadístico SPSS para Windows (versión 12). Este índice no se calculó para todos los sistemas de categorías, sino para un subconjunto de ellos escogidos aleatoriamente. En el capítulo de resultados aportamos el índice obtenido para los sistemas de categorías en los que fue calculado. El índice de fiabilidad mínimo fue 0.866 y el máximo 0.946.

### 5.3.3 Análisis cuantitativo para el cuestionario de los cambios evolutivos en las relaciones de pareja

Las 18 características se presentan en un formato tipo likert, se puntúan de 1 a 5 siendo uno (1) para la respuesta que indica menor percepción de cambio evolutivo a

través del tiempo y cinco (5) para la respuesta que indica mayor percepción de cambio evolutivo a través del tiempo.

Para realizar el análisis se utilizó el software estadístico SPSS versión 12, de la siguiente manera:

Tras reunir los cuestionarios, con las respuestas aportadas por los 357 sujetos de la muestra, se organiza la base de datos teniendo en cuenta las edades y el género de los participantes, así: Las edades se clasifican teniendo en cuenta los rangos mencionados en el capítulo cuatro y luego se codifican (se asigna 1 a las edades de 20 a 30 años; 2 a las edades de 30 a 39 años; 3 a las edades de 40 a 59 años y 4 a las edades de 60 años o más) al igual que cada una de las opciones de respuesta con el objeto de ingresarlos a la base de datos.

Por último, a partir de ella para cada pregunta se generaron tablas de contingencia por género y edad, las cuales permiten ver la frecuencia de respuestas en cada uno de los grupos anteriormente mencionados y así establecer quiénes de ellos perciben mayores cambios evolutivos a través del tiempo de relación con su pareja.

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

LAS REPRESENTACIONES DE LAS RELACIONES DE PAREJA A LO LARGO DEL CICLO VITAL:

SIGNIFICADOS ASOCIADOS Y PERCEPCIÓN DEL CAMBIO EVOLUTIVO.

Diana Janeth Villamizar Carrillo

ISBN:978-84-693-0710-6 / DL:T-421-2010

## **SEXTO CAPITULO: RESULTADOS**

Este capítulo está dedicado a exponer los resultados del análisis de los datos recogidos en nuestro estudio, de acuerdo con los objetivos planteados en el capítulo cuatro.

En coherencia con la estructura de nuestro trabajo, la exposición de los resultados se estructura en grandes partes:

- Resultados referentes al cuestionario de satisfacción con la relación de pareja.
- Resultados referentes a las respuestas obtenidas por medio del instrumento de frases incompletas, respuestas que se sometieron a un análisis de contenido, dando la respectiva categorización a cada una de las preguntas.
- Resultados que hacen referencia al cuestionario de percepción de cambios en la relación de pareja.

En cada uno de los bloques se expondrán en primer lugar los resultados pertenecientes al total de la muestra, para después parcializarlos en función de la edad y el sexo y, por último, examinar las relaciones con otras variables.

Para los cuestionarios cuantitativos (satisfacción con la relación de pareja, percepción de cambios en la relación) se incluirá además información sobre las propiedades psicométricas de los instrumentos.

### **6.1 Satisfacción con la relación de pareja**

#### **6.1.1 Resultados descriptivos**

El cuestionario de Hendrick y Hendrick presenta siete ítems con cinco alternativas de respuestas, variables en cada ítem (ver capítulo anterior). El valor de

fiabilidad del cuestionario es, de acuerdo con nuestros datos, bastante alto, ya que se obtuvo una alfa de Cronbach de 0,823 (una vez invertidas las puntuaciones de los dos ítems cuyo contenido iba en dirección opuesta al resto). Este valor es similar al obtenido por Hendrick en el estudio que sirvió para el desarrollo de la escala original, en el que obtuvo un valor alfa de 0,86.

Para comprobar la dimensionalidad del cuestionario, se procedió a realizar un análisis de componentes principales. En este análisis se obtuvo, de acuerdo a lo esperado, que los ítems se agrupaban en un único componente principal. Este componente tenía un autovalor de 3,491 y explicaba un 49,87% de la varianza. Las saturaciones de cada ítem en el componente fueron las siguientes:

**Tabla No 8. Matriz de componentes(a)**

	Componente 1
¿Cuál es el grado de satisfacción con su relación?	,791
¿Hasta qué punto satisface sus necesidades?	,765
¿En qué grado se han cumplido sus expectativas originales?	,728
¿Con qué frecuencia se arrepiente de estar con su pareja? *	,724
¿Cuánto ama a su pareja?	,686
¿Cuántos problemas hay en su relación? *	,644
En comparación con otras parejas, ¿cómo considera la suya?	,582

\* Ítems cuya puntuación fue invertida

Como podemos observar, el ítem que hacía referencia a una valoración general de la satisfacción con la relación es el que más satura en el componente resultante, lo que avala la capacidad de la escala para medir, precisamente, satisfacción con la relación de pareja. Esta unidimensionalidad también se obtenía en el estudio original de Hendrick (1988), en el que los ítems cargaban en un único factor principal que daba cuenta del 46% de la varianza observada.

La puntuación que se obtuvo en cada uno de los ítems indica que los niveles de satisfacción con la relación fueron muy elevados. Lo podemos observar en la siguiente tabla, donde se exponen los ítems ordenados en función de su puntuación media:

**Tabla No 9. Ítems por puntuación media**

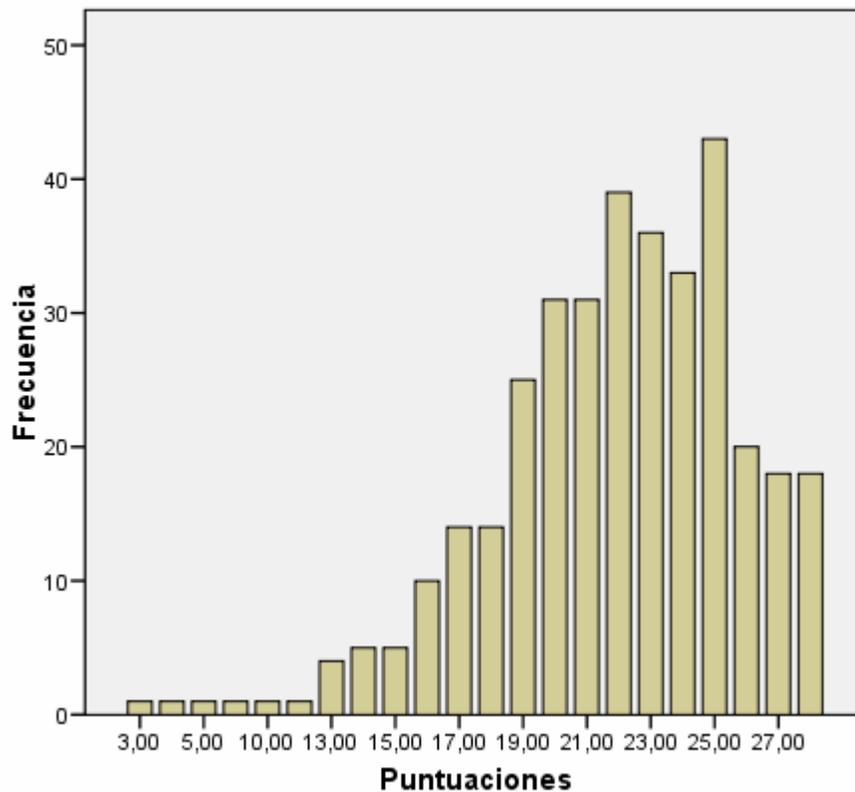
	<b>Media</b>	<b>Desviación típica</b>
6. ¿Cuánto ama a su pareja?	4,71	,548
4. ¿Con qué frecuencia se arrepiente de estar con su pareja? *	4,33	,817
2. ¿Hasta qué punto satisface sus necesidades?	4,16	,828
1. ¿Cuál es el grado de satisfacción con su relación?	4,05	,811
5. ¿En qué grado se han cumplido sus expectativas originales?	3,95	,813
3. En comparación con otras parejas, ¿cómo considera la suya?	3,94	,881
7. ¿Cuántos problemas hay en su relación? *	3,70	,953

\* Ítems cuya puntuación fue invertida

Como observamos, en un rango de puntuación de 1 a 5, todos los ítems obtienen más de 3,5 de puntuación media, y cuatro de los siete tienen una puntuación media de más de cuatro puntos. De las tres preguntas cuya media fue inferior a cuatro, dos hacían referencia a aspectos de tipo comparativo (con las expectativas originales, con otras parejas), mientras que la tercera (y la que obtuvo menor puntuación) se refirió al reconocimiento de problemas en la relación. Una vez más, los valores fueron muy similares a los obtenidos por Hendrick (1988). En este estudio también se obtenía que la menor puntuación se observaran en el séptimo y último ítem.

La media total del cuestionario (con un rango de 0 a 28 puntos) fue de 21,87 (d.e. 3,97). Observamos como la distribución se encuentra claramente sesgada hacia los valores que indican una mayor satisfacción:

**Grafica No 1. Distribución de Satisfacción.**



### 6.1.2. Relación de la satisfacción con otras variables

Como se especificó en los objetivos, la edad y el género eran factores cuyo efecto en las relaciones de pareja (en la satisfacción en este caso) se trataba de evaluar. Respecto a la edad, sus correlaciones de Spearman (dado que la distribución de las puntuaciones de satisfacción no seguía una distribución normal) con los diferentes ítems del cuestionario y con la puntuación final se especifican en la siguiente tabla:

**Tabla No 10. Puntuaciones finales**

	Edad
1. ¿Cuál es el grado de satisfacción con su relación?	-,206(**)
2. ¿Hasta qué punto satisface sus necesidades?	-,185(**)
3. En comparación con otras parejas, ¿cómo considera la suya?	-,161(**)
4. ¿Con qué frecuencia se arrepiente de estar con su pareja?	,044
5. ¿En qué grado se han cumplido sus expectativas originales?	,016
6. ¿Cuánto ama a su pareja?	-,292(**)
7. ¿Cuántos problemas hay en su relación?	,071
Puntuación Total	-,134(*)

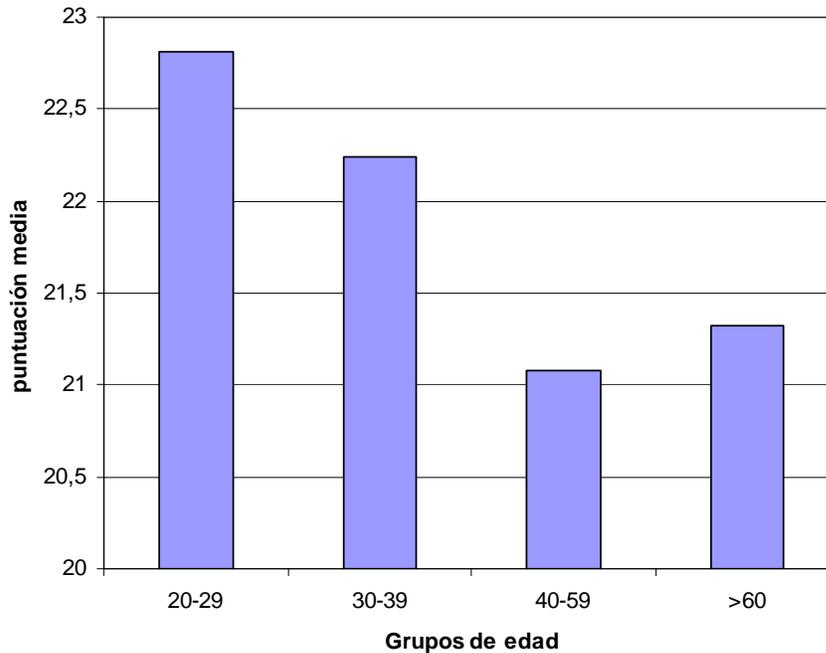
\*\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

\* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Como observamos en la tabla, todas las correlaciones estadísticamente significativas fueron negativas. Es decir, las personas más mayores valoraban en menor medida el grado de satisfacción con la relación, el grado en el que la pareja satisfacía sus necesidades, el amor que se sentía por la pareja o comparaba más desfavorablemente su pareja en relación a otras. La puntuación total también correlacionó negativamente con la edad.

Sin embargo, un análisis más detallado indica que en realidad las puntuaciones siguen una distribución en forma de U invertida: las más optimistas se alcanzan en el grupo más joven, las más pesimistas en el grupo de mayor edad, para luego volver a remontar ligeramente en la vejez. En el siguiente gráfico vemos las medias de la escala total en función del grupo de edad tomado en cuenta en el estudio:

**Grafica No 2. Medidas de la escala según edad.**



Mediante las pruebas post-hoc de Tuckey y Scheffé, en un análisis de la varianza, los únicos grupos cuyas medias diferían significativamente eran precisamente el más joven y el de mediana edad.

Por lo que hace referencia al género, para conocer su influencia en las puntuaciones de satisfacción marital se procedió a realizar una prueba de U de Mann-Whitney (dado que las puntuaciones de satisfacción seguían una distribución no normal). Los resultados se muestran en la siguiente tabla:

Tabla No11. Distribución de Satisfacción.

	Género	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Sig.
1. ¿Cuál es el grado de satisfacción con su relación?	Hombre	183,39	14960,50	0,322
	Mujer	173,50		
2. ¿Hasta qué punto satisface sus necesidades?	Hombre	181,30	15512,00	0,641
	Mujer	176,64		
3. En comparación con otras parejas, ¿cómo considera la suya?	Hombre	174,88	15183,00	0,536
	Mujer	181,24		
4. ¿Con qué frecuencia se arrepiente de estar con su pareja?	Hombre	186,23	14619,00	0,139
	Mujer	171,56		
5. ¿En qué grado se han cumplido sus expectativas originales?	Hombre	190,08	13576,00	0,013
	Mujer	165,58		
6. ¿Cuánto ama a su pareja?	hombre	172,64	14776,50	0,115
	mujer	185,54		
7. ¿Cuántos problemas hay en su relación?	hombre	181,20	15529,00	0,666
	mujer	176,73		
Puntuación total escala Hendrick	hombre	180,27	14809,50	0,478
	mujer	172,60		

Como observamos, sólo en uno de los ítems (la comparación con las expectativas originales) existían diferencias significativas (a un nivel  $p < 0,05$ ) entre hombres y mujeres, siendo las mujeres más pesimistas que los hombres. En el resto de ítems, incluida también la suma total en la escala, no se obtuvieron diferencias de género.

También comprobamos la posible influencia en la satisfacción de otras variables continuas, como los años de convivencia, los años de noviazgo, el nivel de estudios y la estimación del estado de salud, tanto propio como de la pareja. En todos los casos se parcializó el efecto de la edad, ya que muchas de estas variables estaban claramente correlacionadas con ella (p.e. a más edad peor valoración del estado de salud, menos estudios alcanzados o más años de convivencia).

Parcializando el efecto de la edad, se obtuvo que ni los años de convivencia ni los de noviazgo se relacionaban con la puntuación en ninguno de los ítems de la escala, como tampoco en la puntuación total. En cuanto a los estudios, sí que se encontraron relaciones significativas con los dos primeros ítems ('¿cuál es el grado de satisfacción con su relación',  $r=0,124$ ;  $p < 0,05$  y '¿hasta qué punto su pareja

satisface sus necesidades',  $r=0,144$ ;  $p<0,01$ ). En ambos casos, a más estudios puntuaciones más elevadas.

Respecto a la salud, mientras que la estimación de la propia salud no parecía tener ninguna relación con los ítems de la escala (ni con la puntuación total), la estimación de la salud de la pareja sí. Concretamente, las correlaciones significativas aparecieron de nuevo con los dos primeros ítems de la escala ('¿cuál es el grado de satisfacción con su relación',  $r=0,138$ ;  $p<0,01$  y '¿hasta qué punto su pareja satisface sus necesidades',  $r=0,148$ ;  $p<0,01$ ). En ambos casos, a mejor salud estimada en la pareja, puntuación más elevada.

La convivencia con la pareja o no parecía tener efecto en algunos ítems. Los resultados fueron los siguientes:

**Tabla 12. Satisfacción marital y convivencia rangos**

	Tiene hijos	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Sig.
1. ¿Cuál es el grado de satisfacción con su relación?	No	203,01	10295,50	0,002*
	Sí	169,06		
2. ¿Hasta qué punto satisface sus necesidades?	No	198,09	10881,00	0,018*
	Sí	171,67		
3. En comparación con otras parejas, ¿cómo considera la suya?	No	185,23	11956,00	0,382
	Sí	175,21		
4. ¿Con qué frecuencia se arrepiente de estar con su pareja?	No	185,98	12080,00	0,383
	Sí	176,32		
5. ¿En qué grado se han cumplido sus expectativas originales?	No	172,87	12164,00	0,516
	Sí	179,98		
6. ¿Cuánto ama a su pareja?	No	193,04	11381,50	0,034*
	Sí	173,61		
7. ¿Cuántos problemas hay en su relación?	No	173,39	12216,00	0,503
	Sí	181,15		
Puntuación total escala Hendrick	No	190,25	11162,00	0,111
	Sí	171,12		

Como se observa en la tabla, tres de los ítems mostraron diferencias: las personas que no vivían en pareja mencionaban tener mayor satisfacción, una mayor satisfacción de necesidades por parte de la pareja y un mayor amor a la pareja. Sin

embargo, la puntuación total final fue equivalente entre las personas que convivían y no convivían.

Por último, también se puso a prueba si las medias en el cuestionario de satisfacción eran diferentes entre las personas que tenían y no tenían hijos. Los resultados fueron los siguientes:

**Tabla No13. Satisfacción marital y número de hijos**

	Tiene hijos	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Sig.
1. ¿Cuál es el grado de satisfacción con su relación?	No	201,66	11980,00	0,001
	Sí	161,44		
2. ¿Hasta qué punto satisface sus necesidades?	No	198,19	12656,00	0,001
	Sí	164,94		
3. En comparación con otras parejas, ¿cómo considera la suya?	No	197,04	12526,50	0,001
	Sí	163,90		
4. ¿Con qué frecuencia se arrepiente de estar con su pareja?	No	184,50	14722,50	0,342
	Sí	174,97		
5. ¿En qué grado se han cumplido sus expectativas originales?	No	181,34	14874,00	0,561
	Sí	175,56		
6. ¿Cuánto ama a su pareja?	No	201,04	12224,50	0,001
	Sí	162,84		
7. ¿Cuántos problemas hay en su relación?	No	178,30	15448,00	0,909
	Sí	179,51		
Puntuación total escala Hendrick	No	196,53	12146,00	0,001
	Sí	161,63		

Como se puede observar, tener hijos parece incluir en la satisfacción marital, ya sea en la puntuación final o en los ítems individuales (sólo tres de los siete no mostraron influencias significativas de tener o no tener hijos). En todos los casos, los participantes sin hijos mostraron una mayor satisfacción. Sin embargo, también hemos de tener en cuenta que este aspecto (al igual que la convivencia o no con la pareja) está altamente relacionado con la edad, que como se ha comentado anteriormente, tiene influencia en la satisfacción marital.

## 6.2. Significado de la relación de pareja

Iniciando con los resultados, el primer cuestionario que consta de 14 preguntas abiertas se realizó un análisis de contenido dividiendo dichas preguntas en cuatro grandes bloques de categorías de análisis.

- En este primer bloque se clasificaron preguntas en relación al pasado de la relación de pareja.
- El segundo bloque contiene preguntas acerca del presente de las relaciones de pareja.
- El tercer bloque hace referencia al futuro de la relación de pareja.
- El cuarto bloque contiene tres preguntas básicas acerca de temas de discusión, cómo se resuelven los conflictos y esfuerzos por la relación.

Para exponer los resultados se ha optado por una estructura que incluye los siguientes aspectos:

- Pregunta que se analiza.
- Categorías en las que se agrupan las respuestas, con una lista de ejemplos de unidades de análisis que se agrupan en esa categoría.
- Resultados del análisis de fiabilidad (kappa de cohen).
- Tabla con frecuencias de cada categoría.
- Comentario de estas frecuencias.
- Análisis de las frecuencias en relación con el género y edad.

Antes del análisis por pregunta, se presenta una tabla general de fiabilidad de las 12 preguntas a través de un índice de Kappa de cohen, que van desde 0.866 (primera pregunta) hasta 0.946 (pregunta 14).

Tabla No14. Fiabilidad por Kappa Cohen

<b>PREGUNTA</b>	<b>Kappa</b>
<b>PASADO</b>	
Desde que estoy con mi pareja ...	0.867
Lo mejor de mi relación de pareja ha sido...	0.894
En mi relación de pareja, de haberlo sabido...	0.857
<b>PRESENTE</b>	
Tener pareja significa para mí....	0.866
Mi relación de pareja mejoraría si...	0.922
Gracias a mi relación de pareja puedo...	0.931
Mi relación de pareja hace que no pueda	0.945
<b>FUTURO</b>	
En el futuro mi relación de pareja....	0.871
Cuando seamos mayores me gustaría...	0.903
Lo que me preocupa de nuestro futuro es...	0.913
<b>CONFLICTO</b>	
Sobre qué temas se discute	0.913
Cómo se resuelven los conflictos	0.946

Los anteriores resultados indican que la correspondencia entre las categorizaciones dadas entre dos expertos por separado muestra que esas categorizaciones son suficientemente fiables.

Además también se establecieron las relaciones que se presentan entre las diferentes preguntas abiertas y variables como sexo y edad, por medio de la prueba (Chi – Cuadrado):

Tabla No15. Resultados de las frases incompletas: relación con el género

PREGUNTA	GÉNERO		
	Chi- cuadrado	gl	Valor p
<b>PASADO</b>			
Desde que estoy con mi pareja ...	6,46	4	0,17
Lo mejor de mi relación de pareja ha sido...	2,98	5	0,70
En mi relación de pareja, de haberlo sabido...	4,64	6	0,59
<b>PRESENTE</b>			
Tener pareja significa para mí....	8,99	5	0,11
Mi relación de pareja mejoraría si...	2,66	7	0,92
Gracias a mi relación de pareja puedo...	4,76	5	0,45
Mi relación de pareja hace que no pueda	7,2	5	0,21
<b>FUTURO</b>			
En el futuro mi relación de pareja....	11,8	5	0,04
Cuando seamos mayores me gustaría...	2,76	5	0,74
Lo que me preocupa de nuestro futuro es...	10,32	6	0,11
<b>CONFLICTO</b>			
Sobre qué temas se discute	4,42	7	0,73
Cómo se resuelven los conflictos	3,11	3	0,38

Al nivel de significación del 5% se concluye que la única pregunta cuyas respuestas parecen estar relacionadas con el género del participante es la primera en relación con el futuro ('En el futuro mi relación de pareja...').

Por lo que respecta a las relaciones con los grupos de edad que se han tenido en cuenta, el cuadro resumen es el siguiente:

Tabla No16. Resultados de las frases incompletas: relación la edad

PREGUNTA	EDAD		Valor p
	Chi-cuadrado	gl	
<b>PASADO</b>			
Desde que estoy con mi pareja ...	16,05	12	0,19
Lo mejor de mi relación de pareja ha sido...	59,64	15	0,00
En mi relación de pareja, de haberlo sabido...	24,01	18	0,16
<b>PRESENTE</b>			
Tener pareja significa para mí....	30,72	15	0,01
Mi relación de pareja mejoraría si...	65,90	21	0,00
Gracias a mi relación de pareja puedo...	36,51	15	0,001
Mi relación de pareja hace que no pueda	34,93	15	0,003
<b>FUTURO</b>			
En el futuro mi relación de pareja....	52,65	15	0,00
Cuando seamos mayores me gustaría...	58,40	15	0,00
Lo que me preocupa de nuestro futuro es...	141,3	18	0,00
<b>CONFLICTO</b>			
Sobre qué temas se discute	63,05	21	0,00
Cómo se resuelven los conflictos	43,55	9	0,00

De igual forma, al nivel de significación del 5% se observa que existe relación entre la edad y todas las preguntas excepto dos relacionadas con la dimensión temporal pasada: 'Desde que estoy con mi pareja...' y 'En mi relación de pareja, de haberlo sabido...'

Se exponen a continuación los resultados más detallados para cada una de las preguntas.

### 6.2.1. Dimensión temporal pasada

Se inicia el análisis con las tres primeras preguntas del pasado de las relaciones de pareja.

La primera pregunta del bloque de preguntas del pasado es:

*Desde que estoy con mi pareja....*

Las respuestas a este estímulo se agruparon en cinco grandes categorías:

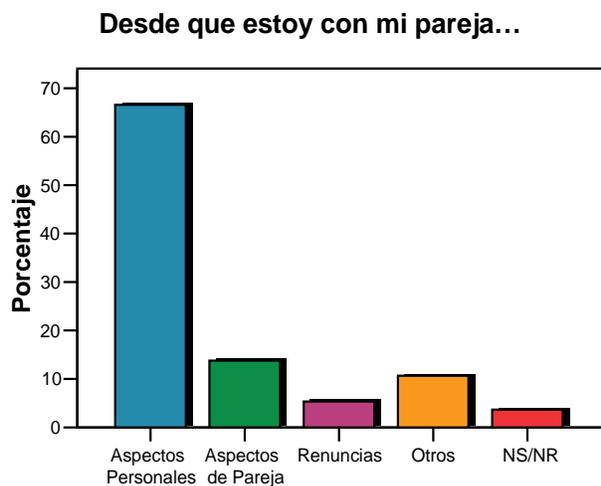
- *Aspectos personales*: en esta categoría se hace referencia a percepciones que tiene los sujetos sobre su relación de pareja que influyen sobre el sí mismo y que repercuten directamente en la forma de ser. Todos estos cambios personales son de carácter positivo e implican un crecimiento. Incluyen ejemplos como los siguientes: *soy más decidido, crecimiento personal, he madurado, me siento más seguro, he evolucionado más, soy más creativo, no soy como era.*
- *Aspectos de pareja*: esta categoría también recoge aspectos positivos, pero se diferencia de la anterior en que incluye aspectos ya no individuales, sino de pareja y relacionados con la vida cotidiana y el compartir cotidiano de la pareja entendida como un todo: *casi todo lo hacemos en familia, el tiempo libre lo pasamos juntos, nos cuidamos mutuamente, hacemos en pareja lo que hacíamos individualmente.*
- *Renuncias*: Aquí se clasificaron aspectos que las personas perciben como pérdidas o cambios que han tenido que hacer por estar en pareja como: *he aguantado por mis hijos, he abandonado amigos de toda la vida, no voy tanto a la disco, no me relaciono tanto con los demás.*
- *Otros*: los aspectos individuales, originales, no repetidos y neutrales se clasificaron en esta categoría por su singularidad como: *a veces pienso que es mi padre, han pasado once años, tengo más perros.*
- *No sabe/No contesta.*

**Tabla No 17. Frecuencias de respuestas en las categorías Desde que estoy con mi pareja...**

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Aspectos Personales	237	66,4
	Aspectos de Pareja	49	13,7
	Renuncias	19	5,3
	Otros	38	10,6
	NS/NR	13	3,6
	Total	356	99,7
	Perdidos	Sistema	1
Total		357	100,0

Se calculó el índice de Kappa de Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.867.

**Gráfica No 3. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta Desde que estoy con mi pareja...**



Se puede observar que la mayoría de las personas especifica aspectos personales positivos (66,4%) al contemplar su relación de pareja desde una perspectiva de pasado. Aspectos como el aprender muchas cosas, ser mejor

persona, el crecimiento personal, ser más creativo, disfrutar más de las cosas, etc. Seguido de aspectos de pareja (13,7%) como tengo alguien, pasamos mucho tiempo juntos, proyectos juntos, se cuidan más el uno al otro. En un porcentaje más reducido se encuentran otras respuestas variadas (10%) como las cosas son distintas, los despertares son diferentes, ha habido momentos de todos los colores. Y las renuncias (5%) con aspectos como he abandonado amigos de toda la vida, he perdido mucho de mi forma de ser.

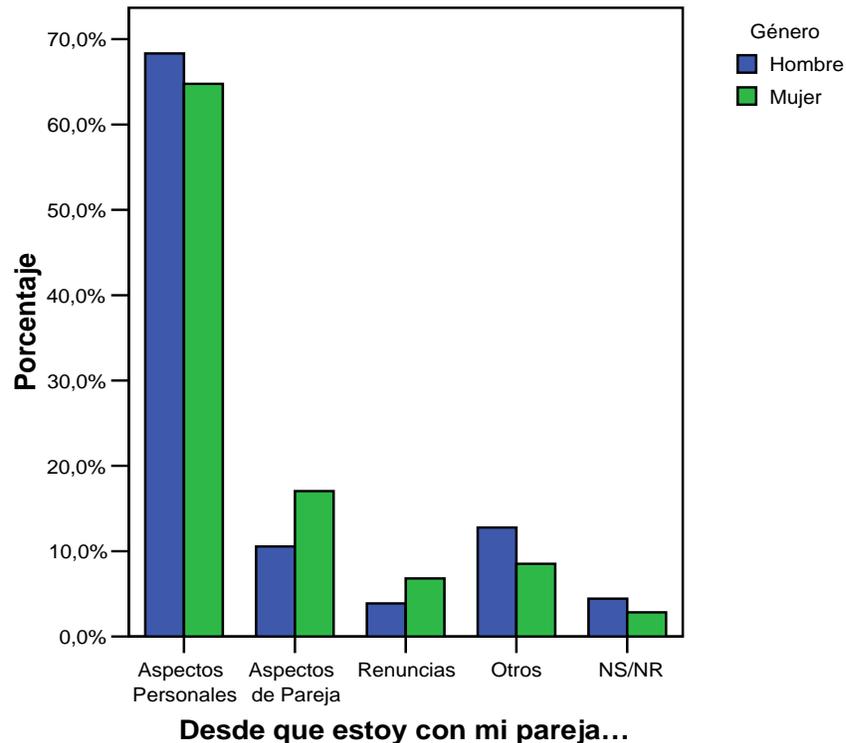
Respecto a si las respuestas de hombres y mujeres se distribuían de manera diferente, la prueba chi-cuadrado ofreció un valor de 6,46 (con  $p=0.167$ ), lo que indica que no existe relación significativa entre el género y las opiniones de los participantes. Vemos la distribución de las respuestas en la siguiente tabla:

**Tabla No 18. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
Desde que estoy con mi pareja...	Aspectos Personales	51,9%	48,1%	100,0%
	Aspectos de Pareja	38,8%	61,2%	100,0%
	Renuncias	36,8%	63,2%	100,0%
	Otros	60,5%	39,5%	100,0%
	NS/NR	61,5%	38,5%	100,0%

Gráficamente, la distribución sería la siguiente:

**Gráfica No 4. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría**



Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, en los datos numéricos existen leves diferencias que se presentan aquí, hombres y mujeres piensan que desde que están con su pareja han mejorado o cambiado aspectos personales. Los hombres tienen un porcentaje ligeramente más alto que las mujeres. En segundo lugar, aunque con gran diferencia del primero, hombres y mujeres piensan que los enriquecen en aspectos de pareja siendo las mujeres quienes contestan más frecuentemente en esta categoría. También ellas mencionan ligeramente más renuncias que ellos.

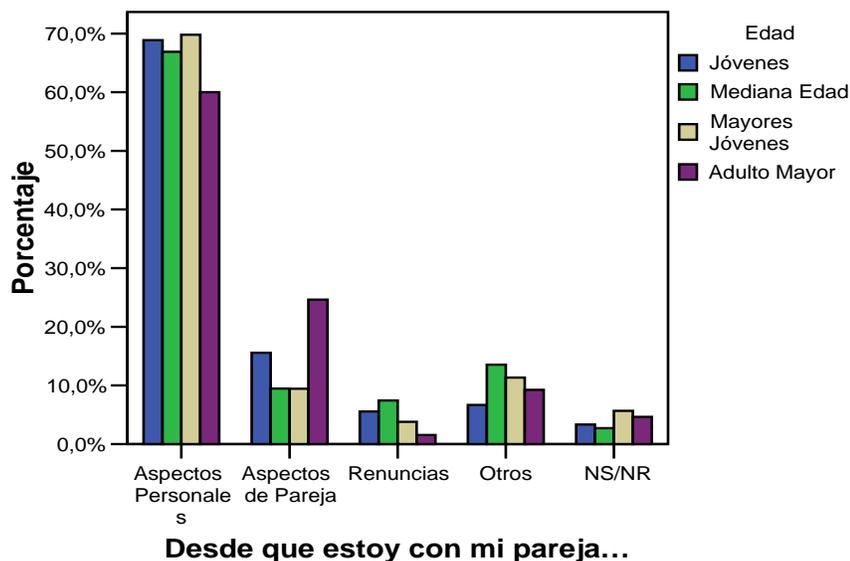
Respecto a la posible relación con la edad, la distribución de respuestas es la que sigue:

**Tabla No 19. Tabla de contingencia en relación con la edad**

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Desde que estoy con mi pareja...	Aspectos Personales	26,2%	41,8%	15,6%	16,5%	100,0%
	Aspectos de Pareja	28,6%	28,6%	10,2%	32,7%	100,0%
	Renuncias	26,3%	57,9%	10,5%	5,3%	100,0%
	Otros	15,8%	52,6%	15,8%	15,8%	100,0%
	NS/NR	23,1%	30,8%	23,1%	23,1%	100,0%

La prueba chi-cuadrado arrojó un valor de 16,05 (con  $p=0.189$ ), lo que indica que tampoco existe relación significativa entre la edad y las opiniones de los participantes.

**Gráfica No 5. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta**



A la vista del gráfico, quizá lo que más llama la atención es que los adultos mayores mencionan relativamente menos aspectos personales y menos renunciadas, para centrarse mucho más en aspectos relacionados con la pareja.

La segunda pregunta de esta dimensión pasada

*Lo mejor de mi relación de pareja ha sido....*

Las respuestas a esta pregunta se agruparon en seis categorías, que son las siguientes:

- *Convivencia y dinámica relacional:* en esta categoría se encuentran los aspectos del diario vivir que alimentan la relación. Algunos ejemplos son respuestas como: *compañía, convivir, tener alguien al lado, compartir, actividades realizadas en común, complicidad, comunicación, confianza, sinceridad, respeto.*
- *Afectividad y Pasión:* se incluyen en esta categoría aspectos de naturaleza más emocional, donde aparecen de forma explícita la mención a sentimientos, generalmente de intimidad y/o pasión. Algunos ejemplos son los siguientes: *amor, afecto, cariño, relaciones sexuales, enamoramiento, querer y sentirse querido, estabilidad emocional, momentos íntimos, sentimientos y emociones.*
- *Familia:* hace referencia a las dimensiones de proyección y extensión más allá de la pareja como por ejemplo: *los hijos, la formación de una familia, tener nietos.*
- *Los primeros tiempos:* hace relación a un momento temporal concreto de la relación de pareja, identificado como la fase más destacada de la relación: *el principio, los primeros años de convivencia, el primer día, los primeros meses.*
- *Otros:* las individualidades fueron clasificadas en esta categoría por sus particularidades como: *Encontrarnos de nuevo 7 años más tarde, de los 30 a los 40, modales.*
- *No sabe, no contesta.*

**Tabla No 20. Frecuencias de respuestas en las categorías de  
Lo mejor de mi relación de pareja ha sido...**

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Convivencia y dinámica relacional	165	46,2
	Afectividad y pasión	28	7,8
	Familia	91	25,5
	Los primeros tiempos	19	5,3
	Otros	52	14,6
	NS/NR	1	,3
	Total	356	99,7
Perdidos	Sistema	1	,3
Total		357	100,0

Se calculó el índice de fiabilidad de Kappa de Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un valor de 0.894

Las personas de nuestra muestra piensan que lo mejor de sus relaciones de pareja es la convivencia y dinámica relacional con un 46.2%, seguido de contar con una familia 25.5%, en menos porcentaje se encuentran el afecto y la pasión con un 7.8%, otros aspectos 14.6% que incluye aspectos muy diversos como libertad, viajes y en un mínimo porcentaje clasifican los primeros tiempos con un 5.3%.

En cuanto a la relación con el género, las respuestas a esta pregunta no parecen tener relación en el género. La distribución de cada categoría en función del género fue la siguiente:

**Tabla No 21. Porcentajes en relación con el género**

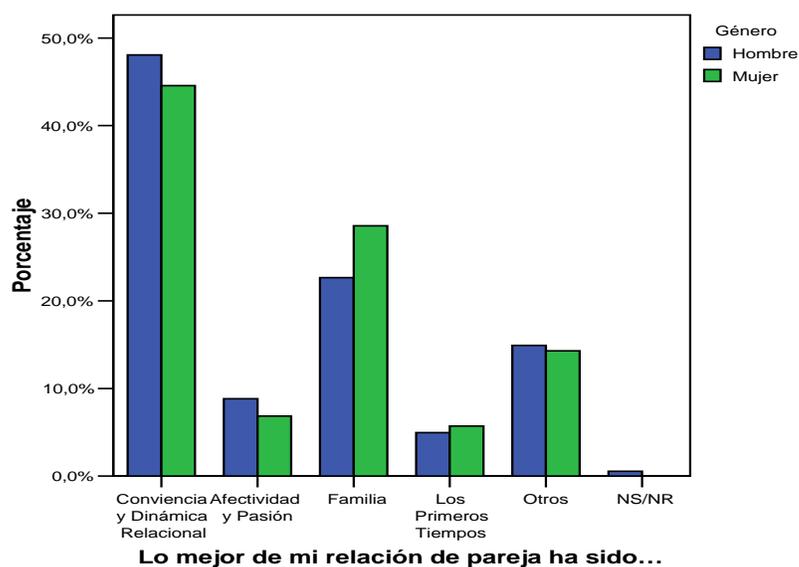
		Género		Total
		Hombre	Mujer	
Lo mejor de mi relación de pareja ha sido...	Convivencia y dinámica relacional	52,7%	47,3%	100,0%
	Afectividad y pasión	57,1%	42,9%	100,0%
	Familia	45,1%	54,9%	100,0%
	Los primeros tiempos	47,4%	52,6%	100,0%

Otros	51,9%	48,1%	100,0%
NS/NR	100,0%		100,0%

La prueba chi-cuadrado ofreció un valor de 2,98 (con  $p=0.703$ ), lo que indica que no existe relación significativa entre el género y las opiniones de los participantes.

La representación gráfica de esta distribución en función del género es la siguiente:

**Gráfica No 6. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, en los datos numéricos existen leves diferencias que se presentan aquí: Hombres y mujeres dan la mayor relevancia a qué lo mejor de su relación de pareja es la convivencia y dinámica relacional, siendo los hombres quienes tienen un mayor porcentaje por encima de las mujeres. Seguidamente hombres y mujeres dan importancia al contar con una familia siendo las mujeres las de mayor relevancia en este caso. Las respuestas en el resto de categorías son muy similares entre ambos.

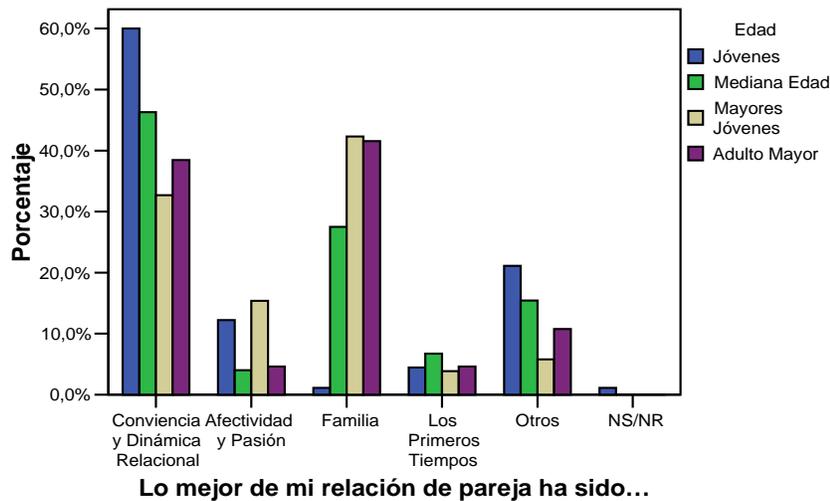
Con respecto a la edad, la prueba chi-cuadrado da un valor de 59,64, lo que es altamente significativo ( $p<0,000$ ), indicando que sí que existe relación entre la edad y las opiniones de los participantes.

**Tabla 22. Frecuencias en relación con la edad**

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Lo mejor de mi relación de pareja ha sido...	Convivencia y Dinámica Relacional	32,7%	41,8%	10,3%	15,2%	100,0%
	Afectividad y Pasión	39,3%	21,4%	28,6%	10,7%	100,0%
	Familia	1,1%	45,1%	24,2%	29,7%	100,0%
	Los Primeros Tiempos	21,1%	52,6%	10,5%	15,8%	100,0%
	Otros	36,5%	44,2%	5,8%	13,5%	100,0%
	NS/NR	100,0%				100,0%

A esta distribución corresponde el siguiente gráfico, donde se muestran más claramente las diferencias entre las categorías en función de la edad:

**Gráfica No 7. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Como observamos, las respuestas a la primera categoría van descendiendo a medida que avanza la edad, siendo particularmente frecuentes entre los más jóvenes. En cambio, en la categoría 'familia' la tendencia es exactamente la

contraria: a partir de los 30 años aparece como un aspecto muy frecuente (cuando entre los más jóvenes estaba prácticamente ausente) y, a partir de los 40, es la categoría que recibe mayor número de respuestas. El resto de categorías muestran una distribución de respuestas sin un patrón claro en función de la edad.

La tercera pregunta de la dimensión temporal pasada

### *En mi relación de pareja de haberlo sabido...*

En esta tercera pregunta del bloque de aspectos del pasado las respuestas se han agrupado en siete categorías diferentes, que son las siguientes:

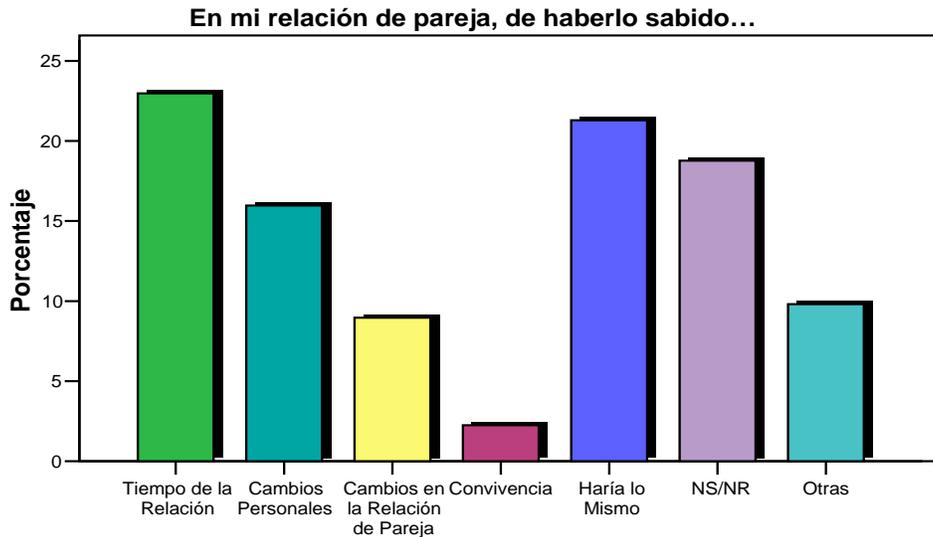
- *Tiempo de la relación:* En esta categoría se agrupan las respuestas de duración de la relación como: *Comenzar antes, comenzar más tarde.*
- *Cambios personales:* Aquí se clasifican las respuestas referidas a cambios de actitudes y comportamientos propios: *hubiera demostrado más cariño, habría explicado más sobre mí.*
- *Cambios en la relación de pareja:* esta categoría agrupa respuestas relacionadas con decisiones de pareja, conjuntas, que se hubiesen cambiado: *hubiera tenido los hijos más seguidos, no tener tantos hijos, habría tenido otro hijo.*
- *Convivencia:* clasifica aspectos que hubiesen cambiado que tienen que ver con el día a día como: *Repartición de tareas de la casa, mayor importancia a los valores, menos discusiones.*
- *Haría lo mismo:* en este espacio se recopilan aspectos de no cambios, el estar igual como: *repetiría, no cambiaría nada, nada.*
- *No sabe, no responde, no lo sé, no lo sabría.*
- *Otros:* estos aspectos eran particulares por los que no se clasificaron específicamente como: *hubiera leído la letra pequeña, le hubiera cortado el pelo antes, no hubiera tenido gracia, no tener fantasma, otro gallo cantaría.*

**Tabla No 23. Frecuencias de respuestas en las categorías  
 En mi relación de pareja, de haberlo sabido...**

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Tiempo de la Relación	82	23,0
	Cambios Personales	57	16,0
	Cambios en la Relación de Pareja	32	9,0
	Convivencia	8	2,2
	Haría lo Mismo	76	21,3
	NS/NR	67	18,8
	Otras	35	9,8
	Total	357	100,0

Se calculo el índice de fiabilidad Kappa Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.857

**Gráfica No 8. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría**



Es una de las preguntas donde existe diversidad de opiniones, Las personas piensan que en su relación de pareja de haberlo sabido el tiempo de la relación

hubiese sido diferente (23%) en aspectos como haber comenzado antes o después. Igualmente opinan que harían lo mismo (21,3%), asumirían cambios personales (16%) como diría lo que pienso en cada momento, habría demostrado mas sobre mí, El porcentaje de otras respuestas variadas es del (9,8%) con aspectos como no hubiera comentado nada de relaciones anteriores, le hubiera cortado el pelo antes, otro gallo cantaría, hubiera leído la letra pequeña, etc. El numero de respuestas no contestadas es del (18.8%), lo que supone que a muchas personas no se les ocurre nada o no quieren contestar. Este porcentaje, sumado al 21% de personas que dicen 'haría lo mismo', hace que esta pregunta sea la que menos respuestas sustantivas reciba, lo que parece coherente con los altos niveles de satisfacción expresados en el cuestionario de Hendrick.

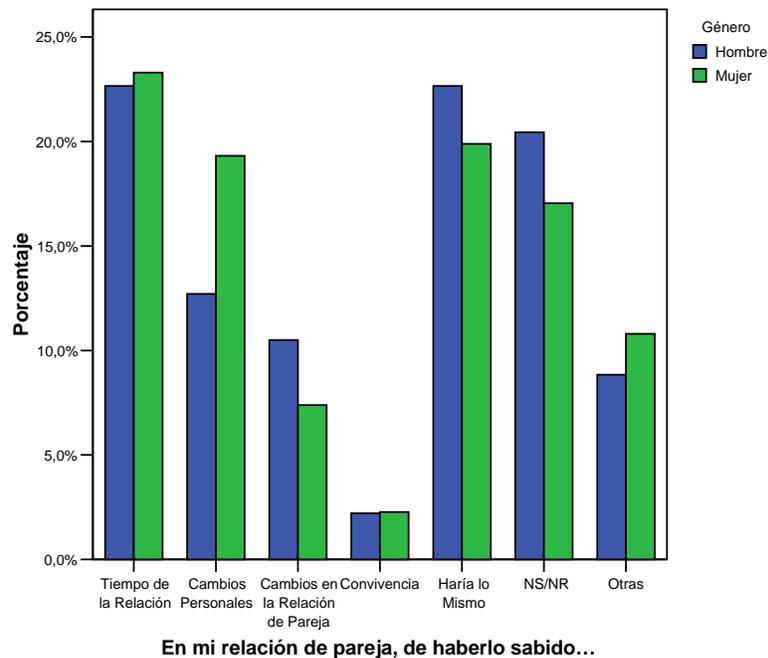
En relación con las diferencias entre hombres y mujeres, en la siguiente tabla se muestran para cada una de las categorías:

**Tabla No 24. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
En mi relación de pareja, de haberlo sabido...	Tiempo de la Relación	50,0%	50,0%	100,0%
	Cambios Personales	40,4%	59,6%	100,0%
	Cambios en la Relación de Pareja	59,4%	40,6%	100,0%
	Convivencia	50,0%	50,0%	100,0%
	Haría lo Mismo	53,9%	46,1%	100,0%
	NS/NR	55,2%	44,8%	100,0%
	Otras	45,7%	54,3%	100,0%

La prueba chi-cuadrado dio un valor de 6,64, que no fue significativo ( $p=0.591$ ), lo que indica que no existe relación significativa entre el género y las opiniones de los participantes. Gráficamente esas diferencias se expresan en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 9. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, en los datos numéricos observamos que las mujeres asumirían más cambios personales que los hombres. Ellos, en cambio, dan más respuestas referidas a cambios en la relación y también especifican que harían lo mismo en mayor medida (además de ser más frecuente en ellos el 'no sabe/no responde').

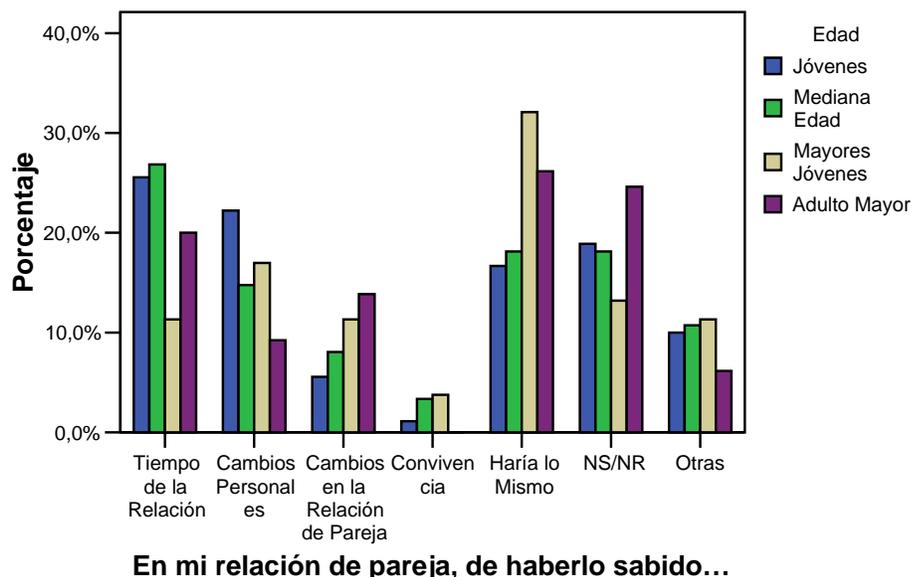
En relación con la edad, la distribución de porcentajes de respuesta por categoría se muestra en la siguiente tabla:

Tabla No 25. Frecuencias en relación con la edad

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
En mi relación de pareja, de haberlo sabido...	Tiempo de la Relación	28,0%	48,8%	7,3%	15,9%	100,0%
	Cambios Personales	35,1%	38,6%	15,8%	10,5%	100,0%
	Cambios en la Relación de Pareja	15,6%	37,5%	18,8%	28,1%	100,0%
	Convivencia	12,5%	62,5%	25,0%		100,0%
	Haría lo Mismo	19,7%	35,5%	22,4%	22,4%	100,0%
	NS/NR	25,4%	40,3%	10,4%	23,9%	100,0%
	Otras	25,7%	45,7%	17,1%	11,4%	100,0%

La prueba chi-cuadrado dio un valor de 24,01, lo que no fue estadísticamente significativo ( $p=0.155$ ), indicando que no existe relación significativa entre la edad y las opiniones de los participantes. Gráficamente, la representación es la siguiente:

Gráfica No 10. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta



Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, en los datos numéricos existen diferencias que es interesante destacar. Así, por ejemplo, entre los mayores de 40 años se da con mucha mayor frecuencia la respuesta de 'haría lo mismo'. La relación con la edad parece similar en el caso de los cambios en la relación: tales cambios se plantean en mayor medida cuando la edad de los participantes aumenta. En cambio, con los cambios personas pasa al contrario, especialmente en los caos extremos: los jóvenes son más proclives a planteárselos. Por último, aquellas personas de los dos grupos más jóvenes ofrecen más respuestas relacionadas con el 'timing' de la relación.

### Análisis general del pasado

En conclusión general las cinco frentes que hacen alusión a preguntas del pasado se puede decir que existe una percepción favorable frente a su relación de pareja que se ha construido a través del tiempo, el mayor porcentaje está en que las personas se han dado cuenta que su relación les aporta aspectos positivos encaminados a aspectos de pareja y personales de forma evolutiva, cambiarían algunos aspectos de los mencionados para el mejoramiento de la misma y solo un 5% percibe que ha tenido que haber renunciado y menos del 10% habla de aspectos negativos.

Este dato parece ser coherente con una relativa abundancia de personas que no se plantean, de haber podido, haber hecho cambios en la relación.

En conjunto, las preguntas presentan pocas diferencias en función de género o de edad. Sólo en la pregunta acerca de lo mejor de la relación de pareja la relación con la edad es significativa, con los aspectos relativos a la familia siendo los fundamentales en los dos grupos más mayores, cuando en los más jóvenes dominan aspectos relacionados con la convivencia diaria con elemento más recompensante de la relación.

### 6.2.2. Dimensión temporal presente

La primera pregunta del presente es:

*Tener pareja significa para mí...*

La primera pregunta relacionada con aspectos del presente generó respuestas que fueron agrupadas en seis categorías:

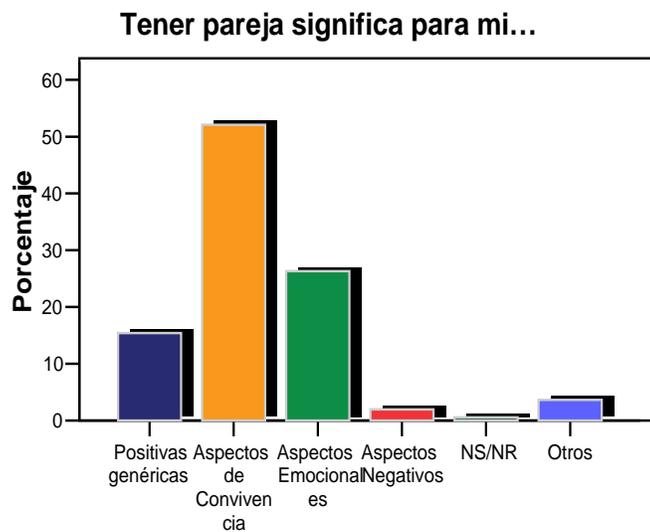
- *Positivas Genéricas*: En esta categoría se agrupan aspectos generales de carácter individual, relacionados con el crecimiento personal, el sentido de pertenencia, importancia, totalidad o la libertad. Algunos ejemplos son los siguientes: *Todo, lo principal, mi vida, experiencia vital, una plenitud, crecer, vida.*
- *Aspectos de Convivencia*: Incluye aspectos que implican a la pareja (ya no sólo a uno mismo) y que tienen que ver con la interacción cotidiana. Por ejemplo, respuestas como: *Compañía, convivir, compartir, dar/recibir apoyo/confianza.*
- *Aspectos Emocionales*: Se incluyen en esta categoría respuestas relacionadas con reacciones afectivas y sentimientos que pueden producir bienestar: *Amor, sentirse amado/querido, amar/querer.*
- *Aspectos Negativos*: hace relación a aquellos aspectos no favorables de la relación como: *Obligaciones difíciles de cumplir, estar encadenado, falta de libertad, sentirse atado.*
- *No sabe/No responde.*
- *Otros*: están aspectos muy específicos y poco repetidos como: *diversión, otro mundo.*

**Tabla No 26. Frecuencias de respuestas en las categorías de  
 Tener pareja significa para mi...**

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Positivas genéricas	55	15,4
	Aspectos de Convivencia	186	52,1
	Aspectos Emocionales	94	26,3
	Aspectos Negativos	7	2,0
	NS/NR	2	,6
	Otros	13	3,6
	Total	357	100,0

Se calculó el índice de fiabilidad de Kappa Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.866

**Gráfica No 11. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Para las personas en general tener pareja significa en la mayoría de los casos el poder contar con aspectos de convivencia esenciales como apoyo y complemento con un 52,1%, seguido de aspectos emocionales como amor con un 26,3% y en un tercer lugar clasifican las positivas genéricas con un 15,4%, los aspectos negativos y otros tienen un porcentaje menos relevante.

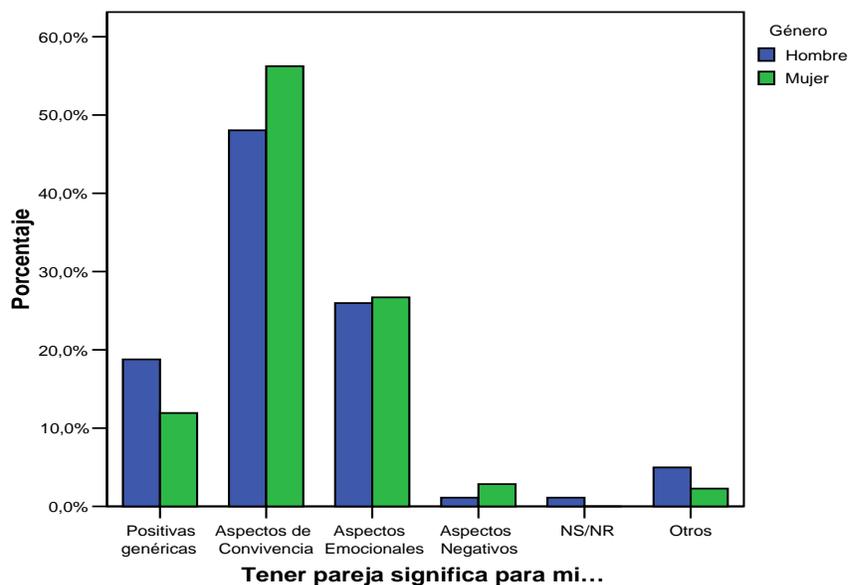
Respecto a las diferencias entre hombres y mujeres en la distribución de respuestas por categorías, las observamos en la siguiente tabla:

**Tabla No 27. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
Tener pareja significa para mí...	Positivas genéricas	61,8%	38,2%	100,0%
	Aspectos de Convivencia	46,8%	53,2%	100,0%
	Aspectos Emocionales	50,0%	50,0%	100,0%
	Aspectos Negativos	28,6%	71,4%	100,0%
	NS/NR	100,0%		100,0%
	Otros	69,2%	30,8%	100,0%

La prueba chi-cuadrado arrojó un valor de 8,99, que no resultó ser estadísticamente significativo ( $p=0.110$ ), lo que indica que no existe relación significativa entre el género y las opiniones de los participantes.

**Gráfica No 12. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, en los datos numéricos existen leves diferencias. En concreto, aunque los aspectos de tipo

emocional se citan por igual, las mujeres parecen mencionar algo más frecuentemente la convivencia cotidiana, mientras que en los hombres es algo más importante que en ellas los aspectos genéricos, más indiferenciados e individuales.

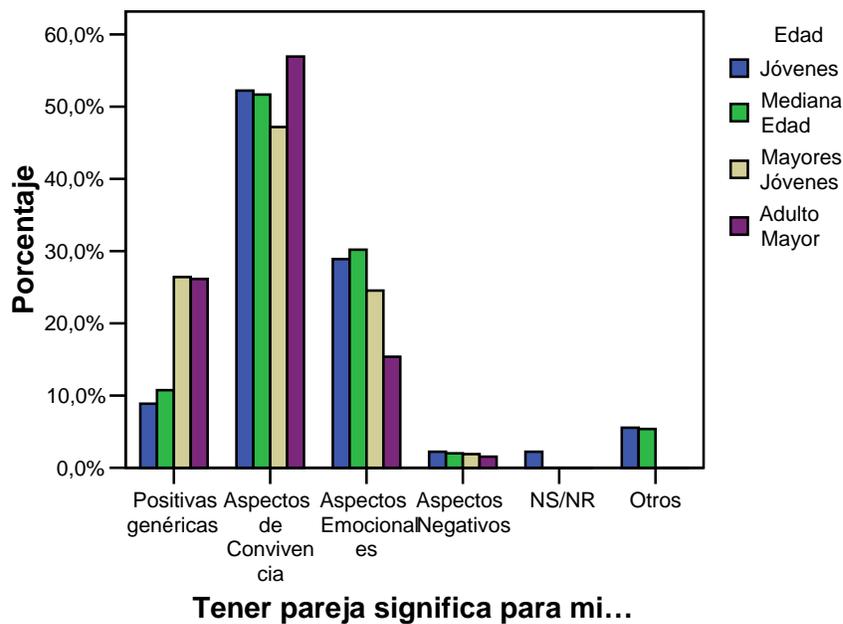
Respecto a las diferencias en función de los grupos de edad considerados, la siguiente tabla las ilustra:

**Tabla No 28. Frecuencias en relación con la edad**

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Tener pareja significa para mí...	Positivas genéricas	14,5%	29,1%	25,5%	30,9%	100,0%
	Aspectos de Convivencia	25,3%	41,4%	13,4%	19,9%	100,0%
	Aspectos Emocionales	27,7%	47,9%	13,8%	10,6%	100,0%
	Aspectos Negativos	28,6%	42,9%	14,3%	14,3%	100,0%
	NS/NR	100,0%				100,0%
	Otros	38,5%	61,5%			100,0%

La prueba chi-cuadrado ofreció un valor de 30,72, que resultó ser estadísticamente significativo ( $p=0.01$ ), lo que indica que existe relación significativa entre la edad y las opiniones de los participantes. En el siguiente gráfico se observa dónde se producen estas diferencias:

**Gráfica No 13. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Como vemos, son dos categorías las que muestran diferencias: a medida que aumenta la edad de las personas de nuestra muestra, aumenta la frecuencia con la que mencionan aspectos genéricos e individuales, mientras que los aspectos emocionales y afectivos disminuyen su presencia (de hecho, en los dos grupos más mayores las respuestas genéricas superan a las respuestas emocionales).

La segunda pregunta del presente

*Mi relación de pareja mejoraría si...*

La segunda pregunta relacionada con aspectos del presente cuenta con ocho categorías:

- *Nada/No puede mejorar: clasifica aspectos como: ya somos mayores para mejorar algo, no creo que podría mejorar, seguiremos como hasta ahora.*

- *Tiempo y convivencia*: hace relación a los aspectos de la vida diaria como: *tener más tiempo juntos, compartir mas momentos del día a día, más tiempo para disfrutar de nuestro hobbie, repartir las cosa del tiempo, pasara más tiempo en casa.*
- *Pareja, comunicación e intercambio emocional*: clasifica aspectos de la convivencia diaria que edifican la relación como: *si dialogáramos mas, más comprensible, si hubiese mayor comunicación, conseguimos comunicarnos más, nos escucharemos más, cambiaremos actitudes que se han convertido en roles, tuviéramos más confianza.*
- *Aspectos individuales*: en ella se clasifican los aspectos personales involucrados dentro de la relación de pareja como: *no fuese tan impulsivo y ella más tolerante, yo no fuese tan celoso, a ella no le gustase que la seduzcan, ella tuviera más comprensión, yo estuviera mejor conmigo misma, no fuera el tan dejado, no fuera tan nerviosa e impaciente.*
- *Aspectos materiales*: esta categoría incluye: *la pensión más alta, tuviéramos trabajo, tuviéramos más dinero, mayor nivel económico, ganamos la lotería, seguridad económica.*
- *Aspectos familiares y sociales*: clasifica aspectos de los demás y la familia como: *tuviéramos más confianza con los hijos, no hubiera tanta familia, dejáramos de lado ciertas relaciones o conflictos familiares, si no tuviéramos problemas externo, nos dejaran más tiempo los nietos.*
- *Otras*: individualidades como: *más experiencia y 20 años menos, no se puede comentar, el pelo corto, mi pareja quisiera, tuviéramos mas salud.*
- *No sabe, no responde.*

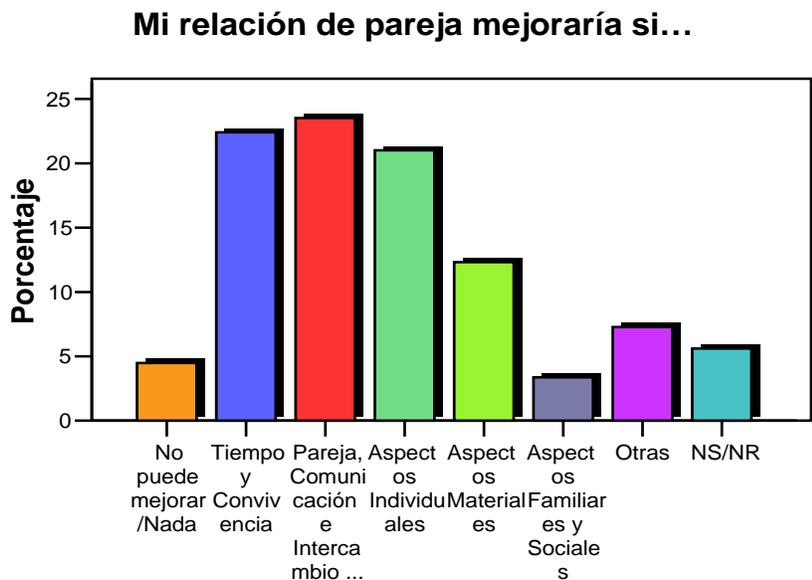
**Tabla No 29. Frecuencias de respuestas en las categorías****Mi relación de pareja mejoraría si...**

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	No puede mejorar /Nada	16	4,5
	Tiempo y Convivencia	80	22,4
	Pareja, Comunicación e Intercambio Emocional	84	23,5
	Aspectos Individuales	75	21,0
	Aspectos Materiales	44	12,3
	Aspectos Familiares y Sociales	12	3,4
	Otras	26	7,3
	NS/NR	20	5,6
	Total	357	100,0

Se calculó el índice de fiabilidad de Kappa Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.922.

Como observamos en la distribución, los participantes echan de menos fundamentalmente tres cosas: más tiempo para la convivencia, una mejor comunicación e intercambio emocional y ciertos cambios en rasgos personales propios o del otro. Secundariamente, los aspectos materiales también parecen ser importantes para un número relevante de personas, como vemos en el siguiente gráfico.

**Gráfica No 14. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta**



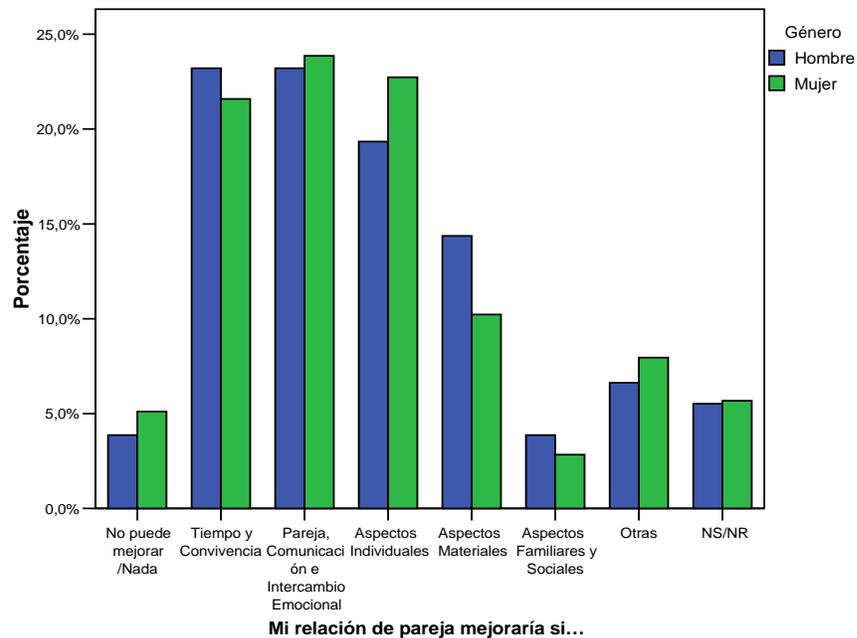
En relación con las diferencias de género, la siguiente tabla las recoge:

**Tabla No 30. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
Mi relación de pareja mejoraría si...	No puede mejorar/Nada	43,8%	56,3%	100,0%
	Tiempo y Convivencia	52,5%	47,5%	100,0%
	Pareja, Comunicación e Intercambio Emocional	50,0%	50,0%	100,0%
	Aspectos Individuales	46,7%	53,3%	100,0%
	Aspectos Materiales	59,1%	40,9%	100,0%
	Aspectos Familiares y Sociales	58,3%	41,7%	100,0%
	Otras	46,2%	53,8%	100,0%
	NS/NR	50,0%	50,0%	100,0%

La prueba chi-cuadrado ofreció un valor de 2,66, que resultó no ser estadísticamente significativo ( $p=0.915$ ) lo que indica que no existe relación entre el género y las opiniones de los participantes.

**Gráfica No 15. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



A pesar de ello, y como vemos en el gráfico anterior, los hombres parecen ubicarse en mayor medida en mejoras de aspectos de tipo material, las mujeres algo más en aspectos relacionados con características y rasgos personales. Las diferencias en el resto de categorías prácticamente no existen.

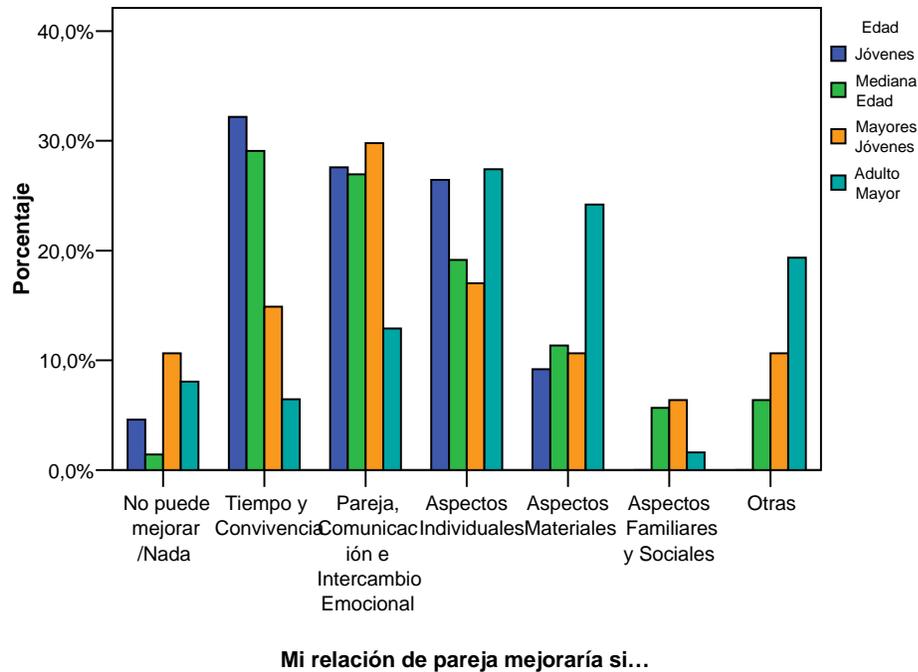
Ello no ocurre, sin embargo, cuando examinamos las diferencias en función de la edad, que se expresan en la siguiente tabla:

Tabla No 31. Frecuencias en relación con la edad

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Mi relación de pareja mejoraría si...	No puede mejorar /Nada	25,0%	12,5%	31,3%	31,3%	100,0%
	Tiempo y Convivencia Pareja,	35,0%	51,3%	8,8%	5,0%	100,0%
	Comunicación e Intercambio Emocional	28,6%	45,2%	16,7%	9,5%	100,0%
	Aspectos Individuales	30,7%	36,0%	10,7%	22,7%	100,0%
	Aspectos Materiales	18,2%	36,4%	11,4%	34,1%	100,0%
	Aspectos Familiares y Sociales		66,7%	25,0%	8,3%	100,0%
	Otras		34,6%	19,2%	46,2%	100,0%
	NS/NR	15,0%	40,0%	30,0%	15,0%	100,0%

Estas diferencias alcanzaron un valor chi-cuadrado de 65,9, lo que resultó ser estadísticamente significativo a un nivel  $p < 0,000$ . Claramente, nos indica que sí existe una relación entre la frecuencia de las diferentes categorías y los grupos de edad, relación que se observa mejor en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 16. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Las diferencias parecen situarse en prácticamente todas las categorías. Así, a mayor edad menos mención al tiempo y la convivencia, y más respuestas del tipo 'no puede mejorar nada. En las restantes categorías, parece que es el grupo más mayor quién se diferencia del resto: mencionan con mucha mayor frecuencia aspectos de tipo material, y con mucha menor frecuencia aspectos de comunicación e intercambio emocional con su pareja. ,

Tercera pregunta relacionada con el presente.

*Gracias a mi relación de pareja puedo.....*

La categorización de esta pregunta dio como resultado seis categorías, que describimos a continuación:

- *Aspectos emocionales:* En esta categoría se agruparon aquellas respuestas relacionadas con la forma en que sentían las personas con respecto a su relación de pareja, que involucraban una emocionalidad y afectividad personal, aspectos como: *querer y ser querido, dar y recibir cariño.*
- *Aspectos de pareja:* recopila información a cerca de conocer la vida en pareja, las representaciones encaminadas a la convivencia diaria y lo que significa para ellos, como son: *contar con apoyo, estabilidad, compartir.*
- *Proyectos y familia:* en ella se clasifican la edificación en el tiempo de algunos procesos, los aspectos que se han ido construyendo y que si no hubiesen vivido no podrían contar con ellos, como: *disfrutar de hijos, nietos, proyectos de familia.*
- *Aspectos personales:* en esta categoría se tuvieron en cuenta aspectos que han transformado o repercuten directamente en la forma de ser de cada persona, como: *sentirme útil, conocerme mejor a mí misma, desarrollarme personalmente.*
- Otros: existían preguntas que no podrían ser generalizables a otras categorías por ser muy individuales así que se dejaron aquí aspectos como: llevar un anillo que me regalo, ser socio del Barcelona.
- No sabe, no responde.

Las frecuencias de cada una de las anteriores categorías se pueden observar en la siguiente tabla:

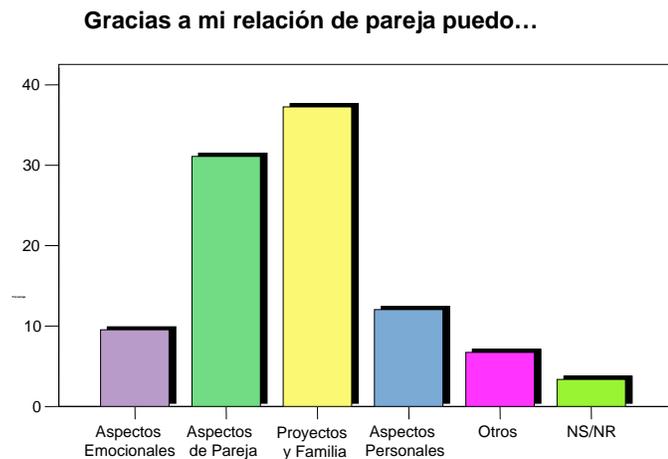
**Tabla No 32. Frecuencias de respuestas en las categorías  
Gracias a mi relación de pareja puedo...**

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Aspectos Emocionales	34	9,5
	Aspectos de Pareja	111	31,1
	Proyectos y Familia	133	37,3
	Aspectos Personales	43	12,0
	Otros	24	6,7
	NS/NR	12	3,4
	Total	357	100,0

Se obtuvo el índice de Kappa de Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un valor de 0,931.

La representación gráfica de las frecuencias da como resultado el siguiente gráfico:

**Gráfica No 17. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta**



En el gráfico podemos observar como dos categorías acumulan la mayor parte de respuestas. Así, la relación de pareja proporciona la posibilidad de contar con proyectos y tener una familia (37%), seguido de poder contar con aspectos de pareja (31,1%) como contar con un apoyo, tener a alguien. Le siguen en su orden los aspectos personales (12%) como sentirse útil, conocerse mejor a sí mismo, aprender a saber lo que se quiere. Y con menos relevancia se encuentran los aspectos emocionales (9,5) con aspectos como querer y ser querido y entender el sentimiento del amor al igual que otras respuestas variadas (6,7%) como llevar un anillo que me regalo.

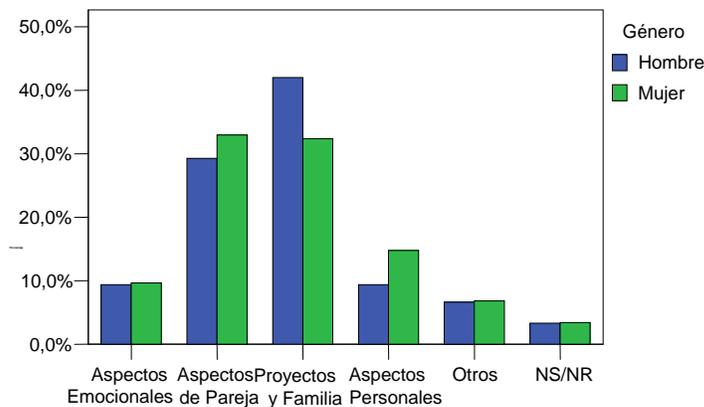
En relación con la distribución de frecuencias en función del género, en esta tabla podemos ver las diferencias existentes entre hombres y mujeres para cada una de las categorías:

**Tabla No 33. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
Gracias a mi relación de pareja puedo...	Aspectos Emocionales	50,0%	50,0%	100,0%
	Aspectos de Pareja	47,7%	52,3%	100,0%
	Proyectos y Familia	57,1%	42,9%	100,0%
	Aspectos Personales	39,5%	60,5%	100,0%
	Otros	50,0%	50,0%	100,0%
	NS/NR	50,0%	50,0%	100,0%

De la prueba chi-cuadrado resultó un valor de 4,76, que no fue significativo desde el punto de vista estadístico ( $p=0,447$  y un nivel de significación de 5% nos indica que no existe relación significativa entre el género y las opiniones de los participantes).

**Gráfica No 18. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



**Gracias a mi relación de pareja puedo...**

Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, en los datos numéricos existen leves diferencias que se presentan aquí, al tener en cuenta las diversas opiniones dadas por hombres y mujeres sin tener en cuenta diferencias de edad, se encuentra que existen diferencias en la categoría "proyectos y familia", en donde son los hombres quienes dan mayor importancia a este aspecto. En cuanto a aspectos de pareja y personales existe una diferencia no muy marcada siendo más relevante para las mujeres.

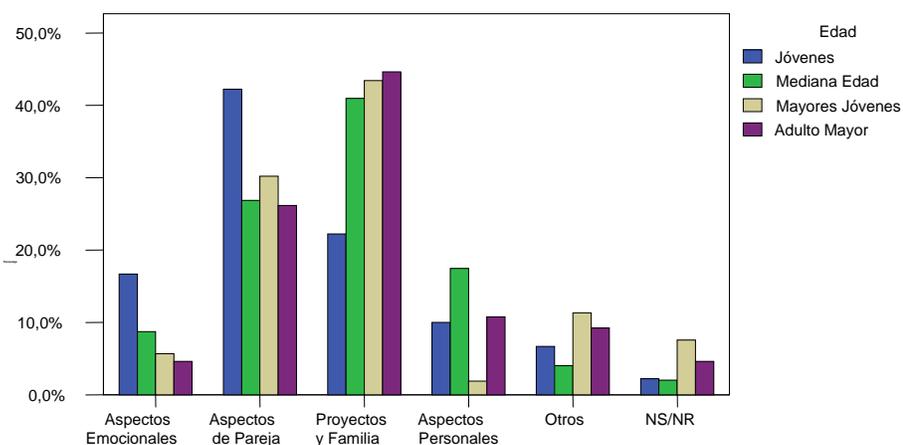
Si se tiene en cuenta la edad, las diferencias aparecen más claramente, como se observa en la siguiente tabla:

**Tabla No 34. Análisis de frecuencias en relación con la edad**

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Gracias a mi relación de pareja puedo...	Aspectos Emocionales	44,1%	38,2%	8,8%	8,8%	100,0%
	Aspectos de Pareja	34,2%	36,0%	14,4%	15,3%	100,0%
	Proyectos y Familia	15,0%	45,9%	17,3%	21,8%	100,0%
	Aspectos Personales	20,9%	60,5%	2,3%	16,3%	100,0%
	Otros	25,0%	25,0%	25,0%	25,0%	100,0%
	NS/NR	16,7%	25,0%	33,3%	25,0%	100,0%

La prueba chi-cuadrado ofreció un valor de 36,51, que resultó significativo estadísticamente ( $p < 0,001$ ). La fuente de esas diferencias se aprecia mejor en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 19. Porcentaje de personas según la edad, que se ubican en cada categoría de la pregunta**



**Gracias a mi relación de pareja puedo...**

Como se puede observar, las mayores diferencias se encuentran entre los más jóvenes y los mayores de 30 años. Entre los más jóvenes, los aspectos de pareja relacionados con el compartir y el apoyo mutuo son los fundamentales, mientras que pasados los treinta años, este aspecto se atenúa algo a favor de respuestas relacionadas con los proyectos comunes y la familia.

De manera similar, las respuestas que se incluyen dentro de los aspectos emocionales son cada vez menos mencionadas a medida que la edad de los participantes aumenta.

La cuarta pregunta de la dimensión presente es:

*Mi relación de pareja hace que no pueda...*

Las respuestas a esta frase incompleta se agruparon en seis categorías, cuya descripción y ejemplos característicos se encuentran a continuación:

- *No hay impedimentos*: aquí se clasifican las respuestas donde no se perciben renuncias como: *no hay ningún impedimento, nada, puedo hacerlo todo, no es mi situación, prohibirme de hacer nada.*
- *Dependencia e independencia*: se clasifican aspectos de renuncias como: *Libertad, tener tanto tiempo personal, dedicar tiempo a aficiones.*
- *Relaciones sociales*: aspectos como: *salir con amigos, cultivar amistades, familia, estar siempre con mis hijos, ver tanto a los nietos como quisiera.*
- *Comportarme incorrectamente*: hace referencia a: *no poder ir por mal camino, liarme con nadie, saltarme los horarios, levantar la voz.*
- *No sabe, no responde*
- *Otros*: caben particularidades como: *trabajar, son muchos años ya, viajes, pasar de vivir en la ciudad, ver el mundo.*

**Tabla No 35. Frecuencias de respuestas en las categorías de la pregunta**

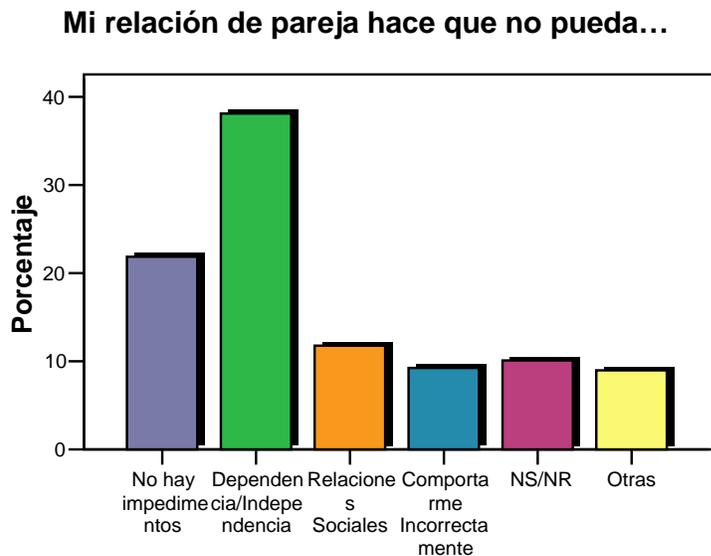
**Mi relación de pareja hace que no pueda...**

	Frecuencia	Porcentaje
Válidos No hay impedimentos	78	21,8
Dependencia/ Independencia	136	38,1
Relaciones Sociales	42	11,8
Comportarme Incorrectamente	33	9,2
NS/NR	36	10,1
Otras	32	9,0
Total	357	100,0

Se calculó el índice de fiabilidad de Kappa Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.945

Como se puede observar en el siguiente gráfico, la categoría más mencionada fue aquella que recogía respuestas relacionadas con la independencia personal. Así, muchos de nuestros participantes percibían la relación de pareja como algo que, de impedir cosas, impedía tener una total libertad. Tras esta categoría se sitúan aquellos que mencionan que la relación de pareja no impide nada.

**Gráfica No 20. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Respecto a las diferencias de género, se pueden observar en la siguiente tabla para cada una de las categorías:

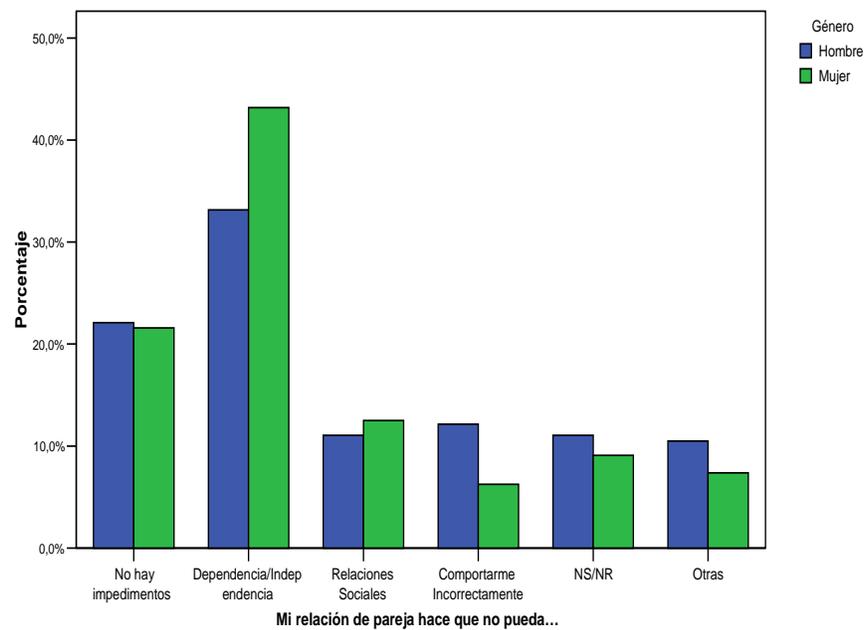
**Tabla No 36. Frecuencias en relación con el género**

	Género		Total
	Hombre	Mujer	
Mi relación de pareja hace que no pueda... No hay impedimentos	51,3%	48,7%	100,0%
Dependencia/Independencia	44,1%	55,9%	100,0%
Relaciones Sociales	47,6%	52,4%	100,0%
Comportarme Incorrectamente	66,7%	33,3%	100,0%
NS/NR	55,6%	44,4%	100,0%
Otras	59,4%	40,6%	100,0%

De la prueba chi-cuadrado resultó un valor de 7,2, que no alcanzó significación estadística ( $p=0.206$ ), lo que indica que no existe relación significativa entre el género y las opiniones de los participantes.

En el siguiente gráfico se observan las diferencias existentes.

**Gráfica No 21. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, en los datos numéricos existen leves diferencias que se presentan aquí, las mujeres sienten que su relación de pareja les impide ser independientes por encima de los hombres, aunque esta categoría es la más relevante para los dos géneros. Hombres y mujeres de nuestra muestra mencionan con prácticamente igual frecuencia que la pareja no implica ningún impedimento, siendo esta la segunda categoría más importante para los dos. La relación de pareja como impedimento para comportarse incorrectamente es más mencionado en hombres que en las mujeres.

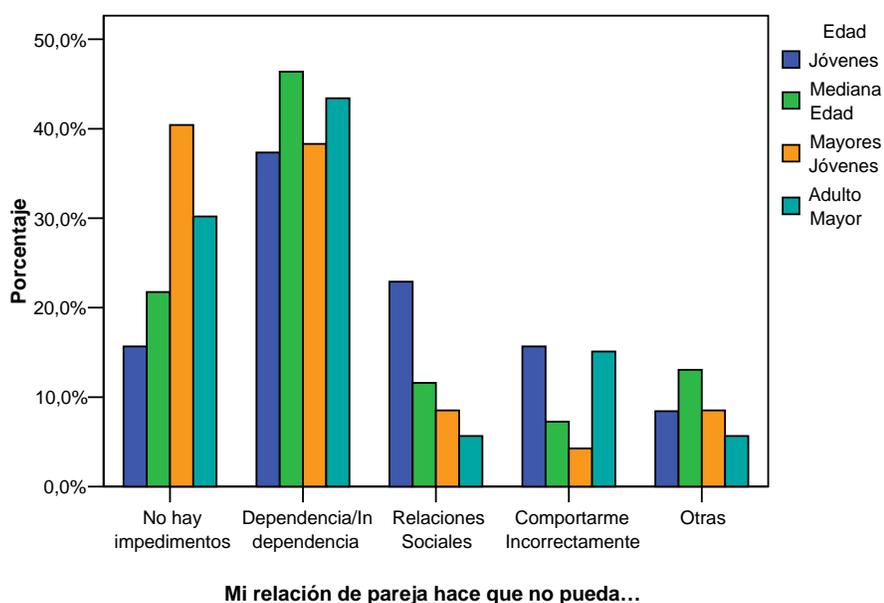
En cuanto a las diferencias en función de la edad, estas aparecen mucho más acusadas, como se puede observar en la siguiente tabla:

Tabla No 37. Frecuencias en relación con la edad

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Mi relación de pareja hace que no pueda...	No hay impedimentos	16,7%	38,5%	24,4%	20,5%	100,0%
	Dependencia/In dependencia	22,8%	47,1%	13,2%	16,9%	100,0%
	Relaciones Sociales	45,2%	38,1%	9,5%	7,1%	100,0%
	Comportarme Incorrectamente	39,4%	30,3%	6,1%	24,2%	100,0%
	NS/NR	19,4%	30,6%	16,7%	33,3%	100,0%
	Otras	21,9%	56,3%	12,5%	9,4%	100,0%

La prueba chi-cuadrado arrojó un valor de 34,93, que alcanzó la significación estadística ( $p < 0.01$ ). Estas diferencias asociadas a la edad pueden verse de manera más clara en el siguiente gráfico

Gráfica No 22. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta



Así, mientras que en la categoría dominante, 'Dependencia/Independencia', las diferencias en función de la edad son relativamente pocas, estas crecen en el resto de categorías. Por ejemplo, a medida que aumenta la edad, cada vez más son las personas que dicen no que su pareja no les impide hacer nada (aunque esta tendencia se recorta en el caso de los más mayores). En cambio, entre los más jóvenes, hay más menciones a impedimentos en la relación social como aspecto vinculado a las relaciones de pareja.

La categoría 'Comportarme incorrectamente' seguía una tendencia particular, en forma de U invertida: son los más jóvenes y los más mayores los que la mencionan en mayor número. En el caso de los jóvenes las respuestas tenían que ver con ciertos excesos o rupturas de la fidelidad, mientras que en los mayores las respuestas tenían que ver con aspectos relativos a la salud (salirse de la dieta, fumar, etc.).

#### Análisis general del presente

En conclusión general las cuatro preguntas que hacen alusión a aspectos relacionados con el presente de la relación destacan la convivencia, el dar y recibir, el compartir como aspectos fundamentales, por encima de otros, como la expresión de un afecto o sentimiento, que, aun estando también presente en las respuestas de las personas de muestra, lo está en menor grado. Estas expresiones emocionales son particularmente frecuentes entre los más jóvenes, para pasar luego a estar cada vez menos presentes en las respuestas de muestras de mayor edad.

Así, la convivencia y el compartir son las respuestas más frecuentemente asociadas al significado de la relación de pareja y se perciben como beneficios importantes de esta relación. Entre estos beneficios también destaca la realización de proyectos conjuntos (p.e. formación de una familia), elemento este que es especialmente destacado a medida que las personas son más mayores.

Entre los costes de la relación de pareja, se menciona un cierto recorte de la libertad e independencia personal, aunque es destacable como también muchas personas (un quinto de la muestra) mencionan explícitamente que no existe nada que la relación de pareja les impida hacer.

Al igual que en las respuestas a estímulos dirigidos al pasado, las diferencias entre hombres y mujeres son, en general, muy poco significativas.

### 6.2.3. Dimensión temporal futura

La primera pregunta que indagaba las perspectivas de futuro de la pareja fue la siguiente:

#### *En el futuro mi relación de pareja...*

Las respuestas obtenidas se agruparon en siete categorías, que se exponen a continuación:

- *Continuidad*: En esta categoría se encuentran aspectos de no terminar la relación, o de que siga en las mismas condiciones que en el presente. Algunos ejemplos son los siguientes: *espero que no se deteriore, será igual que ahora, seguirá, será duradera, para toda la vida, estabilidad.*
- *Mejoras y nuevos planes*: en ella se incluyen respuestas que hacen referencia a cambios que implican mejoras o crecimiento de la relación o de los beneficios que se obtienen de ella. Ejemplos son los siguientes: *crear una familia, será mejor, se solidificará, seguirá evolucionando, será más madura, aportará cosas nuevas, me llenará más, será más larga, contará con más experiencia.*
- *Deterioro y Aspectos Negativos*: en ella se han agrupado las visiones fatalistas y de no continuidad como por ejemplo: *se acabará, empeorará, no funcionará, nefasta, será más monótona.*
- *Incertidumbre*: se clasifican aspectos como: *no lo sé, no se hacia donde irá, Dios dirá, indecisa.*

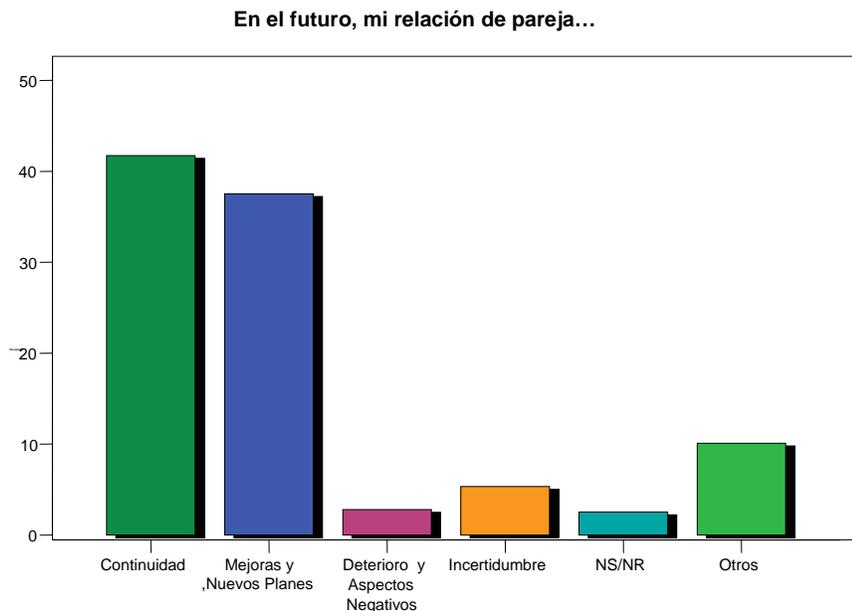
- Otros: Clasifica respuestas muy individuales y no generalizables: *paz, se basara menos en la pasión, es ser tres, no pienso en el futuro. .*
- *No sabe/No responde.*

**Tabla No 38. Frecuencias de respuestas en las categorías de**  
**En el futuro, mi relación de pareja...**

	Frecuencia	Porcentaje
Válidos Continuidad	149	41,7
Mejoras y Nuevos Planes	134	37,5
Deterioro y Aspectos Negativos	10	2,8
Incertidumbre	19	5,3
NS/NR	9	2,5
Otros	36	10,1
Total	357	100,0

Se calculo el índice de fiabilidad de Kappa Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.871. Además de en la tabla anterior, la representación de las frecuencias de cada categoría se puede observar en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 23. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Como vemos, la gran mayoría de respuestas se agrupan en las dos primeras categorías. Las personas en general esperan que en el futuro su relación de pareja tenga continuidad (47% de respuestas), seguida de mejoras y nuevos planes con un 37.5%. Otros aspectos menos relevantes son la incertidumbre con el 5.3% y otros como pasará a otro estado y sin ninguna importancia se encuentra el deterioro y aspectos negativos con un 2.8%.

En relación al género, las respuestas en cada una de las categorías se distribuyen de acuerdo a la siguiente tabla:

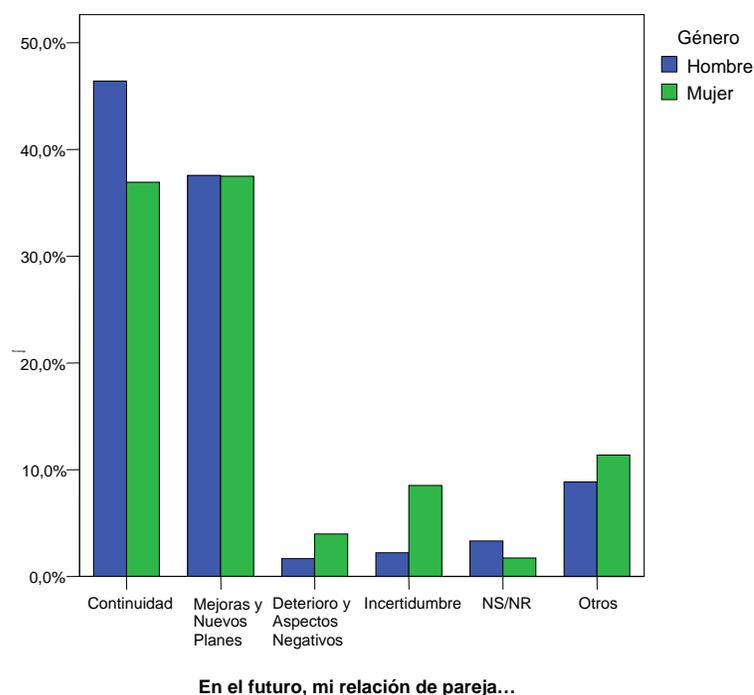
**Tabla No 39. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
En el futuro, mi relación de pareja...	Continuidad	56,4%	43,6%	100,0%
	Mejoras y Nuevos Planes	50,7%	49,3%	100,0%
	Deterioro y Aspectos Negativos	30,0%	70,0%	100,0%
	Incertidumbre	21,1%	78,9%	100,0%

NS/NR	66,7%	33,3%	100,0%
Otros	44,4%	55,6%	100,0%

La prueba chi-cuadrado ofreció un valor de 11,8, que resultó ser significativo a un nivel  $p < 0,05$ . Es decir, hombres y mujeres parecían mencionar aspectos diferentes en esta pregunta. En el siguiente gráfico se puede observar donde aparecen esas diferencias:

**Gráfica No 24. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Se aprecia como, básicamente, los hombres mencionan en mayor medida respuestas asociadas a la continuidad de la relación, a seguir como se está. Por el contrario, las mujeres mencionan más respuestas ligadas a la incertidumbre y al deterioro, aunque pese a ello estas categorías en ellas siguen siendo minoritaria.

Las respuestas que implican mejoras y nuevos planes no presentan diferencias.

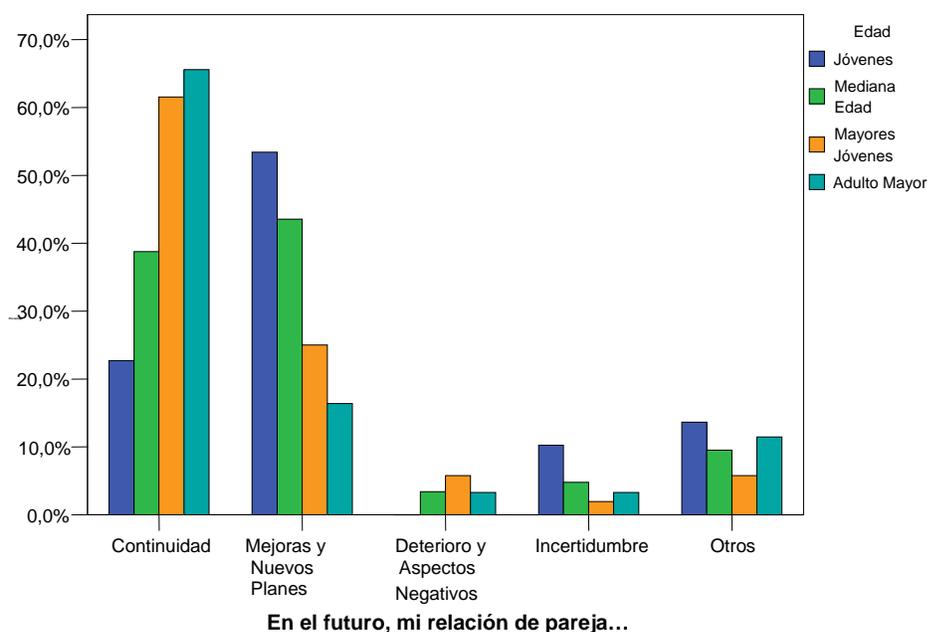
Respecto a la edad, la distribución de las respuestas se observar en la siguiente tabla:

**Tabla No 40. Frecuencias en relación con la edad**

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
En el futuro, mi relación de pareja...	Continuidad	13,4%	38,3%	21,5%	26,8%	100,0%
	Mejoras y Nuevos Planes	35,1%	47,8%	9,7%	7,5%	100,0%
	Deterioro y Aspectos Negativos		50,0%	30,0%	20,0%	100,0%
	Incertidumbre	47,4%	36,8%	5,3%	10,5%	100,0%
	NS/NR	22,2%	22,2%	11,1%	44,4%	100,0%
	Otros	33,3%	38,9%	8,3%	19,4%	100,0%

El resultado de la prueba chi-cuadrado ofreció un valor de 52,65, que resultó ser estadísticamente significativo ( $p < 0,01$ ), lo que indica que existen diferencias en las respuestas obtenidas por los diferentes grupos de edad. Estas diferencias se pueden apreciar mejor en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 25. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Vemos como, claramente, las dos categorías mayoritarias tienen a seguir trayectorias contrarias en función de la edad. Mientras las menciones a las mejoras futuras son mayoritarias en los grupos más jóvenes, caen a medida que aumenta la edad. Por el contrario, las menciones a la continuidad van creciendo a medida que se envejece. En el resto de categorías, destacan las alusiones a la incertidumbre, que son especialmente numerosas entre los menores de 30 años.

La segunda pregunta de esta dimensión de futuro fue la siguiente:

*Cuando seamos más mayores me gustaría....*

Las respuestas a esta pregunta se agruparon en seis grandes categorías:

- *Continuidad en el tiempo*: En esta categoría se clasifican aspectos que implican que la relación se mantenga, la ausencia de ruptura. Respuestas típicas son las siguientes: *continuar juntos, no separarnos*.

- *Aspectos negativos*: hace referencia a deseos en negativo, como por ejemplo: *malos presagios, que nos distanciemos un poco, aburrirme y terminar con él.*
- *Aspectos materiales y económicos*: en ella se encuentran todas las respuestas relacionadas con la economía, compras y adquisiciones materiales: *comprar un piso, tener un buen nivel de vida.*
- *Envejecimiento juntos*: clasifica todas las respuestas que aluden al transcurrir de la vida juntos, con referencia expresa al proceso de envejecimiento o a hitos claramente asociados con edades avanzadas: *envejecer juntos, ver a nuestros nietos crecer.*
- *Otros*: clasifica respuestas difícilmente clasificables como por ejemplo: *hemos vivido hasta ahora, que nos gustara lo mismo, hacer todas las cosas que aun no he podido hacer.*
- *No sabe/No responde*

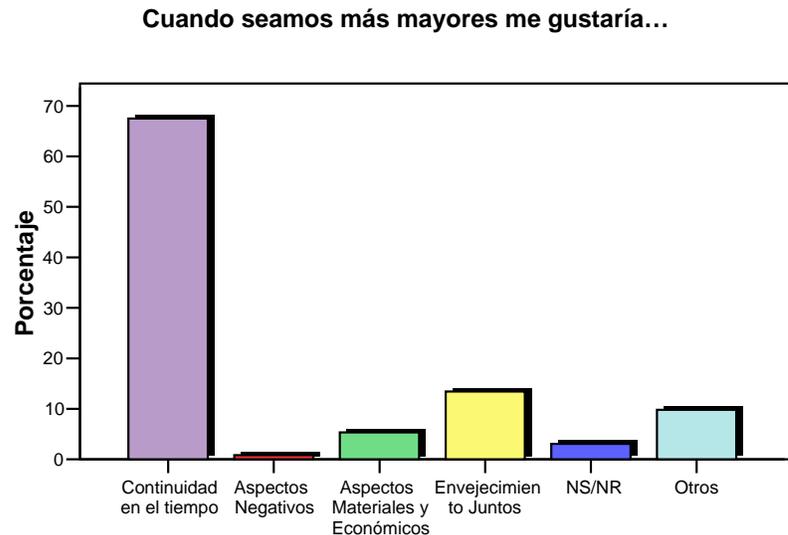
**Tabla No 41. Frecuencias de respuestas en las categorías de**

**Cuando seamos más mayoresme gustaría...**

	Frecuencia	Porcentaje
Válidos Continuidad en el tiempo	241	67,5
Aspectos Negativos	3	,8
Aspectos Materiales y Económicos	19	5,3
Envejecimiento Juntos	48	13,4
NS/NR	11	3,1
Otros	35	9,8
Total	357	100,0

Se calculo el índice de fiabilidad de Kappa Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.903. Las frecuencias de respuesta por categoría se expresan también en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 26. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Como vemos, la primera categoría, que hace referencia a la continuidad de la relación, agrupa a prácticamente el 70% de las respuestas totales. Le sigue, con algo más del 10%, una segunda categoría muy relacionada (y que implica también, aunque expresado de manera diferente, esa misma continuidad), envejecer junto. El resto de categorías apenas aparecen.

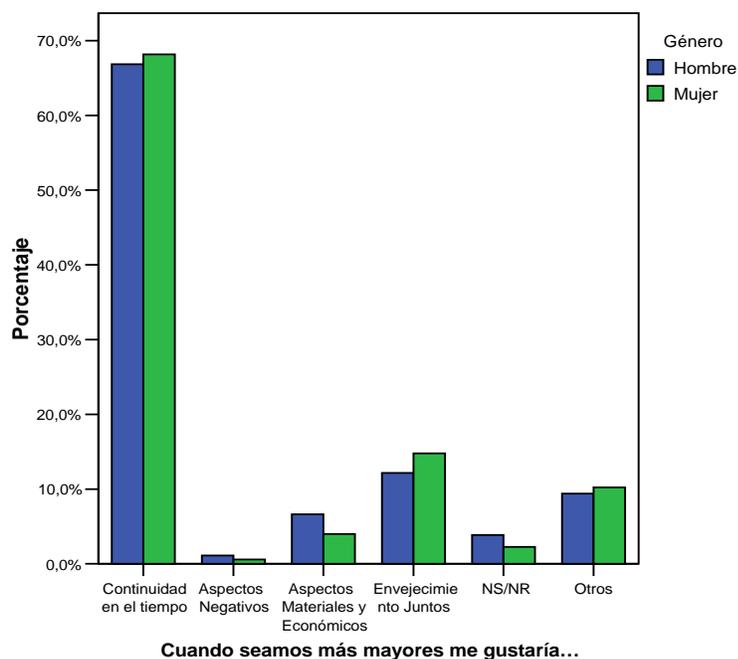
En relación con el género, la distribución de las respuestas en cada una de las categorías se puede observar en la siguiente tabla:

**Tabla No 42. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
Cuando seamos más mayores me gustaría...	Continuidad en el tiempo	50,2%	49,8%	100,0%
	Aspectos Negativos	66,7%	33,3%	100,0%
	Aspectos Materiales y Económicos	63,2%	36,8%	100,0%
	Envejecimiento Juntos	45,8%	54,2%	100,0%
	NS/NR	63,6%	36,4%	100,0%
	Otros	48,6%	51,4%	100,0%

Tras realizar la prueba de chi-cuadrado (de la que resultó un valor de 2,76), se constató que las diferencias existentes entre hombres y mujeres no alcanzaban la significación estadística. Esta diferencia mínima también se puede apreciar en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 27. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



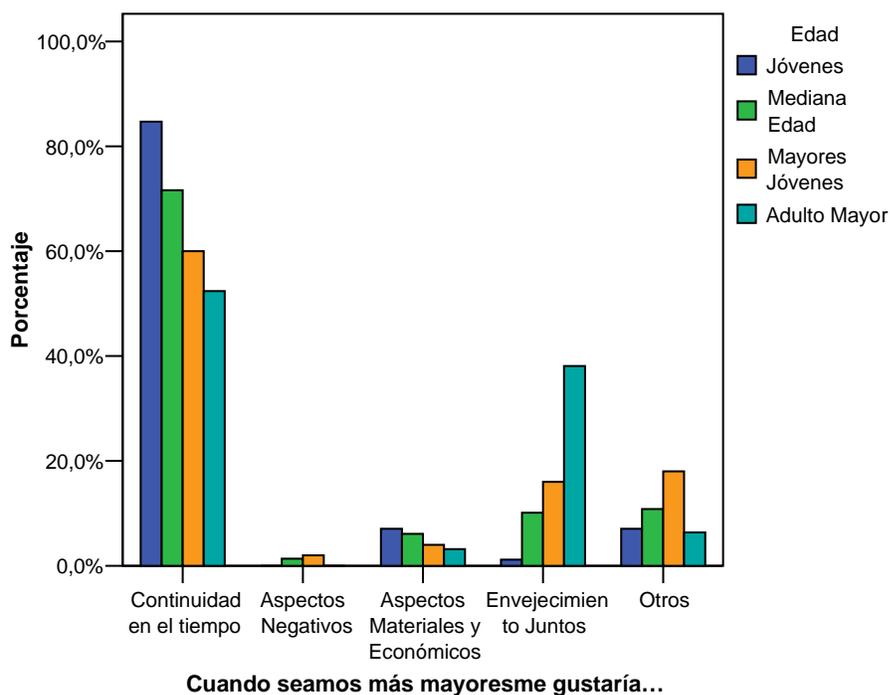
Sin embargo, en relación con la edad las diferencias parecían ser mayores, como vemos en la siguiente tabla:

Tabla No 43. Frecuencias en relación con la edad

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Cuando seamos más mayores me gustaría...	Continuidad en el tiempo	29,9%	44,0%	12,4%	13,7%	100,0%
	Aspectos Negativos		66,7%	33,3%		100,0%
	Aspectos Materiales y Económicos	31,6%	47,4%	10,5%	10,5%	100,0%
	Envejecimiento Juntos	2,1%	31,3%	16,7%	50,0%	100,0%
	NS/NR	45,5%	9,1%	27,3%	18,2%	100,0%
	Otros	17,1%	45,7%	25,7%	11,4%	100,0%

La prueba chi-cuadrado arrojó un valor de 58,40, que resultó ser estadísticamente significativo con un nivel  $p < 0,001$ ). Las diferencias se observan mejor en el siguiente gráfico:

Gráfica No 28. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta



Se aprecia que existen diferencias significativas en cuanto a continuidad en el tiempo, siendo este tipo de respuestas más relevante en los grupos más jóvenes y perdiendo fuerza (aunque siempre es mayoritaria) en los más mayores.

En estos grupos más mayores (y, en especial, entre los mayores de 60), adquiere particular importancia la referencia al 'envejecer juntos', es decir, al proceso o tareas relacionadas con el envejecimiento como experiencias que se quieren vivir y disfrutar en pareja..

La tercera pregunta del futuro es:

Lo que me preocupa de nuestro futuro es:

La tercera pregunta relacionada con aspectos del futuro generó respuestas que se agruparon en siete categorías:

- *Pérdidas*: hace relación aspectos relacionados con la ruptura de la pareja o la alusión pérdidas genéricas. Algunos ejemplos son los siguientes: *el que se acabe, que pueda romperse, el que no funcione, pierda el tiempo, no poder vivir juntos.*
- *Aspectos familiares*: incluye dimensiones de proyección familiar como: *ser buenos padres, mantener calidad de vida familiar, tener hijos, disfrutar la vida familiar.*
- *Aspectos materiales*: hace relación a elementos de tipo económico o vinculados al dinero y al nivel de vida: *el trabajo, dinero, la vivienda, la compra del piso, economía y gastos, aspectos laborales, llegar a fin de mes, es que gasta cuando gana.*
- *Aspectos de pareja*: relacionado con la vida cotidiana, el compartir o la compatibilidad entre los miembros de la pareja. Algunos ejemplos son los

siguientes: *el tiempo compartido, el estilo de vida de cada uno, si nos llevaremos bien, es nuestra convivencia, apoyarnos, consolidar la convivencia.*

- *Salud y ciclo vital:* en esta categoría se han incluido respuestas relacionadas con la enfermedad y el bienestar físico y sus amenazas, incluidas las referencias a la muerte: *nos acompañe la salud, la vejez, estar enfermo y no poder hacer cosas, que se muera el antes que yo, no los tengan que cuidar, las incapacidades.*
- *No me lo planteo:* agrupa aquellas respuestas que responden la pregunta diciendo que no lo han pensado o no quieren pensarlo: *Ahora no me preocupa mi futuro, no lo sabré hasta que llegue, nada, lo dejo para cuando pase.*
- *Otros:* incluye respuestas difícilmente clasificables en el resto de categorías, como por ejemplo: *el entorno, el futuro, dejar de fumar, los hechos inesperados de la vida.*

En la siguiente tabla se observa el porcentaje de mención a cada una de las categorías:

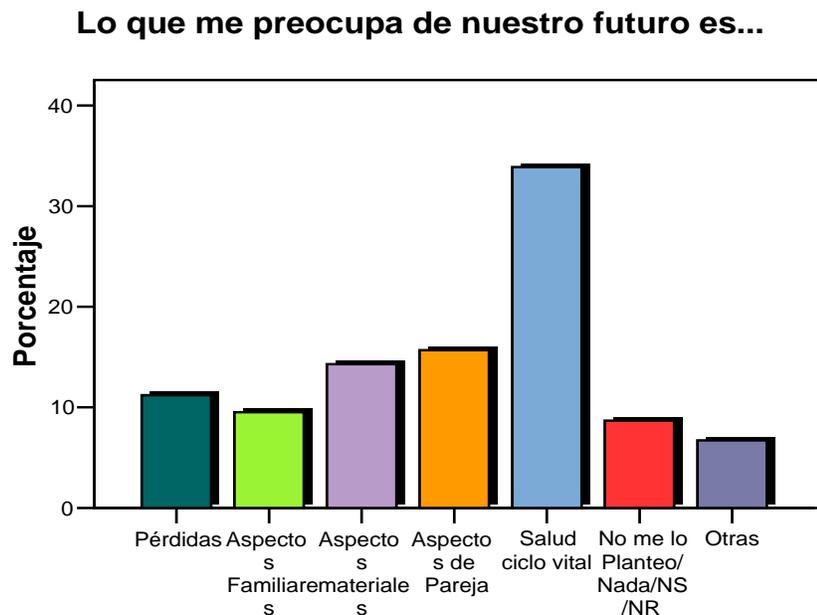
**Tabla No 44. Frecuencias de las categorías de**

**Lo que me preocupa de nuestro futuro es...**

	Frecuencia	Porcentaje
Válidos Pérdidas	40	11,2
Aspectos Familiares	34	9,5
Aspectos materiales	51	14,3
Aspectos de Pareja	56	15,7
Salud ciclo vital	121	33,9
No me lo Planteo/Nada/NS/NR	31	8,7
Otras	24	6,7
Total	357	100,0

Se calculó el índice de fiabilidad de Kappa de Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.913. Se observa como la categoría que recibe más respuestas es 'Salud y ciclo vital', seguida por las alusiones a preocupaciones relacionadas con los aspectos de pareja y los materiales. En el siguiente gráfico se aprecia mejor esta distribución:

**Gráfica No 29. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta**



En relación con el género, en la siguiente tabla se expresa la distrución dentro de cada categoría entre hombres y mujeres:

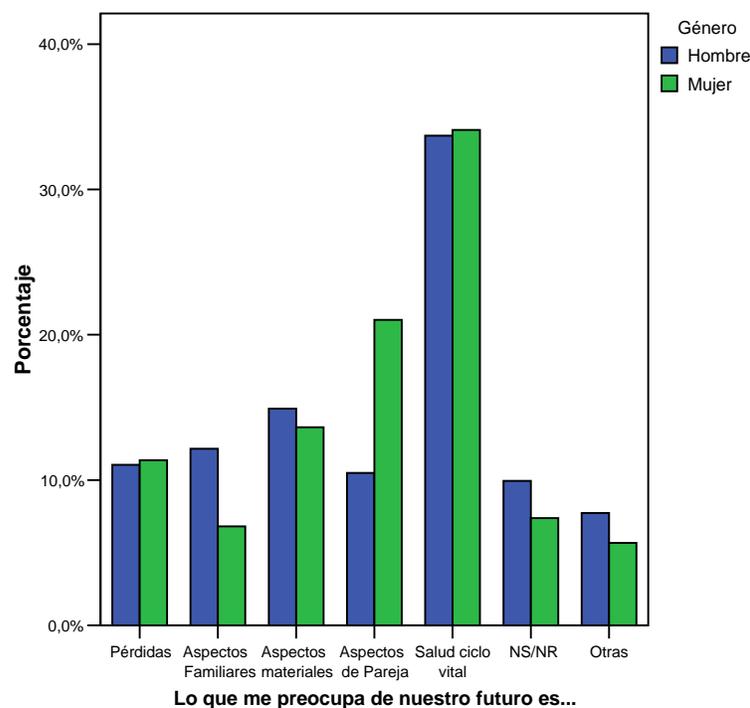
**Tabla No 45. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
Lo que me preocupa de nuestro futuro es...	Pérdidas	50,0%	50,0%	100,0%
	Aspectos Familiares	64,7%	35,3%	100,0%
	Aspectos materiales	52,9%	47,1%	100,0%
	Aspectos de Pareja	33,9%	66,1%	100,0%
	Salud ciclo vital	50,4%	49,6%	100,0%
	NS/NR	58,1%	41,9%	100,0%
	Otras	58,3%	41,7%	100,0%

La prueba chi-cuadrado dio un valor de 10,32, que no resultó ser estadísticamente significativo, lo que indica que no existe relación entre el género y las opiniones de los participantes.

A pesar de ello, en el siguiente gráfico observamos las pequeñas diferencias existentes:

**Gráfica No 30. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, se observa como los hombres parecen dar más importancia a los aspectos familiares, mientras las preocupaciones centradas en la pareja son más frecuentes entre las mujeres. En el resto de categorías, como era de esperar a partir de los resultados de la prueba chi-cuadrado, las diferencias son prácticamente inexistentes.

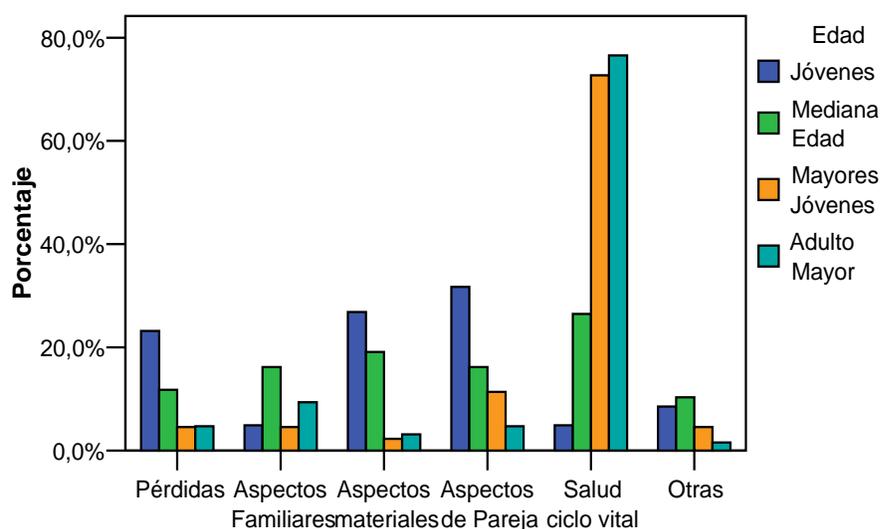
En cuanto a las diferencias asociadas a la edad, estas parecían ser más acusadas, como se puede observar en la siguiente tabla:

**Tabla No 46. Frecuencias en relación con la edad**

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Lo que me preocupa de nuestro futuro es...	Pérdidas	47,5%	40,0%	5,0%	7,5%	100,0%
	Aspectos Familiares	11,8%	64,7%	5,9%	17,6%	100,0%
	Aspectos materiales	43,1%	51,0%	2,0%	3,9%	100,0%
	Aspectos de Pareja	46,4%	39,3%	8,9%	5,4%	100,0%
	Salud ciclo vital	3,3%	29,8%	26,4%	40,5%	100,0%
	NS/NR	25,8%	41,9%	29,0%	3,2%	100,0%
	Otras	29,2%	58,3%	8,3%	4,2%	100,0%

La prueba chi-cuadrado arrojó un valor de 141,3, que resultó ser estadísticamente significativo ( $p < 0,0001$ ), lo que indica la existencia de diferencias acusadas en función de la edad. En el siguiente gráfico se aprecian más claramente estas diferencias:

**Gráfica No 31. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta**



### Lo que me preocupa de nuestro futuro es...

En cuanto a salud y ciclo vital esta es una preocupación que se presenta directamente relacionada con la edad, es decir a mayor edad, mayor preocupación en este aspecto y así se sigue hasta llegar a que los jóvenes son quienes menos se preocupan por ello. Es una preocupación, fundamentalmente, de los dos grupos más mayores, y no es particularmente importante en los menores de 40 años (y no aparece prácticamente en los menos de 30).

En cambio, entre los grupos más jóvenes los aspectos de pareja y los aspectos materiales sí tienen una gran importancia, que se va perdiendo a medida que las personas se hacen mayores. Algo parecido ocurre con la categoría pérdidas, si bien esta es particularmente importante sólo entre los más jóvenes.

### Análisis general del futuro:

En conclusión general las cuatro categorías que hacen alusión a preguntas del futuro pueden decir que las personas se proyectan con su pareja desando continuar y envejecer juntos.

Es un aspecto en el que las diferencias de género prácticamente no existen, pero muy influido por la edad de la persona que responde. En los grupos más mayores las menciones a posibles mejoras tienden a desaparecer, siendo este aspecto de crecimiento mayor entre los jóvenes. Entre los mayores, las amenazas parecen centradas en la salud, mientras que las preocupaciones para los jóvenes son el propio mantenimiento de la pareja y sus cualidades, así como aspectos de tipo material.

#### 6.2.4. Conflictos y resolución de conflictos

La primera pregunta que se realizó sobre este tema fue la siguiente:

##### *Sobre qué temas se discute:*

Las respuestas a esta pregunta se agruparon en ocho categorías, que se exponen a continuación:

- *Aspectos personales:* incluye menciones a comportamientos, hábitos o rasgos de personalidad, de la persona que responde o de la pareja, que causan problemas. Algunos ejemplos son los siguientes: *a veces me encuentro mal y me gustaría que se quedara conmigo, sobre la manera de ser de mi pareja., sobre su gusto por la fiesta.*
- *Aspectos de pareja:* en él se mencionan aspectos globales que tienen que ver con la unión y la manera de llevar la relación, como por ejemplo: *dudas en que lo nuestro puede funcionar, relaciones sexuales, pequeños problemas que nosotros mismos hacemos grandes.*
- *Tiempo y Convivencia:* incluye respuestas en relación al compartir de la vida cotidiana como por ejemplo: *irregularidad del tiempo, tiempo libre, actividades juntos, el tiempo de ocio, responsabilidades domesticas, por las cosas cotidianas de convivencia.*
- *Aspectos sociales/familiares:* incluye menciones a relaciones externas a la pareja (amigos, pero sobre todo familia de cada uno) que causan problemas.

Algunos ejemplos son los siguientes: *como ve ella a mi madre, como llevar las amistades, la familia de cada uno, sus padres, temores sobre otras relaciones, sobre todo por familia política, la sociedad, los hijos.*

- *Aspectos materiales:* incluye alusiones directas a elementos económicos o laborales: *por el trabajo, la economía, el dinero, por los gastos.*
- *No discutimos:* hace referencia a la percepción de ausencia de motivos o temas de discusión o conflicto. Agrupa respuestas como las siguientes: *no discutimos mucho, ningún tema en concreto, poco, solo hemos tenido una discusión en lo que va de la relación, ninguno, por nada, no tenemos conflictos, nunca, no hay desacuerdos.*
- *Otros:* incluye respuestas muy idiosincrásicas o tan generales que son difíciles de clasificar. Algunos ejemplos son los siguientes: *todo tipo de temas, Cataluña, por las plantas.*
- *No sabe, no responde.*

La distribución e importancia relativa de cada categoría se puede observar en la siguiente tabla:

**Tabla No 47. Frecuencias de respuestas en las categorías  
Sobre qué temas se discute**

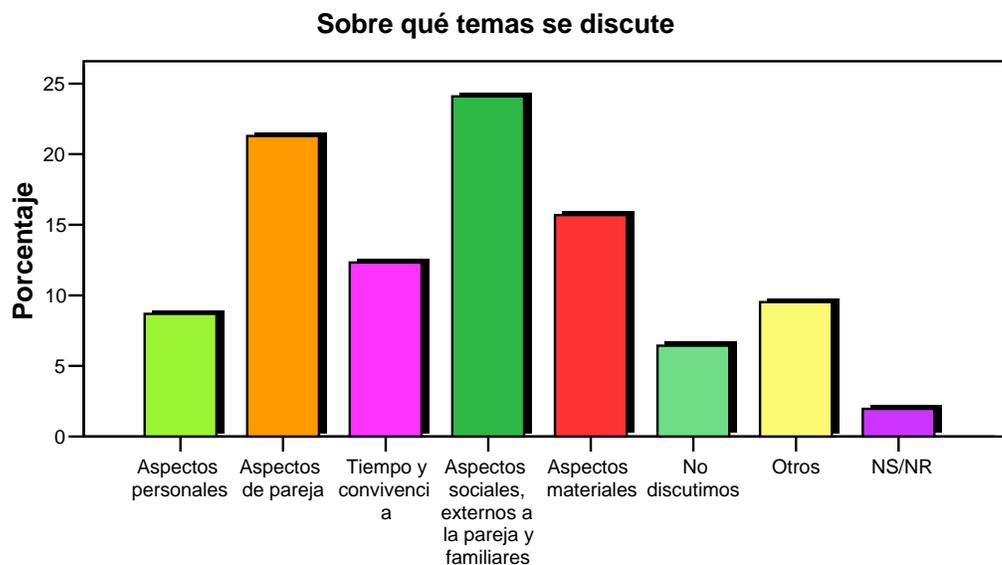
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Aspectos personales	31	8,7
	Aspectos de pareja	76	21,3
	Tiempo y convivencia	44	12,3
	Aspectos sociales	86	24,1
	Aspectos materiales	56	15,7
	No discutimos	23	6,4
	Otros	34	9,5
	NS/NR	7	2,0
	Total	357	100,0

Se calculo el índice de fiabilidad de Kappa Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.913. Se aprecia como los aspectos sociales (las relaciones que la pareja estable con otras personas, y en especial con

el resto de la familia) y los aspectos de pareja son las dos categorías más frecuentes, seguidas por las discusiones por aspectos materiales y por el tiempo y actividades compartidas.

Es de resaltar también como apenas el 6,5% de las personas de nuestra muestra mencionaron no discutir con su pareja. El siguiente gráfico ilustra estos porcentajes:

**Gráfica No 32. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Respecto al género, las diferencias entre hombres y mujeres en cada una de las categorías se muestran en la siguiente tabla:

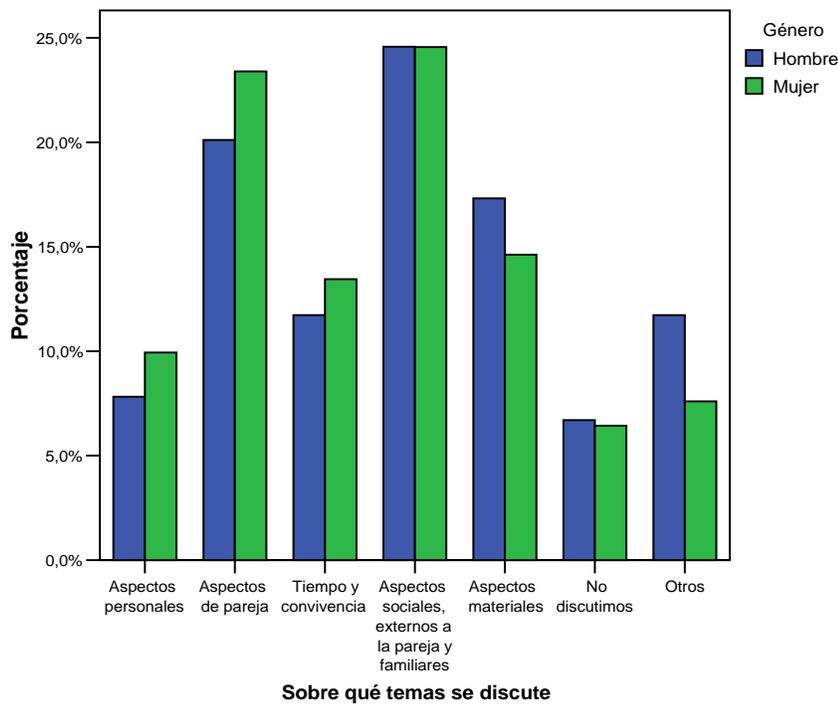
**Tabla No 48. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
Sobre qué temas se discute	Aspectos personales	45,2%	54,8%	100,0%
	Aspectos de pareja	47,4%	52,6%	100,0%
	Tiempo y convivencia	47,7%	52,3%	100,0%
	Aspectos sociales, externos a la pareja y familiares	51,2%	48,8%	100,0%
	Aspectos materiales	55,4%	44,6%	100,0%
	No discutimos	52,2%	47,8%	100,0%
	Otros	61,8%	38,2%	100,0%

La prueba chi-cuadrado dio un resultado de 4.42, que no fue estadísticamente significativo. Esto indica que no existe relación entre el género y las opiniones de los participantes.

A pesar de ello, la distribución de respuestas en función del género se aprecia en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 33. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, en los datos numéricos existen leves diferencias. Los hombres dan más relevancia como tema de discusión a los aspectos materiales, mientras que en las mujeres los aspectos personales, de pareja y el tiempo compartido parecen ser ligeramente más frecuentes como tema de discusión.

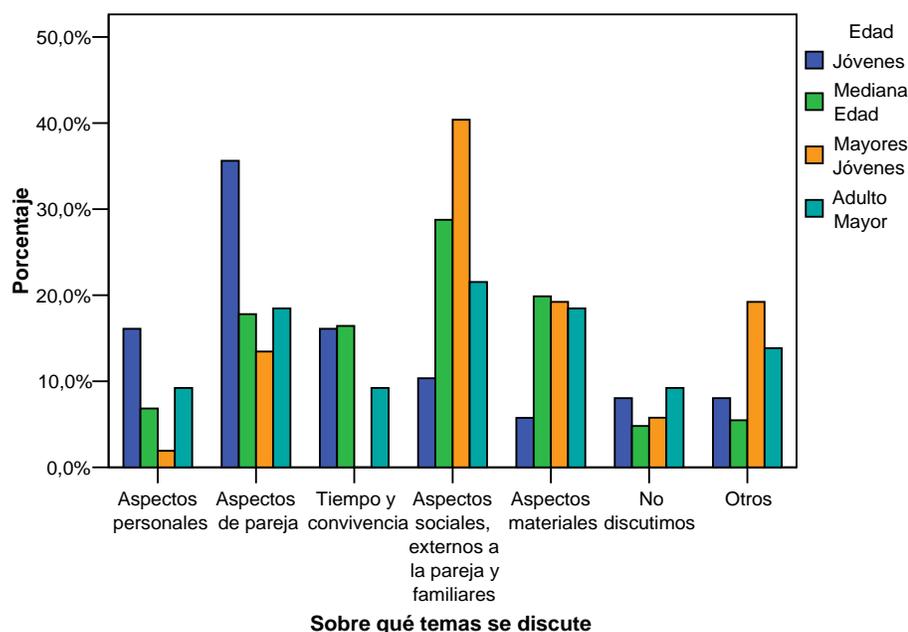
En cuanto a la edad, como sucede en preguntas anteriores, las diferencias son mucho más acusadas. Se observan en la siguiente tabla:

**Tabla No 49. Frecuencias en relación con la edad**

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Sobre qué temas se discute	Aspectos personales	45,2%	32,3%	3,2%	19,4%	100,0%
	Aspectos de pareja	40,8%	34,2%	9,2%	15,8%	100,0%
	Tiempo y convivencia	31,8%	54,5%		13,6%	100,0%
	Aspectos sociales	10,5%	48,8%	24,4%	16,3%	100,0%
	Aspectos materiales	8,9%	51,8%	17,9%	21,4%	100,0%
	No discutimos	30,4%	30,4%	13,0%	26,1%	100,0%
	Otros	20,6%	23,5%	29,4%	26,5%	100,0%

La prueba chi-cuadrado resultó con un valor de 43,35, valor que alcanzó la significación estadística ( $p=0.001$ ), lo que indica existen diferencias en la distribución de respuestas entre los diferentes grupos de edad considerados en el estudio. Dónde se ubican estas diferencias es algo que se puede apreciar mejor en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 34. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Dos aspectos sobresalen por encima del resto. En primer lugar, las parejas más jóvenes parecen discutir especialmente sobre aspectos de pareja y aspectos personales (hábitos y rasgos de alguno de los miembros). En cambio, los aspectos materiales están prácticamente ausentes como temas de discusión.

Estos aspectos materiales adquieren importancia a partir de los 30 años, así como son especialmente importante en estas edades (y particularmente en la mediana edad) los temas de discusión relacionados con las relaciones sociales que mantiene la pareja (y, en especial, las relaciones con la familia como fuente de tensión).

La segunda pregunta respecto a los conflictos fue la siguiente:

### Cómo se resuelven los conflictos.

Las respuestas a esta pregunta se agruparon en cuatro categorías, las siguientes:

- *Comunicando, cediendo, amor y comprensión:* en ella se encuentran aspectos relacionados con la búsqueda del diálogo y la comunicación, ponerse en el lugar

del otro. Algunos ejemplos son los siguientes: *dialogando, el que mete la pata se disculpa, respetando las posturas opuestas, pidiendo perdón mutuamente, la pareja insiste hasta que hablamos.*

- *Dejar pasar, el tiempo, paciencia:* hace referencia a dejar pasar el tiempo para solucionar. Algunos ejemplos de respuestas de esta categoría son los siguientes: *los días nos los hacen olvidar, al cabo de un día o más cuando ha pasado el tiempo, al día siguiente no me acuerdo, dejar pasar un rato, dejando que el tiempo corra, dejando enfriar la situación, esperando hasta el otro día.*
- *Otros:* incluye otros aspectos no incluidos en las anteriores. Por ejemplo: *con tira y afloja, hablando con otra gente, chillando.*
- *No sabe, no responde.*

La distribución de las frecuencias de cada categoría se encuentra en la siguiente tabla:

**Tabla No 50. Frecuencias de respuestas en las categorías de**

**Cómo se resuelven conflictos**

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Comunicando, cediendo, amor y comprensión	249	69,7
	Dejar pasar el tiempo y paciencia	48	13,4
	Otros	55	15,4
	NS/NR	5	1,4
	Total	357	100,0

Se calculó el índice de fiabilidad de Kappa Cohen de este sistema de categorías, obteniéndose un resultado de 0.946. Como se puede observar, la primera categoría agrupa a la gran mayoría de respuestas (casi el 70%). Esta desproporción también se puede observar en la representación gráfica de las frecuencias:

**Gráfica No 35. Porcentaje general de personas que se ubican en cada categoría de la pregunta**



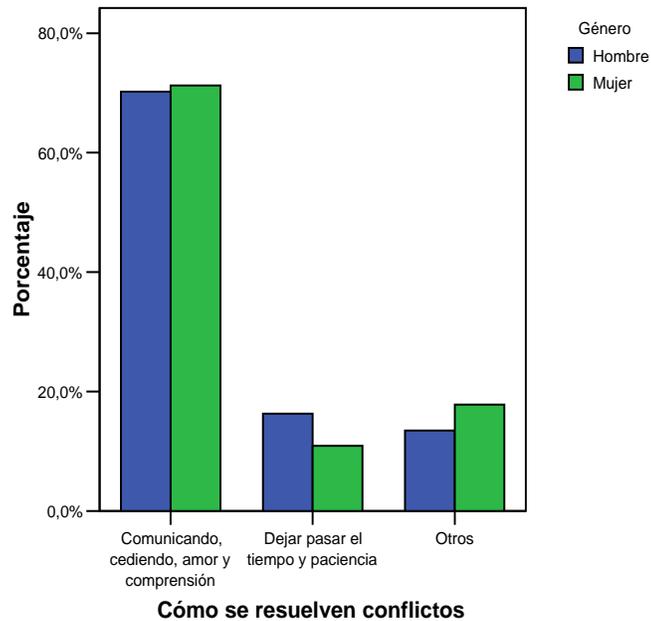
En cuanto a las diferencias de género, la distribución de respuestas entre hombres y mujeres se observa en la siguiente tabla:

**Tabla No 51. Frecuencias en relación con el género**

		Género		Total
		Hombre	Mujer	
como se resuelven conflictos	Comunicando, cediendo, amor y comprensión	50,2%	49,8%	100,0%
	Dejar pasar el tiempo y paciencia	60,4%	39,6%	100,0%
	Otros	43,6%	56,4%	100,0%

La prueba chi-cuadrado arrojó un valor de 3,11, que resulto no ser estadísticamente significativo, lo que indica que hombres y mujeres distribuyen sus respuestas en las diferentes categorías de manera equivalente. Aún así, el gráfico representando esa distribución se muestra a continuación:

**Gráfica No 36. Porcentaje de personas por género que se ubican en cada categoría de la pregunta**



Aunque la prueba estadística no muestra diferencias significativas, en los datos numéricos existen leves diferencias: os hombres son un poco más en la opinión de dejar pasar con el tiempo y paciencia.

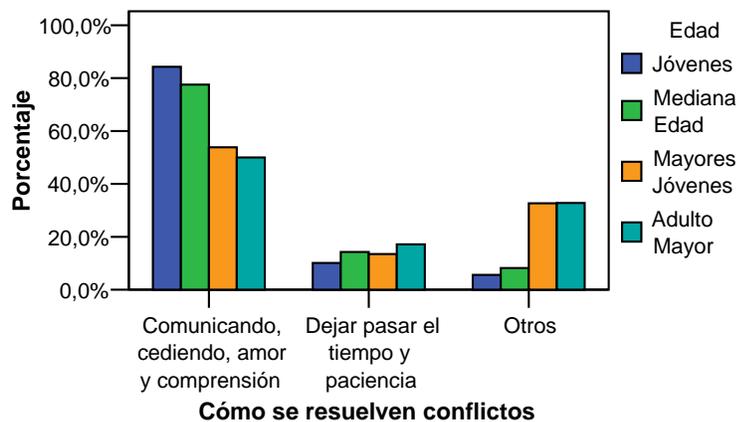
Las diferencias fueron mayores cuando consideramos la variable edad. En la siguiente tabla se observa la distribución de respuestas en cada categoría en función de los diferentes grupos de edad considerados:

**Tabla No 52. Frecuencias en relación con la edad**

		Edad				Total
		Jóvenes	Mediana Edad	Mayores Jóvenes	Adulto Mayor	
Cómo se resuelven conflictos	Comunicando, cediendo, amor y comprensión	30,1%	45,8%	11,2%	12,9%	100,0%
	Dejar pasar el tiempo y paciencia	18,8%	43,8%	14,6%	22,9%	100,0%
	Otros	9,1%	21,8%	30,9%	38,2%	100,0%

La prueba chi-cuadrado ofreció un valor de 43,55, que resultó ser estadísticamente significativo ( $p < 0,0001$ ). Se pueden observar con mayor detalle estas diferencias en el siguiente gráfico:

**Gráfica No 37. Porcentaje de personas por edad que se ubican en cada categoría de la pregunta**



En el gráfico vemos como, a mayor edad media del grupo, menos mencionan la categoría principal (comunicar) como estrategia de resolución de conflictos, aunque siempre es la más frecuente, con independencia de la edad.

## 6.3. Percepción de cambios evolutivos

Como ya se describió en el capítulo dedicado al método, se aplicó un cuestionario destinado a examinar las creencias sobre la evolución de las relaciones de pareja. Este cuestionario incluye 18 aspectos de las relaciones de pareja susceptibles de cambiar con el tiempo. Los participantes debían señalar si cada uno de los aspectos disminuía, permanecía estable o aumentaba. Las opciones de respuesta eran cinco: disminuye bastante, disminuye algo, más o menos igual, aumenta algo y aumenta bastante.

### 6.3.1. Resultados descriptivos

Para exponer los resultados descriptivos del cuestionario de cambios percibidos en la relación de pareja, primero examinaremos los resultados correspondientes a cada uno de los ítems por separado, para después tratar de encontrar agrupaciones entre ellos.

#### **Descripción de los ítems**

Las puntuaciones promedio y desviaciones tipo para los 18 ítems se muestran en la siguiente tabla:

**Tabla No 53. Puntuaciones promedio y desviaciones generales.**

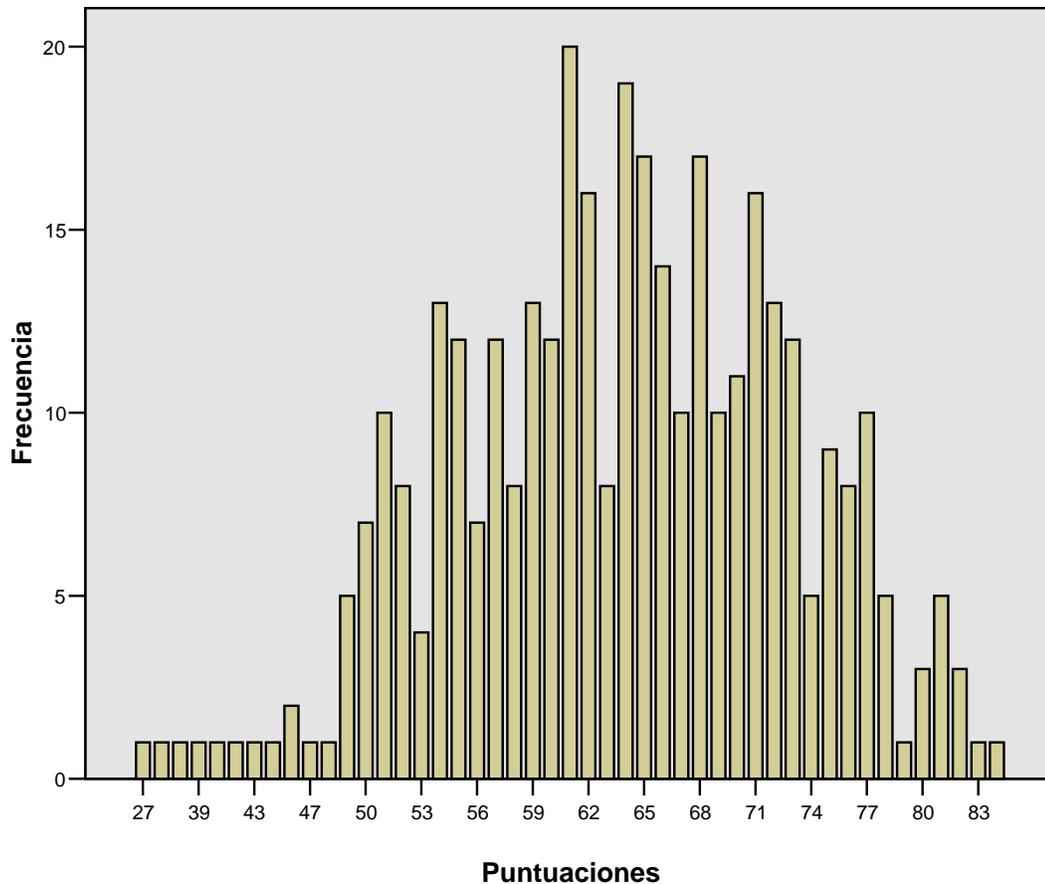
	Media	Desviación típica
18. Conocimiento mutuo	4,53	,717
01. Confianza	4,29	,968
09. Cariño	4,27	,900
10. Compromiso	4,18	,944
11. Comprensión	4,06	,942
14. Apoyo recibido	4,05	1,005
02. Comunicación	3,96	1,076
04. Tiempo compartido	3,55	1,168
08. Ocio compartido	3,50	1,102
06. Capacidad tolerancia	3,43	1,030
13. Veces que hace reír	3,34	1,042
16. Calidad relaciones sexuales	3,29	1,299
17. Besos, caricias	3,16	1,223
07. Monotonía en relación	3,14	,965
15. Cantidad de problemas	3,05	,991
03. Discusiones	3,04	1,015
12. Pasión	2,94	1,211
05. Frecuencia relaciones sexuales	2,61	1,127

Como se observa en una escala de 1 a 5 puntos, los ítems presentan puntuaciones medias que van desde 2,61 hasta 4,53; de ellos 6 tienen puntuación media superior a 4 puntos, lo que implica que los participantes perciben que aumentan con la edad. Estos aspectos hacen referencia a elementos que, en la propuesta de Sternberg (1988), se incluirían en los componentes de intimidad y compromiso.

Por el contrario, sólo dos ítems tienen medias inferiores a tres puntos (la puntuación intermedia), lo que implica que la mayoría de personas piensan que decrecientan con la edad. Estos ítems son los referidos a la posición y a la frecuencia de relaciones sexuales, aspectos relacionados con el componente pasión del esquema de Sternberg.

La media total del cuestionario fue de 63,76 puntos con desviación estándar 9,184. También la distribución de las puntuaciones totales de cambios evolutivos es aproximadamente normal, como se aprecia en la gráfica siguiente:

**Gráfica No 38. Distribución de las puntuaciones totales de cambios evolutivos**



### **Agrupación de ítems**

Una vez expuestas la media y desviación de cada ítem, se trató de observar si los ítems incluidos en el cuestionario se agrupaban formando componentes. Para ello se procedió a realizar un análisis de componentes principales (rotación varimax), del que surgió una estructura de cuatro componentes que explicaban el 58,3% de la varianza total, como se observa en la siguiente tabla:

**Tabla No 54. Análisis de componentes principales.**

Componente	Autovalor	% de la varianza	% acumulado
1	3,523	19,571	19,571
2	3,017	16,759	36,330
3	2,143	11,906	48,237
4	1,816	10,089	58,326

Los ítems que saturaban en cada uno de los componentes fueron los siguientes:

**Tabla No 55. Matriz de componentes rotados(a)**

	Componente			
	1	2	3	4
12. Pasión	,793			
17. Besos, caricias	,770			
16. Calidad rel. Sexuales	,762			
05. Frecuencia rel. Sexuales	,751			
13. Veces que hace reír	,591			,321
07. Monotonía en relación	-,513		,506	
18. Conocimiento mutuo		,734		
09. Cariño	,339	,677		
11. Comprensión		,654		
10. Compromiso	,318	,627		
01. Confianza		,597		,326
02. Comunicación		,559		,450
14. Apoyo recibido	,341	,470		,441
03. Discusiones			,817	
15. Cantidad de problemas			,815	
06. Capacidad tolerancia			-,608	
04. Tiempo compartido				,787
08. Ocio compartido				,726

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser.

La rotación ha convergido en 5 iteraciones.

Como vemos, el primer componente engloba ítems que tienen que ver con la pasión, la sexualidad, la excitación en la relación. El segundo componente, en contraste, agrupa a aquellos que tienen que ver con cualidades menos pasionales y

más relacionadas con la intimidad en la relación, la comunicación y la confianza. El tercer componente agrupa a dos de los ítems con significado negativo (problemas y discusiones) y a la capacidad de tolerancia con peso negativo. Haría referencia a un aspecto de conflicto y problemas. Por último, en el cuarto factor saturan fundamentalmente los dos ítems en referencia al tiempo compartido juntos.

Cabe destacar, además, el comportamiento de uno de los ítems, la monotonía, que parece vincular el componente pasión (satura negativamente en él) con el componente conflicto (pesa casi en la misma medida en él, pero de forma positiva).

Para calcular una puntuación de cada participante en cada uno de los componentes, simplemente se procedió a agregar los ítems que saturaban principalmente en cada uno de ellos. Excepcionalmente, la monotonía se incluyó en dos componentes (pasión y conflicto, en el primero de manera inversa) porque saturaba casi por igual en ambos. El ítem 'capacidad de tolerancia' también se invirtió para que siguiera la dirección del resto de ítems que formaban parte del componente Conflicto.

Las puntuaciones promedio de estos valores globales de componente se muestran en la siguiente tabla:

**Tabla No 56. Puntuaciones promedio.**

	Media	Desv. típ.
Pasión	3,02	,856
Intimidad	4,17	,669
Conflicto	2,95	,711
Tiempo	3,51	,947

Podemos observar que dos de los componentes, Pasión y Conflicto, presentan medias situadas en el punto intermedio de la escala (que recordemos era de 1 a 5), mientras que el componente Tiempo y, sobre todo, el componente Intimidad, parecen ser percibidos de acuerdo con nuestros resultados como incrementándose en el tiempo.

### 6.3.2 Relación de los cambios evolutivos con otras variables

La edad y el género son factores para los que se evalúa su efecto en los cambios evolutivos de las relaciones de pareja.

Respecto a la edad, las correlaciones con los diferentes ítems del cuestionario y la puntuación final se presentan en la siguiente tabla:

**Tabla No 57. Correlaciones Edad.**

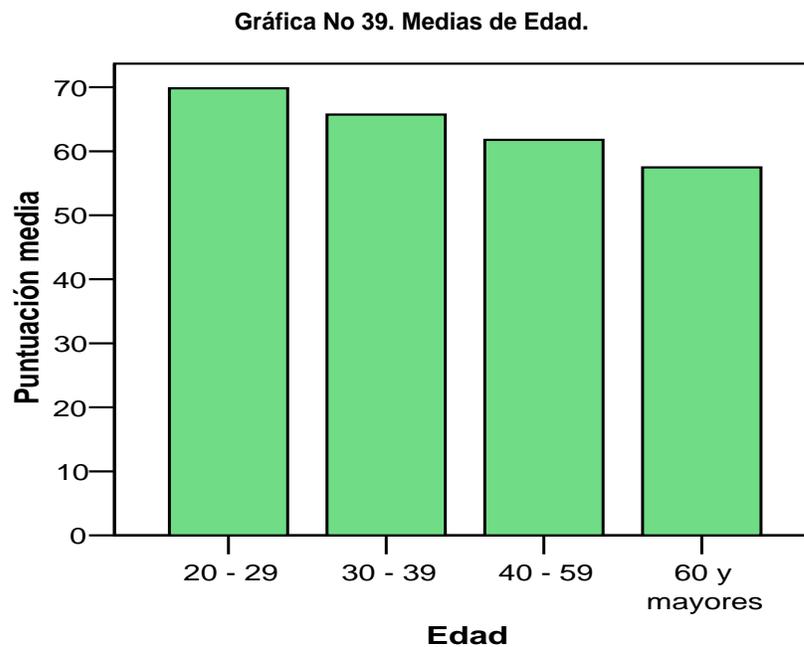
	Edad
1. Confianza	-,234(**)
2. Comunicación	-,282(**)
3. Discusiones	-,142(**)
4. Tiempo compartido	,058
5. Frecuencia relacione sexuales	-,609(**)
6. Capacidad tolerancia	-,033
7. Monotonía en la relación	-,085
8. Ocio compartido	-,095
9. Cariño	-,238(**)
10. Compromiso	-,263(**)
11. Comprensión	-,172(**)
12. Pasión	-,436(**)
13. Veces que hace reír	-,259(**)
14. Apoyo recibido	-,185(**)
15. Cantidad de problemas	-,210(**)
16. Calidad rel. Sexuales	-,613(**)
17. Besos, caricias	-,383(**)
18. Conocimiento mutuo	-,155(**)
Puntuación Total	-,520(**)

\*\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

\* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

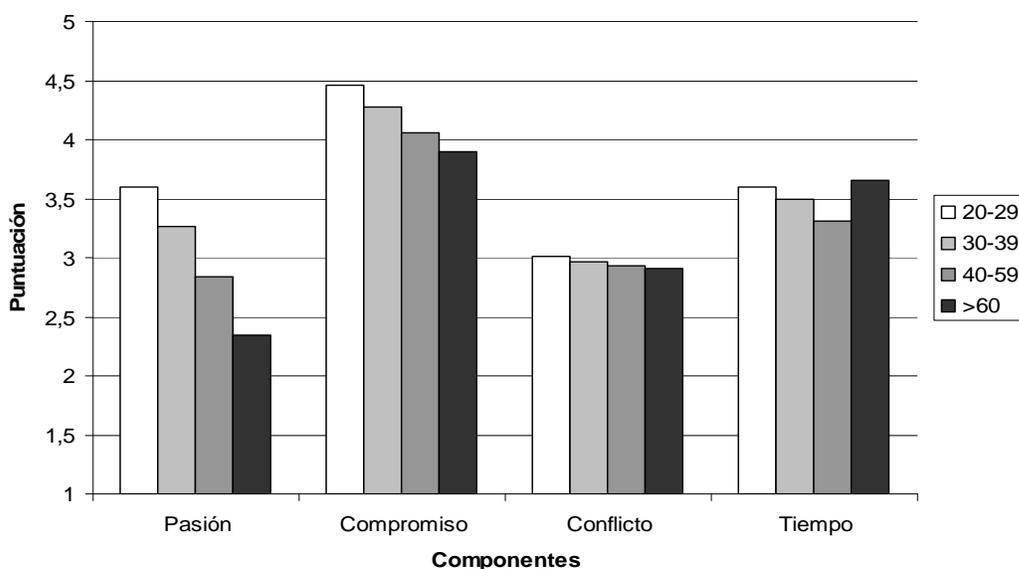
Como se observa en la tabla anterior, todas las correlaciones estadísticamente significativas fueron negativas. Es decir, a mayor edad, se obtuvieron puntuaciones más bajas en los ítems, o lo que es igual, las personas más mayores tienden a presentar mayor sensación de declive en algunos ítems. La puntuación total también correlacionó negativamente con la edad.

Este resultado también se obtiene cuando se examinan las puntuaciones totales en relación con la edad. Los más optimistas se encuentran en el grupo más joven, seguidos del grupo de mediana edad y luego los mayores jóvenes y finalmente los más pesimistas en el grupo de mayores de 60 años de edad. En el siguiente gráfico vemos las medias de la escala total en función del grupo de edad tomado en cuenta en el estudio:



Sin embargo, cuando se examina cada componente de la escala por separado vemos que la tendencia al pesimismo en los grupos más mayores no es homogénea:

Gráfica No 40. Diferencias por Edad.



En el gráfico se observa como las mayores diferencias en función de la edad se alcanzan en el componente Pasión ( $F(339,3)=47,19$ ;  $p<0,001$ ). La tendencia al pesimismo en este componente es muy acusada, y ya el grupo de personas entre 40 y 59 años perciben un declive de la pasión con el tiempo, declive que es enfatizado aún más por las personas mayores de 60 años.

La intimidad, pese a obtener las puntuaciones medias más altas, también muestra una tendencia a un menor optimismo con la edad ( $F(346, 3)=13,36$ ;  $p<0,001$ ), tendencia que también es lineal aunque mucho menos acusada que en el componente anterior.

En cuanto al conflicto y el tiempo, no aparecieron diferencias significativas, aunque en este último componente parecía existir una tendencia en forma de U, con las personas más mayores tendiendo a volver a ser optimistas respecto al tiempo pasado juntos, tras un descenso en la mediana edad.

Por lo que hace referencia al género, para conocer su influencia en las puntuaciones de satisfacción marital se procedió a realizar una prueba t de Student para grupos independientes.

Los resultados muestran como sólo en cuatro de los 18 ítems del cuestionario las diferencias entre puntuaciones medias de hombres y mujeres diferían de manera estadísticamente significativa. Estos ítems fueron discusiones ( $t=2,224$ ;  $p<0,05$ ), cariño ( $t=-2,545$ ;  $p<0,05$ ), compromiso ( $t=-2,253$ ;  $p<0,05$ ), pasión ( $t=2,043$ ;  $p<0,05$ ) y conocimiento mutuo ( $t=-2,230$ ;  $p<0,05$ ). Los signos indican que los hombres eran menos optimistas que las mujeres respecto a la evolución del cariño, el compromiso y el conocimiento mutuo. Por el contrario, puntuaban percibiendo más incrementos en las discusiones y menos declive en pasión. Aún así, las diferencias no eran notables en ningún caso, ya que no se alcanzaba el nivel de significación  $p<0,01$ .

Las diferencias de género en los diferentes componentes en ningún caso eran estadísticamente significativas (ni siquiera en el componente Intimidad, del que tres de sus ítems sí mostraban diferencias en función de género).

También comprobamos la posible influencia en las apreciaciones en los cambios evolutivos de otras variables continuas, como los años de convivencia, los años de noviazgo, el nivel de estudios y la estimación del estado de salud, tanto propio como de la pareja.

Los resultados se observan en la siguiente tabla:

**Tabla No 58. Correlaciones parcializando edad**

	Años convivencia	Años noviazgo	Estudios	Salud propia	Salud pareja
01. Confianza	,025	-,067	-,013	-,013	,010
02. Comunicación	,006	,000	-,049	,106	,122*
03. Discusiones	-,028	,001	,032	-,028	-,044
04. Tiempo compartido	-,040	,012	-,049	,094	,031
05. Frecuencia rel. Sexuales	-,125	,092	,080	,189**	,258**
06. Capacidad tolerancia	-,039	-,050	,051	,060	,034
06. Capacidad de tolerancia (invertida)	,039	,050	-,051	-,060	-,034
07. Monotonía en relación	,100	-,043	,045	-,066	-,065
	-,100	,043	-,045	,066	,065

07. Monotonía en la relación (invertida)					
08. Ocio compartido	-,059	-,047	-,021	,040	-,014
09. Cariño	-,008	-,022	,011	-,053	-,030
10. Compromiso	-,003	-,069	-,013	,004	,019
11. Comprensión	-,017	-,030	,040	,028	,026
12. Pasión	-,044	,031	-,106	,114*	,116*
13. Veces que hace reír	,006	-,007	,002	,062	,057
14. Apoyo recibido	,099	-,103	-,045	,060	,042
15. Cantidad de problemas	-,032	,016	-,010	-,037	-,042
16. Calidad rel. sexuales	-,139*	-,093	,095	,136*	,136*
17. Besos, caricias	-,016	,055	,061	,039	,016
18. Conocimiento mutuo	,122*	,015	-,025	-,139*	-,076

Como se aprecia en la tabla, la salud propia y de la pareja fueron las variables más relacionadas con ítems del cuestionario de evolución de la relación. En concreto, aquellas personas que valoraban más positivamente la salud propia y de la pareja, también se mostraban más optimistas (o menos pesimistas, en este caso) respecto a aspectos como la pasión y la calidad y cantidad de relaciones sexuales. Curiosamente, el optimismo respecto al conocimiento mutuo era mayor entre aquellas personas que valoraban peor su salud.

Por último, aquellas personas que llevaban más años en pareja tendrían a ser menos optimista respecto al cambio en la calidad de relaciones sexuales, pero más respecto a la evolución del conocimiento mutuo.

Si agrupamos los ítems en los diferentes componentes que aislamos en el cuestionario, sólo la salud propia y la de la pareja muestran relación con un componente: la pasión. Así, la salud, ya sea la propia o la de la pareja, tiende a hacer que la evolución de la pasión se vuelva menos optimista. Esta relación se obtiene, una vez más, extrayendo el efecto de la edad de los participantes mediante el cálculo de correlaciones parciales.

**Tabla No 59. Correlaciones parcializando edad**

	años convivencia	años noviazgo	Estudios	salud	salud pareja
Pasión	-,095	,028	,018	,141*	,155**
Intimidad	,044	-,060	-,021	,010	,040
Conflicto	,027	,009	,005	-,066	-,062
Tiempo	-,060	-,020	-,043	,081	,023

Respecto a la relación de la percepción de cambios en la relación de pareja y la satisfacción que muestran las personas, la correlación entre ambas variables resultó ser muy elevada, como se observa en la siguiente tabla:

**Tabla No 60. Correlación cambios y satisfacción.**

	Puntuación total escala Hendrick
Pasión	,455(**)
Intimidad	,567(**)
Conflicto	-,360(**)
Tiempo	,379(**)

\*\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Se observa que la dirección de las correlaciones es la esperada: las personas más satisfechas son también las más optimistas en términos de la evolución de la pasión, la intimidad y el tiempo compartido, pero las que piensan en menor medida que el conflicto crezca a medida que avanza la relación.

## **SÉPTIMO CAPÍTULO: DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

En este capítulo se expondrá la discusión de resultados. Para ello se recuperarán los objetivos establecidos en el cuarto capítulo del trabajo y se comentarán relacionándolos con los resultados obtenidos y los conceptos teóricos introducidos en los primeros capítulos. Así, en primer lugar presentamos comentarios en relación a la satisfacción marital de las personas de la muestra que participó en nuestro estudio. En segundo lugar discutimos los resultados más relevantes encontrados frente a los significados que dan las personas a su relación de pareja en los tiempos pasado, presente y futuro, junto a los conflictos que se presentan y la manera de solucionarlos. Finalmente, en un tercer punto discutiremos los resultados encontrados sobre las percepciones de evolución en el tiempo que tienen las personas acerca de la dinámica de la relación de pareja en los 18 aspectos seleccionados para la investigación. En cada caso, se tratarán de manera particular la relación y posibles diferencias en función del género y la edad.

### **7.1 Satisfacción con la relación de pareja**

En cuanto a la satisfacción, el principal resultados que se obtiene es que la satisfacción marital presenta unos niveles, en general, muy elevados. Al igual que sucede en las investigaciones que utilizan este cuestionario con muestras procedentes de países anglosajones (p.e. Hendrick 1988), la puntuación media se sitúa dentro del cuartil más elevado del rango de puntuaciones posible. Esta equivalencia entre muestras de diferentes culturas también se ha mostrado en investigaciones que han comparado muestras de parejas mexicanas y estadounidenses, cuyas puntuaciones en el cuestionario de satisfacción no diferían significativamente (Contreras, Hendrick y Hendrick, 1996).

Esta respuesta tan unánimemente positiva de las personas de nuestra muestra se muestra especialmente en la pregunta quizá más genérica, aquella referida a

cuánto la persona ama a su pareja. En este caso, se obtiene una puntuación de 4,71 sobre cinco, lo que indica que prácticamente todos los participantes contestan utilizando el nivel superior de la escala de cinco puntos utilizada para responder. Quizá esta idea de 'amar a la pareja' se convierte en un dado por supuesto, en un fundamento si el que la continuidad de la propia relación quedaría en entredicho. Otras formas quizá más indirectas de aproximarse a la satisfacción marital, a través de la comparación con las expectativas iniciales (ítem 5), de la comparación de la propia pareja con otras (ítem 3 del cuestionario) o de la percepción de problemas (ítem 7) obtienen puntuaciones no tan elevadas, aunque también claramente por encima de la media.

Por otra parte, y desde un punto de vista psicométrico, el cuestionario presenta buenas propiedades de fiabilidad, en todo caso comparables a las de la versión original en inglés. Su estructura factorial también es la esperada, con todos los ítems cargando en un único componente, siendo el ítem más genérico (la valoración de la satisfacción con la relación) el que presenta una carga más elevada en él. Así, la satisfacción marital (o de pareja, como quizá sería más correcto denominar) aparece como un constructo unidimensional susceptible de ser evaluado, también en muestras de nuestro país, con la escala de Hendrick traducida como la presentamos. Quizá el único problema que aparece es, precisamente, la relativa falta de poder discriminativo de la escala resultante, en la que la gran mayoría de personas obtienen puntuaciones muy altas. Esto puede crear alguna dificultad en el uso de la escala en estudios donde se establezcan relaciones de la satisfacción de pareja con otros constructos, aunque este es un problema que también presenta la escala original.

En cuanto a las diferencias de género, estas apenas se presentaban. Únicamente uno de los ítems, el que proponía valorar en qué medida se habían cumplido las expectativas originales, arrojaba diferencias estadísticamente significativas. En este sentido, las mujeres eran algo menos optimistas que los hombres.

Mayores diferencias aparecían, sin embargo, en función de la edad. Cuatro de los siete ítems, así como la puntuación total, mostraban correlaciones estadísticamente significativas con la edad. Sin embargo, un análisis más en detalle

de los datos muestra una cierta tendencia en forma de U: las personas más jóvenes tienen mayor optimismo frente a su relación de pareja, esta satisfacción va disminuyendo con la edad hasta llegar al punto más bajo en la medida edad, para luego aumentar algo en la vejez. Estos resultados parecen estar en congruencia con los estudios de Kurdek (1998), respecto al descenso de los niveles de satisfacción ya en los primeros años de convivencia, y en especial con los presentados por Schaie y Willis (2003), en los que muestran también una evolución en forma de U de la satisfacción de pareja. Al igual que en nuestros resultados, en los suyos el descenso en la satisfacción no implica pasar a una situación de insatisfacción, sino más bien moderar el grado de satisfacción expresado.

Siguiendo a Schaie y Willis, podemos interpretar este aspecto desde explicaciones de tipo evolutivo, fundamentándolo en las diferentes experiencias y características de cada etapa de la vida. Así, las parejas más jóvenes están en una situación de búsqueda de ideales conjuntos, mantienen la ilusión de cumplir las metas a largo plazo y, en gran mayoría de casos (al menos en nuestra muestra de 20 a 29 años) no viven juntos. Esto implica, entre otras cosas, que el tiempo compartido sea primordialmente tiempo de ocio, en el que la posibilidad de conflicto y los motivos que erosionan la relación son menos frecuentes. Así, la convivencia o no con la pareja ya marca algunas diferencias respecto ítems concretos de la escala: quienes no conviven puntúan más en satisfacción, ven que su pareja satisface en mayor medida sus necesidades y su percepción de amor hacia su pareja es mayor.

Un nuevo acontecimiento, que en la mayoría de casos ocurre más allá de los treinta años, viene a cambiar la relación de pareja y a alterar la satisfacción que se extrae de ella: tener hijos. De acuerdo con nuestros datos, tener hijos o no (con independencia de cuantos) tiene un impacto negativo sobre la satisfacción con la relación de pareja (recordamos, una vez más, que esto no implica que las parejas estén insatisfechas, sino más bien que están menos satisfechas). La presencia de los hijos con fuente de tensión y conflicto está bien documentada en investigaciones anteriores (ver, por ejemplo, Hidalgo, 1998). Una vez la pareja tiene hijos, el tiempo y la atención se redirigen hacia las tareas de crianza, restándole de la propia relación de pareja, lo que puede hacer comprender, al menos en parte, el descenso

en la satisfacción. La presencia de hijos adolescentes, de acuerdo con nuestros datos, tampoco beneficia la satisfacción con la relación de pareja: son las parejas entre 40 y 59, las que más probablemente tienen uno o varios hijos en estas edades, quienes reportan una menor satisfacción, lo que está en concordancia con los estudios como el de Whiteman, McHale y Crouter (2007), ya comentado en el capítulo 3 del presente trabajo.

En la vejez, una vez la presión de las tareas de crianza disminuye, y especialmente cuando los hijos se van de casa o son suficientemente mayores como para hacer una vida independiente (aunque sea en casa de los padres), la satisfacción parece volver a aumentar algo. A medida que las personas tienen mayor edad bajan un poco las expectativas y al final la persona puede hacer una evaluación de sus vidas y percibir que no se equivocaron en su elección de pareja. Probablemente, también son esas parejas de larga duración quienes han superado más conflictos o han tenido ya desde el principio una relación suficientemente buena como para no acabar en separación. Nuestro estudio aporta resultados empíricos en coherencia con la teoría socio-emocional de Carstensen (1998), en relación a que la satisfacción marital en los últimos años de vida es alta, las personas perciben haber escogido correctamente a su pareja, que cubre sus necesidades afectivas, y aunque sus relaciones sociales no tengan la amplitud que tuvieron en otros momentos de la vida, la relación de pareja mantiene unos buenos niveles de intercambio afectivo y satisfacción.

Este aumento de la satisfacción en la vejez, sin embargo y según nuestros resultados, no implica volver a los niveles de la juventud. Esto es así, quizá, porque hay una variable relevante cuyo peso es particularmente importante esta última etapa de la vida: la salud.

De acuerdo con nuestros resultados, el grado de satisfacción con la pareja está directamente relacionado con los estados de salud: a mejor salud existe mayor satisfacción. Además, esta salud se refiere a la del compañero/a más no a la propia. Esto podría implicar que cuando hay un bajo estado de salud es la pareja quien en la mayoría de los casos asume en principio la responsabilidad y el cuidado del otro, esto acarrea perder aspectos de dependencia-independencia al tener que dedicar su tiempo a estar con su pareja supliendo sus necesidades, lo que resta espacio

para sí mismo y las actividades cotidianas a las que se estaba adaptado. Del mismo modo cambia la dinámica de la relación al limitar el tiempo libre y las actividades de recreación. Los estados de ánimo personales también se ven influenciados por los niveles de estrés que una enfermedad puede producir tanto para quien la padece como para la pareja cuidadora. Incluso cuando la enfermedad no es grave, puede suponer una cierta frustración para la relación de pareja y los planes y actividades conjuntas a desarrollar, al plantear una sombra de amenaza sobre ellos.

En suma, la satisfacción con la pareja parece verse afectada por ciertos acontecimientos vitales que jalonan las diferentes etapas de la vida. En este sentido, los resultados parecen estar en coherencia con propuestas como la Havighurst (1972), sobre las tareas evolutivas en relación a que la sociedad espera que las personas cumplan con metas como el tener una pareja y conformar una familia, llenando las expectativas personales, lo cual ayuda a proponerse nuevas metas en el ciclo vital. En el proceso evolutivo de la satisfacción a través del tiempo, la pareja joven tiene expectativas y planes en común, en la mitad de la vida llegan los hijos los cuales pueden producir crisis a la pareja que aporta a disminuir los niveles de satisfacción en pareja, la manera de resolver dichos conflictos hace que se superen o se acumulen. Al final de la vida los niveles de satisfacción en pareja tienden a aumentar, al poder hacer un análisis de lo vivido y sentir que han logrado las metas deseadas, pero al mismo tiempo aparecen nuevas amenazas relacionadas con la salud que afectan a la satisfacción con la pareja. Este proceso es también paralelo, por ejemplo, a las etapas propuestas por Erikson (1982). En la etapa intimidad-aislamiento, si la persona llega al estado de confianza mutua con la pareja desarrolla su capacidad de amar y por lo tanto podríamos pensar que para él o ella es muy importante amar y ser amado para llegar a la satisfacción. Más adelante en la generatividad-estancamiento, la pareja se vuelca en metas más allá de la propia relación, en nuevos retos como la crianza de los hijos o la consecución de metas laborales. Ello, de acuerdo con nuestros datos, tiene un pequeño coste en términos de satisfacción de pareja. En la última etapa de integridad, las personas sienten satisfacción con su pareja y piensan que ha merecido la pena haberlo vivido, dándole significados positivos a su relación.

## 7.2. Significados asociados a la relación de pareja

El segundo de los objetivos del trabajo era examinar los significados que las personas de la muestra analizada asociaban a su relación de pareja. Para este examen, partíamos de una doble dimensión: por una parte un eje temporal, indagando en los significados asociados al presente de la relación, a cómo se ha llegado a la situación presente y a cómo se prevé que evolucionará la pareja en el futuro. Por otra parte, también teníamos en cuenta un segundo eje evaluativo, centrado en lo positivo y negativo de la relación, en lo que se ha ganado o a lo que se ha renunciado con el tiempo, en los desafíos y amenazas con las que se contempla el porvenir.

### 7.2.1. El presente de la relación

El primer aspecto que llama la atención respecto a los significados que las personas asocian al presente de su relación son claramente positivos, lo que confirma (aún por diferentes métodos y tipos de datos) la visión optimista de la relación que ya encontrábamos en los resultados obtenidos con el cuestionario de satisfacción. Algunos aspectos negativos están presentes, pero esta presencia es muy marginal (apenas el 2% del total de respuestas obtenidas en la pregunta 'Tener pareja significa para mí').

El principal aspecto asociado a la pareja es la idea de compartir, de convivir, de dar y recibir. Para la mayoría de los participantes, ese es el núcleo de la pareja, la propia idea de establecer una relación con otra persona. Sólo secundariamente, las personas mencionan bien aspectos más genéricos ('todo', 'lo principal', etc.) o cualidades afectivas que caracterizan la relación ('amor', 'querer', 'sentirse amado').

Siguiendo a Sternberg, el componente intimidad que este autor identifica como ingrediente de las relaciones amorosas parece el esencial para las personas que participaron en el estudio. Aspectos ligados al compromiso o incluso a la pasión aparecen menos claramente (aunque quizá los aspectos afectivos estén más relacionados con ese componente pasional). Tener pareja es, sobre todo, establecer

una relación íntima con otra persona para las personas de nuestra muestra, y en esa intimidad sitúan el núcleo de significados.

Preguntados sobre aquello que la relación de pareja posibilita ('gracias a mi relación de pareja puedo...'), las personas de la muestra vuelven a repetir la misma idea. Las respuestas en referencia a aspectos cotidianos, tales como compartir, a recibir y dar apoyo y estabilidad representan algo más del 30% del total. Sin embargo, en esta pregunta aparecen también aquellos proyectos vitales que se ponen en marcha en pareja, sobre todo aquellos relativos a la familia (los hijos, en el caso de las parejas de mediana edad, los nietos en el caso de las parejas mayores. Los aspectos meramente individuales (tipo 'conocerme mejor a mi mismo', o 'desarrollarme personalmente') también aparecen, pero son minoritarios: este crecimiento personal es algo secundario a la idea de compartir y proyectar, que parece, para la mayoría de personas, más central entre los significados asociados con su relación de pareja. La pareja aparece así como unidad, más allá de cada uno de sus miembros.

Además de estos aspectos positivos, el cuestionario de frases incompletas también incluía algunas en referencia a renunciaciones y aspectos mejorables de la relación en el presente.

En cuanto a los aspectos mejorables, estos coinciden a grandes rasgos con aquellos que forman el núcleo de significado de la relación de pareja para los participantes en el estudio: el tiempo compartido, la convivencia, la comunicación o los elementos afectivos aparecen como ingredientes a mejorar en la relación, lo cual, obviamente, no implica que estén mal. Estos resultados apuntalan aún más la centralidad de los significados referidos a la intimidad: no encontramos en las respuestas prácticamente ninguna mención directa a aspectos pasionales, o de compromiso, y pocas a aspectos materiales.

Por lo que hace referencia a las renunciaciones ('Mi pareja me impide...'), aproximadamente un 20% menciona que su pareja no les impide nada. A pesar de ello, entre las renunciaciones destaca la independencia como el elemento más frecuente. Estar en pareja tiene el beneficio de la intimidad, pero el precio a pagar es el de la renunciación a una total independencia, la que resulta de estar inmerso en una unidad

que va más allá de uno mismo, donde el día a día y sus decisiones son compartidas. Este precio, sin embargo, parece no ser demasiada carga para las personas de nuestro estudio, a tenor de los resultados en satisfacción y significados asociados a la relación de pareja.

En cuanto a las diferencias en función de género, estas fueron más bien escasas. De acuerdo con la literatura sobre el tema, repasada en los capítulos introductorios, esperábamos una mayor presencia entre las mujeres de significados asociados al compartir y a la intimidad, mientras que en los hombres los aspectos pasionales y lúdicos serían comparativamente más elevados. Sin embargo, las diferencias en función del género eran escasas y no alcanzaron en ningún caso la significación estadística. A pesar de ello, sí encontramos una ligera mayor frecuencia de los aspectos de convivencia (y menos de los genéricos) en la pregunta 'Tener pareja significa para mí', lo que va en la línea de lo esperado.

También en la pregunta sobre renuncias, las respuestas asociadas a la independencia eran más frecuentes entre las mujeres, mientras los hombres mencionaban más que las mujeres elementos relacionados con el 'comportarse mal'. En este caso, la mujer aparece como el elemento más estable y conforme con las normas de la pareja. A pesar de todo, las diferencias no alcanzaron la significación estadística.

Donde sí aparecieron diferencias grandes fue en la comparación entre grupos de edad. En concreto, en dos de las preguntas ('Tener pareja significa para mí...' y 'Gracias a mi relación de pareja puedo...') se observaba una tendencia significativa a reducir las respuestas de tipo afectivo a medida que la edad de los participantes aumentaba. Si asociamos estos aspectos afectivos al elemento 'pasión' de Sternberg, los resultados son coherentes con la literatura sobre la evolución de los diferentes componentes del amor. Recordemos que, como se mencionaba en la introducción, el elemento 'Pasión' tiende a ser cada vez menos importante a medida que el tiempo de relación pasa.

También se encuentra un cambio significativo en los aspectos y proyectos familiares, que están prácticamente ausentes entre los menores de 30 años (que, por el contrario, mencionan más aspectos de pareja) y a partir de esa edad se

convierten en lo más mencionado. De manera similar, entre los impedimentos, entre los más jóvenes destacan las dificultades para mantener ciertas relaciones sociales (con amigos en entornos de ocio), dificultades que al caso ni se mencionan en otros momentos.

Es decir, nuestros datos sugieren que, tras un primer momento en el que lo importante es apuntalar la relación, construir la pareja como una unidad (lejos de las relaciones de la adolescencia, además), más adelante la apertura a proyectos externos (y, en concreto, a la ampliación de la familia) se convertirá en lo más relevante. Una vez más, el enfoque de las tareas evolutivas y las fases dentro de la vida de pareja son elementos que encajan bien como marco explicativo de estas diferencias.

Entre los más mayores, además, parece existir una menor presencia de impedimentos y mejoras sustantivas: entre ellos son especialmente frecuentes las respuestas 'nada' o 'no hay impedimentos'. Esta ausencia de mención de posibilidad de mejora, o de que las cosas podrían ser de otra manera, estén en coherencia con la reducción de objetivos y la menor importancia del cambio que observaremos en las preguntas relacionadas con el futuro de la relación (ver apartado 7.2.3)

## 7.2.2. El pasado de la relación

El segundo bloque de preguntas, en relación con el pasado, trataba de que los participantes considerasen su relación de pareja en una perspectiva temporal que incluyese el tiempo pasado desde su inicio hasta la actualidad. Obviamente, esta perspectiva sería temporalmente limitada en las parejas más recientes (generalmente los más jóvenes), mientras que incluía muchos años o incluso décadas en las más duraderas (generalmente las de más larga duración).

En este sentido, un estímulo relativamente neutro como 'Desde que estoy con mi pareja...' genera respuestas que, en su mayoría (cerca de un 70%) tienen que ver con las repercusiones personales, individuales, que ha tenido estar implicado en la relación. Así, para la mayoría de los participantes, estar en pareja significa no sólo elementos positivos presentes (como veíamos en el apartado anterior), sino también

un proceso de crecimiento personal, una mejora en las cualidades individuales a lo largo del tiempo. La mayoría de personas mencionan aspectos como la maduración personal, la evolución como persona, una mayor seguridad, un mayor poder de decisión, etc. como aspectos a destacar cuando se considera la pareja desde esta perspectiva de pasado. Elementos menos individualistas, más centrados en la idea de pareja (pasar el tiempo juntos, cuidarse el uno al otro, etc.), también están presentes, pero con mucha menor frecuencia.

También es muy destacable como, en coherencia con los resultados obtenidos en los estímulos referidos al presente, en este estímulo prácticamente no aparecen ideas negativas, asociadas por ejemplo a renunciaciones que ha implicado el mantenimiento en el tiempo de la relación de pareja. Estas renunciaciones aparecen únicamente en aproximadamente el 5% de las respuestas obtenidas.

El foco en los beneficios individuales desaparece cuando los participantes han de mencionar lo mejor de la relación de pareja hasta ese momento. En este caso, vuelven a aparecer los aspectos relacionados con la intimidad y la cotidianidad que ya eran dominantes en los estímulos vinculados al presente de la relación. Así, la convivencia y dinámica relacional domina en el ranking de lo mejor de la pareja acaparando casi la mitad de las respuestas posibles. Con aproximadamente un cuarto de esas respuestas, encontramos la familia como segundo aspecto más frecuente. Otros aspectos, como la afectividad y pasión, aparecen pero son mucho menos frecuentes (apenas un 8% del total de respuestas).

Sin embargo, la exposición de estos aspectos valorados de la pareja quedaría incompleta sin la consideración de la influencia que parece tener la edad en ellos. Así, las referencias a la familia (y en especial a los hijos) están prácticamente ausentes entre los menores de 30 años. Entre los 30 y 40, se muestra ya como una respuesta muy frecuente, a escasa distancia de la convivencia y la dinámica relacional. En la mediana edad y vejez (aunque en la vejez la mención a los nietos es también importante, no sólo la mención a los hijos), la familia es la categoría dominante como lo mejor de la relación de pareja.

Así, esta tendencia parece reflejar la aparición de ciertos temas evolutivos en edades determinadas) que ocupan el centro de la vida de las personas: en este

caso, la formación de una familia en la juventud tardía y mediana edad. Si bien antes la pareja parecía ser una cosa sólo de dos, en la que lo más valorado es precisamente la convivencia y el día a día, a partir de los 30-40 años el fruto de esa relación en forma de hijos parece ser lo que centra el interés de los miembros de la pareja. En términos eriksonianos, aparecería un impulso generativo hacia el cuidado de una nueva generación que permite expandir el self. Sin embargo, y a diferencia de lo planteado por Erikson, este impulso generativo no parece remitir una vez pasada la mediana edad, cuando las personas se hacen mayores, sino que permanece como elemento fundamental en la relación de pareja, aunque a veces transformado (añadiendo a la generación inmediatamente posterior, los hijos, otras generaciones, los nietos).

Esta relevancia de la familia no implica la desaparición de la relación cotidiana como elemento clave en la relación de pareja. Las respuestas relacionadas con este aspecto de intimidad no son inferiores al 40% del total en ningún grupo de edad. Sin embargo, otras dimensiones de la relación de pareja tradicionalmente consideradas relevantes, como la pasión (recordemos la propuesta de Sternberg, por ejemplo) aparecen relativamente poco en los datos recogidos.

Tampoco se hace evidente en estos datos una diferencia clara entre hombres y mujeres. De acuerdo con las investigaciones anteriores, se esperaría que la mujer, tradicionalmente más vinculada a las labores de crianza, valorase especialmente esta vertiente generativa de la relación de pareja. Sin embargo, como hemos visto, esto no aparece claramente en los datos: aunque las mujeres sí mencionan con algo más de frecuencia la categoría 'Famiia', estas diferencias no alcanzan la significación estadística.

Junto con los aspectos importantes o más valorados en la trayectoria temporal que ha seguido la relación de pareja, otro aspecto que merece tenerse en cuenta es la consideración de aspectos del pasado que se perciben como errores o como elementos que se desearía cambiar si fuese posible. En el caso del estímulo diseñado para recoger este tipo de significados ('En mi relación de pareja, de haberlo sabido...'), lo primero que destaca es el gran número de personas que rehúsan dar una respuesta ante una cuestión como esa. Así, si sumamos los que afirman que no cambiarían nada (21,3%) y los que directamente no contestan

(18,8%), se obtiene que sólo 6 de cada 10 participantes menciona algo que hubiese cambiado en el pasado de la relación. Para 4 de cada 10, todo parece haber transcurrido de la mejor forma posible, lo que convierte a este tipo de respuesta en la mayoritaria. Estos datos están en coherencia con el optimismo generalizado que ya se ha detectado en la valoración de la satisfacción marital o en los significados asociados al presente de la relación. Esta ausencia de cambios es algo mayor en los hombres que en las mujeres, y mayor entre los que superan los 40 años, aunque la diferencia en ningún caso alcanza niveles de significación estadística.

Entre los cambios destacados por los participantes en el estudio, aquellos referidos al 'timing' de la relación (comenzar antes o después) son los más numerosos, seguidos por comportamientos personales que se hubiesen cambiado (p.e. demostrar más cariño, ser más abierto, ser más sincero, etc.) y las decisiones de pareja (especialmente, en este caso, respecto a los hijos, su número o distribución en el tiempo).

### 7.2.3. El futuro de la relación

Los significados asociados a la relación de pareja no únicamente hacen referencia al pasado de la relación o a su estado actual, sino que se extienden hacia un futuro imaginado, que incluye planes y objetivos a conseguir, estados que se desearían alcanzar o amenazas que quisieran ser evitadas.

Esta importancia de las expectativas y planes de futuro como elemento que motiva el comportamiento, sirviendo de guía para la toma de decisiones (en las que se tiene en cuenta si nos aproximan a nuestros objetivo o nos alejan de ellos) y como elemento que permite evaluar los estados presentes (que se valoran como mejores o peores en función de su cercanía o lejanía respecto a los estados que se desearían) ha sido resaltado por numerosos autores respecto al desarrollo personal (ver, por ejemplo, Brandtstädter y Greve, 1994; Sheldon y Passer, 2001). Las relaciones de pareja, como dimensión importante de ese desarrollo personal, y como unidad misma de desarrollo que implica una trayectoria, objetivos y planes

compartidos (al menos, hasta cierto punto) es un territorio en el que esos objetivos y planes pueden ser igualmente relevantes.

En cuanto al primero de los estímulos, 'En el futuro mi relación de pareja', las respuestas claramente se distribuyen en dos grandes categorías: aquellas que piensan ese futuro en términos de continuidad (47%) y aquellas que están relacionadas con las mejoras (37,5%). La presencia de significados de contenido negativo, ya sea en términos de deterioro de la relación o de simple incertidumbre, presentan unas frecuencias muy pequeñas, llegando apenas al 8% si sumamos las dos.

Sin embargo, esos resultados no pueden entenderse sin referencia a la influencia decisiva de la edad en ellos. Como hemos visto en el capítulo anterior, existe una clara tendencia asociada a la edad por la que los más jóvenes mencionan ideas más vinculadas a la mejora, mientras que en las cohortes más mayores pasan a dominar las respuestas alrededor de la idea de continuidad.

A parte de una cierta tendencia entre los más jóvenes a mencionar en mayor medida respuestas vinculadas a la incertidumbre (quizá porque la pareja es reciente y en algunos casos no se percibe como suficientemente sólida y definitiva), el cambio fundamental es de la mejora y el progreso a la estabilidad y la continuidad. Es decir, cuando se es joven y la pareja es relativamente reciente, cada miembro tiene en su horizonte temporal conseguir determinados objetivos percibidos como mejoras: crear una familia, ser más madura, contar con más experiencia. Este espacio para la mejora es amplio y se cuenta con el tiempo necesario para cubrirlo. Sin embargo, a medida que pasan los años, y quizá los objetivos ya se han cumplido, o el tiempo futuro percibido para hacerlo ya escasea, la idea de evolución de la pareja se centra en el 'quedarse como se está'. Lo que se desea es, fundamentalmente, que las cualidades positivas que la pareja tiene en el presente se mantengan en el futuro.

Este recorte de los planes y objetivos de cambio futuro en el dominio de la pareja es equivalente a otros movimientos similares en otros dominios de la experiencia. Por ejemplo, Brandtstädter y su equipo de investigación han descrito cambios similares asociados al envejecimiento respecto a las expectativas sobre el

desarrollo personal (Brandtstädter y Greve, 1994; Brandtstädter, Rothermund y Schmitz, 1998). Según sus estudios, a medida que las personas envejecen las energías cada vez se invierten menos en la consecución de objetivos ambiciosos que implican cambios radicales respecto al presente. Por el contrario, las personas tendemos, especialmente en los últimos años, a reajustar nuestras expectativas de futuro en términos más modestos, más vinculados al presente. El futuro, en este sentido, se convierte en una extensión del presente y para las personas mayores en muchas ocasiones el futuro que se desea es, simplemente, 'quedarse como uno está' o evitar las amenazas que cada vez se perciben en mayor medida para los años venideros (ver, por ejemplo, Villar 1998, 2006). Este cambio sería adaptativo en el sentido que permite a las personas conservar aquellos aspectos valorados que se poseen y minimiza el riesgo de fracaso en la consecución de objetivos demasiado ambiciosos en un contexto, que se acentúa a medida que envejecemos, en el que los recursos y sobre todo el tiempo disponible, comienzan a escasear. Sería, por otra parte, un ejemplo de compensación de acuerdo con el esquema de estrategias adaptativas propuestas desde la perspectiva del ciclo vital y que hemos descrito en el primer capítulo de este trabajo.

Carstensen, por su parte, plantea un movimiento similar, tal y como se ha comentado en el capítulo 1 (ver, por ejemplo, Carstensen y Charles, 1999). Esta autora encuentra que, a medida que nos hacemos mayores, tendemos a priorizar los contactos sociales que nos proporcionan recompensas emocionales (es decir, recompensas vinculadas a la satisfacción presente, aquí y ahora) por encima de aquellos que nos proporcionan recompensas informacionales y de aprendizaje (en cierta medida, mucho más vinculadas al futuro). El motor que impulsa el cambio es, precisamente, el acortamiento de la perspectiva temporal que experimentamos cuando nos hacemos mayores. El futuro ya no se percibe como algo infinito y lejano, sino como algo limitado, lo que implica una mayor valoración de aquello que ya tenemos y podemos perder, del presente.

Estas grandes diferencias asociadas a la edad aparecen también en las respuestas al segundo de los estímulos vinculados al futuro: 'Cuando seamos más mayores me gustaría'. Así, la idea de continuidad de la pareja es sin duda el significado central que evoca el futuro deseado para nuestros participantes. Sin

embargo, esa idea de continuidad se expresa de manera diferente en función de la edad del participante.

Mientras que en las cohortes más jóvenes es una continuidad que pretende inmunizar a la pareja frente a posibles rupturas (separaciones, divorcios), a medida que se avanza en la edad este tipo de respuestas desaparece, como si se diera por sentado que la pareja ya es lo suficientemente sólida como para no romperse por la voluntad de alguno de sus miembros. En cambio, comienzan a aparecer cada vez más respuestas que aluden al paso de los años y el envejecimiento, mencionando la conservación en esos últimos años de cualidades positivas que se tienen en el presente. Así, entre los más mayores la idea de 'envejecer juntos' o de 'ver progresar a hijos' o 'crecer los nietos' son las dominantes.

En coherencia con el abandono de la idea de progreso y mejora a medida que transcurren los años, la categoría 'Aspectos materiales y económicos', que aludiría de manera directa a las metas futuras más tangibles (tener más dinero, comprar una casa mejor, aumentar el nivel de vida), si bien presenta una frecuencia siempre minoritaria, tiene tendencia a desaparecer a medida que la edad del participante aumenta.

Este cambio en las expectativas futuras se aprecia también cuando los participantes se refieren a los miedos y amenazas que percibe en el futuro de la pareja.

En este sentido, las respuestas al estímulo 'Lo que me preocupa de nuestro futuro es...' se encuentran muy distribuidas entre menciones a la salud (que recibe la mayor frecuencia de respuestas), a la continuidad en la existencia de la pareja, al mantenimiento de una buena vida de pareja (el elemento de intimidad que ya hemos comentado en estímulos anteriores), a aspectos de tipo material (economía, trabajo, etc.) o a la familia (y en concreto, a los hijos).

Cuando esta nube de categorías se examina en función de la edad de la persona que las emite, el panorama se aclara mucho más. Así, en los inicios de la pareja (la cohorte más joven), las preocupaciones fundamentales son tres: que la pareja continúe existiendo en el futuro (lo que coincide con el elemento de incertidumbre que ya hemos destacado en otros estímulos referidos al futuro), que

se cumplan ciertos hitos de tipo material (llegar a cierto nivel económico, compra de una vivienda, etc.) y que se mantenga el elemento de intimidad que hemos visto que es el ingrediente definitorio de la relación de pareja.

A medida que se toman en cuenta cohortes de mayor edad, esas tres categorías pierden importancia. Entre las personas de 30 a 40 años, las menciones a la familia (y en concreto, a los hijos) son más numerosas, pero sobre todo la categoría que comienza a recibir el grueso de respuestas es la referida a la salud. Este aspecto, la salud, que está ausente de las respuestas de los más jóvenes, acapara más del 75% de respuestas a partir de los 40 años. A partir de esas edades, parece ser algo que ya no se da por descontado, sino que se sitúa como un escenario de futuro que amenaza a la pareja. En este sentido, es un elemento similar al destacado por las personas más mayores al hablar de sus deseos de futuro para la pareja: si estos eran 'que nos quedemos como estamos', cuando se habla de las preocupaciones aparece el 'que no nos enfermemos', que viene a ser algo similar. Lo que parecen desear las personas de nuestra muestra del futuro es la continuidad de la situación presente, que se percibe en términos positivos, y el no caer en ciertas amenazas, relacionadas con la salud, que se vislumbran en el horizonte temporal futuro. Estos resultados son, como se puede observar, muy similares a los obtenidos por Brandstadter y su equipo cuando estudian las perspectivas de futuro respecto al desarrollo del yo.

#### 7.2.4. Conflictos y su resolución

Por último, el estudio incluyó un par de preguntas abiertas sobre los temas de discusión y la resolución de conflicto.

Respecto a las discusiones, lo primero que llama la atención de los resultados obtenidos es que muy pocos participantes aseguran no tener áreas de discusión. Apenas un 6,4% de los participantes afirman que no discuten por su pareja.

Respecto a los temas de discusión, son muy variados. Entre ellos, está presente una vez más el componente intimidad que tan definitorio de la relación aparecía en estímulos anteriores, y que tienen que ver con la unión y la manera de llevar la

relación por una parte, y el tiempo, actividades y convivencia cotidiana por otra. Junto a este componente, las relaciones que establece la pareja con elementos sociales ajenos a ella (especialmente los amigos y la familia de cada uno de los miembros) y los elementos más vinculados a lo material (finanzas, trabajo, etc.) aparecen también como áreas de potencial conflicto.

Al igual que ocurre con muchas de las anteriores preguntas, para entender las respuestas es necesario tener en cuenta la influencia de la edad. En la cohorte más joven las discusiones suelen girar en torno a aspectos centrados en la convivencia y manera de llevar la relación, por una parte, y a rasgos, comportamientos o hábitos del otro que se perciben como problemáticos o susceptibles de mejorar. Estos conflictos son coherentes con un momento de la pareja en el que se está consolidando y estableciendo los patrones de relación que la marcarán en un futuro. Se ha de tener en cuenta también que muchas de estas parejas jóvenes todavía no conviven juntas.

Entre las personas más mayores, las preocupaciones relacionadas con la consolidación de la pareja desaparecen y destacan otras, como son las relaciones de la pareja con la familia de uno y otro miembro y los aspectos materiales (el trabajo y la economía), temas centrales de la mediana edad.

También es destacable como aspectos que esperaríamos que apareciesen no lo hacen. Por ejemplo, de acuerdo con el estudio de Henry, Miller y Giarrusso (2005), expuesto en la introducción de este trabajo, la salud sería un tema de conflicto que aumentaría su importancia a medida que pasaran los años, para llegar a ser un aspecto central en las discusiones de los más mayores. Nada de eso aparece en nuestros datos.

Tampoco aparecen diferencias asociadas al género. Aunque los resultados muestran que los hombres mencionan discutir algo más sobre aspectos materiales y las mujeres sobre aspectos de pareja y la convivencia (la intimidad, antes mencionada), lo que está en coherencia con lo esperado de acuerdo al estudio de Amarato y Rogers (1997) expuesto en la introducción de este trabajo, las diferencias en nuestros datos no son estadísticamente significativas.

Por último, y respecto a los resultados sobre cómo se resuelven los conflictos, nuestros datos no son especialmente ricos. Más que un abanico de posibles estrategias, los participantes mencionan dos maneras fundamentales de resolver conflictos: la comunicación, que implica cesión en muchos casos, y el dejar pasar el tiempo. La primera de ellas es dominante en todas las edades, pero curiosamente es menos frecuente entre los participantes más mayores. Si esto es una tendencia evolutiva o una diferencia asociada a cambios generacionales es algo que no puede ser esclarecido a partir de nuestros datos.

### **7.3. Percepción de cambios evolutivos**

El último de los objetivos propuestos en el presente trabajo tenía que ver con la percepción de las personas de la muestra de la evolución y cambios en el tiempo de su relación de pareja. En concreto, se pretendía examinar qué ingredientes de la relación permanecían estables, cuáles cambiaban y en qué sentido se percibían los cambios.

Tomando la muestra de manera global, los resultados obtenidos expresan un notable optimismo. Aspectos como el conocimiento mutuo, la confianza, el cariño, el compromiso, la comprensión y el apoyo recibido reciben puntuaciones que detonan altas percepciones de crecimiento a lo largo del tiempo desde que la relación de pareja comenzó. Sólo dos de los ítems incluidos en el cuestionario, la pasión y las relaciones sexuales, mostraban ligeros decrementos en el tiempo de acuerdo con los participantes en el estudio.

Sin embargo, un análisis más detallado de los resultados obtenidos permite llegar a conclusiones algo más matizadas.

En primer lugar, los 18 ítems del cuestionario parecían agruparse en cuatro grandes componentes: pasión, intimidad, conflicto y tiempo compartido. Esta estructura reproduce sólo parcialmente la presentada por Sternberg, en la que basamos muchos de los ítems incluidos en nuestro cuestionario. Así, mientras el componente 'Pasión' se mantiene, los ítems supuestamente pertenecientes a los componentes 'Intimidad' y 'compromiso' de Sternberg tienden a cargar en un único

componente en el caso de nuestro cuestionario, al que hemos denominado 'Intimidad'.

Los dos componentes restantes ('Conflicto' y 'Tiempo compartido') son fruto de ítems adicionales a los basados en Sternberg que se incluyeron en el cuestionario. El caso del componente 'Conflicto' es especialmente interesante, ya que incluye ítems cuya puntuación va en sentido contrario al del resto: puntuaciones elevadas en ellos indican una mala (y no una buena, como en el resto) relación de pareja. Esta dirección contraria de las puntuaciones se manifiesta en la media que obtiene este componente, que es la más baja de los cuatro componentes, indicando que el conflicto se percibe como disminuyendo ligeramente a medida que transcurre el tiempo de relación.

También son destacables las diferentes puntuaciones medias que obtienen los componentes 'Pasión' e 'Intimidad': mientras en aquella se percibe estabilidad (teniendo en cuenta toda la muestra), en esta claramente se percibe un incremento con el tiempo. Estos resultados son coherentes con los estudios realizados por Sternberg o basados en su esquema de componentes (y que expusimos en el capítulo 2 de la introducción), que sugerían la pasión es un componente que declina a medida que transcurre el tiempo de relación, mientras que la intimidad tiende a aumentar con el tiempo. De acuerdo con las percepciones de los participantes en nuestra muestra, esto es lo que sucede. La pasión no aumenta con el tiempo, mientras que la intimidad (en términos de conocimiento mutuo, confianza, cariño, apoyo, etc.) sí se cree que crece claramente.

También en estos resultados, sin embargo, la edad parece influir significativamente. Su influencia parece ser en términos de mostrar un menor optimismo respecto a cómo ha evolucionado la pareja: prácticamente todos los ítems evaluados mostraron correlaciones negativas con la edad. Estas correlaciones son especialmente elevadas en ítems como los relacionados con las relaciones sexuales (tanto su cantidad como su calidad), la frecuencia de besos y caricias o la pasión.

De manera coherente con estos resultados, el análisis de la relación entre la edad y los diferentes componentes extraídos del cuestionario muestra que las

personas más mayores tienden a ser claramente menos optimistas respecto a la evolución del componente 'Pasión': mientras el grupo de los más jóvenes obtiene una media ligeramente superior a 3,5, en el grupo de los más mayores esta media no llega a los 2,5 puntos, lo que les sitúa claramente en una percepción pesimista respecto a cómo evoluciona la Pasión en la pareja. Los descensos en el componente 'Intimidad' son también apreciables y estadísticamente significativos, aunque no tan acusados.

Así, nuestro datos sugieren que mientras los jóvenes ven la evolución de su relación de pareja como creciendo y mejorando en todos los aspectos, este optimismo se va moderando con el paso de los años, acercándose más a una visión de estabilidad en el componente 'Intimidad' (que hemos visto que era el definitorio para las relaciones de pareja) o incluso a un cierto pesimismo en cómo cambian los aspectos más pasionales. En este sentido, para percibir el descenso en la pasión del que ya hablaba Sternberg, parece necesario tener la perspectiva temporal que da haber pasado ya bastantes años juntos.

La percepción del cambio en la relación de pareja también se mostró relacionada con la salud. Aun parcializando el efecto de la edad (ya que las personas más mayores presentaban una percepción más negativa de su salud y de la de su pareja), la estimación de la salud propia y de la salud de la pareja afectaba principalmente a los ítems correspondientes al componente 'Pasión', y a la propia puntuación global del componente. Así, aquellos que veían su salud (o la de su pareja) en términos menos optimistas, también eran menos optimistas respecto a la evolución de la cantidad y calidad de las relaciones sexuales y, en general, de la Pasión en su relación de pareja. Este resultado está en coherencia con una visión de este componente, ya propuesta por Sternberg, que lo vincula con los aspectos más biológicos e instintivos.

Por último, tener una visión de crecimiento o de declive en la evolución de la propia relación de pareja parece estar relacionado con la satisfacción que se tiene con esa relación.

Así, las correlaciones entre la puntuación en la Escala de Satisfacción Marital de Hendrick y los diferentes componentes del cuestionario de percepción en la

evolución de la relación de pareja son muy altas, positivas en el caso de los componentes 'Pasión', 'Intimidad' y 'Tiempo' compartido, negativas (como era esperable) en el caso del componente 'Conflicto'. Aún así, las correlaciones más altas se obtienen con el componente 'Intimidad', lo que reafirma el valor central de este aspecto en la relación de pareja, valor que ya habíamos mencionado al comentar los resultados obtenidos de las respuestas a las frases incompletas.

## 8. OCTAVO CAPÍTULO: CONCLUSIONES

Las principales conclusiones del trabajo realizado, de acuerdo a los resultados descritos en el capítulo 6 y su discusión expuesta en el capítulo 7, se pueden resumir en los siguientes 12 puntos:

1. La satisfacción con la relación de pareja es, en general, muy alta. De igual manera, en general los significados asociados a la relación de pareja son positivos (tanto en su dimensión presente como pasada o futura) y un número importante de personas son incapaces de generar significados de naturaleza negativa incluso cuando se les pide explícitamente. Además, la percepción de la trayectoria que ha seguido la pareja es optimista, indicando crecimiento más que estabilidad o declive.
2. Las puntuaciones en satisfacción con la relación de pareja parecen seguir una relación con la edad en forma de U. Los grupos de edades intermedias mostraban menores puntuaciones en la escala de satisfacción, aunque siempre dentro de unos valores altos. Estos resultados están en coherencia con estudios anteriores sobre la evolución de la relación de pareja y el impacto de ciertos hitos evolutivos (p.e. tener hijos) sobre esa satisfacción.
3. Desde un punto de vista psicométrico, la adaptación al español de la Escala de Satisfacción Marital de Hendrick y Hendrick (1988) presenta unas propiedades más que aceptables, y en todo caso comparables a las de la versión original en inglés.
4. El concepto de intimidad parece ser el central en la definición de la relación de pareja de acuerdo con los participantes en el estudio. Los aspectos relacionados con la pasión o el compromiso aparecen mucho menos. Al considerar el presente de la relación aspectos como compartir, convivir, dar y recibir son los más mencionados. De igual manera, estos mismos aspectos son los más

mencionados al aludir a aspectos potencialmente mejorables en la relación. Al considerar la relación desde el pasado, son los elementos de intimidad los que se mencionan como lo mejor de haber estado en pareja.

5. Los significados que indican elementos afectivos relacionados con un componente de pasión en la relación tienen a ser menos numerosos a medida que aumenta la edad de las personas que responden.
6. A medida que las personas son más mayores, las referencias a un aspecto generativo de la pareja, concretado sobre todo en la creación de una familia que va más allá de la propia pareja (hijos, nietos) aparece con mucha mayor frecuencia.
7. A medida que se consideran respuestas de personas más mayores, las aspiraciones futuras de la pareja se centran más en la continuidad de los aspectos positivos del presente que en el logro de mejoras. En los más jóvenes, el futuro representa a veces una cierta incertidumbre, pero sobre todo un horizonte de progreso en la relación. A partir de la mediana edad, las personas de nuestra muestra lo que desean es, sobre todo, que el futuro sea igual que el presente.
8. Entre los miedos asociados al futuro de la pareja, en los jóvenes se centran en la posibilidad de ruptura o en no alcanzar los hitos de progreso propuestos. A partir de la mediana edad, las respuestas centradas en la salud son las más frecuentes.
9. La presencia de discusiones y aspectos en los que los se está en desacuerdo es algo normativo en las relaciones de pareja de acuerdo a las respuestas obtenidas. Los temas de discusión en los jóvenes tienen que ver con la consolidación de la relación (hábitos de uno y otro, maneras de llevar la relación, etc.). A partir de la mediana edad estos temas se sustituyen por otros nuevos, como la familia o los aspectos materiales (trabajo, economía, etc.)

10. La percepción de cómo ha evolucionado la pareja en el tiempo depende del tipo de aspecto evaluado. Mientras aquellos ítems que se relacionan con el componente pasional de la relación tienden a ser evaluados como estables en el tiempo, los ítems que se relacionan con un componente de intimidad se considera que han crecido. En general, la evolución de la trayectoria de la pareja se percibe en términos optimistas.
11. A medida que las personas son más mayores y el tiempo pasado en pareja crece, la evaluación de cómo ha evolucionado el tiempo en pareja es menos optimista. En especial, a mayor edad, menor es el crecimiento percibido en los componentes de intimidad y, especialmente (y en coherencia con el punto 5), pasión. El componente pasión también se ve afectado negativamente por la presencia de evaluaciones negativas de la propia salud o de la de la pareja.
12. En general, las diferencias entre hombres y mujeres en satisfacción con las relaciones de pareja, significados asociados a la relación y percepción del cambio en la relación o no existen o son muy débiles, contradiciendo las expectativas que se tenían.

Sin embargo, para interpretar adecuadamente estas conclusiones, así como el resto de resultados obtenidos en el trabajo, es necesario tener en cuenta las limitaciones del estudio. Una de ellas es la referida a la manera en la que se obtuvo la muestra. Tal y como se ha descrito en el capítulo dedicado al método, la muestra se obtuvo de manera intencional, y por ello no podemos considerarla representativa de ningún tipo de población. Así, la extrapolación de los resultados a otro tipo de personas diferentes de los propios participantes en el estudio es necesario hacerla, cuanto menos, con gran cautela.

Por otra parte, también se ha de tener en cuenta que el diseño del estudio es de carácter transversal. Esto es particularmente importante en el caso de este estudio, en el que se ha visto como las diferencias asociadas a la edad son decisivas para comprender los resultados obtenidos. En un estudio transversal como el presente, las diferencias asociadas a la edad pueden ser debidas a cambios de tipo evolutivo

(es decir, a que las personas y sus opiniones, en este caso sus vivencias de la relación de pareja) se transforman a medida que se hacen mayores, pero también cabe una interpretación de tipo generacional. Es decir, también podría ser que las diferencias entre personas de diferentes edades fuesen debidas a que pertenecen también a diferentes generaciones, cada una de ellas con sus propias experiencias y vivencias históricas que pueden afectar a cómo viven la relación de pareja. Discriminar entre unos y otros tipos de efecto es imposible a partir de un estudio transversal, y se necesitarían diseños más sofisticados, de tipo transversal, para hacerlo. Un tipo de diseño que, desgraciadamente, excedía las condiciones y el alcance que tenía que tener un trabajo como el presente.

Por último, también se ha de tener en cuenta que en la descripción de los resultados se han simplificado algunos de ellos para evitar ser excesivamente farragoso. En concreto, el resultado de las interacciones edad x género no está presente en esos resultados. El resultado de esas interacciones, que se obtuvieron para el cuestionario de satisfacción y el cuestionario de percepciones sobre cambios en la relación, no alcanzó en ningún caso la significación estadística.

A pesar de estas limitaciones, los resultados obtenidos pensamos que son de un considerable interés, especialmente en un área en la que no abundan los estudios empíricos y donde el trabajo con una combinación de métodos cuantitativos y cualitativos tampoco es frecuente. Esperamos que estos resultados sean una aportación que potencie futuras líneas de investigación en este ámbito, llevadas a cabo por nosotros mismos o por otros grupos de investigación interesados.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Acevedo, H., Restrepo, L., y Tovar. J. (2007). Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali. *Pensamiento Psicológico*, 8, 85-107.
- Acitelli, L. (1992). Gender differences in relationship awareness and marital satisfaction among young married couples. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 102-110.
- Acitelli, L.K., y Antonucci, T.C. (1994). Gender differences in the link between marital support and satisfaction in older couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 688-698.
- Adams, D.B. (1986). Why there are so few woman warriors. *Behavior Science Research*. 18, 196-212.
- Altman, I., y Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: the development of interpersonal relationships*. Monterrey: Brooks-Cole.
- Amato, P., y Rogers, S.J. (1997). A longitudinal estudy of marital problems and subsequent divorce. *Journal of Marriage and the Family*, 59, 612-624.
- Archer, R. L., y Berg, J. H. (1978). Disclosure reciprocity and its limits: A reactance analysis. *Journal of Experimental and Social Psychology*, 14, 527-540.
- Averill, J.R (1985). The social construction of emotion: with special references to love. En K. J. Gergen y K. E. Davis (Eds.). *The social construction of person*. Nueva York: Springer Verlag..
- Baldwin, J. H., Ellis, G. D. y Baldwin, B. (1999). Marital satisfaction: an examination of its relationship to spouse support and congruence of commitment among runners. *Leisure Sciences*, 21, 117-131.
- Baltes, P.B. (1979). Life-span developmental psychology: some converging observations on history and theory. En P.B. Baltes y O.G. Brim (Eds.). Life-

- span development and behavior. Vol. 2 (pp. 255-279). Nueva York: Academic Press.
- Baltes, P.B. (1983). Life-span developmental psychology: Observations on history and theory revisited. En R.M. Lerner (Ed.), *Developmental psychology: historical and philosophical perspectives* (pp. 79-111). Hillsdale: Lawrence Erlbaum.
- Baltes, P.B. (1987). Theoretical propositions of Life-span developmental psychology: on the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23, 611-626.
- Baltes, P.B. (1997). On the incomplete architecture of human ontogeny. *American Psychologist*, 52, 366-380.
- Baltes, P.B. (2000). Autobiographical reflections: from developmental methodology and Lifespan psychology to gerontology. En J.E. Birren y J.J.F. Schroots (Eds.). *A history of geropsychology in autobiography* (pp. 7-26). Washington: American Psychological Association.
- Baltes, P.B. y Baltes, M.M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. En P.B. Baltes y M.M. Baltes (Eds.), *Successful aging. Perspectives from the behavioral sciences* (pp. 1-34). Cambridge: Cambridge University Press.
- Baltes, P.B. y Goulet, L.R. (1970) Status and issues of a life-span developmental psychology. En L.R. Goulet y P.B. Baltes (Eds.), *Life-span developmental psychology: Research and theory*. Nueva York: Academic Press.
- Baltes, P.B., Staudinger, U.M., y Lindenberger, U. (1999). Lifespan psychology: theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50, 471-507.
- Baltes, P.B.; Dittmann-Kohli, F. y Dixon, R.A. (1986). Multidisciplinary propositions on the development of intelligence during adulthood and old age. En A.B. Sorensen; F.E. Weinert y L.R. Sherrod (Eds.) *Human development and the life course: Multidisciplinary perspectives*. Hillsdale: Lawrence Earlbaum.
- Baltes, P.B.; Lindenberger, U. y Staudinger U.M. (1998). Life-span theory in developmental psychology. En W. Damon (Ed. de la serie); R.M. Lerner (Ed.

- del volumen), *Handbook of child psychology 5th edition: Vol. 1. Theoretical models of human development* (pp. 1029-1143). Nueva York: Wiley.
- Barder, E., y, Pearson, P. (1998). *In quest of the mythical mate*. Nueva York: Brunner/ Mazel.
- Bardin, L. (1986). *Análisis de contenido*. Madrid: Akal/Universitaria. (original en francés de 1977).
- Batenson, G. (1979). *Mind and nature: a necessary unity*. Nueva York: Bantam Books.
- Behar, J. (1993). Observación y análisis de la producción verbal de la conducta. En M.T. Anguera (Ed.) *Metodología observacional en la investigación psicológica*. Barcelona: PPU.
- Bell, D. (1987). *Ser varón*. Barcelona: Kairos.
- Belsky, J. (1990). Children and marriage. En Fincham, J., y Bradbury, T. (eds.), *The psychology of marriage*. Nueva York: Guilford.
- Belsky, J. (2001). *Psicología del envejecimiento*. Madrid: Paraninfo.
- Berscheid, E., Walster, E (1978). *Interpersonal attraction*. Massachusetts: Addison Wesley.
- Berelson, B. (1971). *Content analysis in communication research*. Nueva York: Hafner.
- Berscheid, E (1983). Emotion. En H.H. Kelley (Ed.), *Close relationships* (pp. 110-168). Freeman. Nueva York.
- Berscheid, E., Walster, E (1974). *A little bit about love*. En T.L. Huston (Ed.), *Foundations on Interpersonal attraction*. Nueva York: Academic Press.
- Berscheid, E., y Hatfield, E. (1982). *Atracción interpersonal*. Bogotá: Fondo educativo Interamericano.
- Bowlby, J. (1969). *El vínculo afectivo*. Buenos Aires: Paidós.
- Brandstädter, J. y Greve, W. (1994). The aging self: Stabilizing and protective processes. *Developmental Review*, 14, 52-80.

- Brandtstädter, J.; Rothermund, K. y Schmitz, U. (1998). Maintaining self-integrity and efficacy through adulthood and later life: The adaptive functions of assimilative persistence and accommodative flexibility. En J. Heckhausen y C.S. Dweck (Eds.), *Motivation and self-regulation across the life-span* (pp. 365-388). Nueva York: Cambridge University Press.
- Burin, M., y Meler, I. (1998). *Género y familia. Poder, amor y sexualidad en la construcción de la subjetividad*. Buenos Aires: Paidós.
- Busby, D. M. & Gardner, B. C. (2008). How do I analyze thee? let me count the ways: considering empathy in couple relationships using self and partner ratings. *Family Process*, 47, 229-242.
- Buss, D. M. (1985). Human mate selection. *American Scientist*, 73, 47 - 51.
- Buss, D. M. (1989). Sex differences in human mate preferences: evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioural and Brain Sciences*, 12, 1-49.
- Buss, D. M., y Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal Personality and Social Psychology*, 50, 553- 570.
- Buss, D. M., y Schmitt. D. P. (1993). Sexual strategies theory: an evolutionary perspective on human mating. *Psychological Review*, 100, 204-232.
- Byrne, D., y Clore, G. (1970). A reinforcement model of evaluative responses. *Personality International Journal*. 1, 13-128
- Campbell, S. (1980). *The couples journey: Intimacy as a path to wholeness*. San Luis: Impact Publishers.
- Carstensen, L.L. (1987). Age-related changes in social activity. En Carstensen, L.L., y Edelstein, B.A. (Eds) (1987), *Handbook of clinical gerontology*. Nueva York: Pergamon Press.
- Carstensen, L.L. (1991). Selectivity theory: social activity in life-span context. *Annual Review of Gerontology y Geriatrics*, 11, 195-217.
- Carstensen, L.L. (1995). Evidence for Life-span theory of socioemotional selectivity. current direction. *Psychological Science*, 4, 151-156.

- Carstensen, L.L. (1998). A lifespan approach to social motivation. En J. Heckhausen., y C.S Dweck (Eds.). *Motivation and self- regulation across the lifespan* (pp. 341-364). Nueva York: Cambridge University Press.
- Carstensen, L.L., Fung. H. y Charles,S. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second of life. *Motivation and Emotion*. 27, 103-123.
- Carstensen, L.L., Gottman, J.M., y Levenson, R.W. (1995). Emotional behavior in long-term marriage. *Psychology and Aging*, 10, 140-149.
- Carstensen, L.L., Isaacowitz, D. M., y Charles, S.T. (1999). Taking time seriously: theory of socioemotional selectivity. *American Psychology*, 54, 165-181.
- Carter, E., y McGoldrick. (1980). *The family life cycle: A framework for family therapy*. Nueva York: Garner.
- Catell, R., y Nesselrode, J. (1967). Likeness and completeness theories examined by 16 personality factor measures on stable and unstable married couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 7, 351-361.
- Charles, S. T., y Carstensen, L. L. (2002). Marriage in old age. En Yalom, M., y Carstensen, L. L. (eds). *Inside the American couple: New thinking, new challenges*. Berkeley: University of California Press.
- Clarke, A. (1952). An examination of the operation of residual propinquity as a factor in mate selection. *American Sociological Review*. 27, 17-22.
- Cohen, J. (1960). A coefficient of agreement for nominal scales. *Educational and Psychological Measurement*, 20, 37-46.
- Conger, R.D., Lorenz. F.O., Elder, G.H. y Simons, J.R. (1993). Husband and wife differences in response to undesirable life events. *Journal of Health and Social Behavior*, 34, 71-88.
- Contreras, R., Hendrick, S., y Hendrick, C. (1996). Perspectives on marital love and satisfaction in Mexican American and Anglo-American couples. *Journal of Counseling & Development*, 74, 408-414.
- Costa, M., y Serrat, C. (2001). *Terapia de pareja. Un enfoque conductual*. Madrid: Alianza.

- Cowan C.P. y Cowan P.A. (1999). *When partners become parents: the big life change for couples*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Crawford, D. W., Houts, R. M., Huston, T. L., & George, L. J. (2002). Compatibility, leisure and satisfaction in marital relationships. *Journal of Marriage and Family*, 64, 433-449
- Díaz, J. (2003). *Prevención de los conflictos de pareja*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Dicks, H. (1967). *Marital tensions*. Nueva York: Basic Books.
- Dion, K. L., y Dion, K. K. (1973). Correlates of romantic love. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 41, 1, 51-56.
- Dorfman, L. T. (1992). Couples in retirement: division of household work. En Szinovacz M., Ekerdt, D. J., y Vinick, B. H. (Eds.). *Families and retirement*. Newbury Park CA: Sage,.
- Duval, E. (1967). *Family development*. Nueva York: Lippincott Co. New York.
- Erikson, E.H. (1950). *Childhood and society*. Nueva York: Norton.
- Erikson, E.H. (1982). *The life cycle completed*. Nueva York: Norton.
- Exner, J. E. (1973). The self-focus sentence completion: A study of egocentricity. *Journal of Personality Assessment*, 37, 437-455.
- Featherman, P.L.; Smith, J. y Peterson, J.G. (1990). Successful aging in a post-retired society. En P.B. Baltes, y M.M. Baltes (Eds.), *Successful aging. Perspectives from the behavioral sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Feeney, J. A., y Noller, P. (1990). Attachment Style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social and Social Psychology*, 58, 281 – 291.
- Fine, R. (1985). The academy of love. *Current Issues in Psychological Practice*, 2, 25-40.
- Fisher, H. (1992). *The anatomy of love*. Nueva York: Norton.

- French, E. (1958). Development of a measure of complex motivation. In J. W. Atkinson (Ed.), *Motives in fantasy, action and society* (pp. 242-248). Princeton, NJ: Van Nostrand Reinhold.
- Fromm, E. (1956). *El arte de amar*. Barcelona: Paidós.
- Gottman, J., Silver, N. (2006). *Siete reglas de oro para vivir en pareja*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana S.A.
- Griffitt, W. (1974). Attitude similarity and attraction. En T. L. Huston (Ed.): *Foundations on interpersonal attraction*. Nueva York: Academic Press.
- Hagestad, G.O. (1990). Social perspectives on the life course. En R.H. Binstock y L.K. George (Eds.), *Handbook of aging and the social sciences* (151-68). San Diego: Academic Press.
- Haley, J. (1974). *Tratamiento de la familia*. Barcelona: Toray.
- Hatfield, E., y Rapson, R. L. (1996). *Love and sex: cross-cultural perspectives*. Boston: Allyn y Bacon.
- Havighurst, R.J. (1972). *Developmental tasks and education* (3rd Ed.). Nueva York: Mckay.
- Hazan, C., y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511- 524.
- Heider, F.(1958). *The psychology of Interpersonal relations*. Nueva York: Wiley.
- Hendrick, C., y Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 392- 402.
- Hendrick, C., y Hendrick, S. (1987). Love and sex attitudes and religious beliefs. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 5, 391-398.
- Hendrick, S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 92-98.
- Hendrick, S., Hendrick., C., y Adler, N.L. (1988). Romantic relationships: love, satisfaction and staying together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 980-988.
- Hendrick, S., y Hendrick, C. (1992). *Liking, loving and relationg*. California: Brooks Cole Pub. Co. Pacific grove.

- Henry, R. G., Miller, R. B., y Giarrusso, R. (2005). Difficulties, disagreements, and disappointments in late-life marriages. *Aging and Human Development*, 61, 243-264.
- Hidalgo, M.V. (1998). Transición a la maternidad y la paternidad. En A.M.J. Rodrigo y J. Palacios (Eds.), *familia y desarrollo humano (pp. 161-180)*. Madrid: Alianza.
- Hill, R. (1971). Modern systems theory and the family: a confrontation. *Social Science Information*, 10, 7-26.
- Homans. G. C (1950). *The human group*. Nueva York: Hartcourt Brace Jovanovich.
- Izquierdo, A. (2005). Psicología del desarrollo de la edad adulta teorías y contextos. *Revista Complutense de Educación*, 16, 2, 601- 619.
- Jacobson, N.S. (1979). Behavioral treatments for marital discord: Acritical appraisal. En M. Hersen, R. Eister y P.M Miller (Eds.), *Progress in behavior modifications*. Nueva York: Academic Press.
- Jimenez, F. (1981). *Psicología social*. México: Uned.
- Johnson, H. A., Zabriskie, E. B., & Hill, B. (2006). The contribution of couple leisure involvement, leisure time, and leisure satisfaction to marital satisfaction. *Marriage and Family Review*, 40.
- Kenny, D., y Acitelli, L. (1994). Measuring similarity in couples. *Journal of Family Psychology*, 8, 417-431.
- Kenrick, D. T., y Cialdini, R. B. (1977). Romantic attraction: Missattribution vs reinforcement explanations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 381-391.
- Kenrick, D. T., y Trost, M. R. (1989). A reproductive exchange model of heterosexual relationship. En C. Herdrick (Ed.), *Close relationships*. California: Sage.: Newbury Park.
- Kerckhoff, A. C., y Davis, K. E. (1962). Value consensus and need complementary in mate selection. *American Sociological review*, 27, 295-303.
- Kimmel, D.C. y Weiner, I.B. (1998). *La adolescencia: una transición del desarrollo*. Barcelona: Ariel.

- Krippendorff, K. (1980). *Content analysis. an introduction to its methodology*. Londres: Sage.
- Kulik, L. (2002). Marital equality and the quality of long term marriage in later life. *Ageing & Society*, 22, 459-481.
- Kurdek, L. A. (1998). The nature and predictors of the trajectory of change in marital quality over the first 4 years of marriage for first-married husbands and wives. *Journal of Family Psychology*, 12, 494-510.
- Kurdek, L. A. (2005). Gender and marital satisfaction early in marriage: a growth curve approach. *Journal of Marriage and Family*, 67, 68-84.
- Lacan, J. (1977). *La familia*. Buenos Aires: Homo Sapiens.
- Lampert, A. (1997). *The evolution of love*. Westport. CT: Praeger / Greenwood.
- Lasswell, T. E., y Lasswell, M. (1976). Love you but i'm not in love whit you. *Journal of Marriage and Family Counselling*, 38, 211-224.
- Laurer, R., Laurer, J. (2007). *Marriage and family: The quest for intimacy*. Nueva York: Mc- Graw Hill Companies.
- Lee. J. A. (1973). *The colours of love*. New Press: Ontario.
- Levinger, G. (1988). Can we picture love?. En R. J. Sternberg y M. L. Barnes. *The psychology of love*. New Haven : Yale university press.
- Levenson, R.W., Carstensen, L.L., y Gotman, J.M. (1993). Long.term marriages: age, gender and satisfaction. *Psychology and Aging*, 8, 301-313.
- Levinger, G., y Snock, J. D. (1972). Un nuevo enfoque en la atracción interpersonal. En J.R. Torregrosa (Ed.). *Teoría e Investigación en la psicología social actual* (pp. 471). Instituto de Opinión Pública: Madrid.
- Loevinger, J. y Wessler, R. (1970). *Measuring ego development: Construction and use of a sentence completion test*. San Francisco: Jossey-Bass.
- López, F. (1984). Adquisición del rol y de la Identidad sexual. *Infancia y Aprendizaje*, 26, 25-40.
- Marsiske, M.; Lang, F.R.; Baltes, M.M. y Baltes, P.B. (1995). Selective optimization with compensation: Life-span perspectives on successful human development. En R.A. Dixon y L. Bäckman (Eds.), *Compensation for psychological deficits*

- and declines: Managing losses and promoting gains* (pp. 35-79). Hillsdale: Lawrence Erlbaum.
- Markides, K., y Hoppe, S. (1985). Marital satisfaction in three generations of Mexican Americans. *Social Science Quarterly*, 66, 147-153.
- Maslow, A. (1954). *Motivación and personality*. Nueva York: Harper y Row.
- Mason, J. (1987). A bed of roses? Women, marriage and inequality in later life. En Allot, P., Keil, T., Brynman, A., and Bytheway, B. (eds). *Women and the life cycle: transitions and turning points*. Nueva York: St Martin's.
- McAdams, D. P. (2001). Generativity in midlife. En M. Lachman (Ed.), *Handbook of midlife development* (pp. 395-443). Nueva York: Wiley.
- Miller, P. J. E., Caughlin, J. P., y Huston, T. L. (2003). Trait expressiveness and marital satisfaction: the role of idealization processes. *Journal of Marriage and Family*, 65, 978-995.
- Minuchin, S., y Fishman, H. (1997). *Técnicas de terapia familiar*. Barcelona: Paidós.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 79-98.
- Murstein, B. I. (1972). Physical attractiveness and marital choice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 22, 8-12.
- Murstein, B. I. (1977). Perceived congruence among premarital couples as a function of neuroticism. En S. Duck (Ed.). *Theory and practice in interpersonal attraction*. London: Academic Press.
- Neugarten, B.L. (1968). *Middle age and aging*. Chicago: University of Chicago Press.
- Neugarten, B.L. y Danan, N. (1973). Sociological perspectives on the life cycle. En P.B. Baltes y K.W. Schaie (Eds.) *Life-span developmental psychology: Personality and socialization*. Nueva York: Academic Press [Perspectivas sociológicas del ciclo vital. En Neugarten, B.L. (1999) (Ed.) Los significados de la edad (p. 107-130). Barcelona: Herder].
- Newcomb, T. (1961). *The acquaintance process*. Nueva York: Holt, Rinehart and Winston.

- Ochoa, I. (1995). *Enfoques en terapia familiar sistémica*. Barcelona: Hender.
- Oliver, M. B., y Hyde, J.S. (1993). *Gender differences in sexuality: a meta-analysis*. *Psychological Bulletin*, 114, 29-51.
- Olson, D., y Cols. (1983). *Families: wat makes the work*. Beverly Hills: Sage.
- Reik, T (1944). *A psychologist looks at love*. Nueva York: Rinehart & Co.
- Rojas, N. (1995). *La pareja, cómo vivir juntos*. Bogotá: Planeta.
- Satir, V. (1980). *Relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Paz.
- Satir, V. (1984). *Relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Paz.
- Schaie, K. W. y Willis, S. L. (2003). *Psicología de la edad adulta y la vejez*. Madrid: Pearson Educación.
- Serrano, G. y Carreño, M. (1993). La teoría de Sternberg sobre el amor. Análisis empírico. *Psicothema*, 5, 151-167.
- Settersen, R.A. Jr.; Hagestad, G.O. (1996a). What's the latest? Cultural age deadlines for family transitions. *The Gerontologist*, 36, 178-188.
- Sheldon, K. M. y Kasser, T. (2001). *Getting older, getting better? Personal strivings and personality development across the life-course*. *Developmental Psychology*, 37, 491-501
- Simpson, J. A., Campbelli, B., y Berscheid, E (1986). The association between romantic love and marriage: kedhart twice revisited. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12, 363- 372.
- Sprecher, S., Aron, A., Hatfield, E., Cortese, A. y Potapova, E. (1994). Love: American style, Russian style and Japanese style. *Personal Relationships*, 1,4, 349- 369.
- Sternberg, R. J. (1988). *El triángulo del amor: intimidad, pasión y compromiso*. Barcelona: Paidós.
- Sternberg, R. J. y Barnes, M. L (1988). *The psychology of love*. New Haven: Yale University.
- Thibaut, J. W. y Kelley. (1959). *The social psychology of group*. Nueva York: Wiley.

- Tordjman, G. (1988). *La pareja, realidades, problemas y perspectivas de la vida en común*. Barcelona: Grijalbo.
- Villar, F., Villamizar, D. y Lopez, S. (2005). Los componentes de la experiencia amorosa en la vejez: personas mayores y relaciones de pareja de larga duración. *Revista de Geriatría y Gerontología*, 40, 166-177.
- Villar, F. (1998). *La representación social del envejecimiento a lo largo del ciclo vital*. Universidad de Barcelona: Tesis doctoral no publicada.
- Villar, F. y Triadó, C. (2006). Personalidad y adaptación en la vejez. En C. Triadó y F. Villar (Eds.), *Psicología de la vejez* (pp. 193-229). Madrid: Alianza.
- Virseda, J. (1995). Elección de pareja. *Revista de Psicología Iberoamericana*, 3, 20-30.
- Visauta, B. (1989). *Técnicas de investigación social I: recogida de datos*. Barcelona: PPU.
- Waller, W., y Hill, R. (1951). *The family a dynamic interpretation*. Nueva York: Holt Rinehart and Winston.
- Walster, E. (1965). The effect of self-esteem on romantic liking. *Journal of Experimental Social Psychology*, 1, 184-197.
- Walster, E., y Walster, G. (1976). Interpersonal attraction. En Bernard Seidenberg y Avin Snadowky (eds). *Social psychology: an Introduction* (pp. 279-308). Nueva York: Free Press.
- Whiteman, S. D., McHale, S. M., & Crouter, A. C. (2007). Longitudinal changes in marital relationships: the role of offspring's pubertal development. *Journal of Marriage and Family*, 69, 1005-1020.
- Willi, J. (1987). *Dynamics of couple therapy. The uses of the concept of collusion and its application to the therapeutic triangle*. New York: Jason Aronson.
- Winch, R.F. (1952). *The modern family*. Nueva York: Holt.
- Wrightsman, L. S. (1994). *Personality development in adulthood: Volume 1: theories and concepts*. Newbury Park, CA: Sage

- Yarnoz, S. (1989). El amor romántico a la luz de la teoría del apego. En A. Echevarría y D. Páez (Eds.), *Emociones: perspectivas psicosociales*. Madrid: Fundamentos.
- Yela, C. (1997). Curso temporal de los componentes básicos del amor a lo largo de la relación de pareja. *Psicothema*, 9, 1-15.
- Yela, C. (2000). *El amor desde la psicología social: ni tan libres, ni tan lejos..* Madrid: Pirámide.
- Yela, C. (1996). Componentes básicos del amor. Algunas matizaciones al modelo de Sternberg. *Revista de Psicología Social*, 11, 131-149.