



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE MÉXICO**

---

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

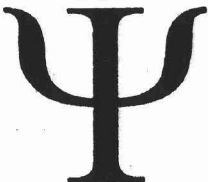
**CONDUCTA ASERTIVA Y SATISFACCIÓN  
SEXUAL EN LA PAREJA**

**TESIS**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTAN:  
SONIA CERVANTES ESPARZA  
ANA LUISA GARCÍA SERRANO**

**DIRECTORA:  
MTRA. BLANCA ELENA MANCILLA GÓMEZ**



MÉXICO, D.F.

OCTUBRE 2005

m. 349428

Agradecemos a la Maestra Blanca Elena Mancilla Gómez por su tiempo, apoyo, aliento, conocimientos y orientación brindados en la elaboración de esta investigación.

Agradecemos a la Dr. Sofia Rivera Aragón, a la Lic. Piedad Aladro, a la Lic. Asunción Valenzuela y a la Lic. Josette Benavides por sus valiosas sugerencias para la culminación de esta investigación.

Agradecemos a la Universidad Nacional Autónoma de México, por habernos dado el medio por el cual sobrevivir.

Agradecemos a nuestras familias por el apoyo absoluto y comprensión brindados en este camino recorrido.

Agradecemos a nuestros amigos por su amistad incansable que nos dio fuerzas para continuar.

Agradecemos a todas aquellas personas que en algún momento colaboraron en la realización de esta investigación.

**Para María Elena, José Luis y Adriana**

**Para Lola, Pepe, Mireya y Rubén**

## RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue conocer cómo se relaciona la conducta asertiva, la no asertiva, la asertivamente indirecta y la satisfacción sexual en la pareja, para lo cual se utilizó la Escala Multidimensional de Asertividad (EMA) de Flores y Díaz-Loving (2004) y el Inventario de Satisfacción Sexual en Matrimonio de Lechuga (2000). Además, se buscaron diferencias significativas en las medias de estas variables tomando en cuenta la edad, sexo y tiempo que han vivido juntos los miembros de la pareja. La muestra estuvo compuesta por 80 personas de ambos sexos cuyas edades oscilaron entre los 18 a 63 años, que actualmente vivieran con su pareja y tuvieran hijos, la cual fue extraída de distintas primarias y jardines de niños y niñas del D.F. Los resultados mostraron una correlación significativa entre las variables asertividad y asertividad indirecta con la satisfacción sexual, además se encontraron diferencias significativas en todas las características sociodemográficas ya mencionadas.

# ÍNDICE

	<b>Páginas</b>
<b>Introducción</b> .....	1
<b>Capítulo I. Pareja y matrimonio</b>	
1. Definiciones de pareja y matrimonio .....	4
2. Ciclo de convivencia de la pareja .....	9
3. Enfoques teóricos de la pareja .....	17
3.1 La pareja según el enfoque sistémico .....	17
3.2 La pareja desde el enfoque psicoanalítico .....	20
3.3 La pareja según el enfoque psicosocial .....	23
3.4 Género y pareja .....	26
<b>Capítulo II. Asertividad</b>	
1. Definiciones de Asertividad .....	35
2. Comportamiento agresivo, pasivo y asertivo .....	39
2.1. Comportamiento pasivo o no asertivo .....	40
2.2. Comportamiento agresivo .....	44
2.3. Comportamiento asertivo .....	49
3. Investigaciones sobre Asertividad .....	59
4. Asertividad en la pareja .....	62
5. Sexualidad y Asertividad .....	67
<b>Capítulo III. Sexualidad y satisfacción sexual en la pareja</b>	
1. Modelo de los cuatro holones sexuales .....	70
1.1. Holón de la reproductividad humana .....	73
1.2. Holón del género .....	74
1.3. Holón de la vinculación afectiva interpersonal .....	76
1.4. Holón del erotismo .....	77
2. Satisfacción sexual en la pareja .....	79
3. Expresiones heterosexuales del erotismo .....	85
3.1. Expresiones eróticas no coitales .....	86

3.2. Expresiones heterosexuales coitales .....	92
<b>Capítulo IV. Método</b>	
4.1. Justificación .....	97
4.2. Pregunta de investigación .....	98
4.3. Hipótesis .....	99
4.4. Definición conceptual y operacional de variables .....	100
4.5. Muestra .....	103
4.6. Escenario .....	103
4.7. Instrumento .....	103
4.8. Tipo de estudio .....	105
4.9. Diseño .....	105
4.10. Procedimiento .....	105
<b>Capítulo V. Resultados</b> .....	107
5.1. Descripción de la muestra .....	108
5.2. Análisis descriptivo de los instrumentos .....	115
5.3. Análisis correlacional .....	118
5.4. Análisis sobre la comparación de medias .....	121
<b>Capítulo VI. Conclusión</b> .....	124
<b>Capítulo VII. Discusión</b> .....	130
<b>Referencias</b> .....	137
<b>Anexo 1</b> .....	146
<b>Anexo 2</b> .....	147

## Introducción

El estudio de la conducta humana es un campo amplio que aún no se conoce del todo y que se puede abordar desde distintos puntos. Así tanto la conducta asertiva como la sexualidad han llamado la atención de la Psicología para su investigación debido a la relevancia que poseen en la vida del ser humano.

Se considera que la importancia de la presente investigación reside en el hecho de que la conducta asertiva constituye un elemento primordial en las relaciones interpersonales placenteras, ya que por medio de ésta las personas tienen la posibilidad de expresar sus necesidades, deseos, emociones, sentimientos, pensamientos y opiniones de manera clara, precisa, no agresiva, defendiendo sus derechos y sin violar los derechos de los demás.

Por otra parte, la sexualidad continúa siendo un tema estigmatizado, reprimido y plagado de falsas creencias, a pesar de los avances científicos y sociales que han tenido lugar en las últimas décadas sobre dicho tema. No obstante, la sexualidad es inherente a la condición humana y como tal ocupa un lugar fundamental en la vida de las personas. De esta manera vemos, que una vida sexualmente satisfactoria contribuye a una mejor calidad de vida evitando ira, culpa, ansiedad, depresión, frustración y/o autodegradación.

Cuando dos personas deciden vivir en pareja surge un proceso nuevo que modifica la vida de ambos miembros. Se adopta un estilo de vida diferente incluyendo responsabilidades sociales, la vida sexual se vuelve legítima y se convive físicamente día a día. Por lo demás, la pareja es un evento de notabilidad sustancial en el curso de cualquier individuo.

Dentro de la vida en pareja, frecuentemente tanto la mujer como el hombre relegan de su vida cotidiana el erotismo que en mayor o menor medida expresaban durante el noviazgo.

La llegada del primogénito da paso a una nueva etapa en la cual la madre y el padre suelen dirigir la mayor parte de su atención a las demandas del nuevo ser, dejando de lado a su persona, la relación de pareja y la satisfacción sexual.

Blanco (1999), menciona que la pareja que pretende funcionar de manera satisfactoria y lograr un éxito en la relación requiere de ciertos elementos que permitan fortalecer los cimientos para la construcción de un proceso que apenas comienza. Uno de estos elementos es la asertividad, la cual permitirá a ambos miembros de la pareja expresar sus pensamientos, sentimientos y emociones en diferentes aspectos de su vida, como la sexualidad. Así, se considera que si la pareja se comporta de manera asertiva obtendrá una satisfacción sexual pues cada uno expresará y escuchará asertivamente los deseos y necesidades del otro.

De esta manera dicha investigación tuvo por objetivo principal conocer cómo se relaciona la conducta asertiva, la no asertiva y la asertivamente indirecta con la satisfacción sexual en la pareja.

En el primer capítulo de este trabajo se abordó a la pareja, brindando una recopilación de definiciones acerca de la misma, una breve revisión de los principales modelos teóricos de las relaciones en pareja, se mencionaron distintas teorías acerca del desarrollo de las mismas e información acerca de la influencia del género en ésta.

El segundo capítulo versó sobre la conducta asertiva, las diferencias entre la conducta pasiva y la conducta agresiva, cuando los derechos propios se ven amenazados, mencionando las características cognitivo-conductuales, definiciones y elementos relacionados en cada caso, para concluir con una breve revisión de las diferentes investigaciones realizadas en el campo de la asertividad, incluidas las relacionadas a la sexualidad.



Dentro del tercer capítulo se considero la satisfacción sexual partiendo del Modelo Sistémico de la Sexualidad (Rubio, 1998). Finalmente se trataron diversas expresiones eróticas coitales y no coitales dentro de la pareja.

En el cuarto capítulo se describió detalladamente el método seguido en la realización de este estudio.

En el quinto capítulo se analizaron los resultados obtenidos de los datos recabados.

En el sexto capítulo se discutieron los resultados conseguidos tomando en cuenta la información derivada de los distintos autores e investigaciones que han hablado sobre estos temas.

Por último, en el apartado de conclusiones se interpretaron los datos alcanzados, discutiendo su relevancia en el ámbito de la Psicología y se mencionaron las limitaciones con las que contó dicho estudio, del mismo modo se proporcionaron algunas sugerencias para próximas investigaciones.

## Capítulo I. Pareja y matrimonio

### 1. Definiciones de pareja y matrimonio

El estudio de la pareja humana se remonta a las más antiguas culturas, su existencia se da con el origen mismo del hombre y la mujer. Así vemos que los seres humanos tendemos a desear la compañía de otros, y por lo tanto a formar estructuras sociales, tales como la pareja.

Respecto a lo anterior Casado (1991), menciona que la tendencia a la vida en pareja, independientemente de que sea de manera legal o social, es una constante que se ha mantenido a lo largo de la historia en la mayoría de las culturas. Inclusive, para la especie humana, más que para otras, las necesidades de afecto, apego, cuidado, cariño, interdependencia, compañía y amor son genéticamente esenciales y determinan la sobrevivencia de la especie (Díaz-Loving y Sánchez, 2002).

En el uso de la lengua se produjo un fenómeno de reducción de sentido por el cual al decir “pareja” queda sobrentendida su referencia como conyugal o matrimonial, o, lo llamado en antropología, relación de alianza o también alianza matrimonial (Puget y Berenstein, 1992). Por lo tanto, el término pareja se utiliza para referirse a la unión que existe entre dos personas se encuentren o no legalmente casadas y mantengan un vínculo afectivo.

La pareja ha sido definida de muy distintas formas. Algunos autores han resaltado el compromiso emocional que se establece en dicha relación. De esta manera, Guerrero y Pacheco (1983), consideran a la pareja como:

Dos seres humanos que están unidos en el verdadero sentido de la palabra, tengan o no una licencia social o religiosa, para vivir juntos, en tanto que cada uno de ellos se sienta comprometido emocionalmente con el otro, independientemente de que la pareja sea heterosexual u homosexual (p.81).

En alusión a este mismo punto, Sánchez (1995) señala que la relación de pareja se comprende como: “La entidad compuesta por dos personas de distinto sexo unidas por un compromiso emocional, más que legal o religioso, cuyo propósito es construir una institución social (familia) basada en normas culturales específicas” (p. 2) .

Masters y Johnson (1983) mencionan que la palabra “matrimonio” significa algo más que la existencia de una licencia matrimonial; diciendo que: “Un hombre y una mujer están unidos en el verdadero sentido de la palabra, tengan o no una licencia para vivir juntos, en tanto que cada uno de ellos se siente comprometido con el otro”. Finalmente concluyen que: “No están comprometidos porque se hayan casado; están casados porque están comprometidos” (pp. 14-15).

Barragán (1988, citado en Lemus, 2001) reconoce que la pareja no se encuentra estática y señala que el matrimonio es una unidad evolutiva. Asimismo menciona que este proceso está integrado por una secuencia de cambios, los cuales habitualmente están acompañados por crisis; y que cuando éstas son resueltas satisfactoriamente, conducen al crecimiento tanto del individuo que integra la pareja como del proceso mismo.

Desde el punto de vista psicoanalítico, González (1984, citado en Solloa, 2001), señala:

La pareja se considera como una relación en la que se repiten anteriores relaciones de objeto y cuya elección se da en forma prácticamente automática debido a la compulsión a la repetición. Es decir, se repite sin saber que se repite. La necesidad de actuar se basa siempre en el pasado para encontrar el placer que se originó en la infancia, sin embargo, también se reproduce el displacer cuando se reprime un recuerdo que causó ansiedad (p. 173).

Siguiendo esta misma línea, Puget y Berenstein (1988) la definen como: “Una estructura vincular entre dos personas de diferente sexo, esto es, una relación intersubjetivamente entre un yo y otro yo” (p. 32).

Diversos autores han subrayado la importancia de la pareja en el ámbito social. Como tal, Parada (1998), menciona que el matrimonio constituye en las sociedades occidentales la forma predominante de formalización de los vínculos reproductivos y afectivos; y que éste ha sido y es hoy todavía, una institución social con la que se pretende organizar la vida sexual de los hombres y las mujeres. Además puntualiza que el matrimonio se define generalmente como una unión establecida entre individuos de sexos diferentes y bajo las modalidades de unión singular (monogamia) o plural (poligamia).

Por otra parte, Álvarez-Gayou (1996), en cuanto a la atracción y a la formación de la pareja menciona:

... Las parejas se integran cuando surge la atracción por la otra persona, esta puede ser correspondida o no, pero cuando se hace recíproca, se manifiesta el enamoramiento, y una de sus características sobresalientes es la de pugnar por hacer permanente una relación y perpetuar el vínculo entre estas dos personas. Así nos encontramos ante el propósito de la vida en pareja que significa entre otras cosas, un proyecto común, mayor intimidad y la práctica de la relación sexual con un carácter cotidiano (p. 13).

En cuanto al sostenimiento de la relación Álvarez-Gayou aclara:

Una vez constituida la pareja, la relación entre ambos requiere, para su mantenimiento, de tres niveles de atracción mutua: a) Nivel de atracción física que muestra el hecho de que exista un gusto físico por la otra persona, y que los acercamientos y relaciones físicas sean gratificantes para ambos; b) Nivel de atracción intelectual que implica la posibilidad de una comunicación abierta en la que los integrantes de la pareja tengan que hablar y compartan intereses y actividades; y, en tercer lugar, c) Nivel de atracción afectiva que consiste en que para que una pareja armónica exista y se desarrolle deben existir sentimientos de amor o cariño entre ambos (p. 13).

Por otro lado, el concepto de matrimonio específicamente se ha definido de muy diversas maneras. Etimológicamente, la palabra matrimonio deriva de las palabras latinas *matrius* y *manium* que significan, respectivamente, madre y carga (Lemus, 2001).

Murdock, (1949) y Westermarck (1984) la han definido como: “Una unión sexual y económica, autorizada formalmente por los familiares y la sociedad” (cit. en Lemus, 2001, p.3).

También se ha visto al matrimonio como una vía para la satisfacción de necesidades. O’Neill (1978, cit. en Master, Jonson y Kolodny, 1995), respecto a lo anterior dice: “El matrimonio sigue siendo básicamente un intento de dos personas que tratan de amarse y de satisfacer recíprocamente sus necesidades” (p. 4).

Diferentes autores destacan el aspecto reglamentario del matrimonio. Parada (1998), dice que actualmente se considera a dicha unión como un contrato civil; y que a pesar de esto, lo único que el matrimonio comparte formalmente con los demás contratos civiles es el hecho de estar basado en un acuerdo de voluntades.

Alvarado en 1987 (cit. en Lemus, 2001) dice que: “Jurídicamente, esta unión se considera una institución social por medio de la cual el hombre y la mujer se unen libremente para perpetuar la especie” (p. 24).

De Piña (1970, cit. en Lemus, 2001) considera a dicha unión como una liga de tipo legal entre dos seres humanos de distinto sexo, de carácter voluntario para la convivencia permanentemente cumpliendo absolutamente con los fines de la existencia.

Díaz-Loving, Gamboa y Canales (1988) mencionan que el matrimonio es un contrato que entre sus cláusulas eclesíásticas incluye concepciones de tiempo (toda la vida), exclusividad (fidelidad), el papel que cada cónyuge debe jugar en la relación (patriarcado), y relaciones sexuales, a las que considera un mal necesario, más que una fuente de placer.

Desde una perspectiva sistémica Framo (1990, cit. en Lemus, 2001), señala:

El matrimonio es más que la suma de sus partes. Es un sistema dentro de otros sistemas que se mantiene en equilibrio por circunstancias tan universales como la manera en que fluye y refluye la dependencia, las luchas por el poder, quién está arriba y quién abajo, quién persigue y quien se pone a distancia, quién pelea y quién se retrae, quien se acerca al otro sexualmente, que tareas hace cada uno en el hogar, quién es la persona disponible de día y quién de noche, quién se ocupa de cuidar a quién, y quién determina los valores acerca de cómo debe ser una vida que valga la pena (p.30).

Conjuntamente Framo especifica que con frecuencia, al transcurrir el tiempo, los esposos cambian de posición entre estas opciones.

Lemus (2001), haciendo un recuento de varias características mencionadas en diversas definiciones hechas sobre el matrimonio nos ofrece la siguiente:

El matrimonio es visto como una institución que promueve el enlace de un hombre y una mujer que se unen libremente para perpetuar la especie, brindar apoyo y proximidad al cónyuge, y con esto lograr la estabilidad y armonía de la relación, participar como una unidad social con su entorno, así como cultivar y transmitir cultura (p. 25).

Finalmente es importante recordar que la pareja y su proceso no es una estructura aislada sino que se ve permeada por distintos factores tales como el contexto histórico, social, político, cultural y religioso, así como los aspectos individuales de los miembros de la misma, por lo cual resulta difícil conceptualizarla sin tomar en cuenta dichos factores. Tal y como menciona Casado (1991): “El modo de relación entre hombre y mujer nunca ha sido ajeno a la cultura del momento histórico, que se manifiesta en criterios religiosos, económicos, políticos, etc.”(p. 17). A este mismo respecto Díaz-Loving (1999), apunta que desde la perspectiva bio-psico-socio-cultural se admite que la realidad humana es dinámica y cambiante, haciendo ineludible considerar aspectos históricos y longitudinales de evolución y desarrollo en las culturas, en los individuos y en las parejas.

Considerando lo que han dicho acerca del matrimonio y la pareja los autores ya mencionados desde muy variados enfoques, podemos observar que estas instancias son percibidas como una unión entre dos personas o más (aunque generalmente sólo se considera el vínculo entre dos personas), de sexos diferentes o del mismo sexo (regularmente heterosexuales), de manera legal, social o religiosa y que por lo general tiene la intención de construir una familia perpetuando la especie. Así mismo, es visto como una de las instituciones sociales más importantes generadora y transmisora de cultura.

## **2. Ciclo de convivencia de la pareja**

La relación de pareja se ve fuertemente influenciada por el tiempo de duración de la misma y las situaciones que la rodean. Las condiciones y formas de actuar de un matrimonio de 25 años con hijos adolescentes, no son las mismas que atraviesa un noviazgo de seis meses. Tres de las variables más importantes que afectan internamente la estructura familiar son la integración conyugal, las conductas frente a la planificación familiar y la comunicación entre padres e hijos (Pick, 1979) y estas van cambiando conforme va pasando el tiempo.

Todos los matrimonios duraderos pasan por etapas y las personas que forman esta unión son muy diferentes en las distintas épocas de su matrimonio. Estímulos desiguales de crecimiento pueden hacer que los esposos lleguen a sentirse como extraños (Lemus, 2001). Por lo anterior, distintos autores han tratado de proponer y describir las distintas etapas por las cuales atraviesa la relación de pareja. A continuación se revisaran brevemente algunos de estos autores.

Levinson (1974, cit. en Lemus, 2001) divide el estudio del desarrollo de la pareja en seis etapas, de acuerdo con sucesos significativos de la vida:

I. SELECCIÓN: es de duración variable. Comúnmente se hace partiendo de una necesidad básica, que debe ser satisfecha por el cónyuge, y del enamoramiento existente, el cual, quizá es influido por la apariencia física, recuerdos, juicios de otras personas importantes, poder, capacidades intelectuales y afectivas, etc.

II. TRANSICIÓN Y ADAPTACIÓN: del primer al tercer año de unión. Implica la adaptación a un nuevo sistema de vida con hábitos diferentes, demandas y satisfacciones con el cónyuge; es necesaria la creación y definición de límites con las familias de origen.

Empiezan a negociarse las reglas referentes a la intimidad de la pareja, resultando en una definición de las cosas permitidas y prohibidas en este aspecto. También la pareja comienza a probar su poder con relación a diversas áreas (diversiones, administración del dinero, etc).

III. REAFIRMACIÓN COMO PAREJA Y PATERNIDAD: del tercer al octavo año de unión. Surgen serias dudas sobre lo adecuado de la selección del cónyuge; su resolución conduce a una reafirmación de la estabilidad de la pareja o a una certeza de que lo más adecuado es la separación y el divorcio.

Son más comunes los celos con relación a amistades. Hacen su aparición las aventuras extramaritales o amantes bien definidos. La mayor parte de las parejas se inicia en la tarea de ser padres. Habitualmente la intimidad se profundiza y la labor de elaboración de las reglas finaliza. Sin embargo, debido a las dudas mencionadas, es probable que exista ambivalencia en la intimidad.

La resolución de formas y patrones de poder y quién lo ejerce, hace que las parejas se ubiquen en alguno de los tres tipos de relación: simétrica, complementaria o paralela.



IV. DIFERENCIACIÓN Y REALIZACIÓN: del noveno al decimoquinto año de unión. Se caracteriza por un proceso de diferenciación que se inicia con la consolidación de la estabilidad del matrimonio y la terminación de las dudas acerca de la elección del cónyuge. Surgen a la vez muchos conflictos debidos a las diferencias en las formas o métodos de alcanzar una reproductividad óptima.

Las violaciones de los límites provienen principalmente de relaciones extramaritales; pero lo frecuente es que la pareja solidifique sus límites y con esto defina su identidad como tal.

V. ESTABILIZACIÓN: del 15° al 30° año de unión. Generalmente, se da una búsqueda del equilibrio entre las aspiraciones y los logros, dando lugar a un proceso de reafirmación de prioridades, que conduce a una estabilización de ambos y del matrimonio. Existen conflictos acerca de la pérdida del atractivo y habilidades físicas. Ocurren relaciones extramaritales con personas más jóvenes. En este periodo se dan las separaciones de aquellos matrimonios que antes no lo aceptaron por la presencia de los hijos. No obstante, también hacia el final de esta etapa, los límites se hacen muy estables.

La intimidad en este periodo se encuentra gradualmente amenazada por el proceso del envejecimiento, la monotonía y la separación de los hijos. También esto influye en el aspecto del poder, dando paso a nuevos conflictos similares a los de las etapas tempranas del matrimonio.

VI. ENFRENTAMIENTO CON VEJEZ, SOLEDAD Y MUERTE: generalmente del 30° al 40° año de unión. Los problemas principales son, la vejez con su pérdida de capacidades físicas e intelectuales, con la soledad por la partida de los hijos y las muertes graduales de parientes y amigos, y el rechazo de la gente en general hacia los ancianos.

Las variaciones de pareja a pareja, frente a los diferentes acontecimientos, está en función de las diferencias de valores, es decir, depende de qué consideren más importante: atractivo físico, habilidades, educación de los hijos, trabajo, etc.

Posteriormente, Barragán (1976, cit. en Sánchez, 1995) planteó seis etapas regidas alrededor de tres líneas sobre las cuales gira la interacción que constituye una pareja:

Límites, intimidad y poder. Estas etapas son:

- Selección de la pareja con base en necesidades básicas de sus miembros. Tiene una duración variable
- Transición y adaptación temprana de la pareja.
- Reafirmación como pareja a partir de la solución de las dudas acerca de la adecuada selección de la pareja y la paternidad.
- Diferenciación y realización que se da con la consolidación de la estabilidad del matrimonio.
- Estabilización en la cual, ambos miembros se encuentran en la transición de la mitad de la vida y buscan equilibrio entre ellos.
- Enfrentamiento con vejez, soledad y muerte.

En 1995, Sarquis después de revisar varios planteamientos teóricos dentro de un contexto interaccional, planteó un ciclo evolutivo marital y familiar cuyas etapas se superponen unas sobre otras. Dentro de este ciclo se proponen las siguientes etapas:

- Período de “galanteo” y elección de pareja.
- Matrimonio y consolidación de la pareja.
- La llegada de los hijos.
- El comienzo de la escolaridad.

- Período intermedio del matrimonio.
- Cuando los hijos se van.
- La vejez, el último tiempo compartido.

En ese mismo año Sánchez propone una clasificación del ciclo de la pareja tomando en cuenta el número y edad de los hijos, el tiempo en la relación y las etapas que suceden durante el noviazgo, variables importantes para el estudio de la satisfacción marital. Las etapas son:

- Noviazgo (0 a 6 meses): se inicia con la atracción y el conocimiento mutuo de la pareja.
- Noviazgo (de 6 meses hasta el matrimonio): la pareja, conociéndose mejor se enfrenta a situaciones sociales nuevas y convencionales. Se da la pauta para la formalización de la pareja.
- Matrimonio sin hijos con 0 a 3 años de relación: en esta etapa se da un ajuste y adaptación a la nueva vida en pareja lo cual genera muchos conflictos.
- Matrimonio con hijos con 3 a 7 años de relación: se empiezan a afirmar los roles de padre y madre y se limita la interacción entre la pareja.
- Matrimonio con hijos con 7 a 14 años de relación: la pareja se consolida y la relación con los hijos ya ha sido establecida.
- Matrimonio con hijos con 14 o más años de relación: se da un ajuste intrapareja por el enfrentamiento con los hijos adolescentes o la posible salida de estos del hogar. La pareja posee más tiempo para ellos mismos y se da el reencuentro.

Por otra parte Macías (1998), basándose en el enfoque sistémico, formuló una serie de cuatro etapas por las que pasa la familia, que a su vez se dividen en diferentes fases. Estas

etapas y fases no se dan de forma sucesiva sino simultanea, es decir, pueden pasar de una a otra sin haber completado adecuadamente la anterior. Las etapas con sus respectivas fases son las siguientes:

- Los antecedentes: Fases preliminares
  - El desprendimiento de la familia de origen.
  - El encuentro y el cortejo.
  - El proyecto de pareja y la decisión de serlo.
- El inicio: Fases tempranas
  - El matrimonio: Compromiso de vida y constitución formal de la pareja.
  - Integración inicial y decisión de ser familia.
  - Advenimiento de los hijos: Adquisición de nuevos roles primarios.
  - Familia e hijos pequeños: Lactancia y 1º infancia.
- El desarrollo: Fases intermedias
  - Familia y época preescolar.
  - Los hijos y la escuela.
  - Pubertad y adolescencia de los hijos.
  - Los hijos jóvenes-adultos.
- La declinación: Fases tardías
  - El desprendimiento de los hijos, el nido vacío y el reencuentro.
  - Las nuevas familias: Adquisición de nuevos roles (abuelos).
  - Vejez y muerte: Disolución de la familia nuclear.

Por último, Díaz-Loving y Sánchez (2002) considerando el ciclo de acercamiento-alejamiento propuesto por el primer autor en 1996 y después de incluir los resultados

obtenidos de un estudio donde se evaluaba empíricamente dicho ciclo con 120 sujetos (mexicanos con pareja actualmente o con alguna experiencia romántica previa); propusieron el patrón de acercamiento-alejamiento de la pareja con las siguientes etapas:

- Extraños: no existe una relación pues no hay conocimiento de la persona.
- Conocidos: se incrementa el interés en la persona, buscando posibles afinidades.
- Amistad: se considera uno de los más altos valores humanos. Se caracteriza por el deseo de conocer más a fondo a la persona y a su vida, por la solidaridad, la lealtad, la incondicionalidad, la reciprocidad, la aceptación de la persona y la empatía.
- Atracción: primera etapa del amor romántico. Hay interés exacerbado por la persona, pues esta gusta física e intelectualmente.
- Pasión: se caracteriza por la irracionalidad, por la desmedida admiración, por un gusto desmedido, por el interés en el bienestar de la persona, por la idealización y la incesante búsqueda de afinidades.
- Romance: la pareja esta profundamente enamorada. Hay deseo, interés y pensamiento constante por la persona.
- Compromiso: es la decisión de formar una pareja sólida con la que se quiere vivir.
- Mantenimiento: representa una lucha conjunta contra obstáculos y permite seguir creciendo como pareja y formar una familia.
- Conflicto: es cuando los miembros de la pareja no pueden llegar a un acuerdo o tienen dificultad para conciliar sus intereses personales, o existe una falta de entendimiento entre ellos.
- Alejamiento: es el distanciamiento físico y emocional causado, entre otras cosas, por diferencias entre la pareja, por infidelidad, falta de pasión o de comprensión.

- Desamor: es la falta de amor, de interés y de ilusiones en la pareja.
- Separación: es el alejamiento emocional y físico de la pareja, o bien, el fracaso o final de la relación.
- Olvido: es la aceptación de la conclusión de la pareja.

Es importante acotar que las etapas sugeridas por estos autores no son sucesivas, es decir, las personas pueden saltar de una de las primeras etapas a una de las últimas; puede quedarse en alguna de las etapas sin continuar con las demás, o bien, puede regresar a alguna de éstas una vez experimentada.

Al revisar a los autores mencionados anteriormente se puede observar que la mayoría de éstos coincide en mencionar cuatro momentos críticos en el ciclo de la pareja: el noviazgo, el vivir juntos como pareja (ya sea en matrimonio o unión libre), la llegada de los/ las hijos/ hijas y el enfrentamiento con la paternidad-maternidad, y por último la separación de los/ las hijos/ hijas y el reencuentro de los integrantes de la pareja. Aunque algunos autores mencionan otros acontecimientos importantes o subetapas, dichos eventos parecen marcar para la mayor parte de estos momentos trascendentales que definen la conducta que tomara cada uno de los miembros de la pareja y el modo de vivir de los mismos. Por consiguiente, al realizar cualquier investigación que implique el estudio de la pareja es necesario tomar en cuenta el contexto en el cual se esta desarrollando así como los sucesos que estén viviéndose internamente en la pareja.

### 3. Enfoques teóricos de la pareja

El ser humano desde sus primeros pasos en la tierra ha buscado la compañía de otros seres humanos con los cuales compartir su existencia, con lo cual se formaron diversas entidades como la pareja, la familia, la comunidad, la sociedad en sí. Muy diversas corrientes teóricas han buscado una explicación a este hecho y han tratado de describir el proceso que se da cuando dos personas deciden vivir juntas. Es importante tener una noción, aunque sea mínima, de estas explicaciones para tener una visión amplia que nos permita un estudio más completo.

A continuación se reseña brevemente como tres de los enfoques psicológicos más importantes detallaron las características y procesos bajo los cuales se desarrolla la pareja: El enfoque sistémico, el psicoanalítico y el psicosocial.

#### 3.1 La pareja según el enfoque sistémico

Los modelos sistémicos tienen por objetivo el estudio de la interacción interpersonal y el concepto básico bajo el cual se sustenta es el de *sistema*. Un sistema es: “Un conjunto de elementos dinámicamente estructurados, cuya totalidad genera unas propiedades que, en parte, son independientes de aquellas que poseen sus elementos por separado” (Feixas, 1993, p. 256).

La pareja en el aspecto sistémico se refiere a:

La conjunción de dos representaciones mentales de dos individuos que al concebir las cosas de manera distintiva van formando un nuevo paradigma adoptando para ellos una nueva epistemología,

lo cual significa que la nueva concepción de la pareja representa tres partes cuando al pasar de una visión monocular en la que el punto central es el individuo, surge la visión binocular donde se abarca no solo al individuo, sino también a la relación como otro protagonista activo porque aporta un significado importante al nuevo sistema (Caillé, 1995, cit. en Alcántara, 2000, p. 23).

Dentro del enfoque sistémico o interaccional la pareja es concebida como un sistema social, es decir, una organización capaz de autorregularse y mantener su identidad a través de los cambios (Luhman, 1971, cit. en Sarquis, 1995). La pareja, al ser un sistema social se fundamenta en ciertas características:

- a) Totalidad: que se refiere al sistema como una organización interdependiente donde la modificación de un miembro implica la del otro, pasando el sistema de un estado a otro.
- b) Homeostasis: también llamada retroalimentación para los sistemas circulares (Alcántara, 2000). Se refiere a la existencia dentro del sistema de mecanismos para mantener el equilibrio para que, ante situaciones nuevas, exista la capacidad de cambiarlas reglas del sistema.
- c) Equifinalidad: propiedad según la cual el estado del sistema esta determinado por la naturaleza de la relación y no por sus condiciones iniciales.

La pareja también es considerada como un sistema abierto, circular y estable (Alcántara, 2000; Lechuga, 2000). Abierto, por que esta conformado por los subsistemas (componentes del sistema) hombre-mujer y forma parte de otros suprasistemas (el medio donde el sistema se desenvuelve) como la familia, la clase social, la comunidad, etc. Circular pues ambos miembros de la pareja se influyen mutuamente y son influenciados por el contexto donde se encuentran (Sarquis, 1995). Por último, estable ya que la unión es importante y duradera para la pareja.



El modelo sistémico se presentó como una teoría clínica de la comunicación humana divulgada (Feixas, 1993). La comunicación es un aspecto central en la convivencia dentro de las relaciones interpersonales. La comunicación define la organización social, es decir, la organización social surge como producto de la comunicación.

En la pareja la comunicación, según la teoría sistémica, juega un papel preponderante ya que si ésta no es adecuada, genera malos entendidos (Sarquis, 1995). Ésto aunado a una mala comprensión lleva a distorsionar la imagen del otro lo cual puede motivar problemas serios en la pareja y llevarla, incluso, al rompimiento.

### **Elección de pareja**

La elección de pareja, según la teoría sistémica, se encuentra determinada por distintos factores: Los procesos de interacción, la naturaleza de la relación como una totalidad y el contexto donde se desarrolla dicha elección. La relación se va formando por medio del ensamblaje de los aspectos individuales de cada miembro de la pareja que se van estructurando a través de la retroalimentación mutua (Sarquis, 1995).

La teoría sistémica concluye que la elección de pareja debe ser una decisión consciente donde cada participante a partir de sus aspectos individuales trate de hacer del otro el objeto de sus necesidades y deseos, es decir, tratan de satisfacer estos a través de su compañero o compañera (Alcántara, 2000).

### 3.2 La pareja desde el enfoque psicoanalítico

Dentro del enfoque psicoanalítico se reconoce que los seres humanos tienen la tendencia a organizar su vida vincular en estructuras de mayor estabilidad como es el caso de la pareja que tiene un alto grado de especificidad (Puget y Berenstein, 1988).

La pareja proviene de la familia donde se originan sus modelos teniendo en cuenta el deseo de los distintos miembros de la familia de perpetuarse en el tiempo transmitiendo sus deseos a través de sus hijos.

La pareja según Puget y Berenstein (1988) “es una estructura vincular entre dos personas de diferente sexo, esto es, una relación intersubjetivamente entre un yo y otro yo”. Esta definición hace énfasis en el término vínculo, el cual es definido por los mismos autores como: “Una unión o atadura de una persona o una cosa con otra” (p. 31).

Existen diferentes tipos de vínculos:

- Estructura cero: este representa el grado mínimo de posiciones y ligamen que hacen posible la existencia de una pareja.
- Estructura dual: predomina el establecimiento de un vínculo de tipo fusión dominado por la idealización mutua de algún componente, en su mayoría parcial.
- Estructura de terceridad limitada: en este existe un vínculo dual indiscriminado como en la estructura dual, pero ya no autosuficiente, sino productor de angustia evitada por la presencia de un tercero.
- Estructura de terceridad amplia: existen dos mentes discriminadas donde ambas tienen una representación interna y no necesitan referirse al otro para sentirse incluido.

Cuando se establece el vínculo inicial con otra persona el mecanismo de idealización tiene un lugar importante. La idealización responde a las necesidades de diversa índole, pero proyectadas en el otro, es decir, son en realidad deseos para sí mismo (Alcántara, 2000). Con este mecanismo se pretenden conservar las características positivas de la persona elegida anulando las características negativas que podrían poner en peligro el vínculo (Sarquis, 1995). Se espera que la persona adulta avance de este estado hacia la aceptación de la pareja.

### **Elección de pareja**

La teoría psicoanalítica hace énfasis en la influencia de los procesos inconscientes y las relaciones tempranas en el proceso de elección de pareja (Sarquis, 1995). Los procesos inconscientes se refieren a la dinámica intrapsíquica y al proceso de la personalidad, mientras que las relaciones tempranas se refieren a las relaciones que se establecen durante la niñez.

Durante la infancia los niños y las niñas forman imagos, representaciones de objetos externos que no son objetivas, pero si “objetivables”. Un objeto, dentro del contexto psicoanalítico hace referencia al deseo, al amor. Así, se forman las relaciones objetales que se definen como: “El particular lazo emocional entre el sujeto y la imagen del objeto amado, que existe en la mente del que ama” (Sarquis, 1995). El tipo de objeto y los mecanismos de defensa que predominen en el individuo cambiarán la relación de éste con el objeto real. Las relaciones objetales que se establecen durante la niñez aparecen en otras relaciones posteriores.

Diks (1970, cit. en Sarquis, 1995) utilizando la teoría de las relaciones objetales explica la complicidad sincronizada y la reciprocidad bilateral que se produce entre miembros de una pareja. Enfatiza la complementariedad inconsciente del matrimonio. La personalidad conjunta de los miembros de la pareja, le permite a cada uno redescubrir aspectos de las relaciones objetales primarias que parecían perdidos, que ellos habían escindido, y que en su implicación con el cónyuge reexperimentan por identificación proyectiva.

La elección del compañero para formar una pareja, según Freud (1905, cit. en Alcántara, 2000), se lleva a cabo satisfaciendo la integridad y el refuerzo del yo a través de distintos tipos de elecciones:

- Elección por apuntalamiento donde se busca al compañero protector.
- Elección por objeto narcisista, que puede darse de tres formas:
  - Buscando una personalidad similar.
  - Buscando una personalidad que le recuerde a la persona algo que ha sido.
  - Buscando la imagen ideal del Yo.

Lemaire (1986, cit. en Sarquis, 1995) describe dos rasgos básicos en la elección de pareja:

- a) Reciprocidad, es decir, durante este proceso el individuo es “elector” y “elegido”, por lo tanto, en la relación ambos miembros de la pareja deben obtener satisfacciones de esta, alguna ventaja psicológica.
- b) Contribución al equilibrio personal y a la organización defensiva, esto es, que la pareja tenga características complementarias y positivas para que el yo mantenga su unidad y coherencia.

### 3.3 La pareja según el enfoque psicosocial

La teoría psicosocial pone énfasis en el estudio del contexto (clase social, educación, valores, actitudes, etc.) donde se desarrolla el individuo para entender el proceso por el cual éste llega a ser persona.

Para constituirse como persona necesita que sus cogniciones y sus percepciones de sí mismo, de los demás y del mundo que lo rodea, vayan de acuerdo a las de las personas que forman su ambiente, sobre todo con aquellas personas que tenga una relación afectiva.

Desde esta perspectiva, se considera que los seres humanos tendemos a afiliarnos debido a una necesidad básica que nos motiva a buscar la compañía de nuestros semejantes. La función primordial de la afiliación consiste en asegurar la supervivencia tanto del individuo como de la especie.

Los psicólogos sociales se han centrado en dos aspectos de la afiliación: 1) nos sirve para reducir nuestra ansiedad y miedo; y 2) la atracción interpersonal, la cual se puede entender como el juicio que una persona hace de otra a lo largo de una dimensión actitudinal cuyos extremos son la evaluación positiva (amor) y la evaluación negativa (odio) (Baron y Byrne, 1991; cit. en Moya, Reboloso, Huici y Pérez, 1996).

Existen diversas teorías que explican la atracción interpersonal:

- a) La búsqueda de consistencia cognitiva: su principio básico es que las personas intentan mantener la coherencia entre sus actitudes, y entre estas y sus conductas.
- b) Las consecuencias de la asociación y del refuerzo: los efectos de la asociación indican, de acuerdo con el condicionamiento clásico, que las personas se sienten atraídas hacia quienes se asocian a experiencias positivas y rechazan a quienes estén asociados a malas experiencias. En cuanto al refuerzo vemos que en este caso, dicho

mecanismo significaría que los individuos se sienten atraídos hacia quienes los recompensan y se apartarían de aquellos que les proporcionen consecuencias negativas.

c) Intercambio e interdependencia: de acuerdo con la teoría del intercambio social (Blau, 1964; Kelley y Thibaut, 1978; cit. en Moya et al. 1996), una persona resultará atractiva a otra si piensa que esa relación le será beneficiosa. Respecto a la teoría de la interdependencia Blau, Kelley y Thibaut (cit. en Moya et al., 1996), mencionan que la valoración del atractivo depende de las comparaciones que se efectúan recurriendo a dos criterios: 1. el *nivel de comparación*, es decir, la calidad de los resultados que una persona cree que se merece; y 2. el *nivel de comparación con alternativas*, la cual nos dice que la evaluación de una relación depende de las alternativas que se tengan.

### **Elección de pareja**

La atracción interpersonal, según el enfoque psicosocial obedece a diversos factores (Alcántara, 2000; Lechuga, 2000):

- Proximidad física: se sugiere que la mayoría de los encuentros amorosos tienen lugar con quienes se interactúa con cierta frecuencia. Existen dos tipos de factores fundamentales que influyen en que las personas coincidan o no unas con otras: a) factores de tipo social o institucional, y b) las características personales del individuo. Las personas más cercanas físicamente son las más accesibles y con quienes se puede intercambiar información o vivir experiencias comunes y que pueden favorecer el inicio de una relación.

- **Atractivo físico:** una persona con apariencia física agradable resultará más atractiva que otra con menos belleza. Las características físicas de las personas cobran relevancia en los primeros encuentros o cuando el contacto es superficial. Un físico agradable es considerado como más atractivo por diversas razones: El efecto halo (la tendencia a suponer que quien tiene una buena cualidad también tendrá otras cualidades buenas); el suponer que las personas atractivas poseen otras características positivas; la asociación de una persona atractiva con una imagen pública favorable; la creencia de que cada quien tiene lo que merece; y finalmente, puede suceder que las personas atractivas actúen de manera que su valoración aumente.
- **Complementariedad de las necesidades:** aquí se describe que las personas que tienen necesidades complementarias tienen una mayor posibilidad de unirse, es decir, por ejemplo, un hombre dominante y una mujer sumisa.
- **Semejanza:** hay una relación directamente proporcional entre la semejanza y la atracción. Las personas que son semejantes en distintos aspectos tales como procedencia étnica, geografía, religión, nivel cultural, clase social y edad tienden a sentirse atraídas entre sí. Así mismo esta se incrementa cuando las actitudes entre los individuos son parecidas. No obstante, toda semejanza redundara en atracción, puesto que tanto la semejanza como la diferencia influyen en ésta siempre y cuando sean reforzantes.
- **Reciprocidad:** consiste en que la atracción interpersonal sea mutua, es decir, que una persona también le resulte atractiva a aquella que le atrae.

#### 4. Género y pareja

Lo “masculino” y lo “femenino” corresponde a los caracteres atribuidos tanto al hombre como a la mujer, los cuales están determinados por el sexo y por las concepciones sociales y culturales (Zavala, 2001). En la mayoría de las sociedades se considera a “lo femenino” y a “lo masculino” como elementos antagónicos, es decir, mientras que la mujer es considerada como frágil y sumisa, el hombre es considerado como fuerte y poderoso, categorías que son excluyentes y contrarias entre sí (González, 1997). La masculinidad se equipara con la agresividad y el dominio mientras que la feminidad se equipara con la debilidad y la sumisión ya que la mujer tiene que actuar pasivamente incluso en las relaciones sexuales.

Díaz-Loving et al. (1988, cit. en Díaz-Loving, 1999) señalan que conforme pasa el tiempo en la vida de un individuo, el sexo biológico se transforma en un ente social nombrado género, la cual es una construcción social de un hombre y una mujer representada por papeles sociales y una elaboración psicológica de lo que es masculino y/o femenino. Asimismo, explican que de esta manera se establece lo que se espera sea bueno o malo, normativo, ideal o típico, tanto para hombres como para mujeres y que además, dichas diferencias son medulares en la formación de expectativas, normas, interpretaciones y conducta prototípicas que gobiernan la forma diferente en que hombres y mujeres viven todo lo relacionado a las relaciones íntimas. Como muestra de lo anterior se cita la exaltación del noviazgo por parte de los hombres y del matrimonio por las mujeres.

El género juega un papel importante dentro de la relación de pareja ya que este determina, en gran medida, la forma en la que se comportaran los miembros de ésta, el desarrollo que tendrá y su destino. Díaz Guerrero (1994, p.76) menciona que: “No existe sólo una manera



de relacionarse en una pareja, a fin de determinar posiciones tales como determinar quién tiene más o menos poder. Dentro de la familia mexicana se llegó a la conclusión de que en el hombre debería de residir el poder, y el amor en la mujer.”

Lemus (2001) define al género como una construcción social: “Las construcciones culturales y subjetivas sobre la masculinidad-feminidad establecidas a partir de las diferencias que distinguen a los sexos” (p.93). Género es una red de creencias, rasgos de personalidad, actitudes, sentimientos, valores, comportamientos y actividades que diferencian a los hombres de las mujeres, mediante un proceso de construcción social que tiene una serie de características distintivas.

El género, de acuerdo a Galindo y Molina (1997) hace referencia a los modelos sociales de comportamiento, en relación con el hecho de ser hombre o mujer. Así género es un término psicológico cultural. El género es el sexo socialmente construido.

Género es una categoría en la que se articulan tres instancias básicas (Lamas, 1986):

- 1) Asignación (atribución o rotulación) del género: consiste en colocarle la etiqueta de “hombre” o “mujer” al recién nacido con base en la apariencia externa de los genitales.
- 2) Identidad del género: se refiere al esquema ideo-afectivo de pertenencia a un sexo, que se establece entre los dos y tres años de edad. El niño o la niña se asume y se sabe perteneciente al grupo femenino o masculino.
- 3) Rol de género: se refiere al conjunto de expectativas acerca de los comportamientos socialmente apropiados considerados para las personas que poseen un sexo determinado. Está formado por el conjunto de normas, prescripciones y representaciones culturales que dicta la sociedad sobre el comportamiento masculino

y femenino. Este puede variar según la cultura, la clase social, el grupo étnico y el nivel generacional.

El surgimiento de los conceptos “roles” y “género” se puede rastrear en la literatura, la antropología y la historia. Por ejemplo, la antropología se ha interesado principalmente como cada cultura manifiesta las diferencias basadas en el género. También se ha tratado de establecer que tan variables o universales son, comparándolas transculturalmente (Lamas, 1986).

En cuanto a la literatura, un claro ejemplo de la influencia del género, podemos verlo en la Biblia donde las mujeres actúan un papel pasivo y los hombres un papel dominante. Incluso dentro de la literatura científica existen dos principios psiquiátricos basados en estas consideraciones. El primero de ellos es el concepto de la envidia del pene, dentro de la teoría freudiana donde según el autor la mujer al darse cuenta de sus diferencias anatómicas con el hombre siente envidia al carecer de un pene, pero en la actualidad nos podemos dar cuenta que lo que envidia la mujer es el valor social del pene. El segundo principio es la teoría del masoquismo femenino de Deutsch, donde ella sostenía que la mujer es anatómica y genéticamente pasiva y que había un cierto placer en su sufrimiento lo cual era un complemento para la función maternal (Morrison, 1980).

La historia, mientras tanto, observa como ha influido en la humanidad desde sus inicios. Dentro de los grupos nómadas la división de labores por sexo tenía un valor adaptativo. Tales grupos se caracterizaban por mujeres dedicadas a la crianza y a la recolección de frutas y legumbres mientras los hombres cazaban para conseguir alimento y pieles para vestir. Esta división del trabajo aseguraba el cuidado necesario y protección del infante humano durante su lento desarrollo. Barry, Bacon y Child (1957, cit. en Lemus, 2001) reportaron que la magnitud de la diferencia debida a las prácticas de socialización, está

fuertemente relacionada a las demandas económicas y adaptativas de la sociedad. Estas presiones han tenido influencia en las normas culturales y sociales, de tal manera que se han desarrollado prácticas educativas específicas para cada sexo y papeles sexuales diferenciales, que persisten aún mucho tiempo después de que las necesidades económicas o adaptativas han desaparecido. Así, los roles de hombre y mujer se fueron definiendo: la mujer como ama de casa, encargada de las labores propias del hogar y del cuidado de los hijos e hijas; y el hombre como proveedor encargado de mantener a la familia.

Sin embargo, con el paso del tiempo y los cambios que se han dado dentro de la sociedad y la cultura, estos papeles se han ido modificando poco a poco. Según Zavala (2001), dos factores principalmente han motivado estos cambios: la revolución industrial y las dos guerras mundiales ya que ambas situaciones incrementaron la participación de la mujer en la vida social, pues la obligaron a salir del hogar para ocupar los espacios que antes estaban destinados sólo para los hombres.

En estudios de 1959 y 1970 (Díaz Guerrero, 1994), acerca de las premisas histórico-socioculturales de la familia mexicana realizados en mujeres que asistían a escuelas secundarias mixtas y las que asistían a las de mujeres, Díaz Guerrero concluyó que en la década de los sesenta se originó una serie de cambios significativos en dichas premisas mexicanas. Las modificaciones que el autor encontró fueron:

- Las mujeres se sienten menos subordinadas a la autoridad o a la superioridad del hombre.
- Su papel de ser dócil, de querer ser como su madre, de que su lugar esté exclusivamente en el hogar, etc., sufrió una disminución en la premisa. Por el contrario, la mujer quiere independizarse más, tener oportunidades de trabajo externas, buscar oportunidades profesionales y ser menos dóciles respecto al hombre.

Pero estos cambios no han sido radicales, ya que aún dentro de nuestra sociedad y cultura se siguen conservando la mayoría de las creencias y actitudes con respecto al papel que deben desempeñar los hombres y las mujeres.

Díaz-Loving y Sánchez (2002) mencionan que las pautas de comportamiento e interacción humana, incluidas las relacionadas con el género, son inculcadas desde muy tempranas etapas de la vida a través de los procesos de socialización (reforzamiento y castigo de las conductas), endoculturación (la presencia de modelos que realizan las conductas “adecuadas”), o aculturación presiones de culturas opcionales hacia nuevas conductas esperadas).

En el núcleo familiar, a la mujer desde pequeña se le inculca la inferioridad con respecto al hombre, representado en ese momento por su padre y hermanos, pues se le enseña a servirle. La mujer, en nuestra sociedad, se le enseña a ser sumisa, a ser sexualmente atractiva y no hacer caso de sus propios sentimientos y deseos, buscando solamente el placer de los demás, y sintiéndose avergonzada del propio. Se le educa para ser dependiente de un hombre y ser agradable para él.

La mujer también es educada para desempeñar el papel de madre desde pequeña a través de actividades lúdicas que tengan que ver con el cuidado y la educación de los hijos e hijas ya que tradicionalmente se le ha atribuido a la mujer el desempeño de dichas labores.

Holahan y Spence, (1980, cit. en Lemus, 2001) mencionan que el apego exclusivo al rol femenino ha limitado su independencia, autosuficiencia y responsabilidad para hacer y decidir, y para plantearse metas y objetivos; lo que implica que la adopción de este tipo de roles ha demostrado ser poco adaptativa para la persona, como lo muestra las manifestaciones de depresión, enojo y preocupación en la mujer.

El hombre, por su parte, se le inculca el deber ser fuerte, valiente y reprimir su dolor físico. Se le enseña desde pequeño que la mujer, representada en ese momento por su madre y hermana, esta para servirlo, liberándolo de realizar las labores del hogar. Por lo tanto, a los hombres no se les permite interactuar en actividades “propias” de las niñas y en cambio se motiva en él actividades que requieran gran esfuerzo físico.

El hombre, de manera opuesta a la mujer, no es conscientizado en su papel de padre ya que su único papel es el de proveer el sustento de su familia, sin hacerse responsable de la crianza de los hijos e hijas. Sandoval (1984, cit. en Zavala, 2001) al respecto emite la siguiente opinión:

En la familia mexicana actual la figura preponderante es la madre, en cuanto a presencia y cercanía, en relación con los hijos. Amén de que el mexicano, como padre, es ausente por herencia e identificación con su propio padre... (p. 14).

O'Neil (1981, cit. en Lemus, 2001) menciona que la adopción rígida del rol masculino lleva a los hombres a que su expresión emocional sea muy restringida y a negar a otros el derecho de dicha expresión. Estos hombres basan sus relaciones en el control, el poder y la competencia, lo cual los conduce a tener problemas en su vida interpersonal.

En concreto, los rasgos masculinos se refieren generalmente a aspectos de autoafirmación o seguridad en sí mismo, a conductas destinadas a la ejecución y logro de metas, a lo racional y analítico; mientras que lo femenino se refiere a lo afectivo, expresivo, a las relaciones interpersonales y a la preocupación por el bienestar de los otros (Lara, 1989, cit. en Lemus, 2001).

En cuanto a la sexualidad los niños y las niñas también son educadas de manera diferente. Las niñas son educadas para reprimir su sexualidad e incluso sentirse culpables de su propio placer. Son enseñadas a buscar su placer en el placer de los demás, a gozar sólo cuando los

demás gozan. La mujer acepta este papel donde la sexualidad le esta prohibida, y en cambio, se le premia su papel en la procreación (Zavala, 2001).

Los hombres en cambio, son enseñados desde pequeños a ejercer su sexualidad libremente. Constantemente son bombardeados, tanto por otros hombres como por los medios de comunicación, con ideas sobre la necesidad de expresar su sexualidad en todo momento como por ejemplo “el hombre sólo piensa en sexo” o “el hombre por naturaleza es sexual” (Warshaw, 1994, p.90). Al llegar a la adolescencia, los hombres expresan su virilidad por medio de la sexualidad y por medio de ésta tratan de dominar a sus compañeros, obteniendo mayor información o experiencia (Zavala, 2001).

A lo largo de la relación la pareja se ve afectada por la socialización que se impone a cada género. El hecho de que las conductas introyectadas a partir de la socialización haga que un hombre y una mujer sean diferentes socialmente, a pesar de que las habilidades y capacidades de ambos sean similares, trae consigo una serie de implicaciones en la relación de pareja, ya que el significado de esta difiere de un sexo a otro (Lechuga, 2000).

En las últimas investigaciones realizadas por científicos sociales muestran cómo cada uno de los sexos percibe de manera diferente muchos de los procesos que se presentan a lo largo de una relación de pareja. Por ejemplo, Díaz-Loving (1990) halló que para los hombres una relación ideal incluye tranquilidad y mayor número de relaciones sexuales, mientras que para las mujeres implica mayor gusto por conocer y una mayor vulnerabilidad emocional evidente en el dolor que mostrarían si perdieran a su pareja.

Lechuga (2000) después de haber revisado diversas investigaciones referentes a la influencia del género en la relación de pareja, encontró que se abarcan aspectos tales como: las expectativas y percepciones que las personas tienen de lo que sería una pareja ideal y las características que describen a su pareja real, y éstas vinculadas con la satisfacción marital;

la interacción de pareja; infidelidad; estilos de amor; y reacciones emocionales provocadas por los celos; concluye que las principales diferencias encontradas apuntan básicamente a la percepción de características de género. Las mujeres se perciben como más expresivas y los hombres como más instrumentales, lo cual hace que a la mujer se le atribuyan características de ternura, abnegación, sumisión, bondad y al hombre características de inteligencia, funcionalidad y fuerza, entre otras.

Oliveira (1995, marzo), encontró diferencias en el significado atribuido al matrimonio y a la maternidad o la paternidad, según el caso, por clase y género. Mujeres provenientes de diferentes sectores sociales, compartieron una visión del matrimonio como un cambio central en la vida, al cual no siempre es fácil adaptarse o ajustarse. Las mujeres pobres establecieron una conexión más marcada entre el matrimonio y la maternidad. Ellas verbalizaron que el matrimonio les permite ser madres, y que siguen casadas por los hijos. Encontró que muchas mujeres buscan en el matrimonio la protección y el apoyo moral del cónyuge; otras (en situaciones de pobreza e inestabilidad de las familias de origen) se unen o casan a edades muy tempranas para huir de los conflictos familiares, y otras más inician una vida en pareja por las presiones del padre o del novio, por conveniencia o por costumbre. Por otra parte, para las mujeres originarias de familias con recursos económicos, la visión del matrimonio se vinculó con más frecuencia a la noción de tener un hogar, una familia y una pareja.

Además, cabe destacar que, a pesar de los cambios en las formas de expresión de la relación de pareja y en los fines de la misma, hay una característica que se ha mantenido constante a lo largo de la historia: dentro del matrimonio la mujer ocupa un lugar subordinado ante el hombre, lo que se expresa, entre otras cosas, en la restricción de la sexualidad de aquella a los límites del lecho conyugal y de preferencia con fines meramente reproductivos, lo cual

es resultado de las diferencias educativas, sociales y culturales entre hombre y mujer (Parada, 1998). Por lo tanto, es innegable que el género ejerce una fuerte influencia en la pareja pues restringe a los integrantes de la misma a un papel que tiene que desempeñar pues es el socialmente aceptado lo cual trae consecuencias negativas para ambos miembros de la pareja.



## Capítulo II. Asertividad

### 1. Definiciones de asertividad

En Psicología el concepto de asertividad originalmente surge en Estados Unidos en el contexto clínico, a fines de la década de 1940 y principios de 1950 (Flores, 1994). Los distintos enfoques con los cuales se ha abordado su estudio son el conductual, humanista y cognoscitivo.

Desde el punto de vista humanista, la asertividad se aborda como una técnica para el desarrollo de la realización del ser humano; con la perspectiva conductista y retomando el aprendizaje social de Bandura (1969, cit. en Flores y Díaz-Loving, 2004) se sostiene que la conducta asertiva o no asertiva se aprende a través de la observación de modelos significativos; Lange y Jakubowski (1976, cit. en Flores y Díaz-Loving, 2004), desde la teoría cognoscitiva mencionan la necesidad de incorporar cuatro procedimientos básicos en el entrenamiento asertivo: enseñar la diferencia entre asertividad y agresividad, ayudar a identificar y a aceptar los derechos propios y los derechos de los demás, reducir obstáculos cognoscitivos y afectivos para actuar de manera asertiva y reducir ideas irracionales, ansiedades, culpas y, a su vez, desarrollar destrezas asertivas a través de la práctica activa de dichos métodos.

Así entre las definiciones más citadas se encuentra la de Wolpe en 1969, (cit. en Galassi, 1974), quien dice que la conducta asertiva es: "La expresión adecuada dirigida a otras personas, de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad" (p.165).

En 1973, Lazarus (cit. en Gutiérrez, 1994), divide a la conducta asertiva en cuatro patrones de respuesta: la habilidad de decir no; la habilidad para pedir favores y hacer demandas; la habilidad para expresar sentimientos positivos y negativos; y por último, la habilidad para iniciar, continuar y terminar conversaciones generales.

Jakubowski y Lange (1979), señalan que actuar asertivamente significa: “Hacer valer los derechos expresando lo que uno cree, siente y quiere en forma directa, honesta y apropiada, respetando los derechos de la otra persona” (p. 2).

Por su parte Olvera y Ramírez (1990), opinan que: “La conducta asertiva es una habilidad que el sujeto adquiere para comunicarse y relacionarse estableciendo la libertad de decidir y responder eficientemente” (p. 86).

Gutiérrez (1994), concluye que la asertividad consiste en:

Defender los propios derechos; desarrollar la habilidad para iniciar, terminar y continuar conversaciones en las relaciones interpersonales; tener la iniciativa para resolver problemas y satisfacer las propias necesidades; tener la habilidad para resistir la presión grupal o individual; desarrollar habilidades de liderazgo, dirección e influencia sobre otros; mantener un alto nivel de autoestima (p. 4).

Flores (1994), menciona que la asertividad es un término multidimensional poco conocido, pero no así su implicación conductual. En sus estudios realizados en 1989 la define como:

La habilidad verbal para expresar deseos, creencias, necesidades, opiniones tanto positivos como negativos, así como también el establecimiento de límites de manera directa, honesta y oportuna respetándose a sí mismo como individuo y además durante la interacción social, entendiéndose esta última como: a) relaciones o situaciones de la vida cotidiana, en donde existe una interacción con desconocidos; b) relaciones afectivas, en donde existe interacción con personas involucradas sentimentalmente, es decir, familia, amigos y pareja; y c) relaciones educativo-laborales, en donde la interacción se da con autoridades y compañeros en un contexto sociocultural determinado (p.68).

Castanyer (1996), puntualiza que la asertividad es: “La capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás” (p.21).

Mientras que Alberti y Emmons (1999), sugieren que el comportamiento asertivo “promueve la igualdad en las relaciones humanas, permitiéndonos actuar de acuerdo con nuestros intereses, defender nuestras opiniones sin sentirnos culpables, expresar nuestros sentimientos con honestidad y comodidad y ejercer nuestros derechos individuales sin transgredir los de otros” (pp.23-24).

Concha y Rodríguez (2001), afirman que: “La asertividad es un conjunto de habilidades que permiten a un individuo expresar claramente sus sentimientos, pensamientos u opiniones, en forma no agresiva, así como defender sus derechos sin violar los derechos de los otros” (p. 22).

Más recientemente Aguilar (2002), explica:

Actuar asertivamente significa tener la habilidad para transmitir y recibir los mensajes de sentimientos, creencias u opiniones propias o de los demás de una manera honesta, oportuna, profundamente respetuosa, y tiene como meta fundamental lograr una comunicación satisfactoria hasta donde el proceso de la relación humana lo haga necesario (p. 12).

Finalmente Vázquez (2002), dice:

La asertividad se enfoca principalmente a que la persona sea capaz de expresar lo que piensa y siente, siendo honesto y directo, así como para protestar cuando no está de acuerdo; es decir, una persona asertiva no permite que los demás pasen sobre su dignidad, al mismo tiempo que se respeta así mismo, respeta a las personas que lo rodean, se fundamenta en la ausencia de ansiedad ante situaciones sociales. El mensaje básico de la asertividad es: esto es lo que pienso, esto es lo que yo siento, esta es la forma en la que yo veo la situación (pp. 36-37).

Después de revisar los trabajos teóricos y experimentales previos a la creación de la Escala Multidimensional de Asertividad (EMA), así como los resultados obtenidos en diferentes

técnicas exploratorias referentes a la asertividad Flores y Díaz-Loving (2004) definieron el concepto de asertividad desde una perspectiva etnopsicológica como:

La habilidad verbal para expresar deseos, opiniones, limitaciones personales, sentimientos positivos y negativos, así como la defensa de derechos e intereses, manejo de la crítica positiva y negativa, manifestación y recepción de alabanzas, declinación y aceptación de peticiones e iniciación de la interacción de manera directa, honesta y oportuna, respetándose a sí mismo y a los demás durante las relaciones interpersonales en situaciones de servicio o consumo, relaciones afectivas y educativo-laborales en un contexto sociocultural determinado (p. 22).

De acuerdo con las definiciones mencionadas anteriormente, observamos que el término de asertividad se manifiesta en relación a la interacción con otros. Así la conducta asertiva es contar con varias habilidades que hacen posible tanto el transmitir como recibir mensajes apropiadamente en armonía verbal y no-verbal de emociones, sentimientos, creencias, deseos, opiniones y necesidades sean estos positivos o negativos, propias o de los demás.

Involucra la habilidad de decir no, pedir favores y hacer demandas; iniciar, continuar y terminar conversaciones pretendiendo que el diálogo se mantenga agradablemente en futuras ocasiones; tener la iniciativa para resolver problemas; resistir la presión grupal o individual; mantener un alto nivel de autoestima; y el establecimiento de límites.

La expresión asertiva requiere que sea directa, honesta, clara, oportuna y cómoda, haciendo respetar nuestros derechos y al mismo tiempo respetando los de los demás. Esto implica, el defenderlos sin culpas, sin dejarse manipular y sin manipular a otros. Todo ello con el objeto de comunicarse y relacionarse satisfactoriamente. La conducta asertiva entre los seres humanos promueve la igualdad y el respeto, permitiéndonos actuar de acuerdo con nuestros intereses alentando relaciones constructivas.

## **2. Comportamiento agresivo, pasivo y asertivo**

Cuando nos relacionamos con los demás, los seres humanos somos capaces de sentir tanto satisfacción que nos enriquece, como infelicidad, frustración y dolor.

Aguilar (2002) menciona que para el éxito de una relación humana es indispensable la comunicación adecuada. Agrega que en las parejas exitosas se encuentra como una variable principal el saber expresar y recibir los mensajes que se transmiten, haciendo hincapié en que lo que decimos sea un fiel reflejo de lo que realmente sentimos, pensamos o creemos, dejando al mismo tiempo, abierta la posibilidad de que el diálogo continúe con gusto y recompensa.

De acuerdo a varios autores dedicados al estudio de la conducta humana existen tres estilos de comportamiento que presentan los individuos al relacionarse con las personas que se encuentran a su alrededor (amigos, pareja, hermanos, compañeros de trabajo, padre, madre, hijos, etc.): agresivo, pasivo y asertivo. Es importante hacer énfasis en el hecho de que ninguna persona se comporta totalmente agresiva, totalmente pasiva o totalmente asertiva en las situaciones que enfrenta, sino alterna estos tipos de conducta, mostrando tendencia a actuar de alguna manera. Jakubowsky y Lange (1979), Castanyer (1997), Alberti y Emmons (1999), Aguilar (2002) y Vázquez (2002) describieron estos estilos a través de diversos patrones de conducta como comportamiento externo (verbal y no verbal), pensamientos, sentimientos y emociones, y efectos en las otras personas.

## **2.1 Comportamiento pasivo o no asertivo**

Aguilar (2002), nos ofrece la siguiente definición: “Es la forma de expresión débil de los propios sentimientos, creencias u opiniones que al no responder a los requerimientos de la situación interpersonal que se enfrenta, permite que se violen los derechos de la persona” (p.18).

La persona que se comporta pasivamente no defiende sus derechos y sus intereses personales, ni tampoco expresa sus sentimientos y emociones. Respeta a los demás, pero no se respeta a sí misma permitiendo que los demás decidan por ella no logrando sus metas como consecuencia. Evita los conflictos, la confrontación y las situaciones tensas y frecuentemente se queja de los demás. Algunas veces puede presentar problemas somáticos por las tensiones que se producen al no experimentar sus deseos o pueden presentar repentinos episodios de agresividad y hostilidad. Las características antes mencionadas podrían llevar a una baja competencia en las relaciones con otras personas, conduciendo al fracaso en el trabajo, los estudios o la familia (Flores y Díaz-Loving, 2004).

En esta relación, las personas no se comunican o lo hacen débilmente, hablando con excesiva suavidad o “timidez”, escondiendo lo que piensan en cuanto contenido o intensidad. Se es frecuentemente indirecto en el mensaje o se tiende a disculparse respecto a lo que se desea o necesita. Dicha manera de actuar es pasiva y permite que se abuse de uno, dejando de satisfacer adecuadamente las necesidades y provocando por ello malestar y tensión. Todo lo anterior trae como consecuencia que se pierda seguridad y control de la situación, además de que la energía es canalizada de manera inadecuada e impide la solución de conflictos de forma efectiva.

Como ejemplos comunes que se viven día a día de la conducta no-assertiva encontramos: el tener dificultad para rehusar una petición, no poder expresar con libertad los sentimientos, experimentar culpa al expresar un deseo o incomodidad, sentirse víctima, condicionar la autoestima personal a la aceptación de otro, aun cuando vaya en perjuicio de uno mismo y experimentar inseguridad en situaciones sociales.

El mensaje que el individuo no asertivo, pasivo comunica es el siguiente (Flores y Díaz-Loving, 2002):

- “Yo no cuento, tú puedes aprovecharte de mí”.
- “Mis sentimientos no cuentan, solamente los tuyos son importantes.”
- “Mis pensamientos no son importantes solo los tuyos son válidos y dignos de ser escuchados”.
- “No soy nadie, tu eres superior”.

Así, entre las causas más usuales a las que se debe la conducta no-assertiva tenemos:

1. *Falta de control emocional, predominio del temor y la ansiedad.* La no-assertividad surge del temor o la inseguridad provocado por la idea de querer ser aprobado por los demás, sobre todo por las personas significativas en nuestra vida. Entonces se cae en un círculo vicioso desagradable, pues el temor crece y no se actúa apropiadamente. Otro temor se relaciona con evitar a como de lugar el conflicto, se teme al enfrentamiento con los otros.

2. *Mensajes sociales, como: No seas egoísta.* A lo largo de nuestra vida nos educan con mensajes que crean culpa, tal como el ser egoísta. En la conducta no-assertiva, habitualmente la persona se siente utilitarista, por pensar mínimamente en sus necesidades y procurar satisfacerlas, experimentando culpa, cuando quizá no este

apreciando objetivamente los esfuerzos reales y evidentes que sí hace por los demás. Otros mensajes sociales que nos hacen ponernos en segundo término con respecto a los demás son: no debes nunca defraudar a tu papi o mami; tú eres culpable de lo mal que se siente el otro; piensa primero en los demás; no seas gruñón, aguanta, no te quejes; eres el ejemplo para tus hermanos (as); qué bueno eres, nunca te enojas; tú nunca le dices que no a nadie, te felicito; siempre se puede contar contigo.

3. *No vales lo suficiente.* Muchas ocasiones tenemos la idea de que únicamente valemos por los atributos o cualidades que poseemos, recurriendo a escalas arbitrarias que nos restan seguridad y nos hacen sentir “menos” que las otras personas, originando que la comunicación se dificulte.

4. *Falta de habilidad.* Puede suceder que se actúe no-assertivamente debido a que no se ha ejercitado una habilidad. También puede ocurrir que la falta de exposición a situaciones novedosas o poco acostumbradas nos cause tensión y llegemos a bloquearnos cuando se requieren actos firmes.

5. *Ignorar tus derechos como persona.* Resulta común ver como los seres humanos no conocemos los derechos a los que somos acreedores por el hecho de existir. No reconocemos que podemos ser personas falibles, con límites, sentimientos, necesidades y que merecemos ser tratados con respeto y dignidad. La persona al no admitir o identificar sus derechos, llega a ser el más severo crítico o juez condenatorio de sí mismo.

Castanyer (1997) incluye dentro del comportamiento externo de las personas pasivas las siguientes características: volumen de voz baja, habla poco fluida, bloqueos, tartamudeos, vacilaciones, silencios, huida del contacto ocular, cara tensa, dientes apretados, labios temblorosos, manos inquietas, onicofagia y postura tensa o incómoda.



También la misma autora reúne dentro de los patrones de pensamiento de este estilo de conducta ideas referentes a evitar molestar a los demás sacrificándose a sí mismos, a minimizar sus opiniones, sentimientos y deseos ante los otros, a la necesidad de ser aceptados y querido, y a una sensación de ser menospreciados.

En cuanto a los sentimientos y emociones que experimenta una persona al ser pasiva se puede encontrar ansiedad, culpabilidad, enojo (aunque no lo demuestren), frustración y en general una baja autoestima ya que se valoran a sí misma de manera negativa.

Díaz Guerrero (1994) después de haber realizado una serie de estudios transculturales, propone ocho tipos de mexicanos, resultantes de las creencias y las formas de pensar predominantes en la sociedad y cultura mexicana. Uno de estos es el mexicano pasivo, obediente y afiliativo (afectuoso) que presenta varias de las características que definen a la persona pasiva. Menciona que dicho tipo es el más frecuente en la sociedad mexicana y tiene que ver con la edad, ya que entre menor edad tenga un muchacho o muchacha, más tenderá a manifestar este tipo de personalidad. Se encuentra más comúnmente en las mujeres y en niños menores de doce años de clase baja.

El ser pasivo, obediente y afiliativo (el sujeto da considerable importancia a las relaciones afectuosas entre las personas, les gusta complacer a los demás, dar y recibir cariño y ser servicial), en nuestra sociedad es normal hasta los 12 o 13 años de edad. De adultos estarán en posiciones casi siempre por debajo de las más altas. Por su habilidad para congraciarse y por su tendencia al orden, a ser educados, y por estar muy de acuerdo con el orden social, pueden congraciarse con dueños, líderes y jefes. Les falta iniciativa propia y valerse a sí mismos. Andan buscando siempre la protección de personas más poderosas que ellos. Un ejemplo es la típica madre mexicana: abnegada, que sepa complacer y obediente, aseadas y limpias, que sigan los reglamentos de la sociedad, que busquen la aprobación, el

reconocimiento social, etc. Los mexicanos han desarrollado formas exquisitas de relacionarse: cortesía, buena educación, amigabilidad, romanticismo, etc. Quizá los mexicanos han ido demasiado lejos en esta forma de ser; a menudo prefieren perder un argumento que perder un amigo.

El modo de actuar de las personas pasivas generan reacciones en los individuos que se encuentran a su alrededor. Esta manera de comportarse puede hacer sentir a los demás culpables por valerse de la persona no asertiva o bien sentirse superiores y aprovecharse de ella. También se originan sentimientos y emociones como la molestia e irritabilidad al estar con la persona no asertiva, o bien, desprecio por ésta. Por último, las consecuencias del comportamiento pasivo en el propio individuo son: Frustración, insatisfacción, tensión, aislamiento, soledad, incomprensión, menosprecio, rechazo, deterioro de la autoestima, la seguridad y la autoconfianza.

## **2.2 Comportamiento agresivo**

De acuerdo con Aguilar (2002): “La conducta agresiva es la forma de expresión de los sentimientos, creencias u opiniones que pretenden hacer valer lo propio, atacando o no considerando la autoestima, dignidad, sensibilidad o respeto de los demás”( p. 48).

La persona que se conduce de manera agresiva defiende sus derechos e intereses personales pero lo hace a expensas de los otros ya que no respeta los derechos e intereses de los demás. Actúan con confianza y libertad de expresión pero sin tomar en cuenta los sentimientos de las personas que se encuentran a su alrededor. Frecuentemente llegan a sus metas humillando o dominando a los demás. También suele criticar las decisiones de los otros. La

agresión se manifiesta de maneras muy distintas, dañando el intercambio positivo entre los seres humanos y originando, muchas veces, más dificultades de las que pretende solucionar. Como ejemplos de la conducta agresiva observamos el mostrarse rígido e inflexible, abusar de otros siendo insensible a sus necesidades, expresar los sentimientos con tonos y ademanes hirientes, no aceptar con facilidad la responsabilidad de los propios actos o contribuciones negativa, actuar a la defensiva con frecuencia, enojarse con facilidad, querer tener siempre la razón, la necesidad de sentirse superior a los demás, hacer bromas ridiculizando, etc.

El mensaje básico del agresivo es (Flores y Díaz-Loving, 2002):

- “Esto es lo que pienso, tú eres un estúpido por pensar diferente”.
- “Esto es lo que deseo, lo que tú deseas no es importante”.
- “Esto es lo que siento, tus sentimientos no cuentan”.

Los orígenes de la conducta agresiva son de muy variada naturaleza, sin embargo, los más frecuentes son:

1. *Falta de control emocional, predominio de la inseguridad e irritación.* La mayoría de las veces la acción agresiva corresponde a ideas negativas que hacen insegura a la persona, sintiéndose amenazada o vulnerable ante la circunstancia. Así se desencadenan rápidamente comportamientos de defensa o ataque a los demás, quienes a su vez es muy probable que reaccionen agresivamente. El comportamiento agresivo está también precedido por fuertes sentimientos de enojo a causa de ideas destructivas que se autogeneran y que hacen perder el control emocional en poco tiempo.

2. *No reconocer los derechos de los demás o los propios.* Dicha conducta se identifica por defender lo propio pero con escasa sensibilidad a la situación o sentimientos de la otra persona. No se reconoce que los demás tienen derecho a fallar, opinar, competir, dudar, ser débiles, sentir, rehusar, elegir cosas distintas, etc. Se debe tener presente que no es un derecho imponer a otras personas reglas que son producto de un capricho individual o insultar a quien no cumpla ciertas expectativas. Así mismo, es posible que el deseo de negar los derechos de los otros esté relacionado con la insuficiente atención o prohibición no-assertiva de los propios derechos.

3. *Previa conducta no-assertiva.* Es usual que cuando se han guardado resentimientos por renunciaciones frecuentes al bienestar propio debido a abusos de otros o por la falta de un sano equilibrio recíproco en la relación humana, se vaya creando una bomba de tiempo que seguramente terminará explotando manifestándose en agresividad. Por otra parte, en ocasiones, el actuar no-assertivamente en algún lugar, propicia que se acumulen sentimientos negativos que detonan agresivamente después en otro sitio.

4. *Éxito previo al haber actuado agresivamente.* La conducta agresiva a veces pareciera que tiene ciertas “ventajas”, tal como que los demás ajusten velozmente su conducta ante la demanda punitiva dejando de actuar de alguna manera. Lo anterior puede hacer sentir bien a la persona atacante, pues sus deseos se complacen rápidamente agregando una sensación de poder, control o seguridad. No obstante, se ha visto que a pesar de que se logra un control en poco tiempo, éste no dura mucho, ya que el ajuste de los demás se da únicamente en presencia del agresor y los

comportamientos regresan al nivel de antes o se agravan al retirar la presentación agresiva.

5. *Errores en la forma de expresión.* La falta de habilidad para dar a conocer mensajes puede dar pie a la manifestación agresiva. El decir lo que pensamos y sentimos sin tapujos, no entendiendo que los demás cuentan con historias diferentes o que se encuentran en momentos especiales o conciben los conceptos de forma distinta a la de uno, sólo provocará incomprensión y dolor. También se debe considerar que los mensajes hacia los demás involucrados no deben ser un producto de la propia confusión, antes sería necesario examinar las frustraciones no resueltas, temores ocultos, falsas concepciones, etc.

6. *Intolerancia a la frustración.* Frecuentemente, la frustración es provocada por uno mismo al tener expectativas rígidas y falsas sobre cómo los demás o la realidad “debe” funcionar. Varias ideas que ayudan al manejo de la frustración son: las cosas no tienen que suceder como yo quiero sólo porque así lo deseo; si esto no se da como lo espero ¿realmente es el fin? ¿acaso no tengo otras alternativas?; un niño se tiene que comportar como tal; mi gran deseo de obtener algo no es una necesidad vital o realmente indispensable; me voy a preocupar por realizar lo que verdaderamente puedo controlar.

Dentro del comportamiento externo, autores como Castanyer (1997) y Vázquez (2002) mencionaron las siguientes características: volumen de voz elevado, habla tajante, utilización de insultos y amenazas, contacto ocular retador, cara y manos tensas, postura intimidante y mensajes impersonales.

Referente a los patrones de pensamiento que se presentan en las personas agresivas, se pueden observar ideas relativas a los términos de ganar-perder, a la superioridad de el ante

los demás, a no mostrar vulnerabilidad y creencias como la necesidad de castigar a la gente “mala”, o bien, que pasarían cosas horribles si no se resolvieran las cosas como el quisiera.

Los sentimientos y emociones que se exhiben en las personas agresivas pueden ser: ansiedad, enojo, molestia, sensación de una falta de control, soledad, culpabilidad por comportarse de esta manera y deterioro en la salud física.

Los individuos que se encuentran alrededor de la persona agresiva generalmente toman una actitud de rechazo hacia ésta ya que los hace sentirse humillados y heridos en su amor propio. Este comportamiento también puede crear en sentimientos de hostilidad e ideas de venganza formándose un ambiente sumamente agresivo.

Dentro del comportamiento agresivo, algunos autores (Castanyer, 1997, Alberti y Emmons, 1999) mencionan la agresividad indirecta, incluso, como una categoría aparte. Esta conducta agresiva se manifiesta de forma pasiva y no confrontante, es decir, se intentan hacer que los otros se sientan mal sin aparecer como culpables. Las reacciones agresivas indirectas son disimuladas y a veces pasan inadvertidas, en otras ocasiones un comportamiento agradable puede esconder una acción desleal o traicionera. Estas incluyen métodos sutiles e indirectos como ironías, sarcasmos, indirectas, doble sentido, etc.

Díaz Guerrero (1994) dentro de la tipología del mexicano señala al mexicano con control externo pasivo el cual se muestra descontrolado, agresivo, impulsivo, pesimista, rebelde y desobediente, todas estas conductas agresivas. Frecuentemente son individuos cínicos, irónicos, amargados y corruptos que se aprovechan de cualquier oportunidad para llevar las cosas a su favor. Son personas que, siendo generalmente mediocres, se saben todos los aspectos negativos de la sociedad y se aprovechan de ellos. Comúnmente muestran conductas machistas.

Las consecuencias del comportamiento agresivo son innumerables afectando las relaciones entre las personas. Es común ver que el diálogo se rompe o se hace más difícil en situaciones posteriores. La persona agresiva es rechazada y se le etiqueta negativamente, incluso se le puede dejar de juzgar con objetividad. Los actos agresivos normalmente no provocan sentimientos de satisfacción, sino culpa. La agresión como respuesta y la probabilidad de que se intensifique rápidamente la interacción negativa haciéndose más violenta es muy alta. El dolor repetido por la agresividad promueve el deterioro moral, psicológico y salud física, llegando a la desintegración y rompimiento en las relaciones. Se generan resentimientos y el agresor promueve el temor a su alrededor. Finalmente el agresor queda por lo general solo.

### **2.3 Comportamiento asertivo**

Según Aguilar (2002):

Actuar asertivamente significa tener la habilidad para transmitir y recibir los mensajes de sentimientos, creencias u opiniones propias o de los demás de una manera honesta, oportuna, profundamente respetuosa, y tiene como meta fundamental lograr una comunicación satisfactoria hasta donde el proceso de la relación humana lo haga necesario (p. 12).

De este modo, la opción asertiva representa una vía de comunicación efectiva que alienta relaciones constructivas y respetuosas, manifestándose en un bienestar personal sensible a los demás. El respeto por uno mismo debe ser sólido evitando minimizar lo que se desea y necesita.

El mensaje básico del individuo asertivo es (Flores, Díaz-Loving, 2002):

- “Esto es lo que pienso y siento”.
- “Así es como yo veo la situación”.
- “Es tan importante lo que tú sientes como lo que yo siento”.
- “Somos igualmente dignos, por que ambos somos humanos”.
- “Lo que deseo es unir fuerzas, no señalar diferencias”.

Dicho autor sugiere que los componentes básicos de la conducta asertiva son:

1. Respeto por uno mismo. Significa admitirse como ser humano, con energía limitada, que esta antes que los demás, con derechos, con cualidades, que requiere abastecerse y cuidados, con autoconfianza y seguridad. Involucra ser razonable con las demandas que se impone un o mismo en cantidad y grado, entendiendo que no se es perfecto. Es valorar las necesidades sin menospreciarlas ni subestimarlas. Es perdonar humanamente en un sentido reflexivo, responsable y constructivo. Representa no compararse con los otros y aceptar la diversidad humana.
2. Respeto por los demás. Es estar conciente de que el otro también es un ser humano y tratarlo con dignidad y respeto, reconociendo que tiene los mismos derechos que uno. Implica aproximarse a las personas de manera sensitiva, cortés y sin olvidar o menospreciar los deseos, creencias y opiniones propias, expresando los mensajes sin lastimar. Es entender que los otros tienen límites, sensibilidad, propósitos y expectativas, razones y motivaciones. Es no caer en la condena y el odio ante los actos supuestamente “negativos” del resto de las personas. También significa dejar el concepto de que los otros son de nuestra propiedad y saber ofrecer disculpas sin menospreciarse cuando se comete un error.



3. Ser directo. Cuando no se es directo al transmitir un mensaje se propicia que el problema continúe, se interpreta erróneamente y se quiere que los demás entiendan o deban saber los intereses partir de un cambio de expresión facial, tono o ademanes, sin decir claramente lo que se esta pensando y sintiendo. El ser claro y directo evita el tener que adivinar y por lo tanto la confusión. Generalmente, si los otros no pueden o quieren adivinar el mensaje se reacciona con frustración, resentimiento o enojo sin comprender que definitivamente no es la responsabilidad u obligación del otro leer lenguajes ocultos.
4. Ser honesto. La honestidad es reflejar los pensamientos, sentimientos o creencias con el propósito de facilitar la comunicación. Esto no quiere decir que al ser franco se sea agresivo enmascarando sentimientos de hostilidad o venganza. Tampoco es molestar a las personas utilizando constantemente sarcasmos o críticas protegiéndonos de sentimientos personales que no son fáciles de aceptar. Ser honesto es no mentir minimizando el auténtico deseo o sentimiento.
5. Ser apropiado. El lugar debe ser el más adecuado para decir las cosas y evitar críticas en público o discutir un problema de trabajo en una fiesta, etc. Se debe procurar no pasar por alto los estados de ánimo y sentimientos del otro o abordar temas serios cuando no hay bastante tiempo para discutirlos y asimilarlos. El mensaje debe comunicar con precisión la fuerza de los deseos, sin subestimar su importancia haciendo una débil expresión de éstos. En la relación con los demás, es necesario tomar en cuenta la historia que se ha creado con las relaciones y el papel que cada uno juega y estar atentos para saber hasta que grado es adecuado repetir un mensaje o idea.

6. Control emocional. Se refiere a encauzar las emociones para que éstas no alcancen niveles de intensidad que provoquen reacciones ineficientes ante los demás, sin olvidar o negar los sentimientos. Involucra tres elementos: el ambiente, los pensamientos negativos y las respuestas físicas del organismo. En muchas ocasiones, los pensamientos negativos son la base del descontrol emocional, por ejemplo, la ansiedad, el enojo, la depresión, entre otras emociones destructivas, están precedidas y provocadas por pensamientos automáticos, específicos, espontáneos, aparentemente reflexivos y que se creen y sostienen con firmeza aun cuando son irracionales.

7. Saber decir. En cualquier contacto entre las personas se cuenta con diferentes maneras de decir las cosas dependiendo del objetivo que se persigue. Al manifestar enojo, aprecio o desacuerdo es preferible que sea con respeto, con cortesía, objetivamente, sin explosiones emotivas agresivas, directamente y con claridad, que igualmente se comunique lo que se hace bien, se busquen acuerdos y que muestren una actitud empática. En la expresión de sentimientos, siempre que sea posible se recomienda señalar primero el comportamiento específico que se encuentra negativo y después el sentimiento. No se debe olvidar que es un derecho decir no libre de culpas y sin violentar los derechos del otro.

8. Saber escuchar. El escuchar constituye un proceso activo que demanda un esfuerzo verdadero para comprender lo que los demás quieren transmitir. Es necesario confirmar el contenido del mensaje antes de concluir y continuar el diálogo, así como analizar adecuadamente los mensajes, pues sino en poco tiempo se originará un distanciamiento entre la información real y la percibida causando efectos nocivos en la comunicación. Algunas sugerencias para facilitar este proceso

son: invitar de forma directa, flexible, sin exigencias a los otros para que compartan sus reacciones; mostrarse atento, positivo e interesado en lo que los demás dicen, ver a los ojos, evitar distraerse; permitir que los demás expresen sus ideas y sentimientos sin criticar anticipadamente; no suponer, confirmar, tomar la iniciativa, concentrar la atención en el mensaje y ser crítico de su contenido, no de la persona que lo transmite. Por último, hacer preguntas para clarificar el entendimiento sin acosar a los demás.

9. Ser positivo. Para el adecuado manejo de las relaciones humanas resulta de suma importancia reconocer que los otros también hacen cosas acertadas, agradables, que intentan beneficiar o ayudar, e informarles que uno se da cuenta de ello. Para dar a conocer mensajes positivos se requiere ser directo, específico y sincero, expresarlos con frecuencia e inmediatez, mencionando efectos favorables de la conducta del otro en uno, mostrando gusto. En la recepción de mensajes positivos, se debe recordar que se tiene derecho a sentirse bien y que puede dar gusto el que otras personas noten aspectos favorables en uno.

10. Lenguaje no verbal. Comprende el contacto visual, la expresión facial, los movimientos de manos y pies, la postura, la orientación del cuerpo, la distancia, sonoridad, fluidez, velocidad con la que se habla y el tono e inflexión de voz. Resulta primordial que la comunicación se presente en armonía verbal y no-verbal, es decir, que los elementos que acompañan a las palabras den el sostén y la fuerza necesaria. Una porción considerable de la comunicación es no verbal; así, al romperse la correspondencia con los mensajes verbales, se reduce o exagera el impacto de lo que se comunica.

La persona que se comporta asertivamente conoce sus derechos y sabe como defenderlos respetando los derechos de los demás. Tiene confianza en sí misma y es capaz de expresar sus deseos, ideas, opiniones, sentimientos y emociones de manera adecuada. Trata de llegar a acuerdos en lugar de ganar a toda costa y toman sus propias decisiones. Sabe como decir “no”, pedir favores y reaccionar ante un ataque.

Las personas que actúan de manera asertiva presentan varias características que las distinguen de quienes se conducen agresivamente o no-asertivamente. De acuerdo con Gutiérrez (1994) autores como Lazarus (1973), Smith (1983), Fensterheim y Baer (1983), y Rodríguez (1990), han mencionado que las características más representativas de las personas asertivas incluyen: sentirse libres para manifestarse; poder comunicarse con personas de todos los niveles; tener una orientación activa en la vida (intentan hacer que las cosas sucedan); actuar de un modo que juzga respetable; aceptar o rechazar en su mundo emocional a las personas con delicadeza sin olvidar la firmeza; manifestarse emocionalmente libres para expresar sus sentimientos; ser directos, honestos, apropiados y persistentes; tener control emocional; saber escuchar; ser positivos y optimistas.

Como en los anteriores estilos de conducta, Castanyer (1997) y Vázquez (2002) detallaron el comportamiento externo de la persona asertiva que encierra las siguientes características: Habla fluida, contacto ocular directo, comodidad postural, gestos firmes, mensajes en primera persona, respuestas directas y manos sueltas.

En cuanto a los patrones de pensamiento que experimenta una persona asertiva podemos encontrar ideas relacionadas con conocer y creer que existen derechos para sí misma y para los demás que deben ser respetados.

Respecto a los sentimientos y emociones, al sentirse seguro y confiado de sí mismo, el individuo asertivo suele presentar una adecuada autoestima y manejo emocional, siendo generalmente honesto con las personas a su alrededor.

Aguilar (2002, pp. 11-12), afirma que la opción asertiva ayudará, entre otras cosas, a la persona a:

- Ganar mayor seguridad en sí mismo.
- Dialogar con éxito manteniendo la comunicación.
- Controlar mejor sus emociones para no atropellar el diálogo.
- Decir las cosas sin ofender.
- Sentirse más positiva y lograr que los demás también lo sean con ella.
- Saber escuchar.
- Respetarse a sí mismo.
- Evitar problemas que se acrecientan por no dialogar a tiempo con los demás.
- No angustiarse o preocuparse por cosas inútiles.
- Ser justo y motivante para con los demás.
- Integrar mejor su grupo, familia, relación de pareja o amistad.
- Lograr mejores resultados en las metas que se proponga.
- Auxiliar a los demás para que también expresen adecuadamente su sentir.
- Sentirse más satisfecho en sus relaciones interpersonales sin afectar a otros.
- Respetar más profundamente a los demás.
- Negociar adecuadamente estableciendo metas comunes.
- Terminar con relaciones interpersonales que le hacen daño o promover su mejoría cuando esto sea posible.

Jakubowski y Lange (1978, cit. en Flores y Díaz-Loving, 2002), señalan que existen 4 tipos básicos de conducta asertiva:

- **Básica:** simple expresión de los derechos, creencias, opiniones y sentimientos personales, tales como el afecto o aprecio hacia otra persona. Ejemplo: cuando alguien interrumpe la respuesta asertiva sería “me gustaría terminar”. La persona no tiene que involucrarse directamente ni debe defenderse de algo. La iniciativa parte del individuo, es decir, no tiene que responder a una influencia externa sino que toma la decisión personal de realizar la acción.

- **Empática:** la situación requiere de más que una simple expresión de sentimientos o necesidades, por ejemplo en escenarios en los que se desea transmitir sensibilidad a otra persona. La comunicación incluye el reconocimiento de la situación o de los sentimientos de la otra persona. Hay que escuchar y tomar en cuenta los sentimientos de los otros. Este tipo de asertividad se utiliza cuando existe un interés en que la otra persona no se sienta herida, pero tampoco se quiere ser pasados por alto. Ejemplo: si dos personas están hablando fuerte en una reunión la respuesta incluiría la frase “serían tan amables de bajar la voz, pues no se escucha a los demás”.

- **Escalar:** implica empezar con un mínimo de imposición o petición en la respuesta asertiva y valorar el impacto de ésta. En aquellos casos en que la conducta no produce el efecto deseado o cuando la respuesta es acompañada de emoción negativa o una posible consecuencia negativa, se puede incrementar la intensidad y rigidez de la asertividad, siempre recordando la amabilidad de la cultura mexicana. Ejemplo: el que no quiere beber o comer en una reunión puede presentar el siguiente patrón creciente:

- “Eres muy amable pero prefiero no comer”.

- “No gracias, simplemente prefiero no comer”.
- “Ésta es la tercera y última vez, no insistas”.
- Confrontativa: cuando las palabras de una persona contradicen sus actos y consiste en describir objetivamente a la persona que lo dijo y lo que hizo, para confrontarlo a los hechos. Este tipo de respuesta se utiliza cuando se tiene claro que la persona ha querido agredir conscientemente. Es útil en las relaciones de pareja, amigos, familia, etc., ya que permite aclarar situaciones que se repiten desde hace algún tiempo. No se juzga a la persona para hacerla sentir culpable, sino se describe su comportamiento. Esquema:
  - “Cuando tú haces...”
  - “El resultado es que yo...”
  - “Entonces, yo me siento...”
  - “Preferiría...”

En cuanto a si un apersona es asertiva en una o varias esferas de su vida, Olvera y Ramírez (1990) señalan que se puede ser asertivo en algunas áreas y no asertivo en otras. Añaden que al identificar y cambiar conductas que necesitan modificación, también cambian conductas relacionadas, y que la conducta inadecuada en un área manifestará consecuencias en otras de la organización psicológica del sujeto. Gutiérrez (1994) dice que la personalidad es variable y que con algunas personas o situaciones somos capaces de comportarnos de forma asertiva, en otras de manera agresiva o pasiva.

Flores y Díaz-Loving (2002) mencionan que la expresión de una respuesta asertiva está influida por la cultura en la que se desarrolla el individuo, por el contexto situacional y psicológico, por las personas involucradas y/o percibidas en la interacción, por variables

sociodemográficas tales como género, edad, escolaridad, nivel socioeconómico, etc. y por variables de personalidad. Por ejemplo, éstos mismos autores afirman que en relación con dichas variables sociodemográficas tales como la edad y la escolaridad, se ha encontrado que a medida que aumenta la edad y la preparación, se es más asertivo y a menor edad mayor asertividad indirecta.

Díaz Guerrero (1994) describe al mexicano con control interno activo como personas que exhiben varias de las características que se consideran asertivas. De esta manera dichos mexicanos desde muy temprano parecen tener una libertad interna que les permite elegir. Poseen los aspectos más positivos de la cultura mexicana, pues evita las exageraciones y los aspectos negativos de la misma. Son poco frecuentes en la sociedad, acostumbran ser flexibles, cuentan con recursos internos, su actitud es abierta, además de mostrar habilidad para complacer sin servilismo y expresan actitudes contra la corrupción. En la vida adulta es factible que terminen en posiciones altas en el campo profesional e incluso en la política. Son menos temerarios, atrabancados, impetuosos, imprudentes y excitables, por el contrario, tienden a pensar antes de actuar. Son optimistas a cerca de la habilidad del ser humano en la resolución de problemas y piensan que no hay que darles largas a los problemas, sino enfrentarlos y resolverlos directamente sin olvidar la cautela necesaria.

Como consecuencia de lo descrito anteriormente, las personas que se encuentran alrededor de un individuo que se comporta asertivamente se sienten bien consigo mismos ya que pueden expresar sus opiniones y sentimientos los cuales son respetados.

A pesar de que la asertividad es considerada por la mayoría de los teóricos como una característica deseable, diversos estudios (Díaz-Loving, Flores y Rivera, 1987) indican que dicha conducta no es una forma usual de confrontación en la población mexicana, ya que



la pasividad, la amabilidad, la abnegación y la cortesía son consideradas como atributos más importantes.

Recientemente, en México, la investigación realizada revela que existe una ligera tendencia a ser asertivo en situaciones cotidianas y a incrementar el estilo no asertivo en las relaciones interpersonales muy cercanas. Esto, quizá implique un cambio paulatino en relación con las premisas socioculturales. El mexicano, parece ser, ha empezado a tener otros estilos de afrontamiento en sus relaciones interpersonales, tales como la asertividad. O bien, se está incrementando el tipo de mexicano con control interno activo (Díaz-Guerrero, 1994 cit. en Flores y Díaz-Loving, 2002).

El mexicano, en la actualidad, dada su incorporación a la globalización financiera y al aumentar sus relaciones con países industrializados y por ende individualistas, necesitará que, al menos en el área laboral, adquiera una serie de habilidades sociales, entre ellas la asertividad, que le permitan manejar eficaz y eficientemente sus relaciones interpersonales (Flores y Díaz-Loving, 2002).

### **3. Investigaciones sobre la asertividad**

Las investigaciones que se han realizado con el fin de estudiar la conducta asertiva han sido de muy diversa índole y con diferentes tipos de poblaciones.

Algunos científicos se han avocado a analizar la relación que existe entre la asertividad y ciertos trastornos, como la depresión, fobias y tics nerviosos. Otros se han interesado en relacionar dicho concepto con la agresividad física y verbal, con el uso de sustancias tóxicas

y con conductas sexuales, tales como el uso del preservativo y la disminución de parejas sexuales.

Un aspecto distinto que también se ha estudiado es la efectividad de la conducta asertiva para establecer relaciones sociales satisfactorias, donde se evalúa a programas de entrenamiento asertivo dirigido a niños, adolescentes, mujeres y hombres adultos y ancianos con diversas problemáticas. Otros autores hacen énfasis en los efectos sociales que provoca la conducta asertiva, por ejemplo, en cómo es percibido un individuo asertivo por las demás personas (Concha y Rodríguez, 2001). Por último, Olezak y Golmen (1981, cit. en Díaz-Loving et al. 1987), estudiaron la relación de la asertividad con la autorrealización.

En el área de psicología laboral y educativa Likert (1961, cit. en Flores y Díaz-Loving, 2004) encontró estilos más eficaces de supervisión laboral en personas asertivas.

También se ha utilizado el Entrenamiento Asertivo junto con otras técnicas para el tratamiento de diversas patologías. Lee y Crockett (1994), examinaron la efectividad del entrenamiento asertivo en relación a los niveles de autopercepción de estrés y asertividad en enfermeras de Taiwan encontrándose un claro apoyo para la efectividad del entrenamiento asertivo para las conductas sub-asertivas y estrés en las enfermeras profesionales.

Díaz-Loving y Flores (2004) al desarrollar la Escala Multidimensional de Asertividad (EMA) asociaron las tres dimensiones, asertividad en situaciones cotidianas, no asertividad y asertividad indirecta, con la Escala multidimensional de Locus de control realizada por La Rosa en 1986, La Escala Multidimensional de Orientación al Logro hecha por Díaz-Loving, Andrade y La Rosa en 1989 y La Escala Multidimensional de Autoconcepto de La Rosa y Díaz-Loving efectuada en 1988, ya que diversos estudios señalan que las personas asertivas cuentan con una alta autoestima, un locus de control interno y una alta orientación al logro. Posteriormente en la validación de la versión definitiva del EMA dichos autores llevaron a

cabo un análisis de diferencia entre medias en cuanto a sexo y escolaridad en muestras de Mérida y la Ciudad de México con el propósito de conocer si existían diferencias en cada uno de los factores de este instrumento.

*La asertividad también se ha relacionado con la sexualidad en diversos estudios. Pick de Weiss, Andrade-Palos y Townsend (1990, cit. en Pick, Givaudan y Díaz-Loving, 1994) encontraron que entre los predictores más importantes para el inicio de la actividad sexual en el adolescente se encuentran el uso de tabaco y alcohol, la percepción de acceso a la anticoncepción, comunicación con los padres, sumisión ante las normas de los padres y la sociedad y la asertividad. En otro estudio, Pick de Weiss Andrade-Palos y Atkin (1988, cit. en Pick et al. 1994) hallaron que la asertividad esta asociada diferencialmente a la conducta sexual y anticonceptiva de las mujeres adolescentes.*

Con respecto a la asertividad relacionada con el género, varios autores han realizado investigaciones de tipo muy variado. Así, Adejumo en 1981, (cit. en Díaz-Loving et al. 1987), señala que los hombres fueron más asertivos que las mujeres en la prueba de Rathus en un grupo de no graduados de la universidad de Ife Nigeria.

Díaz-Loving et al. (1987), encontraron que para asertividad en situaciones cotidianas, los hombres resultaron más asertivos que las mujeres.

Cencha y Rodríguez (2001); en una población estudiantil a nivel licenciatura vieron que las mujeres son más asertivas que los hombres en situaciones relacionadas con expresar sentimientos positivos, hacer halagos, defender sus derechos en situaciones comerciales y manifestar molestia, enfado o desacuerdo. Mientras que los hombres se comportan más asertivamente ante factores como reconocer limitaciones personales, iniciar contactos sociales, hacer peticiones, resistir la presión de otros, defender opiniones, afrontar situaciones molestas y emitir conductas de confrontación.

#### 4. Asertividad en la pareja

La forma en que se comporta cada uno de los miembros de la pareja determina como será su relación y ésta a su vez influirá en los componentes de la misma de distinta manera. Bott, (1971, cit. en Pick, 1979) propuso que la relación conyugal es como una línea continua donde, en un extremo, se encuentra el tipo denominado organización conyugal *conjunta* donde los miembros de la pareja realizan en conjunto la mayor parte de sus tareas, toman juntos las decisiones que atañen al aspecto económico y a la educación de los hijos, tienen comunicación y la posibilidad de discutir abiertamente toda clase de temas, comparten sus ratos libres lo más posible y se consideran al mismo nivel humano uno y otro. En el otro extremo se encuentra el tipo designado como *independiente* o *segregado* donde existe una marcada división de obligaciones, no comparten sus momentos libres, el esposo es el responsable de las decisiones económicas y tiene la última palabra sobre cualquier otro asunto, la comunicación es muy pobre y la posibilidad de discusión inexistente, ya que uno u otro se considera superior. Se señala que las parejas que gozan de una relación conyugal conjunta están menos inhibidas sexualmente, lo que las conduce a una práctica anticonceptiva desprovista del sentimiento de culpa y que las parejas con una comunicación más efectiva estarán capacitadas para cooperar en todas las áreas y para limitar el grado de las influencias externas en sus relaciones.

Uno de los factores que pueden determinar si una unión es conjunta o segregada es la comunicación y el comportamiento de los miembros de la pareja, por consiguiente, la conducta que presente el sujeto tendrá un impacto en la pareja generando patrones de acercamiento o alejamiento y alterando las expectativas y percepciones de sí mismo y del

otro (Díaz-Loving y Sánchez, 2002). Solomon (s.f., cit. en Alberti y Emmons, 1999) opina en su libro *Todo sobre el amor* que “una pareja sana refuerza la autoestima de cada uno de sus miembros dándose mutuamente una sensación de totalidad y satisfacción que ninguno podría obtener por sí mismo” (p. 113).

La comunicación es uno de los puntos básicos para lograr que una pareja logre esta salud, pero la mayoría de las personas son enseñadas a comportarse de manera poco asertiva y por consiguiente desconocen como manifestar sus opiniones, deseos, necesidades, pensamientos, sentimientos y emociones de manera adecuada. Flores y Díaz-Loving (2004), mencionan que el tener habilidades sociales adecuadas establece en buena parte la calidad y satisfacción que se tiene en la vida.

Si uno o ambos integrantes de la pareja se comunica de manera agresiva crearán un ambiente de hostilidad donde predominaran los insultos y las amenazas, y se podría llegar a la violencia intrafamiliar. Si uno o ambos integrantes se comunican de manera pasiva o no asertiva sus opiniones e ideas se someterán a los deseos del otro, o bien, como sucede con frecuencia, se supondrá que la pareja por el hecho de amar, conoce los deseos del otro sin necesidad de comunicarlos, lo cual genera frustración.

Varios autores han señalado que la asertividad, al ser aplicada en las acciones que se llevan a cabo dentro de las relaciones interpersonales que se establecen, tendrá un impacto positivo en éstas y la relación de pareja no es una excepción.

Castanyer (1997) propuso que la asertividad puede mejorar la comunicación en la pareja, para lo cual es necesario emplear los principios básicos de la asertividad: Es más apropiado hacer una petición que una demanda, es mejor hacer preguntas que acusaciones, al criticar a la otra persona es más apropiado hablar de lo que hace y no de lo que es, no acumular emociones negativas, discutir los temas de uno en uno, evitar las generalizaciones, no ser

“excesivamente” sinceros, y, finalmente, la comunicación verbal debe ir acorde con la no verbal.

Planteó, además, que es preciso desarrollar ciertas habilidades de comunicación para llegar a convertirse en una persona asertiva en la relación de pareja. La primera es dar gratificaciones, tanto verbales como materiales, explorando concretamente que es lo que le agrada a mi pareja. La segunda es agradecer gratificaciones ya que si se demuestra abiertamente sentimientos positivos al recibir una recompensa este comportamiento será reforzado. La tercera es pedir gratificaciones pues es importante dar a conocer a la pareja los deseos y necesidades que se sienten y no esperar que ésta las “adivine” pues generalmente esto conduce a conflictos. Por último, expresar sentimientos negativos para que no desemboquen en peleas a futuro.

Alberti y Fennons (1999), por su parte, desarrollaron un modelo de relaciones interpersonales llamado el *organismo íntimo* donde consideraron que dichas relaciones están compuestas por seis dimensiones: Atracción, comunicación, compromiso, placer, propósito y confianza.

Posteriormente, estos autores describieron como influiría la asertividad en cada una de las dimensiones: Las personas serán más *atractivas* si se comportan asertivamente ya que la *comunicación asertiva logra el equilibrio al ofrecer a las dos partes de la relación oportunidad de expresar sus puntos de vista y presupone que ambos son igualmente valiosos*, además, el *compromiso y propósito* de la relación se hacen claros al ser honestos, lo cual también influye en que ambos tengan *confianza* en el otro. Por último, el *placer* de ambos miembros de la pareja se ve beneficiado si se comunican abiertamente lo que es de su agrado y lo que no lo es.

Blanco (1999), por otro lado, menciona las implicaciones que la asertividad podría tener en la relación tanto a nivel individual como dentro de la pareja:

#### Individualmente

- a) Crecimiento y madurez personal (incremento de la autoestima).
- b) Abandono de los esquemas psicológicos de dependencia y sometimiento.
- c) Incremento de la autonomía personal.
- d) Búsqueda de opciones de crecimiento y gratificación.
- e) Abandono de esquemas defensivos inadecuados.
- f) Abandono de esquemas inadecuados de interpretación de la realidad.
- g) Aprendizaje de las experiencias dolorosas del pasado.
- h) Apertura al diálogo.
- i) Apertura al cambio gratificante.
- j) Abandono de la lucha por el control y el poder.
- k) Honestidad en la comunicación.
- l) Adecuada manifestación de los desacuerdos.

#### En la pareja

- a) Crecimiento y madurez en la relación.
- b) Respeto a la libertad y autonomía del otro.
- c) Apertura de los canales de comunicación.
- d) Abandono de esquemas comunicacionales inadecuados.
- e) Abandono de la manipulación mutua.
- f) Abandono de la lucha por el poder y control de la relación.
- g) Adecuada manifestación de desacuerdos.
- h) Manifestación mutua de sentimientos positivos.

- i) Tolerancia a las diferencias personales.
- j) Disminución de la agresividad destructiva (verbal, no verbal, directa y encubierta).
- k) Expresión mutua directa y adecuada de las diferentes necesidades.
- l) Apoyo emocional mutuo.
- m) Búsqueda conjunta de situaciones gratificantes.
- n) Una relación satisfactoria.
- o) En dado caso de que la relación ya no sea sana para los miembros de la pareja, el término de la misma.

Así mismo, Blanco (1999) indica que:

El ser asertivo implicaría entonces que cada miembro de la pareja podrá ser capaz de manifestar tanto sus propios puntos de vista como todos aquellos sentimientos negativos que le produzcan los actos del otro cónyuge, justo en el momento en el que ocurre de forma clara, directa y honesta (p. 157).

En todo caso, la forma de comportarse e interactuar de las personas que conforman la pareja influye en como los miembros de ésta valoran los distintos aspectos de su relación. Si éstos se conducen agresivamente se percibirá a la relación como amenazante y si se comportan pasivamente se concebirá como poco gratificante ya que ambos no conocerán los deseos y necesidades del otro ni darán a conocer los suyos. En cambio, si se comportan de manera asertiva, la relación se deberá percibir como satisfactoria pues se tendrá la oportunidad de satisfacer y ser satisfechos los deseos y necesidades de los dos miembros de la pareja.



## 5. Sexualidad y asertividad

Como ya se ha visto con anterioridad, la sexualidad forma parte trascendental dentro de la relación de pareja. Frecuentemente se ha observado que las parejas más unidas están menos inhibidas sexualmente (Pohlman, 1969, cit. en Pick, 1979) y tienen un mayor grado de satisfacción sexual (Back y Hass, 1973, cit. en Pick, 1979). Talmadge (s.f., cit. en Alberti y Emmons, 1999) señala que tanto la expresión sexual como la satisfacción depende de un gran número de factores como la personalidad, el contexto social, la condición física, historia familiar, etc.

El tipo de comunicación que se establezca también influirá en la sexualidad de la misma. Alberti y Emmons, (1999) distinguieron cuatro estilos de expresarse dentro de las relaciones sexuales: agresivo, indirectamente agresivo, no asertivo o pasivo y asertivo. Además, consideraron poner énfasis en cinco puntos importantes. Primero, nadie pertenece por completo a algún tipo de comunicación aunque las personas tienden a inclinarse por alguno de estos. Segundo, el objetivo de la comunicación sexual es tener la capacidad y la opción de responder como se desea. Tercero, la motivación para algunos tipos de comportamiento es inconsciente. Cuarto, toda comunicación sexual es mutua, es decir ambos miembros de la pareja deben ser equitativos al comunicarse. Por último, el quinto punto indica que tanto el lenguaje corporal como el verbal son importantes.

En la comunicación agresiva la persona se comporta exigente, ruda en su trato físico e insistente y menciona frases hostiles como: “¡Qué torpe eres!”, “Tienes la culpa de que no disfrute la relación”, “Muévete”. En la comunicación indirectamente agresiva la persona se conduce de manera manipuladora diciendo frases como: “No has leído que quien no se

interesa en hacer el amor con su pareja es porque tiene una aventura con alguien más”. En la comunicación no asertiva la persona se comporta de manera tímida y vacilante señalando frases como: “Lo siento, yo tuve la culpa de que no te gustara estar conmigo”. Finalmente, en la comunicación asertiva la persona es honesta, abierta y directa.

La asertividad, por lo tanto, también intervendrá en la vida sexual de los seres humanos. Un aspecto importante dentro de esta manera de conducirse es respetar y hacer respetar los derechos de las personas por lo tanto es importante conocer cuales son los derechos asertivos en la sexualidad. En el acto sexual todos y todas tenemos los siguientes derechos (Guerrero y Pacheco 1983):

- 1) A solicitar una relación sexual.
- 2) A decidir si se acepta o no.
- 3) A establecerla temporal o definitivamente.
- 4) A decidir las condiciones del ambiente.
- 5) A decidir donde hacerlo.
- 6) A tomar la iniciativa para iniciar el acto sexual.
- 7) A establecer la frecuencia y duración del juego erótico.
- 8) A iniciar el coito.
- 9) A acariciar a la otra persona.
- 10) A decidir las posiciones coitales que más le gusten.
- 11) A expresar sentimientos.
- 12) A utilizar un vocabulario con el que se estimule mutuamente a la pareja.
- 13) A alargar o acortar el acto sexual.
- 14) A terminar el coito.
- 15) A compartir la experiencia con la pareja.

- 16) A elogiar y aprobar la habilidad sexual de los demás.
- 17) A usar o no métodos anticonceptivos.
- 18) A solicitarle al compañero que utilice métodos anticonceptivos.
- 19) A que se respeten nuestros sentimientos.
- 20) Como personas responsables de nuestra conducta sexual no es adecuado obligar a otra persona a que lleve a cabo una conducta sexual que no desea.
- 21) A lo que no tenemos derecho es a utilizar sexualmente a otra persona.

El comportamiento asertivo en la sexualidad entonces supondrá el manifestar los gustos, los deseos, las necesidades, las ideas e incluso los desacuerdos en los holones que conforma la sexualidad humana, es decir, en los vínculos afectivos, en el erotismo, en la reproductividad y en el género respetando y tomando en cuenta los derechos de la pareja y esto a su vez influirá en la manera en que los miembros de la pareja perciban la relación.

## Capítulo III. Sexualidad y satisfacción sexual en la pareja

### 1. Modelo de los Cuatro Holones Sexuales

La sexualidad forma parte preponderante de todo ser humano ya que se encuentra presente en muchos, si no es que todos, los aspectos de su vida y a lo largo de su desarrollo, por lo tanto, se ha hecho imprescindible tanto para hombres como para mujeres el investigar cada uno de los componentes de ésta y como se expresa.

Sin embargo, el estudio de la sexualidad humana presenta dos problemas fundamentales. El primero de ellos consiste en la dificultad de establecer una definición de sexualidad ya que ésta es en sí misma una manera de conceptualizar, de hacer formulaciones mentales a partir de las realidades percibidas las cuales resultan ser muy diferentes entre las épocas, culturas, sociedades y entre los individuos.

Algunos ejemplos de los intentos por definir la sexualidad se pueden observar a continuación. Martínez (1995), menciona que:

...la sexualidad son las características biológicas, psicológicas y socioculturales que permiten comprender al mundo y vivirlo a través de su ser como hombre o mujer. Es una parte de la personalidad e identidad y una de las necesidades humanas que se expresa a través del cuerpo es un elemento básico de la femineidad o masculinidad, de la autoimagen, de la autoconciencia y del desarrollo personal (p.15).

Guerrero y Pacheco (1983), expresan:

... la sexualidad es la expresión psicosocial del hecho de que existe un sexo, mientras que este es innato, la sexualidad es básicamente aprendida. Es un proceso constante a lo largo de la vida de las

personas, nace y muere con ella, pasa por los procesos de socialización de una cultura determinada y puede ser reprimida, ignorada, estimulada y educada (p.74).

El segundo problema en el estudio de la sexualidad es la importancia de establecer estrategias de investigación que ofrezcan resultados objetivos, es decir, que no sean productos de la apreciación individual. Este problema está íntimamente relacionado con la complejidad de la definición de sexualidad, pues no hay una delimitación precisa de lo que se va a medir, que es una característica fundamental para que los resultados sean considerados como objetivos. Además, los componentes de la sexualidad se expresan en varios niveles (biológico, psicológico, social, etc.) lo cual hacen aún más complicada su medición.

Por lo anterior, varios autores se han dado a la tarea de explicar la sexualidad a lo largo de distintos enfoques proponiendo diversas teorías como por ejemplo el modelo psicoanalítico de la sexualidad postulado por Freud en 1905 o el modelo de la secuencia de la conducta sexual propuesto por Byrne en 1986 (cit. en Rubio, 1998). Sin embargo, los conceptos expuestos en estas teorías abarcan solo algunos de los niveles a través de los cuales se expresa la sexualidad.

Rubio (1998), tomando en cuenta las dificultades que el estudio de la sexualidad humana representa, postuló El Modelo de los Cuatro Holones Sexuales basándose en la Teoría del Sistema General. Este modelo propone que todos los sistemas están formados por elementos en interacción y que estos elementos, llamados holones, a su vez son sistemas. La principal característica de estos sistemas es que se encuentran presentes en todos los niveles de jerarquía y por tanto, permite el desarrollo de conceptos con aplicabilidad vertical, es decir, pueden ser usados independientemente del nivel de estudio.

Dentro del Modelo de los Cuatro Holones Sexuales, se concibe a la sexualidad como: “El resultado de la integración de cuatro potencialidades humanas que dan origen a los cuatro holones (o subsistemas) sexuales, a saber: la reproductividad, el género, el erotismo y la vinculación afectiva interpersonal” (Rubio, 1998, p.17). La significación sexual, entonces, comprende el significado de la reproducción como posibilidad (reproductividad), de la experiencia de pertenecer a uno de los dos sexos (género), de la significación de la calidad placentera del encuentro erótico y la significación de los vínculos afectivos interpersonales. Este modelo permite que los conceptos tengan aplicabilidad vertical, es decir, para el estudio de estos se pueden aplicar métodos biológicos, psicológicos, antropológicos, etc., ya que la reproductividad, el género, el erotismo y la vinculación afectiva, se manifiestan en cada uno de estos niveles.

La integración es una de las metas fundamentales de este modelo. En la Teoría del Sistema General, la integración implica que un elemento no puede ser correctamente representado si es considerado aisladamente, pues este se encuentra en interacción con los otros elementos y por lo tanto estos influyen en él. Dentro de la sexualidad, la integración es primordialmente mental, es decir, los significados de las experiencias, que interactúan en cada una de las áreas, permiten la construcción e integración de la sexualidad. Así, la sexualidad se construye en la mente del individuo a partir de las experiencias biológicas y la interacción con el grupo donde se desarrolla (Rubio, 1998).

## 1.1 Holon de la Reproductividad Humana

La reproducción es una cualidad que define a los seres humanos como organismos vivos. Rubio (1998) define la reproductividad como: “Tanto la posibilidad humana de producir individuos que en gran medida sean similares (que no idénticos) los que produjeron, como las construcciones mentales que se producen acerca de esta posibilidad” (p. 32).

La reproductividad humana es inmediatamente identificada por sus elementos biológicos compuestos por los procesos fisiológicos que constituyen los eventos de concepción, embarazo y parto, así como la descripción y entendimiento de la anatomía genital de hombres y mujeres. En la actualidad, gracias a los avances tecnológicos de los últimos tiempos se ha logrado identificar el mapa del genoma humano abriendo nuevas posibilidades en la investigación, como por ejemplo el campo de la clonación, lo cual puede redituarse en enormes avances científicos como el control o incluso la desaparición de enfermedades hereditarias.

Pero, la reproducción no solamente se expresa en el ámbito biológico sino también en el psicológico. Después de haberse consumado el acto de la reproducción con el nacimiento de un nuevo ser humano la función de la maternidad y la paternidad continúan muchos años más con la crianza y educación de los hijos y las hijas. Igualmente, existe disparidad en cuanto al papel de madre y padre que a cada ser humano le toca representar ya que este va permeado según las experiencias pasadas, la individualidad de cada persona y la cultura. Además, dentro de este rubro debemos de considerar otros temas relacionados como la adopción.

En el plano social, la reproductividad también se manifiesta con cuestiones tales como la contracepción y el aborto, las cuales tienen significaciones culturales, religiosas, éticas y

legales que han levantado una gran polémica en la mayoría de las sociedades. Asimismo, la Declaración de los derechos sexuales y reproductivos hecha durante el XIII Congreso Mundial de Sexología realizado en junio de 1997 tiene una importante implicación social dentro de la reproducción humana.

También es fundamental destacar la concepción de la maternidad y la paternidad en el ámbito social ya que éste, como ya se había mencionado, se encuentra influenciada por la cultura. De acuerdo a Díaz Guerrero (1994) la familia mexicana se fundamenta en la supremacía indiscutible del padre y el autosacrificio de la madre.

## **1.2 Holon del Género**

Se entiende por género a “la serie de construcciones mentales respecto a la pertenencia o no del individuo a las categorías dimórficas de los seres humanos; masculina y femenina, así como las características del individuo que lo ubican en algún punto del rango de diferencias” (Rubio, 1998, p. 34).

La base biológica del género es el dimorfismo sexual, que son las cualidades que nos distinguen como dos formas distintas, hembras y machos. Las diferencias biológicas a nivel anatómico que existen entre hombres y mujeres han sido investigadas desde tiempos remotos por lo tanto las investigaciones más reciente se han abocado a investigar las manifestaciones biológicas en el sistema nervioso y aún más allá, a nivel molecular.

En el plano psicológico, el género representa un papel destacado dentro de la conformación de la identidad individual. La identidad es considerada como: “Un complejo sistema de representaciones que proporcionan a los humanos un marco de referencia en cuanto a su



pertenencia a ciertos grupos” (Corona, 1998, p.300). La identidad responde a la pregunta que se han hecho muchos filósofos: ¿Quién soy?

La identidad, a su vez, esta compuesta por una serie de identidades superpuestas, algunas inmutables y otras dinámicas dependiendo de que tan elemental sea ésta. La identidad sexual es una de estas identidades. Esta se encuentra integrada por tres componentes: identidad de género, rol de género y orientación sexual. Money y Ehrardt (1972, cit. en Guerrero y Pacheco, 1983) definieron la identidad de género como: “La igualdad, unidad y persistencia de la propia individualidad como varón, mujer o ambivalente, en mayor o menor medida, especialmente en cuanto se experimenta en la propia consciencia y conducta” (p.72); mientras que rol de género lo definieron como: “Todo aquello que una persona dice o hace para indicar a los demás o a sí mismo el grado en que es hombre o mujer o ambivalente” (p.73). Green (1974, cit. en Corona, 1998) definió la orientación sexual como: “Las preferencias del individuo para hacer parejas con hombres o mujeres” (p. 302). Así la identidad sexual es concebida como: “La convicción personal que tiene el individuo sobre su pertenencia al sexo masculino o femenino” (Lara, 1998, p. 317).

La manifestación social del género también ha sido investigada, ya que se acepta que la identidad de género es básicamente una construcción social. La masculinidad y femineidad han sido un tema de gran interés científico en las últimas décadas sobre todo debido al movimiento feminista. En la cultura mexicana, se ha dicho (Ramírez 1977, cit. en Lara, 1998) que la dicotomía masculino-femenino toma dimensiones dramáticas ya que los estereotipos relacionados con el machismo y la sumisión femenina o marianismo son muy palpables. Los efectos sociales y psicológicos del género dentro de la pareja son discutidos más ampliamente en el apartado sobre género y pareja.

### 1.3 Holon de la Vinculación Afectiva Interpersonal

Rubio (1998) define la vinculación afectiva como: “La capacidad humana de desarrollar afectos intensos (resonancia afectiva) ante la presencia o ausencia, disponibilidad o indisponibilidad de otro ser humano en específico, así como las construcciones mentales, individuales y sociales que de ellos derivan” (p. 37).

La vinculación con otros seres en muchas especies obedece a la satisfacción de la tensión sexual lo cual conlleva a la formación de relaciones de parejas, sin embargo, la unión continúa después de la satisfacción biológica de esta tensión sexual formándose familias y grupos sociales (Ortega-Soto y Brunner, 1998).

La vinculación afectiva se manifiesta biológicamente de muchas formas. Durante la elección de pareja, un proceso muy importante de la formación de ésta, son elementos relevantes los factores químicos, como las feromonas y el estado hormonal de los integrantes de la pareja, por ejemplo, las feromonas participan en la atracción de la pareja. Los neurotransmisores también juegan un papel notable. Se ha propuesto que una monoamina, la fenil-etil-amina (PEA) esta implicada en la fase de enamoramiento de los seres humanos (Ortega-Soto y Brunner, 1998).

La forma más reconocida de vinculación afectiva es el amor. La Enciclopedia Multimedia Salvat (1999) define al amor como: “Sentimiento, inclinación o afecto vivo experimentado hacia una persona”. Heinlein en su libro *Forastero* (1961, cit. en Masters et al. 1995) lo define como: “Esa disposición del ánimo en que la dicha de otro ser resulta esencial para la propia felicidad” (p. 323).

Muchos autores han propuesto diversas teorías acerca del amor. Una de las teorías más frecuentemente citadas es la Teoría Triangular de Stenberg (1990, cit. en Wobeser, 1998).

En esta se distinguen tres componentes esenciales en los vínculos amorosos: la intimidad, la pasión y la decisión-compromiso. Estos elementos suelen presentarse conjuntamente, pero si se presentan de manera aislada se produce el fenómeno del amor. Otra teoría es la del amor como una forma de apego propuesta por Shaver, Hazen, Bradshaw (1984, cit. en Masters et al. 1995) donde se propone que todas las relaciones de afecto de la vida de una persona, imitan el tipo de vínculos que se establecen en las relaciones tempranas entre madre e hijo. Las vinculaciones afectivas dentro del plano social, también han sido investigadas ya que, como ha sido mencionado anteriormente, éstas son, de cierta manera, responsables de la formación de los grupos que más tarde se convertirán en sociedades.

#### **1.4 Holon del Erotismo**

Por erotismo se entiende: “Los procesos humanos en torno al apetito por la excitación sexual, la excitación misma y el orgasmo, sus resultantes en la calidad placentera de esas vivencias humanas, así como las construcciones mentales alrededor de estas experiencias” (Rubio, 1998, p. 36). El erotismo está relacionado con el placer resultante de las experiencias corporales individuales o compartidas con los otros en la que hay activación genital y corporal.

Como en los holones anteriores, el erotismo también se manifiesta biológicamente ya que se considera que un estímulo es erótico cuando éste despierta ciertas sensaciones y respuestas corporales placenteras. Los estímulos sexuales, desde el punto de vista fisiológico, se pueden clasificar en estímulos reflexológicos y psicogénicos (Master y Johnson, 1966, cit. en Rubio y Revuelta, 1998). Los primeros producen una respuesta sexual integrada por un

reflejo relativamente corto, mientras que los estímulos psicogénicos los cuales son recibidos por los órganos de los sentidos y en la corteza cerebral son interpretados como estímulos sexuales generándose una respuesta. La respuesta provocada por dichos estímulos recibe el nombre de Respuesta Sexual Humana que se refiere a una serie de procesos fisiológicos que ocurren en el individuo y tiene por objetivo responder a estos estímulos con la potencialidad de generar un orgasmo (Rubio y Revuelta, 1998).

Dentro del marco psicológico, Miranda (1998) ha propuesto la existencia de una identidad erótica la cual se construye basándose en eventos críticos durante las diferentes etapas de desarrollo, con énfasis en las etapas tempranas ya que el erotismo está asociado al desarrollo emocional de las estructuras mentales tempranas que conforman la identidad en particular con la imagen inconsciente del cuerpo.

El erotismo también tiene un componente social muy importante ya que lo que se considera erótico depende de la educación, la cultura y la ideología. En México, el erotismo se encuentra delimitado por los tres pilares sobre los cuales las sociedades occidentales, desde el siglo II, organizaron su sistema sexual: Las Mollities, es decir, quién debe ser pasivo y quién activo (que en este caso son mujer y hombre respectivamente), el matrimonio como un acto público y obligatorio y las actitudes ante la homosexualidad y el rechazo a lo diferente (Hernández, 1998).

Además, nuestra cultura se encuentra fuertemente influenciada por la filosofía cristiana ya que la mayoría de la población practica dicha religión. Dentro de ésta, la sexualidad se encuentra destinada casi por completo a las funciones reproductivas y se deja a un lado el placer y el erotismo, lo cual resulta en un sentimiento de culpa y sensación de ser castigado por buscar el goce en el sexo, incluso uno de los pecados capitales, la lujuria, es referido a esta actividad. Además castiga severamente la homosexualidad y las expresiones eróticas.

## 2. Satisfacción sexual en la pareja

En las diferentes etapas de la vida, la sexualidad se ve reflejada de distintas maneras en la conducta humana, así, en la pareja es usual que el erotismo pase a un segundo término a medida que avanza el tiempo, lo cual se ve incrementado con la llegada de los hijos pues se adquieren nuevas responsabilidades.

Dentro de la sexualidad humana se ven entrelazados tanto aspectos biológicos como la historia personal de cada uno de los miembros de la pareja. De esta manera, debemos considerar que cada persona cuenta con un instinto sexual determinado por su genética que se mantiene constante. No obstante, la historia personal varía de individuo a individuo, ya que depende de su entorno familiar, social, cultural, económico, político, de su educación y sus experiencias personales.

Invariablemente, los aspectos mencionados anteriormente, influyen en la conducta sexual que se expresa dentro de la relación de pareja y la manera en la que los sujetos evalúan a su pareja y ésta les evalúa.

Los seres humanos consistentemente evalúan el estímulo que representa los y las compañeras sentimentales tanto a un nivel cognoscitivo (sus características concuerdan con las que se creen adecuadas para tener una relación positiva) como afectivo (cuáles son los sentimientos y emociones que despierta) tomando en cuenta los antecedentes personales y socioculturales (Díaz-Loving y Sánchez, 2002). De la misma manera, se evalúa la vida sexual que se lleva y la satisfacción o insatisfacción que ésta acarrea.

La satisfacción sexual, fue definida por Reich (1972, cit. en Lechuga, 2000,) como:

... en el curso de los preliminares sexuales se crea una tensión que podría experimentarse como displacentera si no fuera seguida por una gratificación. Sin embargo, la anticipación del placer de la gratificación produce no sólo tensión sino descarga una pequeña cantidad de energía sexual. Esta satisfacción parcial agregada a la anticipación del gran placer final prepondera, pesa más que el displacer de la tensión inicial (p. 61).

La satisfacción sexual es percibida de distintas maneras por cada individuo. Así vemos que algunas personas la refieren a la frecuencia del coito. Blumstein y Schwartz (1983, cit. en Velasco, 1998) mencionan que las personas con mayor satisfacción en su vida sexual matrimonial son aquellas que tienen una frecuencia mayor de relaciones sexuales por semana. Greeley (1991) y Laumann et al. (1994) ambos cit. en Masters et al. (1995) indican que las parejas que tienen frecuencias más altas en sexo están más satisfechas sexualmente y que dicha frecuencia parece declinar más rápidamente que la satisfacción con la edad y duración del matrimonio.

Masters et al. (1995) comentan que, en promedio la pareja norteamericana tiene relaciones sexuales dos o tres veces por semana, cuando los miembros de la pareja tienen entre 20 y 35 años. Después de los 50 años la frecuencia disminuye a una vez por semana o menos. La encuesta *Redbook* (Levin, 1975, cit. en Masters et al. 1995) halló una estrecha correlación entre la frecuencia del coito y la satisfacción que la mujer obtiene de la sexualidad matrimonial.

La satisfacción sexual también puede relacionarse con los aspectos mencionados por Kaplan (1996) quien propone que la vida sexual de los seres humanos se divide en seis etapas, una de ellas es la madurez. Cuando una persona es sexualmente madura, goza de su actividad sexual y no siente por ella vergüenza, culpa ni ansiedad. La sexualidad se convierte en un placer. No tiene una actitud compulsiva hacia el sexo. Mantiene una actitud relajada ante la

sexualidad. Se hace responsable de su vida sexual como un aspecto más de la vida, natural y agradable.

La madurez significa liberarse de las inseguridades y llegar a una visión realista de uno mismo como persona sexualmente capaz. Va más allá del buen funcionamiento genital. La capacidad de dar y recibir amor es un elemento importante de la madurez sexual.

Otro aspecto de la sexualidad madura, en su sentido amplio, es la paternidad-maternidad. Aunque algunas personas deciden no tener hijos, para la inmensa mayoría la experiencia de tener hijos y de educarlos constituye uno de los aspectos más gratificadores de la vida.

Una cuestión relevante que debería cumplirse dentro del matrimonio es que ambos miembros de la pareja fueran maduros sexualmente ya que esto contribuiría a una vida sexual plena y satisfactoria, con una adecuada comunicación de sus deseos y necesidades físicas y afectivas.

Por otra parte, hay personas que asocian la satisfacción sexual con la presencia del orgasmo. Reich (1980, cit. en Lowen, 2000), señala que el orgasmo completo es el resultado de la “contracción involuntaria del organismo y de la completa descarga de la excitación” (p. 254). La experiencia orgásmica se concibe como una sensación de satisfacción física basada en la total entrega del ser en la acción sexual. La reacción física, que es la base de este sentimiento de satisfacción, es la participación de todo el cuerpo en los movimientos placenteros involuntarios de la descarga sexual. La percepción del orgasmo requiere la experiencia subjetiva de satisfacción. El orgasmo, incluso el plenamente satisfactorio, no es lo mismo para diferentes personas; varía según la personalidad. El orgasmo varía también en un mismo individuo, según la intensidad del sentimiento inicial, el lugar y las circunstancias de una particular relación sexual (Lowen, 2000). Tanto hombres como mujeres, tienen la idea (influidos por su entorno social) de que el orgasmo es lo más importante de su

sexualidad. El orgasmo es la culminación de la excitación física y psicológica y uno de los sentimientos sexuales más intensos pero no lo es todo. Quienes encuentran más satisfacción son aquellos que ponen su atención en el proceso de la relación sexual, compartir, dar y recibir placer mutuo (Lechuga, 2000).

Las jóvenes de hoy han crecido con la creencia de que la satisfacción sexual es algo que uno de los miembros de la pareja puede proporcionar al otro, no obstante, no hay forma de que un hombre pueda “dar” un orgasmo a su mujer, ni de que una mujer pueda proporcionar una eyaculación al marido. Simplemente, no hay manera de que un individuo pueda asumir la responsabilidad de los procesos físicos naturales de otro. Un funcionamiento sexual efectivo es algo que se produce entre dos personas. Para que sea efectivo, ambas deben hacerlo juntas (Masters y Johnson, 1983).

Otras más, vinculan la satisfacción sexual con la variedad de los juegos amorosos y la calidad de las repuestas sexuales de la pareja. Masters et al. (1995) mencionan que los hombres que practican la sexualidad oral dicen tener una vida sexual más feliz y una relación convivencial más armoniosa que los que no recurren a esa práctica ni son objeto de la misma.

En cuanto al género vemos que se ha establecido una diferencia en como perciben la satisfacción sexual hombres y mujeres. Históricamente, al varón le es asignado el rol de responsabilidad sexual, en tanto que a la mujer se le confinaba un papel de pura aceptación sexual, con lo que se consolidaron estereotipos que expresan ignorancia o desdén de las aptitudes naturales de ambos sexos (Masters y Johnson, 1983). Díaz-Loving (1990), en un estudio sobre los diversos aspectos que conforman la relación de pareja, halló que los hombres dan mayor importancia que las mujeres a las relaciones sexuales en una pareja



ideal. Siassi (1972, cit. en Pick, 1979), a través de un estudio que realizó en Irán, encontró que el placer sexual era considerado importante únicamente para el hombre.

Esta diferencia en la forma de percibir la satisfacción sexual también se ve reflejada dentro de la pareja. Rainwater (1971, cit. en Pick, 1979) encontró, en el grupo que denominó “la cultura de la pobreza”, que la gratificación sexual no es la razón principal para contraer matrimonio, pues a las niñas se les enseña a temerle al sexo y los niños aprenden que pueden obtener experiencias sexuales más satisfactorias de otras personas menos respetables.

Por otra parte, Blumstein y Schwartz (1983, cit. en Master et al., 1995) encontraron que un factor clave muy vinculado a la satisfacción sexual era la igualdad a la hora de iniciar o de rechazar el acto sexual, si existía igualdad a la hora de iniciar la actividad amorosa, se declararon satisfechos de la calidad de su vida sexual, mientras que los que afirmaron que la iniciación de la actividad amorosa corría a cargo de sólo un miembro de la pareja, el porcentaje de satisfechos descendía.

Por último, la satisfacción sexual se ve ampliamente relacionada con la comunicación en la pareja. Gray (1996) Hieman y LoPiccolo (1990) cit. por Lechuga (2000), señalan que para lograr la satisfacción sexual la pareja necesita formas apropiadas de hablar y comunicarse. El grado de satisfacción sexual depende de la habilidad de cada miembro de la pareja para pedir y describir lo que es personalmente más satisfactorio. Kaplan (1984, cit. en Lechuga, 2000), menciona como una de las causas inmediatas de las disfunciones sexuales el fracaso de la pareja para comunicarse abiertamente, sin sentimientos de culpa ni mecanismos de defensa, acerca de sus auténticos sentimientos, deseos y respuestas. Hablar de que expectativas tiene cada uno acerca del otro es esencial para la relación sexual satisfactoria. Discutir en pareja la frecuencia, los miedos compartirlos reduce al mínimo las preocupaciones mutuas haciendo que la pareja crezca sexual y emocionalmente (LoPiccolo,

1990, cit. en Lechuga, 2000). Sea cual fuere la forma en la que tales sentimientos se comuniquen, tanto un hombre como una mujer necesitan creer que su cónyuge los valora, los necesita y los desea (Masters y Johnson, 1983).

Debido a que el sexo es una dimensión intensamente personal, y a que la mayoría de las personas, sobre todo durante sus años primeros y más “impresionables”, se sienten muy vulnerables e inseguras en relación con su propia sexualidad, es muy raro que éste sea un tema sobre el cual tengan lugar comunicaciones significativas (Levin 1974, cit. en Masters y Johnson, 1983).

La satisfacción sexual también involucra el placer que ambos miembros de la pareja perciben en sus relaciones. Placer es una satisfacción auténtica y perdurable que nos hace sentir seres humanos completos. No experimentamos placer en nada de lo que hacemos, si eso que hacemos no llega a colmarnos en algún sentido fundamental. El placer sexual fluye de la recíproca satisfacción de necesidades y deseos entre un hombre y una mujer comprometidos física y emocionalmente, uno con otro (Masters y Johnson, 1983).

La satisfacción sexual forma parte esencial de la relación de pareja ya que si alguno o ambos miembros de la pareja se encuentran poco satisfechos en el plano sexual, ésta corre el riesgo de verse afectada o en el peor de los casos, terminar definitivamente. Lechuga (2000) indica que un alto índice de relaciones extramatrimoniales puede deberse a una deficiente satisfacción sexual dentro del matrimonio.

De ahí la necesidad de identificar las posibles causas de la insatisfacción sexual en la pareja.

### 3. Expresiones heterosexuales del erotismo

Las manifestaciones heterosexuales de la conducta humana en relación con el erotismo son muy diversas, éstas pueden ir desde los besos o las caricias hasta el coito. La expresión heterosexual del erotismo encuentra cabida en las muchas relaciones afectivas que establecen los hombres y las mujeres, tal como el matrimonio durante la vida adulta, por citar un ejemplo.

Así vemos que cualquier práctica sexual que se presente en privado, involucrando adultos y con pleno consentimiento de éstos, es aceptable. Al respecto Masters y Johnson (1983), mencionan que el consentimiento tanto de un miembro como del otro implica que dicha práctica valorice a cada uno de los participantes, que sea placentera mutuamente y que no se realice a costa de ninguno de ellos.

En cuanto a la calidad afectiva del erotismo y sus expresiones, se ha visto que probablemente, en muchas ocasiones y en la mayoría de las personas, estas expresiones sean la mejor manera que se posee para hacer saber al otro que se le quiere.

De acuerdo con Velasco (1998), la expresión heterosexual del erotismo cuenta con tres características primordiales: 1) es una forma de expresión humana que se da con un "otro" (aunque sea a nivel de fantasía); 2) ese "otro" es alguien de distinto sexo y; 3) provoca una respuesta psicofisiológica característica. También agrega que no es posible hablar de una sola expresión, pues existen tantas expresiones como personas, es decir, cada individuo tiene su propia manera de manifestarse sexualmente.

De esta manera, se habla de expresiones eróticas heterosexuales coitales y expresiones eróticas heterosexuales no coitales, las cuales se describirán brevemente a continuación.

### 3.1 Expresiones eróticas no coitales

Como se mencionó anteriormente existe una amplia gama de expresiones eróticas y no exclusivamente el coito con sus variantes. Masters et al. (1995), mencionan que algunos llaman a estas actividades “juegos sexuales preliminares” haciendo alusión a que estas conductas anteceden al coito, mas lo cierto es que, las personas hacen uso de múltiples conductas eróticas que en ocasiones pueden preceder al coito, acompañarlo, o ser simplemente la meta final de la expresión erótica. También pueden ser de carácter exploratorio o concentrarse en la forma en que resulte más estimulante. Asimismo hay que considerar que el coito no siempre es el punto focal de la relación sexual, pues las personas pueden preferir otras actividades sexuales a la cópula.

Dentro de este rubro principalmente encontramos las caricias eróticas, la masturbación mutua, el sexo anal y el sexo urogenital.

#### *Caricias eróticas*

Suelen ser la manera de expresión erótica más usual. Kinsey et al. (1980, cit. en Masters et al. 1995) definen la caricia como: “El contacto físico entre varones y mujeres con miras a alcanzar la excitación erótica sin realizar el coito” (p. 249). Algunos estudiosos del tema utilizan el término *petting* para describir lo anterior excluyendo los besos y otros incluyen en esta definición todo lo que sea tocamiento o manoseo sexual “de cintura para abajo” y llaman *necking* al resto de las caricias sexuales (Masters et al. 1995).

Velasco (1998), nos dice que la caricia erótica busca producir excitación en el receptor de la misma y que para que eso ocurra tiene que hacerse en un lugar adecuado (zona erógena), de una manera adecuada y por tiempo adecuado. En este mismo sentido, define a las zonas erógenas como las partes del cuerpo sensibles a la excitación erótica.

El tocar en una de sus tantas acepciones es una forma, sin sonido, de informar una predisposición, un deseo, una necesidad, y por lo tanto, de solicitar al compañero hacer el amor. Masters et al. (1995), aseguran que el tocar se valora y disfruta por el placer que procura casi en la misma medida que el coito y el orgasmo. El acto de tocar produce sosiego y seguridad; es una expresión de solidaridad, comunión y confianza. Sin olvidar que, este toque sexual igualmente puede ser una forma mecánica y fría de manipular otro cuerpo, haciendo de la persona un objeto. También aclaran que el tener la posibilidad de tocar a otra persona satisface la necesidad que siente el ser humano de huir de la soledad, en tanto que el ser tocado llena el anhelo de sentirse deseado como persona física. El individuo experimenta el goce de estar vivo, el placer de sentirse criatura sensual.

Por lo general, tanto los hombres como las mujeres responden con excitación a las caricias en los genitales, las mujeres en el clítoris y los hombres en el glande del pene. Otras áreas sensibles son los senos, en particular los pezones; las nalgas, las piernas, el cuello, el ano y el recto, los lóbulos de las orejas y la espalda. No obstante es conveniente recordar que, potencialmente cualquier parte del cuerpo puede ser una zona erógena en una persona en particular.

Para realizar las caricias eróticas de puede valer de un sin fin de medios, tales como los dedos, los besos, la lengua, etc.

Usualmente, las respuestas de excitación más intensas se producen al acariciar los genitales; y la sensibilidad se acrecienta a medida que aumenta la excitación erótica. Al parecer a las

mujeres les produce más placer las caricias a los lados del clítoris debido a su gran sensibilidad. En tanto que los hombres prefieren caricias intensas y rápidas y de arriba abajo en el cuerpo del pene, aunque la zona más sensible es el glande y de éste el frenillo (Masters et al. 1995). Los senos, en hombres y mujeres, son otra fuente de placer importante al ser acariciados.

Respecto a las caricias en las distintas fases de la experiencia sexual, vemos que una caricia puede resultar “apropiada” en la fase inicial de la relación sexual, pero más adelante puede no tener el efecto deseado, de ahí la necesidad de mantenernos alertas y receptivos ante nuestro compañero a lo largo del proceso.

Por otra parte, un tocamiento u opresión muy fuerte puede producir irritación en los tejidos vulvares y vaginales si hay poca lubricación, ya que ni el clítoris ni los labios tienen lubricación autónoma, se recomienda humedecer estas zonas con el fluido secretado por la vagina.

Resulta conveniente resaltar que existe una gran diversidad en cuanto a gustos, tanto entre los individuos en general como en un mismo sujeto, el cual, según la ocasión, puede preferir una caricia u otra con objeto de obtener placer o lograr cierto grado de excitación sexual, justo como lo mencionan, Masters et al. (1995).

### *Masturbación mutua*

Se refiere al hecho de autoestimularse en presencia del compañero. Con la aparición del SIDA y del gran número de personas contagiadas por Herpes genital, se dio lugar a numerosos intentos de hacer “más segura” la experiencia sexual con un compañero

(Velasco, 1998). Así, la masturbación mutua fue catalogada como más segura y recomendada como una vía de contacto erótico antecedente al coito en parejas que no se sintieran con la bastante confianza, por determinada razón, de pasar al coito, sin el riesgo de contagio, considerando que las secreciones sexuales no tocarán piel con algún tipo de lesión, y sin la posibilidad de un embarazo (Reinsich, 1992, cit. en Velasco, 1998).

La masturbación mutua es sumamente placentera desde el punto de vista físico (las caricias en los genitales) y desde el punto de vista psicológico al ser una práctica muy excitante, dado que el observar a la pareja es una práctica socialmente etiquetada como “solitaria” o prohibida.

#### *Sexo anal*

La forma de estimulación de la zona anal ocurre desde el frotamiento hasta la penetración, conduciendo a algunas personas, al orgasmo. Cuando no se realiza con el debido cuidado puede ser enormemente doloroso y peligroso.

La estimulación del ano durante la actividad sexual puede realizarse de distintas formas: con la mano, la boca o mediante el coito anal.

Actualmente el sexo anal ya no es una práctica considerada como dominio de hombres homosexuales, pues de acuerdo a varias encuestas se ha visto que las parejas heterosexuales lo practican en mayor o menor medida. Así, Ordiozola e Ibáñez (1992, cit. en Velasco, 1998) encontraron que el 7.4 % de las mujeres y el 13.8% de los hombres lo habían llevado a cabo, en una población de estudiantes universitarios. Por su parte, Masters et al. (1995),

refieren que un crecido número de parejas heterosexuales practican de forma intermitente algún tipo de estimulación anal en el juego sexual no coital.

A pesar de que el coito anal puede ser placentero, también puede causar malestar, tanto físico como moral. Según Agnew, (1986, cit. en Masters et al. 1995), se deberá considerarse que el tejido del recto es muy fino y delicado y por tanto puede desgarrarse con facilidad. Dichas roturas o heridas de la mucosa rectal (incluso cuando son diminutas e indoloras), pueden proporcionar una forma de entrada en el torrente sanguíneo de una variedad de microbios infecciosos, incluidos el virus que provoca el SIDA, la bacteria que causa la gonorrea y los organismos que originan la sífilis. Por lo anterior, actualmente se sugiere el uso del preservativo para los coitos anales heterosexuales como medio de reducir el riesgo. Finalmente, es necesario hacer hincapié en que cualquier objeto que haya sido introducido en el ano o recto no debe introducirse en ninguna otra cavidad corporal sin haber sido lavado adecuadamente.

### *Sexo urogenital*

La estimulación de los genitales de la mujer con la lengua, los labios y la boca recibe el nombre de *cunnilingus* y la estimulación oral de los genitales masculinos recibe el nombre de felación o *fellatio* (Velasco, 1998).

Hoy en día, se considera al sexo urogenital como una de las alternativas y variantes de la expresión heterosexual y no una perversión, tal y como fue considerada en el pasado. Dicha actividad puede emplearse para provocar o realzar la excitación sexual, o para producir el orgasmo.



La estimulación puede ser individual o recíproca, adoptando la posición inversa (conocida popularmente como 69). Se puede lamer, morder, succionar, presionar, besar, etc., y se puede combinar con la estimulación de otras partes del cuerpo.

La presión (suave, firme o intermedia), y el tipo de movimiento aplicado se puede graduar ampliamente con objeto de conseguir distintos resultados. La cálida humedad del contacto bucogenital proporciona gran placer y excitación a muchas personas (Masters et al. 1995).

A pesar de que el sexo oral pudiera parecer muy placentero para algunas personas, también hay quienes tienen sus reticencias para practicarlo. De acuerdo con Masters et al. (1995), existen mujeres a las que les molesta practicar la felación porque tienen la sensación de obstrucción y náusea al introducirse el pene erecto en la boca. Esta sensación se debe a una respuesta inducida denominada "reflejo faríngeo". Otra dificultad puede consistir en que la mujer no desee que el hombre eyacule en la boca. No obstante, está comprobado que tragar el líquido seminal no acarrea ningún efecto perjudicial para la salud, y tampoco tiene repercusiones favorables en el organismo.

Desde un punto de vista científico, el contacto bucogenital no es menos higiénico que el beso profundo en la boca. Las secreciones naturales de los genitales son bastante limpias y los olores que despiden los órganos de cada individuo reflejan en parte el tipo de alimentos que ingiere (Masters et al. 1995).

En México, De la Peña y Toledo (1992, cit. en Velasco, 1998) advirtieron que el 44% de su muestra de la Ciudad de México encontraba aceptable el sexo urogenital. El 45.3% lo practicaban, más del 50% de los hombres y menos del 30% de las mujeres.

### 3.2 Expresiones heterosexuales coitales

Generalmente se concibe a la conducta sexual heterosexual como sinónimo de coito (del latín "Coitus" "ir juntos"), es decir, el contacto erótico entre una mujer y un hombre en el que se presenta la penetración vaginal con el pene (Velasco, 1998).

Existe una gran diversidad de enfoques al respecto de cómo se unen sexualmente los hombres y las mujeres. Uno de ellos describe la cópula como un acto mecánico que se lleva a cabo de acuerdo a instrucciones de un manual; otro es, el que promueve la variedad como sinónimo de excelencia; otro más es el que legisla y divide las expresiones del erotismo entre permitidas, toleradas o prohibidas; otro es el que no intenta clasificar, recetar, juzgar, más bien intenta ofrecer a la pareja la posibilidad del crecimiento mediante el reconocimiento de la liga afectiva que se establece en el contacto erótico.

En relación al coito dentro del matrimonio y la satisfacción McCary (1980, cit. en Velasco, 1998), nos dice:

El acto sexual involucra a dos personas... cuyas necesidades son de la misma importancia y requieren consideración... la experimentación y la variación en las posiciones coitales, por lo tanto, adquiere mayor importancia como parte del esfuerzo para lograr la plenitud para cada cónyuge... (p. 584).

La frecuencia de la utilización de las posiciones cambia culturalmente. En Estados Unidos de América, Japón y algunos grupos tradicionales de América del Sur, la posición del misionero es la más común. Mientras que las posiciones sentadas son las más populares en las Islas Marquesas en el Pacífico Sur la posición de la mujer arriba es la preferida. (Reinisch y Beasley, 1992, cit. en Velasco, 1998).

Por último es necesario aclarar que cada una de las posiciones que se mencionarán a continuación tiene múltiples variantes.

### *Cara a cara con el hombre encima*

En ella la mujer se encuentra recostada sobre su espalda, con las rodillas levantadas y el hombre entre sus muslos. Esta posición permite la penetración con relativa facilidad, posibilita el contacto visual, la comunicación verbal y los besos. Según Masters et al. (1995), es la posición que ofrece mayores posibilidades de lograr un embarazo, debido a que el semen se deposita en un punto muy cercano al cérvix. Entre sus inconvenientes encontramos que dificulta que el hombre pueda acariciar el clitoris de su pareja con los dedos; es una posición que resulta incómoda cuando el compañero es mucho más pesado que su pareja o si ella se encuentra avanzada en su embarazo; la mujer no puede controlar la profundidad de la penetración y le pueden resultar difíciles los movimientos pélvicos; para el hombre puede ser muy fatigoso descansar todo su cuerpo sobre los codos y las rodillas (Velasco, 1998).

### *Cara a cara con la mujer encima*

En esta posición la mujer puede controlar la profundidad de la penetración, así como los movimientos pélvicos, es mucho más permisiva para las caricias en ambos sentidos y se tiene acceso a la mayor parte del cuerpo del compañero. Facilita el contacto visual y la comunicación verbal. Es la más cómoda si ella pesa mucho menos que él, así como durante los primeros meses del embarazo. Sus desventajas son ciertas ideas que señalan que el hombre tiene que permanecer siempre arriba, provoca angustia en la mujer cuando se encuentra sobre de él, algunos hombres se les conflictúa su identidad masculina al vivir a la

mujer en esta posición como “agresora” al tener ella el control de los movimientos del coito. A algunos hombres se les dificulta el poder mover su pelvis (Velasco, 1998).

#### *Penetración por detrás*

Consiste en la penetración vaginal hallándose él a la espalda de su pareja. Algunas personas la consideran poco digna de los seres humanos dada su similitud con las conductas copulatorias de los animales, inclusive coloquialmente se le conoce como la posición “de perrito”. Sus ventajas son la libertad que le da al hombre de acariciar a su pareja en los senos o el clítoris; es una de las posiciones más cómodas en los embarazos avanzados. Sus desventajas son que impide el contacto visual entre los miembros de la pareja lo que puede resultar en una disminución de la intimidad del acto y tampoco permite los besos.

En ocasiones, la sensación producida por la pelvis del hombre contra las nalgas de la mujer es muy excitante y, si ella junta las piernas, el pene recibe más estimulación todavía (Masters et al. 1995).

#### *Lado a lado, cara a cara*

Posiblemente su mayor ventaja es la comodidad al no estar ninguno de los miembros de la pareja cargando con el peso del otro; facilita el acariciar al compañero, controlar la profundidad de la penetración y el ritmo de los movimientos. Se permite el máximo contacto entre la pelvis masculina y el clítoris de la mujer. Es especialmente útil en situaciones de

fatiga, enfermedad u obesidad importantes (McCary, 1980, cit. en Velasco, 1998), o cuando la diferencia de estatura entre ellos es muy grande. Sus desventajas son la dificultad para lograr la penetración vaginal y cuando esta se ha logrado en ocasiones el pene sale con mayor facilidad que en otras posiciones; no se pueden lograr penetraciones profundas. El hecho de poder comunicarse visualmente y por medios de besos la convierte en una postura con un alto grado de intimidad (Devlin, 1985; Masters et al. 1987; McCary, 1980, cit. en Velasco, 1998).

Existen diversas formas de la expresión de la sexualidad heterosexual, sin embargo la existencia del matrimonio como institución social condiciona la aparición, frecuencia y permisividad de dichas formas de expresión erótica (Velasco, 1998).

Es posible que el empleo de un mayor número de posiciones coitales en las parejas de hoy se deba a la creciente convicción de que a menudo la “posición del misionero” limita las alternativas que, en el plano sexual, se ofrece a las mujeres (Masters et al. 1995).

De acuerdo con Masters y Johnson (1983), en general, cuanto más alto el nivel de educación formal que ha recibido una persona, tanto más variadas son sus prácticas sexuales.

Finalmente vale la pena recordar que es probable que una de las opciones más viables de saber cómo acariciar eficazmente a la pareja es indagando de que manera lo hace, o hacía, ella misma al momento de masturbarse, lo cual requiere de una adecuada comunicación.

Asimismo, Masters et al. (1995), mencionan que durante los tocamientos de los genitales son muchas las personas que suponen que lo que a ellos les gusta es también del agrado de su pareja, y actúan en consecuencia. De ahí, la importancia de que exista una comunicación clara entre los compañeros sexuales, no ya para realzar el goce sexual, sino para evitar que su pareja le haga sentirse incómodo o molesto, física o psicológicamente. En ocasiones, los

mensajes no verbales, transmitidos mediante un toque, un ademán o una mirada, se adaptan más a la ocasión.

## Capítulo IV. Método

### 4.1 Justificación

Como se ha mencionado anteriormente, existen diversas investigaciones que versan sobre la asertividad y su relación con la sexualidad (Pick de Weiss, Andrade-Palos y Townsend 1990, cit. en Pick de Weiss et al. 1994; Pick de Weiss Andrade-Palos y Atkin, 1988, cit. en Pick de Weiss et al. 1994), no obstante, se cuenta con escasa información que vincule la conducta asertiva con la satisfacción sexual en parejas. De esta manera, la presente investigación aporta información novedosa que podrá ser utilizada posteriormente en la creación de instrumentos de medición, talleres, programas de entrenamiento asertivo, etc., relacionados con la asertividad y satisfacción sexual en parejas, con un mayor fundamento teórico. Eliminando así un posible foco de tensión en la familia que, junto con otros factores, podría desembocar en la ruptura provisional o permanente de la misma.

Por otra parte, a lo largo de nuestra experiencia laboral en la Modalidad No-Escolarizada dentro de la Secretaría de Educación Pública dirigida a madres y padres de familia con hijos e hijas en edad preescolar y nivel primaria, hemos observado y deducido a través de sus comentarios que, la mayoría de los y las asistentes, se conducen de manera poco asertiva. Con lo que respecta a la sexualidad su conducta no varía, inclusive se acrecienta la falta de dicha conducta, puesto que la sexualidad es un tema que se halla permeado por gran número de prejuicios; estereotipos; valores morales, éticos y religiosos; temores y por la cultura misma. Además de involucrar aspectos biológicos, sociales y culturales. Otro punto que llamó nuestra atención dentro de las pláticas a padres y madres de familia en Educación

Inicial, fue que frecuentemente las madres y padres participantes manifiestan descontento referido a su vida sexual en los acercamientos eróticos que experimentan con su pareja.

Puesto que la familia representa, en la sociedad mexicana, la base sobre la cual descansa ésta y dicho núcleo se inicia con la formación de la pareja, es importante que éstas se encuentren satisfechas en los diferentes aspectos de su vida, incluyendo las relaciones sexuales, contribuyendo así, a formar estirpes sanas y felices, y por lo tanto una sociedad más armónica.

#### **4.2 Pregunta de investigación**

Así, la conducta asertiva es necesaria para el éxito en los distintos aspectos de las relaciones interpersonales, incluyendo la sexualidad, pues todo ser humano tiene derecho y es merecedor de estar satisfecho sexualmente.

Lo anterior llevó a plantearse la siguiente pregunta de investigación:

1. ¿Cómo se relaciona la conducta asertiva, la no asertiva y la asertiva por medios indirectos con la satisfacción sexual en las parejas?

También se busca averiguar si:

2. ¿Existen diferencias de acuerdo a la edad, sexo y tiempo que tiene la pareja de vivir juntos en cuanto a la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual?



### 4.3 Hipótesis

#### Hipótesis de trabajo

Las personas que se comportan de manera asertiva, tendrán mayor satisfacción sexual que aquellas que se comporten de manera no asertiva o asertivamente indirecta.

#### Hipótesis alterna<sup>1</sup>:

Existe relación estadísticamente significativa entre la conducta asertiva y la satisfacción sexual en las parejas.

Existe relación estadísticamente significativa entre la conducta asertiva indirecta y la satisfacción sexual en las parejas.

Existe relación estadísticamente significativa entre la conducta no asertiva y la satisfacción sexual en las parejas.

#### Hipótesis nula<sup>1</sup>:

No existe relación estadísticamente significativa entre la conducta asertiva y la satisfacción sexual en las parejas.

No existe relación estadísticamente significativa entre la conducta asertiva indirecta y la satisfacción sexual en las parejas.

No existe relación estadísticamente significativa entre la conducta no asertiva y la satisfacción sexual en las parejas.

---

<sup>1</sup> Hipótesis referentes a la pregunta de investigación 1

<sup>2</sup> Hipótesis referentes a la pregunta de investigación 2

### Hipótesis alterna<sup>2</sup>:

Existen diferencias estadísticamente significativas en cuanto al sexo en la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual.

Existen diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la edad en la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual.

Existen diferencias estadísticamente significativas en cuanto al tiempo de vivir juntos en la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual.

### Hipótesis nula<sup>2</sup>:

No existen diferencias estadísticamente significativas en cuanto al sexo en la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual.

No existen diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la edad en la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual.

No existen diferencias estadísticamente significativas en cuanto al tiempo de vivir juntos en la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual.

## **4.4 Definición conceptual y operacional de variables**

Variables independientes. Conducta asertiva.

Conducta no asertiva.

Conducta asertiva indirecta.

Variable dependiente. Satisfacción sexual en la pareja.

Variables sociodemográficas. Sexo

Edad

Tiempo de vivir juntos

### Definiciones conceptuales

*Asertividad indirecta.* Es la inhabilidad del individuo para tener enfrentamientos directos, cara a cara, con otras personas en situaciones cotidianas o de trabajo, ya sea con familiares, amigos, jefes o compañeros de trabajo; llevándolo por tanto a expresar sus opiniones, deseos, sentimientos, peticiones, limitaciones personales, realizar peticiones, decir no, dar y recibir alabanzas y manejar la crítica, a través de cartas, teléfono u otros medios.

*No asertividad.* Es la inhabilidad del individuo para expresar sus deseos, opiniones, sentimientos, peticiones, limitaciones, alabanzas, iniciar la interacción con otras personas y manejar la crítica.

*Asertividad.* Es la habilidad del individuo para expresar sus limitaciones, sentimientos, opiniones, deseos, para dar y recibir alabanzas, hacer peticiones y manejar la crítica (Flores y Díaz-Loving, 2004, p. 36).

*Satisfacción sexual.* Se entiende como el placer que experimenta cada uno de los miembros de la pareja en sus relaciones sexuales (Lechuga, 2000, p. 62).

*Sexo.* Es el conjunto de características anatómicas y fisiológicas que diferencian a los seres vivos en femenino y masculino para propiciar la reproducción (Martínez, 1995).

*La edad.* Se entiende como el tiempo que ha vivido una persona desde su nacimiento (Enciclopedia Salvat, 1999).

*Tiempo de vivir juntos.* Se entiende como el periodo temporal en el que ambos miembros de la pareja después de establecer un convenio de mutuo acuerdo deciden compartir el mismo espacio físico.

### Definición operacional

De acuerdo a los factores medidos (asertividad, asertividad indirecta y no asertividad) en la Escala Multidimensional de Asertividad (EMA<sup>2</sup>) para población mexicana de Flores y Díaz-Loving, (2004) se considera que los puntajes por encima de la media indican que el sujeto presenta dicho factor, por el contrario, puntajes por debajo de la media, muestran que no lo presentan. En aquel factor donde se obtenga la puntuación estándar más elevada, probará que este estilo de respuesta predominará en el individuo para sus relaciones interpersonales.

Se considera satisfacción sexual, de acuerdo con el instrumento elaborado por Lechuga (2000) para medir la satisfacción sexual en el matrimonio, en el cual a mayor puntaje mayor es la satisfacción sexual en la pareja.

El sexo, la edad de los participante y el tiempo de vivir juntos de la pareja se obtuvieron a partir de la hoja de datos sociodemográficos (véase anexo 1)

---

<sup>2</sup> Por razones de derecho de autor el Instrumento EMA no será reproducido en este trabajo, para mayor información consultar el apartado de referencias.

#### **4.5 Muestra**

Con el fin de obtener una mayor validez y confiabilidad en esta investigación, se trabajó con 80 personas de ambos sexos de edades entre 18 y 63 años, que viven actualmente con su pareja. Los participantes cuentan con hijos e hijas y residen en el Distrito Federal.

El muestreo es no probabilístico intencional, puesto que la elección de los sujetos no fue al azar sino de acuerdo a las características nombradas anteriormente.

#### **4.6 Escenario**

La muestra se obtuvo en su mayoría de los jardines de niños y primarias públicas y privadas pertenecientes al Distrito Federal que se mencionan a continuación:

- Escuela primaria “Jesús de Urquiaga”
- Escuela primaria “Guadalupe Victoria”
- Centro de Desarrollo Infantil (CENDI) No. 27 “Gabino Barreda”
- Colegio “Universo”
- Jardín de niños “Antonio Caso”
- Centro Preescolar Comunitario “Temoatzin”

#### 4.7 Instrumento

Para medir los tres estilos de respuesta: asertiva, no asertiva y asertiva indirecta, se utilizó la Escala Multidimensional de Asertividad (EMA) para la cultura mexicana elaborada por Flores y Díaz-Loving, (2004), la cual con un análisis factorial de segundo orden obtuvo una consistencia interna de la prueba total de 0.91 (alpha de Cronbach). Para cada factor el índice de consistencia interna fue de: Asertividad indirecta (alpha=0.86); Asertividad (alpha= 0.80); y No asertividad (alpha= 0.85).

Dicho instrumento cuenta con un tiempo promedio de aplicación de 20 a 30 minutos y está constituido por 45 afirmaciones tipo Lickert con cinco opciones de respuesta que van de totalmente de acuerdo (5) a totalmente en desacuerdo (1).

EMA es autoaplicable y se compone de tres dimensiones, ya mencionadas, cada una de las cuales contiene 15 reactivos.

Para medir la satisfacción sexual en la pareja se empleó el instrumento elaborado por Lechuga (2000). En base a un análisis factorial con rotación oblicua se encontraron cinco factores en el instrumento: 1) satisfacción sexual; 2) disfunciones en las relaciones sexuales; 3) comunicación sexual; 4) rechazo en las relaciones sexuales; y 5) temor. Cada factor obtuvo un alto grado de consistencia interna. La confiabilidad fue obtenida a través del Coeficiente alpha de Cronbach para cada uno de los factores: satisfacción sexual (0.91); disfunciones en las relaciones sexuales (0.85); comunicación sexual (0.82); rechazo en las relaciones sexuales (0.72); temor (0.79); y un total de 0.94.

Esta escala tiene un tiempo promedio de aplicación de 20 minutos y consta de 35 reactivos tipo Lickert con cinco opciones de respuesta que van de completamente de acuerdo a completamente en desacuerdo.

#### **4.8 Tipo de estudio**

La presente investigación fue correlacional y comparativa, puesto que se midió el grado de relación que existe entre la conducta asertiva, la no asertiva y asertividad indirecta y la satisfacción sexual en la pareja. Así mismo, fue ex post-facto, ya que no se manipuló deliberadamente las variables debido a que estas ya han ocurrido. Fue de campo porque se trabajó en el ambiente natural de los participantes y transversal pues los datos fueron recolectados en un único momento.

#### **4.9 Diseño**

Se trabajó con un sólo grupo formado por 80 sujetos asignados de manera no aleatoria. Para la comparación de medias se utilizaron subgrupos independientes determinados por las variables sociodemográficas que se enlistan en el apartado de resultados.

#### **4.10 Procedimiento**

El primer paso que se siguió para la ejecución de dicho estudio fue dirigirse a las autoridades pertinentes de la Secretaría de Educación Pública y cada una de los jardines de niños y escuelas primarias públicas y privadas, de las cuales se extrajo la muestra, con el propósito de obtener la autorización para llevar a cabo la aplicación de los instrumentos.

Una vez que contamos con dicha autorización se procedió a la realización de una sesión informativa, en cada uno de los centros educativos, con el objeto de dar a conocer brevemente a los padres y madres de familia el proyecto a desarrollar, asegurándoles que el manejo de datos sería confidencial y de manera grupal, no individual.

Posteriormente, ya logrado el consentimiento de los sujetos con las características requeridas para la investigación se repartieron ambos instrumentos y la hoja de datos sociodemográficos (véase anexo 1 y 2) en sobres cerrados y foliados para facilitar el trabajo de las investigadoras. Al término de esto se concertó una cita para la devolución contestada de los mismos.

Con los resultados desprendidos del proceso anterior se procedió al análisis estadístico de los mismos.



## Capítulo V. Resultados

En el presente capítulo se muestran cuatro diferentes grupos de datos, el primer grupo corresponde a las características y estadísticas descriptivas de los participantes. El segundo se refiere al análisis descriptivo de los dos instrumentos utilizados (EMA e Inventario de Satisfacción Sexual en el matrimonio). Los otros dos son el resultado de los tratamientos estadísticos que a continuación se enumeran:

- a) De acuerdo a la pregunta de investigación se realizaron pruebas de correlación ( $r$  de Pearson) para determinar la relación existente entre la conducta asertiva indirecta, la conducta no asertiva, la conducta asertiva y la satisfacción sexual en la pareja. También se realizó la misma operación para saber si existía una relación entre la satisfacción sexual y la forma en que los sujetos perciben la relación con su pareja (relación matrimonial), su familia (familia), con sus amigos (amigos) y su vida laboral (trabajo).
- b) Se aplicó un análisis de comparación de dos medias independientes utilizando el estadígrafo  $t$  de Student con el fin de conocer si existen diferencias significativas en las puntuaciones obtenidas tanto de las variables independientes como de la variable dependiente considerando los siguientes grupos:

- Sexo

Grupo A: hombre

Grupo B: mujer

- Edad

Grupo A: de 18 a 30 años

Grupo B: de 31 a 38 años

Grupo C: de 39 a 63 años

- Tiempo viviendo juntos

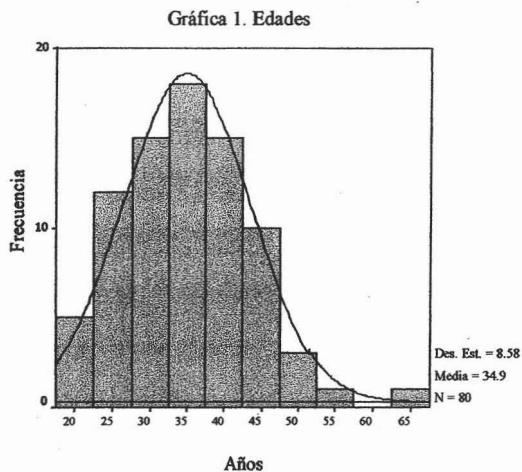
Grupo A: de 3 meses a 7 años

Grupo B: de 8 años a 14 años

Grupo C: de 15 años a 26 años

### 5.1 Descripción de la muestra

La muestra estuvo conformada por 80 sujetos que presentaron las siguientes características sociodemográficas:



Conforme a los datos obtenidos se puede observar que la muestra tuvo una edad promedio (véase gráfica 1) de 35 años abarcando un amplio rango (18 a 63 años) con una desviación estándar de 8.58. Como se puede observar se tomaron en cuenta tanto a parejas con miembros jóvenes como a adultos mayores.

Tabla 1. Sexo

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	26	32.5
Mujer	54	67.5
Total	80	100.0

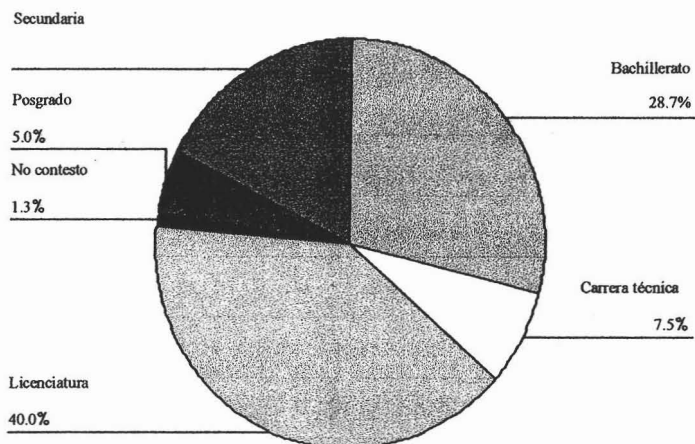
Más de la mitad de la muestra (67.5%) estuvo conformada por mujeres (véase tabla 1), mientras que el resto (32.5%) fueron hombres.

Tabla 2. Religión

Religión	Frecuencia	Porcentaje
Católico	74	92.5
Cristiano	3	3.8
Ninguna	3	3.8
Total	80	100.0

La mayoría practica la religión católica (véase tabla 2) (92.5%) y una mínima parte mencionaron ser cristianos (3.8%) o ateos (3.8%), con lo que se apunta que la mayoría de la muestra esta de acuerdo con los preceptos de la religión católica en la cual se asume una escasa participación por parte de la mujer para la obtención del placer sexual y destinando al hombre un papel más activo dentro de la relación.

Gráfica 2. Escolaridad



En cuanto al grado de estudios alcanzados (véase gráfica 2) la licenciatura (40%) fue la que más se presentó en contraposición con el posgrado (5%) que fue el de menor frecuencia.

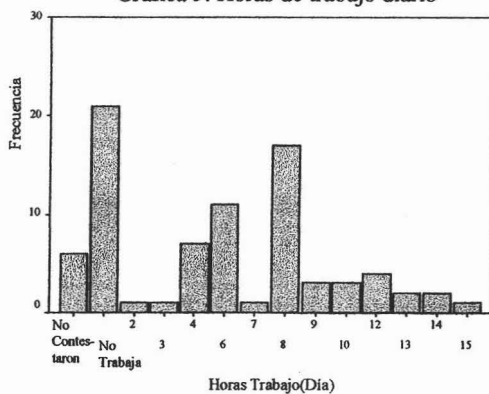
Tabla 3. Ocupación

Ocupación	Frecuencia	Porcentaje
Ama de casa	21	26.3
Analista de sistemas	1	1.3
Asistente	1	1.3
Asistente educativa	1	1.3
Cajero	1	1.3
Carpintero	1	1.3
Chofer	2	2.5
cirujano dentista	1	1.3
Comerciante	3	3.8
Contador	2	2.5
Contratista	1	1.3
Coordinador	1	1.3

Directivo	1	1.3
Diseñador	1	1.3
Educadora	4	5.0
Empleado	15	18.8
Enfermera	2	2.5
Estudiante	1	1.3
Instalador de estéreos	1	1.3
Maestro	5	6.3
Mensajero	1	1.3
Músico	1	1.3
Obrero	1	1.3
Oficinista	1	1.3
Operador de tractocamión	1	1.3
Psicóloga	2	2.5
Químico	2	2.5
Secretaria	1	1.3
Supervisor	2	2.5
Terapeuta	1	1.3
Vendedor	1	1.3
Total	80	100.0

Es de llamar la atención que a pesar de que una parte considerable de la muestra llegó a un nivel escolar de licenciatura la ocupación (véase tabla 3) que más se presentó fue la de amas de casa que representaron un poco más de la cuarta parte de la muestra con un 26.3%, aunque se pudo percibir una amplia gama de actividades. Así mismo, se pudo observar que la totalidad de los hombres, independientemente del nivel escolar alcanzado, cuentan con un empleo remunerado mientras que varias de las mujeres con licenciatura o posgrado realizan actividades en el hogar.

Gráfica 3. Horas de trabajo diario



Dichas actividades (véase gráfica 3) son realizadas en un promedio de 5.62 horas de trabajo diario en un rango de 2 a 15 horas. De esta forma podemos asumir que poco menos de la mitad de las horas de vigilia son dedicadas a una actividad que les remunera económicamente mientras que el resto del día probablemente sea destinado a la convivencia familiar, no obstante, surge la incógnita de saber a qué dedican las y los mexicanos su tiempo libre el cual sería un interesante tema de investigación.

Tabla 4. Ingreso económico

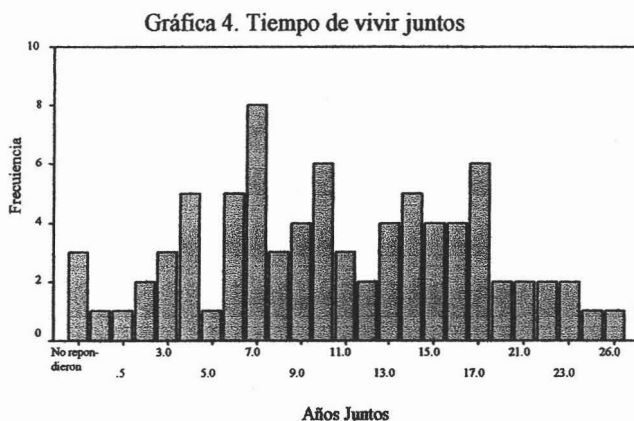
Salarios mínimos*	Frecuencia	Porcentaje
No perciben salario	21	26.3
1 a 5	30	37.5
11 a 15	8	10.0
16 a 20	3	3.8
21 a 25	2	2.5
6 a 10	11	13.8
más de 26	5	6.3
Total	80	100.0

\* SM= \$45.2a Diarios

Respecto al ingreso económico (véase tabla 4) medido en la cantidad de salarios mínimos (45.24 pesos al día a nivel nacional) ganados mensualmente, el intervalo que más se presentó con el 37.5% fue de 1 a 5 SM, lo cual equivale a una ganancia de 1,357.2 a 6,786 pesos mensuales. Resulta relevante mencionar que una gran proporción de la muestra cuenta con escasos ingresos económicos, no obstante mencionan encontrarse satisfechos a nivel laboral.

Tabla 5. Estado civil

Estado civil	Frecuencia	Porcentaje
Casados	63	78.8
Unión libre	17	21.3
Total	80	100.0



En relación al estado civil (véase tabla 5) tres cuartas partes de la muestra están casados (78.8%), en tanto que el resto se encuentran en unión libre (21.3%), con un promedio de vivir juntos de 11.28 años (véase gráfica 4) con un rango de 3 meses a 26 años. Esto indica que en México sigue prevaleciendo la idea tradicional del matrimonio lo cual es congruente con los preceptos católicos que la mayoría de la muestra menciona seguir. Debido a que se considero un amplio rango en cuanto al tiempo que las parejas llevan viviendo juntas, se pueden observar el ciclo de convivencia de la familia en su totalidad, además de notarse una tendencia a permanecer por largos periodos en pareja.

Tabla 6. Número de hijos

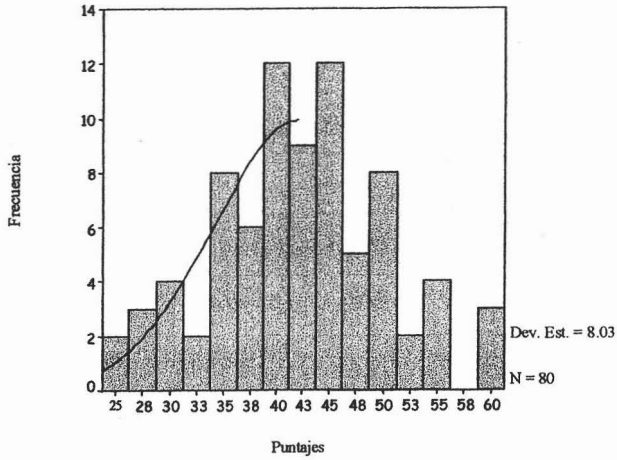
Número	Frecuencia	Porcentaje
No contestó	1	1.3
1	22	27.5
2	45	56.3
3	10	12.5
4	2	2.5
Total	80	100.0

Finalmente más de la mitad de la muestra presentó un promedio de 2 hijos por familia (véase tabla 6) con un máximo de 4, cuyas edades oscilaron desde 1 mes hasta 26 años. Con esto se muestra una tendencia a constituir familias de pocos miembros en contraste con núcleos familiares numerosos que existían en México hace 10 o 20 años tal vez influenciado por el bajo poder adquisitivo que manifiestan las familias.



## 5.2 Análisis descriptivo de los instrumentos

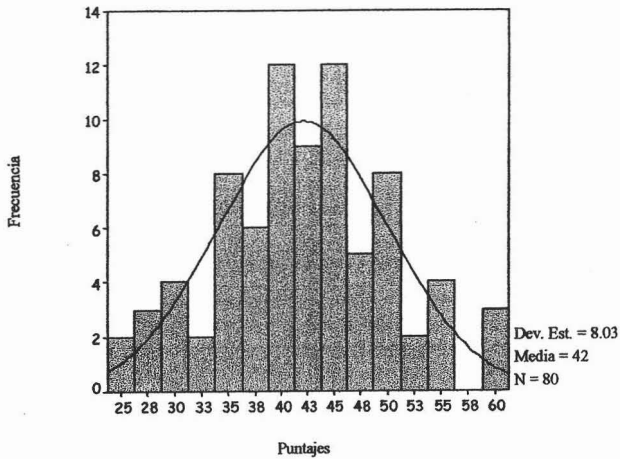
Gráfica 6. No Asertividad



Factor Asertividad indirecta conformada por 15 reactivos

Puntaje máximo = 75

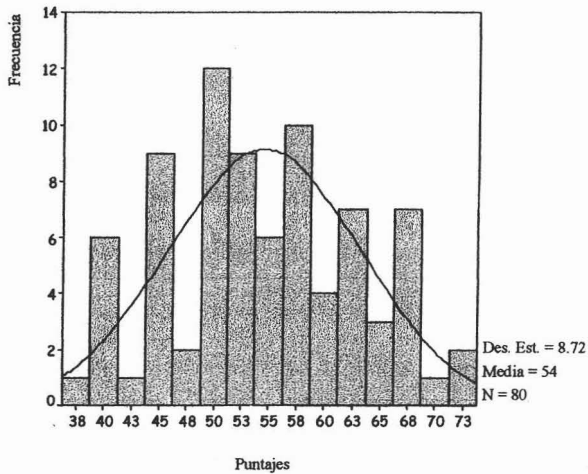
Gráfica 6. No Asertividad



Factor No Asertividad conformada por 15 reactivos

Puntaje máximo = 75

Gráfica 7. Asertividad



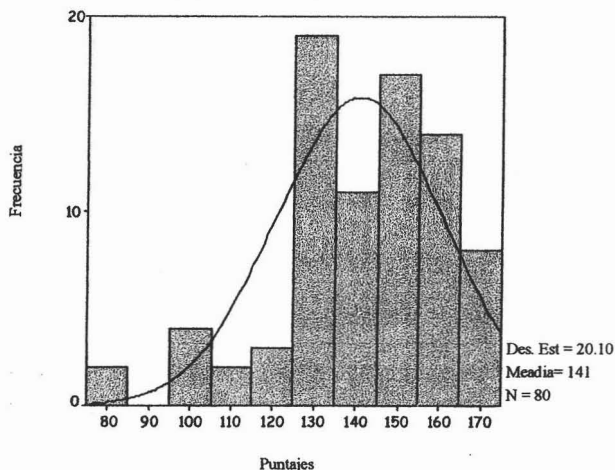
Factor Asertividad conformada por 15 reactivos

Puntaje máximo =75

Como se puede observar en las gráficas 5, 6 y 7 la media de los puntajes obtenidos en cada uno de los factores que conforman la EMA (asertividad indirecta, no asertividad y asertividad) caen dentro del rango de la normalidad. Esto indica que la muestra no tiende a mostrar un estilo predominante de conducta en sus relaciones interpersonales, sino que dependiendo la situación en la que se encuentre o la persona con la que se dé dicha interacción puede comportarse de manera asertiva, no asertiva o asertivamente indirecta.

No obstante, se observa una diferencia importante en la media de los puntajes de asertividad indirecta (45) y no asertividad (42) con respecto a la media del puntaje de asertividad (54), lo cual indica que dentro de estos tres estilos de conducta, la muestra se manifiesta con las habilidades para expresar sus limitaciones, sentimientos, opiniones, deseos, derechos (sin utilizar medios indirectos tales como el teléfono o los e-mails), manejo de la crítica, dar y recibir alabanzas y hacer peticiones.

Gráfica 8. Satisfacción Sexual



Prueba conformada por 35 reactivos, puntaje máximo = 170

En cuanto a los resultados obtenidos del Inventario de Satisfacción Sexual en el Matrimonio (véase gráfica 8) se advierte que la mayoría de la muestra se percibe satisfecha con los acercamientos eróticos que mantienen con sus parejas. Es decir, los participantes demostraron poco temor e inseguridad al decir algo que no le parezca a su pareja o al no acatar sus decisiones; escaso rechazo a las relaciones sexuales o aceptación de estas en contra de su voluntad; una aceptable comunicación con su pareja al informarle lo que le agrada y desagrada de la relación sexual (en cuanto a las caricias, frecuencias y lugar donde se realiza la actividad) y en general con los aspectos sexuales; interés en mantener una vida sexual activa así como una respuesta sexual adecuada, y por último, perciben obtener placer y respeto mutuo durante los encuentros eróticos.

### 5.3. Análisis correlacional

Tabla 7. Correlación de variables independientes y variable dependiente (valores r de Pearson)

	Satisfacción Sexual
Asertividad Indirecta	-.301**
No Asertividad	-.279**
Asertividad	.309**

\*\*  $p < 0.01$  (2 colas).

\*  $p < 0.05$  (2 colas).

De acuerdo al análisis realizado (véase tabla 7) se encontraron correlaciones significativas entre las variables independientes asertividad indirecta y asertividad y la variable dependiente (satisfacción sexual), indicando que si existe una relación entre los dos factores medidos por el EMA y la satisfacción sexual en la pareja. Con la variable no asertividad se puede observar una correlación de poca magnitud con la satisfacción sexual, indicando que aunque si existe una relación esta no es lo suficientemente fuerte para suponer que la población se comportará de esta forma.

Para conocer el porcentaje en el cual las variable independientes predicen la variable dependiente se utilizó la fórmula de la fuerza global de asociación con lo cual se vio que la asertividad indirecta explica el 9.06% de la satisfacción sexual, en tanto que la no asertividad explica esta misma variable en un 7.78%. Finalmente la asertividad explica en un 9.54% a la variable dependiente. Esto quiere decir que las variables independientes sólo explican una parte de la variable dependiente, ya que la satisfacción sexual no sólo dependerá del tipo de asertividad que manifieste el individuo, sino que también se verá influenciada por otros aspectos que no fueron considerados en la presente investigación.

En la tabla 7 también se advierte que tanto la asertividad indirecta como la no asertividad mantienen una correlación inversamente proporcional con la satisfacción sexual, es decir, a mayor conducta asertiva indirecta o no asertiva menor satisfacción sexual manifestará la persona. A medida que el individuo revele una inhabilidad para tener enfrentamientos directos, cara a cara, con otras personas en situaciones cotidianas o de trabajo, o bien, no cuente con la habilidad para expresar sus deseos, opiniones y sentimientos, menos satisfechos se encontrará respecto a su vida sexual, pues no será capaz de expresar adecuadamente lo que le agrada y lo que le desagrada de los encuentros íntimos con su pareja. En cambio, la conducta asertiva guarda una relación directamente proporcional con la variable dependiente, por lo cual, a mayor habilidad de la persona para expresar sus limitaciones, opiniones, sentimientos y deseos, mayor placer sexual experimentará.

Tabla 8. Grado de satisfacción percibida referente a varios aspectos de la vida del participante

Grado de satisfacción reportado	Relación matrimonial	Trabajo	Familia	Amigos
Poco	2	3	6	1
Algo	7	11	32	21
Mucho	43	50	42	39
Completamente	28	16	80	19
Total	80	80		80

Nota. Los distintos aspectos de la vida del sujeto conforman la primera parte de la prueba de

Satisfacción Sexual en Matrimonio.

En la tabla 8 se explican los resultados obtenidos en cuanto a que tan satisfechos se encuentran los sujetos con distintos aspectos de su vida. El 53.8 % de la muestra percibe su relación matrimonial como muy satisfactoria mientras que el 62.5% percibe su trabajo de

igual manera. En cuanto a la percepción de sus amigos el 48.8% reportan estar contentos con los mismos. Respecto a la percepción de la familia el 52.5% mencionan sentirse completamente satisfechos con ésta. En general, la muestra percibe un bienestar dentro de las distintas relaciones o eventos que suceden en cuatro de los aspectos más importantes de la vida cotidiana.

Tabla 9. Correlación entre satisfacción sexual y percepción del sujeto referente a varios aspectos de su vida (valores r de Pearson)

	Satisfacción Sexual	Relación Matrimonial	Trabajo	Familia	Amigos
Satisfacción Sexual	---	.637**	.244*	.287**	.276*
Relación Matrimonial	.637**	---	.184	.462**	.333**
Trabajo	.244*	.184	---	.126	.338**
Familia	.287**	.462**	.126	---	.423**
Amigos	.276*	.333**	.338**	.423**	---

\*\*  $p < 0.01$  (2 colas).

\*  $p < 0.05$  (2 colas).

En cuanto a la correlación entre la satisfacción que perciben los participantes en su relación matrimonial y la satisfacción sexual, satisfacción en la familia y satisfacción con los amigos (véase tabla 9) se encontró una correlación significativa. Esto muestra que dentro de la relación de pareja son elementos importantes el placer sexual que experimentan cada uno de los miembros de la misma, al igual que la satisfacción que experimentan con su relación familiar y la relación que establecen con su círculo más cercano de amistades, más importante aún que la calidad de relación que se establezca con compañeros de trabajo. Por otro lado, se advierte que existe una correlación significativa entre la satisfacción percibida con los amigos y la satisfacción con el trabajo desempeñado, así como con la familia. Lo anterior indica que todos estos aspectos se encuentran relacionados, ya que a medida que la

persona se encuentre satisfecha en una de las áreas de su vida, esto influenciará positivamente al resto, manteniendo una tendencia general a tener una actitud favorable.

En lo tocante a la predicción de la variable criterio (satisfacción sexual), se advierte que la satisfacción en la relación matrimonial la predice en un 40.57%; la satisfacción en el trabajo en un 5.95%; la satisfacción con la familia en un 8.23%; y por último, la satisfacción con los amigos en un 7.61%. Es decir, que si una pareja se muestra satisfecha con su relación matrimonial también lo estará con su vida sexual.

#### 5.4 Análisis sobre la comparación de medias

Tabla 10. Media y desviación estándar por sexo

Sexo	N	Asertividad indirecta		No asertividad		Asertividad		Satisfacción sexual	
		x	s	x	s	x	s	x	s
Hombre	26	42.15	7.78	40.96	8.29	56.77	8.74	143.88	14.86
Mujer	54	46.14	10.78	42.61	7.92	53.38	8.57	139.24	22.29

Nota: Media = x y Desviación estándar = s

De acuerdo a los resultados obtenidos del análisis de comparación de medias (véase tabla 10) utilizando la prueba t de Student se puede observar que en cuanto al sexo, los hombres obtuvieron una media más alta que las mujeres en el estilo de afrontamiento de asertividad y una media más baja en no asertividad y asertividad indirecta, sin embargo, la diferencia sólo fue significativa en asertividad indirecta, esto es que las mujeres suelen utilizar con mayor frecuencia cartas, recados y llamadas telefónicas para expresar sus deseos, pensamientos y

sentimientos, que los hombres. Por otra parte, en la satisfacción sexual los hombres mostraron sentirse más satisfechos que las mujeres en sus encuentros eróticos.

En lo referente a como perciben hombres y mujeres la satisfacción que sienten con su relación matrimonial, se encontró una diferencia estadísticamente significativa (hombre  $x=3.46$ , mujeres  $x=3.09$ ) Observándose que los hombres están más satisfechos con las vivencias dentro de su relación de pareja que las mujeres.

Tabla 11. Media y desviación estándar por edad

Edad (años)	N	Asertividad indirecta		No asertividad		Asertividad		Satisfacción sexual	
		x	s	x	s	x	s	x	s
De 18 a 30	26	45.62	10.35	43.46	9.76	52.04	9.12	134.73	23.85
De 31 a 38	28	44.93	10.86	41.04	6.51	54.29	8.23	144.32	18.70
De 39 a 63	26	44.00	9.10	41.81	7.72	57.15	8.37	142.73	16.55

Nota: Media = x y Desviación estándar = s

De acuerdo a los resultados obtenidos del análisis de comparación de medias (véase tabla 11) utilizando la prueba t de Student, en la variable de edad de los sujetos, de manera global se advierte que a mayor edad, mayor asertividad y menor asertividad indirecta y no asertividad en las relaciones interpersonales; siendo significativa la diferencia entre medias de los rango de edad de 18 a 30 años y de 31 a 38 años en la conducta asertiva, resultando más baja la media del grupo más joven, es decir, el grupo de mayor edad son individuos hábiles socialmente que cuentan con la capacidad para expresar directamente sus limitaciones, sentimientos y opiniones. Referente a la satisfacción sexual, el grupo de 18 a 30 años se manifestó menos satisfecho que los grupos de mayor edad (de 31 a 38 y de 39 a 63).



Tabla 12. Media y desviación estándar por tiempo de vivir juntos

Tiempo de vivir juntos	N	Asertividad indirecta		No asertividad		Asertividad		Satisfacción sexual	
		x	S	x	s	x	s	x	s
De 3 meses a 7 años	26	45.42	9.758	42.58	9.183	53.08	8.966	134.88	23.333
De 8 años a 14 años	27	43.85	10.647	42.04	7.398	55.26	9.092	146.59	16.653
De 15 años a 26 años	24	45.71	8.917	42.33	6.458	55.42	7.564	141.96	19.734

Nota: Media = x y Desviación estándar = s

En lo concerniente al tiempo que llevan las parejas de vivir juntas (véase tabla 12), se puede ver que el grupo que se ha mantenido unido de 8 a 14 años se percibe como más satisfecho sexualmente y también es el grupo que puntuó más alto en asertividad y consecuentemente más bajo en las conductas no asertivas y asertivamente indirectas mostrando una concordancia entre la satisfacción sexual y la habilidad social para comunicarse. Así mismo, se encontró una diferencia significativa entre el grupo de 3 meses a 7 años y de 8 a 14 años en lo tocante a la satisfacción sexual, es decir, que el grupo con una vida en pareja más corta se exhibió menos satisfacción en su vida sexual.

## Capítulo VI. Conclusión

Después de analizar los resultados derivados de la presente investigación se concluye que la hipótesis de trabajo<sup>3</sup> se acepta y las hipótesis nulas<sup>4</sup> se rechazan, ya que la correlación entre la conducta asertiva, asertivamente indirecta y satisfacción sexual en la pareja es significativa. Es decir, existe una relación entre éstas, la cual nos indica que a mayor conducta asertiva y menor conducta asertiva indirecta, se percibirá mayor satisfacción sexual. En el caso de la correlación entre satisfacción sexual y no asertividad la correlación no fue significativa por lo tanto se rechaza la hipótesis de trabajo y se acepta la hipótesis nula<sup>5</sup>.

El grado de satisfacción con que evalué cada uno de los miembros de la pareja los distintos aspectos que conforman la vida sexual en conjunto se encuentra ligado a la forma de actuar de éstos, aunque también se vea influenciado por diversos factores que en esta investigación no fueron tomados en cuenta tales como la personalidad de los sujetos y la historia de cada uno, por lo cual es innegable que a medida que el individuo tenga la habilidad de expresar directa y honestamente sus pensamientos, sentimientos, opiniones, deseos y necesidades, mayor satisfacción sexual percibirá.

Por consiguiente resulta importante destacar lo necesario que es dentro de las relaciones interpersonales, en general, y específicamente en la relación de pareja, desarrollar las

---

<sup>3</sup> Las personas que se comportan de manera asertiva, tendrán mayor satisfacción sexual que aquellas que se comporten de manera no asertiva o asertivamente indirecta.

<sup>4</sup> No existe relación directamente proporcional y estadísticamente significativa entre la conducta asertiva y la satisfacción sexual.

No existe relación inversamente proporcional y estadísticamente significativa entre la conducta asertiva indirecta y la satisfacción sexual.

<sup>5</sup> No existe relación inversamente proporcional y estadísticamente significativa entre la conducta no asertiva y la satisfacción sexual.

habilidades que permitan a ambos miembros de la pareja expresar sus deseos, sentimientos, opiniones y carencias de manera honesta, clara, directa y oportuna con una actitud positiva que haga agradable el diálogo, provocando que la relación sea percibida por las partes como satisfactoria y equitativa.

De lo contrario las inconformidades de cada uno al no ser expresadas o ser manifestadas inadecuadamente se acumularán y darán lugar a conflictos que con el paso del tiempo podrían propiciar que la relación se torne desagradable y genere un malestar en la familia y en los distintos ámbitos en que se desenvuelvan cada uno de los involucrados o desencadenar la disolución de la pareja. A nivel personal podrían verse reflejados dichos conflictos en malestares físicos a través de somatizaciones que con el paso del tiempo terminarían minando la salud de la persona, lo cual a su vez la afectará psicológicamente disminuyendo su calidad de vida en general.

El área sexual no está exenta de los conflictos generados por una inadecuada comunicación debido a la falta de habilidades en la expresión, sobre todo por que esta se ve influenciada por las normas y valores circundantes en la sociedad, las cuales en grandes sectores de la población mexicana aún limitan la expresión y goce del placer o simplemente no se reconoce este derecho fundamental del ser humano.

Dado que también se buscó averiguar si existen diferencias significativas de acuerdo al sexo, a la edad y tiempo que tiene la pareja de vivir juntos en cuanto a la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual, se concluye que las hipótesis alternas<sup>6</sup> se aceptan.

---

<sup>6</sup> Existen diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la edad en la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual.

Existen diferencias estadísticamente significativas en cuanto al tiempo de vivir juntos en la conducta asertiva, la no asertiva, la asertiva indirecta y satisfacción sexual.

En el sexo se encontraron diferencias significativas en asertividad indirecta, por lo que se concluye que las mujeres utilizan con mayor frecuencia cartas, recados y llamadas telefónicas para expresar sus deseos, pensamientos y sentimientos, que los hombres. Es relevante destacar el rol que juega el género en los distintos aspectos que componen la relación de pareja, pues a pesar de los cambios que ha experimentado la sociedad en las últimas décadas a partir de los movimientos feministas, aún se sigue percibiendo la asertividad y el ser activo en la vida sexual como características instrumentales, es decir, que generalmente se relaciona más con los hombres. Esta diferencia entre hombres y mujeres en cuanto a la forma en la cual deben comportarse dentro de sus relaciones interpersonales probablemente se deba a la diferencia en la crianza de estos, ya que en las diversas culturas y sobre todo en la mexicana la pasividad es percibida como una característica deseable en la mujer. Dentro de la cinematografía nacional de las décadas que comprende 1950 a 1970 se pueden observar diversos ejemplos de esta situación sobre todo cuando la mujer desempeña el papel de madre, la cual en la mayoría de los casos es abnegada y prefiere evitar los conflictos.

Así, a pesar de los cambios que se han llevado a cabo en instancias como la política o el ambiente legal, en los aspectos personales aún se necesitan cambios más profundos que permitan situar a la mujer en un contexto de equidad percibiendo a hombres y mujeres como seres humanos con necesidades, deseos, sentimientos y emociones independientemente de su sexo.

Por otra parte, en cuanto a la edad, se concluye que un individuo a mayor edad cuenta con mayores habilidades sociales para expresar directamente sus limitaciones, sentimientos y opiniones. Los seres humanos a lo largo de las diferentes etapas que componen su existencia van adquiriendo mayor madurez física, psicológica y social lo cual le va permitir actuar de

manera más adecuada en las distintas relaciones interpersonales que establece y que sus decisiones, a pesar de considerar otros puntos de vista, no son determinadas por personas ajenas a la situación. Por lo tanto, las experiencias que va viviendo un individuo le permiten obtener la habilidad de transmitir mensajes claros de manera directa y honesta ya que ha aprendido tanto las consecuencias positivas como negativas de actuar de cierta manera en las situaciones que ha tenido que vivir. Por ejemplo, si una persona ha visto transgredidos sus derechos y ha preferido mantenerse pasiva ante este hecho, generalmente sentirá emociones como el enojo o la tristeza por lo cual tal vez preferirá actuar en una situación similar de manera diferente para obtener resultados diferentes que no impliquen estas emociones. Además la madurez psicológica que se va obteniendo, en parte, con estas experiencias, supone características como el respeto hacia uno mismo y hacia los demás, conocimiento de si mismo, manejo adecuado de las emociones, honestidad, autoestima, etc, que son esenciales en la asertividad.

Esta madurez psicológica también se ve reflejada en la conducta sexual ya que las personas más jóvenes manifestaron sentirse menos satisfechas que los grupos con mayor edad. Por lo tanto, la etapa de vida que este experimentando el ser humano es relevante en que tan asertivo y satisfecho se encuentre con su sexualidad.

Por último, en cuanto al tiempo de vivir juntos se concluye que las parejas que tienen alrededor de 8 a 14 años de mantenerse unidas están más satisfechas con su vida sexual. Diversos autores (Levinson, 1974, cit. en Lemus, 2001; Barragán, 1976, cit. en Sánchez, 1995; y Sánchez, 1995) están de acuerdo que esta es una etapa de estabilidad en la pareja ya que han pasado los conflictos y crisis que representan el cambio de vida de cada uno de los miembros al decidir vivir juntos y la llegada de los hijos. En este momento la pareja puede dedicar una buena parte de su tiempo a su compañero o compañera, puesto que se

presumiría que los progenitores ya han asimilado su maternaje o paternaje lo cual lleva a una consolidación de la relación padre-hijo y madre-hijo, pues se han delimitado normas y límites de disciplina, además, se ha logrado cierta firmeza en los ámbitos laborales y económicos.

Es necesario que a lo largo de todo el ciclo familiar no se descuiden los aspectos íntimos de la pareja ya que a medida que los conflictos en otras áreas como la económica o laboral y la constante preocupación que representa la crianza de los hijos se acrecientan, se deja de lado la vida sexual de la misma y fenómenos como el de “nido vacío” se presentan amenazando la existencia pacífica de la pareja e incluso se puede presentar la disolución.

Como se ha podido constatar en la población mexicana, las variables sociodemográficas consideradas en esta investigación influyen en el estilo de comportamiento de las personas y en la satisfacción que experimenten en sus encuentros eróticos, por lo que resulta conveniente comentar lo fundamental que es considerar dichas variables para las distintas intervenciones en el campo de la psicología que se realicen en materia de asertividad y conducta sexual.

Como se observo en el presente estudio, la sexualidad de los seres humanos esta afectada por distintos factores como pueden ser la historia personal de cada persona, sus experiencias, su identidad sexual, la cultura y sociedad donde se desarrolle o simplemente la edad del individuo, es indiscutible que el tipo de relación que se establece con las personas que se encuentran a su alrededor y sobre todo con la pareja tendrán un papel importante en la forma en que se evaluará dicha relación.

Esta investigación muestra los beneficios que se obtendrían al establecer relaciones asertivas y el impacto positivo en la sexualidad, elemento de gran relevancia en la vida del ser humano. Por lo tanto, creemos necesario dar mayor difusión al estilo de afrontamiento de

asertividad como una forma de vida que redundará en beneficios físicos, emocionales, psicológicos y sociales para hombres y mujeres, poniendo atención a las características de cada grupo dependiendo de su edad, sexo y tiempo de vivir con sus parejas, ya que no se presentan las mismas necesidades, expectativas y deseos. Debemos considerar a la asertividad como una vía para mejorar distintos aspectos de la vida, en este caso la satisfacción sexual de la pareja.

Finalmente, sólo resta mencionar las sugerencias que proponemos se tomen en cuenta para futuras investigaciones que aborden temas relacionados a la asertividad y sexualidad en las parejas. De esta manera consideramos conveniente aumentar el número de participantes en el estudio ya que aumenta la posibilidad de contar con una muestra más representativa de mexicanos lo cual arrojará resultados que se puedan generalizar y adoptar como norma de la población. También se propone se ejerza un mayor control en las variables sociodemográficas en cuanto a unificar el número de participantes en cada rango para determinar con mayor confiabilidad cuales son los factores que influyen en cada una de las variables. Así mismo, se podría complementar este estudio solicitando la participación de parejas y confrontando los resultados de cada uno de los miembros, puesto que, aunque en el estudio participaron parejas, no se tomaron en cuenta sus resultados como una unidad sino por separado; o bien, se podrían utilizar diversas técnicas de recolección de datos tales como una entrevista inicial a cada uno de los participantes que añada información a los resultados que se obtengan de diversos instrumentos. Por último, se plantea la necesidad de propiciar las condiciones idóneas para la recolección de datos que permitan una mayor honestidad en las respuestas.

## Capítulo VII. Discusión

Como se ha visto a lo largo de este estudio el estilo de afrontamiento, la forma en que se comunique la persona y, en general, el comportamiento que se tenga al interactuar con otros mantiene una relación con que tan satisfecho se encuentre un individuo acerca de los encuentros íntimos que mantenga con su pareja y por lo tanto con la percepción que tenga de la sexualidad, de su cuerpo, del cuerpo de su pareja, de sus emociones y sentimientos, así como de su autoestima.

Como se puede observar en los resultados tanto la conducta sexual como la manera en que se comunique el sujeto con los demás se ve influenciada por las características sociodemográficas<sup>7</sup> que fueron tomadas en cuenta.

La muestra estuvo conformada en su mayoría por mujeres (67.5%) con una edad promedio de 35 años, católicos (92.5%), siendo más frecuente el nivel de estudios de licenciatura (40%), la ocupación que más se presento fue la de amas de casa (26.3%), obteniendo más habitualmente un ingreso económico de 1 a 5 salarios mínimos con un promedio de 6 horas de trabajo diarios. La mayoría fueron casados (78.8%) con un promedio de 11 años de vivir juntos y con una media de 2 hijos.

Resulta relevante acotar que un número representativo de participantes de la muestra mencionaron ser católicos lo cual puede afectar la manera de comportarse de los sujetos, coincidiendo con Casado (1991) quien indica que: "El modo de relación entre hombre y mujer nunca ha sido ajeno a la cultura del momento histórico, que se manifiesta en criterios

---

<sup>7</sup> Las características consideradas fueron: Sexo, edad, religión, ocupación, escolaridad, horas de trabajo, ingreso económico, estado civil, tiempo de vivir en pareja, número de hijos y edad de estos.



religiosos, económicos, políticos, etc.”(p. 17). Por lo tanto, no se debe de dejar de tomar en cuenta que los conceptos, ideas y formas de actuar que dicta una religión guarda una relación con la forma de conducta que adopta una persona en su vida diaria. En México, la religión católica, entre sus preceptos maneja la pasividad, sobre todo en las mujeres, como una manera adecuada de afrontamiento en especial en los aspectos sexuales. Respecto a la comunicación en la pareja, dicha religión no promueve la comunicación asertiva, a excepción del valor de la honestidad, por el contrario esta a favor de la automodificación de la persona como un estilo de vida y en particular de la mujer, con el fin de satisfacer a los demás antes que a sí mismo. Sin embargo, la muestra obtuvo puntajes más altos en asertividad, aunque, estos no son lo suficientemente altos como para considerar dicho comportamiento como predominante en las situaciones cotidianas. Posiblemente los participantes puntuaron de esta manera debido a que presentan una incongruencia entre sus ideas y sus conductas, ya que durante las sesiones previas a la aplicación de los instrumentos se pudieron observar conductas no asertivas en la mayor parte de la muestra, o bien, no pertenecen al sector tradicional de la religión católica los cuales practican con rigidez las normas establecidas.

En cuanto a los puntajes obtenidos en el EMA, no se encontró un estilo de afrontamiento particular en la muestra lo cual probablemente se debe al hecho de que una persona pueda hacer valer sus derechos, pero no necesariamente puede comunicar adecuadamente sus sentimientos como lo mencionan Wolpe y Lazarus (1966, cit. en Díaz-Loving y Flores, 2004), o bien, como mencionan McFall y Lillesand (1971, cit. en Díaz-Loving y Flores, 2004) no puedan hablar sobre sus sentimientos, pero puedan rehusar peticiones o se muestren más hábiles al solicitar favores. Inclusive, una misma clase de respuesta no es consistente a través de todas las situaciones o con las mismas personas. Los puntajes

obtenidos en el Inventario de Satisfacción Sexual exhibieron que los sujetos se encuentran satisfechos con los distintos aspectos que ésta involucra: un grado aceptable del placer erótico, pocas disfunciones en las relaciones sexuales, una adecuada comunicación sexual, escaso rechazo a dichas relaciones, y nulo temor a la pareja.

En lo referente a la correlación entre la conducta asertiva, no asertiva, asertivamente indirecta y satisfacción sexual se encontró que la satisfacción sexual dependerá del tipo de asertividad que manifieste el individuo. Diversos autores concuerdan con el hecho de que existe una amplia gama de factores que influyen en la satisfacción sexual. Por ejemplo, para el enfoque psicoanalítico, las anteriores relaciones de objeto que se hallan establecido son sustanciales como lo menciona González (1984, cit. en Solloa, 2001) quien considera que dentro de la relación de pareja se repiten anteriores relaciones de objeto. En el enfoque sistémico se da relieve a como intervienen los sistemas ajenos a la pareja y los distintos procesos que se dan dentro de ella justo como menciona Framo (1990, cit. en Lemus, 2001). Dentro de la perspectiva social se realza la necesidad de afiliación que esta centrada en reducir nuestra ansiedad y miedo; así como la atracción interpersonal que se suscite (Baron y Byrne, 1991; cit. en Moya, Reboloso, Huici y Pérez, 1996). Para Talmadge (s.f., cit. en Alberti y Emmons, 1999) tanto la expresión sexual como la satisfacción dependen de la personalidad, el contexto social, la condición física, historia familiar, etc. Por lo cual, la manera de comportarse de una persona no es un factor determinante en el grado de satisfacción sexual que siente su pareja.

Sin embargo, estos factores no niegan la importancia y relación que guarda el tipo de conducta que se establece en las relaciones interpersonales con la satisfacción que siente el individuo con distintos aspectos de la pareja, incluida la sexualidad, ya que se halló que a mayor asertividad y menor asertividad indirecta y no asertividad (aunque con esta última

no resultado ser significativa), se percibirá una mayor satisfacción sexual, coincidiendo con Díaz-Loving y Sánchez (2002) quienes mencionan que la conducta que presente el individuo tendrá un impacto en la pareja generando patrones de acercamiento o alejamiento y alterando las expectativas y percepciones de si mismo y del otro.

Lo anterior concuerda con lo encontrado por Gray (1996) Hieman y LoPiccolo (1990), Kaplan (1984, cit. en Lechuga, 2000), Sarquis (1995) y Masters y Jhonson (1983) los cuales también dan una enorme importancia al tipo de comunicación (manifestación de la conducta), para lograr una satisfactoria relación de pareja ya que el no poder comunicar adecuadamente sentimientos y deseos puede generar malos entendidos y disfunciones sexuales. Castanyer (1997) y Blanco (1999) consideran que dicha comunicación debe ser asertiva pues produce implicaciones trascendentales dentro de la pareja tales como un crecimiento tanto individual como en pareja, respeto, tolerancia y por lo tanto una disminución de la violencia. El hallazgo encontrado en la presente investigación el cual versa que a mayor conducta asertiva y menor conducta no asertiva y asertivamente indirecta, mayor satisfacción sexual, va de acuerdo a lo expresado por Blanco quien elaboró un taller de entrenamiento asertivo para mejorar la satisfacción sexual en la pareja.

De esta manera se puede decir que si los individuos se comportan de manera asertiva, la relación posiblemente se percibirá como satisfactoria pues se tendrá la oportunidad de satisfacer y ser satisfechos los deseos y necesidades de los dos miembros de la pareja.

En general, la muestra percibe un bienestar dentro de las distintas relaciones o eventos que suceden en cuatro de los aspectos más importantes de la vida cotidiana: Relación matrimonial, relación con la familia, amigos y en relaciones laborales. Es importante destacar que ha medida que una persona se sienta satisfecha con uno de los aspectos mencionados anteriormente es muy probable que evalúe de igual manera los tres restantes

sobre todo en lo que se refiere a la relación matrimonial y la satisfacción sexual las cuales se encuentran íntimamente ligadas. A este respecto Díaz- Loving y Sánchez (2002) mencionan que la relación que se mantiene con la pareja es crucial en nuestro bienestar físico y emocional. Para la especie humana, más que para otras, las necesidades de afecto, apego, cuidado, cariño, interdependencia, compañía y amor son genéticamente esenciales y determinan la sobrevivencia de la especie.

También es importante hacer notar el papel que juega la sexualidad en la vida individual y colectiva de los seres humanos pues como señala Martínez (1995) la sexualidad: “Es una parte de la personalidad e identidad y una de las necesidades humanas que se expresa a través del cuerpo es un elemento básico de la femineidad o masculinidad, de la autoimagen, de la autoconciencia y del desarrollo personal” (p.15). Consecuentemente, si una persona se siente satisfecha con los diferentes aspectos de su sexualidad, esto se reflejara de manera positiva en otras áreas de vida del individuo y en su propia personalidad.

En cuanto al análisis de diferencia de medias utilizando las variables de sexo, edad y tiempo de vivir juntos se encontraron diferencias significativas en todas por lo menos en alguno de los factores medidos (asertividad, asertividad indirecta, no asertividad y satisfacción sexual). Respecto a la diferencia entre hombres y mujeres se encontró que los varones puntuaron más alto en el factor de asertividad y más bajo en los factores de no asertividad y asertividad indirecta que las mujeres. Díaz-Loving y Flores (2004) en el análisis de diferencias por sexo encontraron que hubo discrepancias significativas en el factor de no asertividad, ya que las mujeres obtuvieron una media más alta que la de los varones. Así mismo, Lechuga (2000) menciona que las mujeres se perciben como más expresivas y los hombres como más instrumentales, lo cual hace que a la mujer se le atribuyan características de ternura, abnegación, sumisión y bondad las cuales están más relacionadas con la conducta no

asertiva y asertiva indirecta; mientras que al hombre se le asignan características de inteligencia, funcionalidad y fuerza las cuales están asociadas a la conducta asertiva.

Holahan y Spence, (1980, cit. en Lemus, 2001) mencionan que el apego exclusivo al rol femenino ha limitado la independencia, autosuficiencia y responsabilidad para hacer y decidir, y para plantearse metas y objetivos de las mujeres; lo que implica que la adopción de este tipo de rol ha demostrado ser poco adaptativa para la persona, como lo muestra las manifestaciones de depresión, enojo y preocupación en la mujer.

Finalmente Lara (1989, cit. en Lemus, 2001) hace mención a la diferencia señalada entre hombres y mujeres, diciendo que los rasgos masculinos se refieren generalmente a aspectos de autoafirmación o seguridad en sí mismo, a conductas destinadas a la ejecución y logro de metas, a lo racional y analítico; mientras que lo femenino se refiere a lo afectivo, expresivo, a las relaciones interpersonales y a la preocupación por el bienestar de los otros.

Por otra parte, los hombres se mostraron más satisfechos tanto con su relación de pareja como con los encuentros eróticos que mantienen con ésta que las mujeres. Diferentes estudios muestran que las mujeres consideran a su matrimonio infeliz (Bernard, 1977 cit. en Díaz-Loving, 1999), esto debido quizá a que los roles y tareas asignadas a la mujer requieren dentro del matrimonio de un mayor esfuerzo e inversión que el hombre. Además la mujer realiza generalmente una mayor cantidad de tareas debido a la “doble jornada” que desempeña diariamente al hacerse cargo de las labores del hogar, la crianza de los hijos y la actividad remunerada en el ámbito público que lleve a cabo.

Díaz-Loving (1990) encontró también una importante diferencia entre hombres y mujeres con respecto a la sexualidad ya que para los hombres el amor ideal incluye entre muchos otros atributos tranquilidad y un mayor número de relaciones sexuales, para las mujeres implica un mayor gusto por conocer y una mayor vulnerabilidad emocional.

En lo referente a la edad de los sujetos se advierte que a mayor edad, mayor asertividad y menor asertividad indirecta y no asertividad en las relaciones interpersonales. Díaz-Loving y Flores (2004) mencionan que es probable que quienes puntúan alto únicamente en el factor de no asertividad, serían aquellos individuos que Díaz Guerrero (1994) denomina “mexicano pasivo y obediente afiliativo”, el cual es el más frecuente en la sociedad mexicana y tiene que ver con la edad, ya que entre menor edad tenga un muchacho o muchacha, más tenderá a manifestar este tipo de personalidad. Es decir, entre menor edad tenga un sujeto este tenderá más a actuar de manera pasiva, prefiriendo no comunicar a las personas que lo rodean sus pensamientos y sentimientos, o bien, prefiriendo los medios indirectos como el teléfono, las cartas o los mensajes electrónicos para hacerlo.

En lo relativo a la satisfacción sexual, el grupo de 18 a 30 años se manifestó menos satisfechos que los grupos de mayor edad (de 31 a 38 y de 39 a 63). Greeley (1991) y Laumann et al. (1994) cit. por Masters y Jhonson (1995) encontraron lo opuesto al hallazgo presentado en esta investigación, ya que estos autores relacionan la satisfacción sexual con la frecuencia de las relaciones la cual disminuye con la edad, aunque la satisfacción parece mantenerse y disminuir más lentamente.

En la variable que exploró el tiempo que las parejas han estado unidas se observó que el grupo que ha vivido bajo el mismo techo de 8 a 14 años se percibe más satisfecho sexualmente y también se comporta más asertivamente. Autores como Levinson (1974, cit. en Lemus, 2001), Barragán (1976, cit. en Sánchez, 1995) y Sánchez (1995) afirman que durante este periodo se presenta la consolidación de la estabilidad en la relación de pareja y la relación con los hijos ya ha sido establecida, lo cual les permite comunicarse más adecuadamente y disfrutar de sus encuentros íntimos.

## REFERENCIAS

- Aguilar, E. (2002). Asertividad: cómo ser tú mismo sin culpas. D.F, México: Pax México.
- Alberti, R. & Emmons, M. (1999). Viviendo con autoestima: como fortalecer con asertividad lo mejor de su persona. D.F., México: Pax México
- Alcántara, M. (2000). Un estudio acerca de los conflictos de comunicación en las parejas con un enfoque sistémico. Tesis de licenciatura. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.
- Álvarez-Gayou, J. (1996). Sexualidad en la pareja. D.F, México: Manual Moderno
- Blanco, J.A. (1999). Asertividad y relación de pareja. (Una perspectiva sistémica). Tesina de Licenciatura en Psicología. FES Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.
- Casado, L. (1991) La nueva pareja. Barcelona, España: Kairos
- Castanyer, O. (1996). La asertividad: expresión de una sana autoestima. Bilbao, España: Desclée De Brouwer.

Concha, C.F. & Rodriguez, G. (2001). Asertividad en estudiantes de Ciudad Universitaria. Un enfoque epidemiológico. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Corona, E. (1998). Identidades de género: En busca de una teoría. En Antología de la Sexualidad Humana (Tomo I, pp. 299-313). D.F., México: Porrúa.

Díaz-Guerrero, R. (1994). Psicología del mexicano. Descubrimiento de la etnopsicología. México: Trillas. Sexta edición.

Díaz-Loving, R. (1990). Configuración de los factores que integran la relación de pareja. La Psicología Social en México. Asociación Mexicana de Psicología Social. Vol 3, 113-138

Díaz-Loving, R. (1999). Antología psicosocial de la pareja. Compilador. Asociación Mexicana de psicología social: México.

Díaz-Loving, R., Flores, M., & Rivera, S. (1987). MERA: Una medida de rasgos asertivos para la cultura mexicana. Revista Mexicana de Psicología, 4 (1), 29-35

Díaz-Loving, R., Gamboa, M. & Canales, L. (1988) Desenredando la semántica del amor. En AMEPSO (Eds.) La Psicología Social en México, II, México: AMEPSO



Enciclopedia Multimedia Salvat (Versión 3.0) [Programa de computadora]. (1999). México:  
Salvat Editores, S.A.

Feixas, G. (1993). Aproximaciones a la psicoterapia: una introducción a los tratamientos psicológicos. Barcelona, España: Paidós

Flores, M. (1989). Asertividad, agresividad y solución de situaciones problemáticas: Una muestra mexicana. Tesis de Maestría. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Flores, M. (1994). Asertividad: Conceptualización, medición y su relación con otras variables. Tesis de Doctorado. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Flores, M., & Díaz-Loving, R. (2002). Asertividad: una alternativa para el óptimo manejo de las relaciones interpersonales. México: Miguel Ángel Porrúa.

Flores, M. & Diaz-Loving, R. (2004). Escala multidimensional de asertividad (EMA). D.F., México: El Manual Moderno

Galindo, B.; Molina, M. (1997). Manejo del poder en la relación de pareja y su influencia en el uso del sexo en las mujeres. Tesis de licenciatura. Facultad de psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Galassi, J., Delo, J, Galassi, M., & Bastien, S., (1974). The college self-expression scale: a measure of assertiveness (CSES). Behavior Therapy, 5, 165-171.

González, S.R. (1997). Revisión teórica y aportaciones de investigaciones del fenómeno de: Violación en adultos, abuso sexual a menores y sobrevivientes al abuso sexual. En Antología de la Sexualidad. P.U.E.G (pp. 1-16). México: U.N.A.M.

Guerrero, M. y Pacheco, M. (1983). Entrenamiento asertivo como medio para mejorar las relaciones sexuales en la pareja. Tesis de Licenciatura. FES Zaragoza, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Gutiérrez, M.R. (1994) Asertividad, herramienta para mejorar la calidad de vida. Tesina de licenciatura. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Hernández, J.C. (1998). La regulación social del erotismo. En Antología de la sexualidad humana (Tomo I, pp. 795-825). D.F., México: Porrúa

Jakubowski, P. & Lange, A. (1979). The assertive option: Your right and responsibilities. Champaign, Illinois, EUA: Research Press Company

Kaplan, H. (1996). El sentido del sexo: información sincera, clara, global y puesta al día. D.F, México: Grijalbo.

Lamas, M. (1986) La antropología feminista y la categoría "género". Nueva Antropología, 8(30), 173-198

Lara, M. (1998) Masculinidad y Femeineidad. En Antología de la sexualidad humana (Tomo I, pp. 315-331). D.F., México: Porrúa

Lechuga, M.M. (2000). Comunicación marital y satisfacción sexual en la pareja. Tesis de Licenciatura. Facultad de psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Lee, S. & Crockett, M. (1994) Effect of assertiveness training on levels of stress and assertiveness experienced by nurses in Taiwan, Republic of China. Issues in Mentak Health, 15(4), 419-432

Lemus, R. (2001). Concepto de matrimonio, intimidad y características de masculinidad-feminidad a través del ciclo vital de la pareja. Tesis de Maestría. Facultad de psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Lowen, A. (2000). Amor y orgasmo. Barcelona, España: Kairós.

Macías, R. (1998) La familia. En Antología de la sexualidad humana (Tomo II, pp. 147-164). D.F., México: Porrúa

Martínez, L. (1995). La influencia de la autoestima y asertividad en un programa de educación sexual en la actitud hacia la sexualidad y los métodos anticonceptivos. Tesis de licenciatura. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Masters, W. & Johnson, V. (1983). El vínculo del placer: un nuevo enfoque del compromiso sexual. D.F, México: Grijalbo, S.A.

Masters, W; Johnson, B y Kolodny, R. (1995). La sexualidad humana (Volumen 2). Barcelona, España: Grijalbo.

Miranda, R. (1998). La identidad erótica: dimensiones personales. En Antología de la Sexualidad Humana (Tomo I, pp. 507-537). D.F., México: Porrúa.

Morrison, H. (1980) A cultural perspectiva on rape. En McCombie, Sh. The Rape Crisis Intervention Handbook. New York: Plenum Press

Moya, M., Robolloso, E., Huici, C. & Perez, J. (1996). Psicología social y trabajo social. Madrid, España: Mc Graw-Hill

Oliveira, O. (1995, marzo). Familias y relaciones de género en México. En Humanismo: Mujer, familia y sociedad (pp. 23-52). D.F, México: En Octavo Simposium Internacional.

Olvera, L. & Ramírez, J.I. (1990) El entrenamiento asertivo en la calidad de toma de decisiones. Tesis de licenciatura. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Ortega-Soto, H.; Brunner, E. (1998) Bases biológicas de los fenómenos de la vinculación humana. En Antología de la sexualidad humana (Tomo I, pp. 7-23). D.F., México: Porrúa

Parada, L. (1998). Sobre el matrimonio. Antología de la Sexualidad Humana (Tomo II, pp. 164-199). D.F., México: Porrúa.

Pick, S. (1979). Estudio social psicológico de la plantación familiar. México: Siglo XXI.

Pick, S., Givaudan, M. & Díaz-Loving, R. (1994) Panorámica de la investigación psicosocial en sexualidad en México. En Antología de la sexualidad humana (Tomo I, pp. 97-121). D.F., México: Porrúa

Puget, J. & Berenstein, I. (1992). Psicoanálisis de la pareja matrimonial. Buenos Aires, México: Paidós.

Rubio, E. (1998) Introducción al estudio de la sexualidad humana. En Antología de la sexualidad humana (Tomo I, pp. 17-47). D.F., México: Porrúa

Rubio, E., y Revuelta, S. (1998). Fisiología del erotismo humano. En Antología de la sexualidad humana (Tomo I, pp. 17-47). D.F., México: Porrúa.

Sánchez, R. (1995). El amor y la cercanía en la satisfacción de la pareja a través del ciclo de vida. Tesis de maestría. Facultad de psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Sarquis, C. (1993). Introducción al estudio de la pareja humana. Santiago de Chile, Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile.

Solloa, L. (2001) Mitos, destinos y roles masculinos y femeninos. En compilador Dr. J.J. González El hombre del siglo XXI ante el protagonismo de la mujer. D.F, México: IIPCS

Vázquez, A. (2002). Efecto del programa de entrenamiento asertivo sobre la calidad de vida en estudiantes universitarios. Tesis de licenciatura. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

Velasco, A.C. (1998). La expresión heterosexual del erotismo. En Antología de la Sexualidad Humana (Tomo I, pp. 573-594). D.F., México: Porrúa.

Warshaw, R. (1994). I never called it rape: The Ms. report on recognizing, fighting, and surviving date and acquaintance rape. New York, E.E.U.A.: Harper-Perennial.

Wobeser, I. (1998) Psicología del amor. En Antología de la sexualidad humana (Tomo I, pp. 29-55). D.F., México: Porrúa

Zavala, L. (2001). Las diferencias de género en la percepción de la infidelidad e insatisfacción en la pareja como posibles causas de su separación. Tesis de maestría. Facultad de psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, D.F., México.

## ANEXO 1

### Hoja de datos sociodemográficos

A continuación se despliegan preguntas referidas a datos generales. Favor de contestar lo que se le pide. Agradecemos de antemano su honesta colaboración y le recordamos que los cuestionarios son anónimos y confidenciales. Los datos serán analizados en forma global, no individual. Gracias.

1. Edad: \_\_\_\_\_
2. Sexo: \_\_\_\_\_
3. Religión: \_\_\_\_\_
4. Escolaridad: \_\_\_\_\_
5. Ocupación: \_\_\_\_\_
6. ¿Cuántas horas trabaja diariamente?: \_\_\_\_\_
7. ¿De cuánto es su ingreso económico?  
1 a 5 salarios mínimos \_\_\_\_\_  
6 a 10 salarios mínimos \_\_\_\_\_  
11 a 15 salarios mínimos \_\_\_\_\_  
16 a 20 salarios mínimos \_\_\_\_\_  
21 a 25 salarios mínimos \_\_\_\_\_  
Más de 26 salarios mínimos \_\_\_\_\_
8. ¿Es casado (a)? Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_  
Desde hace: \_\_\_\_\_ años \_\_\_\_\_ meses
9. ¿Vive en unión libre? Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_  
Desde hace: \_\_\_\_\_ años \_\_\_\_\_ meses
10. ¿Cuántos hijos (a) tiene?: \_\_\_\_\_  
Edades: \_\_\_\_\_
11. ¿Actualmente padece alguna enfermedad? Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_  
¿Cuál?: \_\_\_\_\_
12. ¿Ingiere habitualmente algún tipo de medicamento? Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_  
¿Cuál?: \_\_\_\_\_
13. ¿Ha visitado a algún psicoterapeuta por problemas sexuales? Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_  
¿Cuál fue el motivo de consulta? \_\_\_\_\_  
¿Cuánto tiempo estuvo en tratamiento? \_\_\_\_\_



## ANEXO 2

### INVENTARIO DE SATISFACCIÓN SEXUAL EN MATRIMONIO

RESPONDA QUE TAN SATISFECHO(A) SE SIENTE ACTUALMENTE CON LOS SIGUIENTES ASPECTOS DE SU VIDA. RODEE EN UN CÍRCULO LA RESPUESTA QUE MÁS SE ADECUA A USTED.

	Nada	Algo	Mucho	Completamente
13. Relación matrimonial	1	2	3	4
14. Trabajo	1	2	3	4
15. Familia	1	2	3	4
16. Amigos	1	2	3	4

A continuación se presentan una serie de afirmaciones referentes a las relaciones de pareja, esto es con la finalidad de conocer cómo se llevan actualmente las parejas; cada oración tiene cinco opciones de respuesta que van desde completamente de acuerdo a desacuerdo. Marque con una "X" la respuesta que más se adecua a su relación.

Ejemplo:

Regularmente le platico a mi pareja lo que me gusta de nuestra relación.

Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
	X			

1. Me gustaría que mi pareja fuera diferente cuando tenemos relaciones sexuales.

Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo

2. Puedo realizar mi actividad sexual sin ningún tipo de dolor o de molestia.

Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo

3. Mi pareja no me satisface sexualmente.

Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo

4. Me parece que nuestros encuentros sexuales son poco frecuentes.

Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo

5. Cuando mi pareja me pide que tengamos relaciones acepto de mala gana.

Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo

6. Cuando termino una relación sexual con mi pareja siento que me falta algo.

Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo

7. Nunca le digo a mi pareja lo que me gusta de nuestras relaciones sexuales por temor a ser rechazada (o) o criticada (o).

Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo

8. Mi pareja me respeta sexualmente y nunca me exige que haga algo que yo no quiero.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
9. Cuando finalizamos una relación sexual me siento tranquila(o).				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
10. Siento dolor en los genitales durante el coito.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
11. Temo que mi pareja me rechace durante el acto sexual por eso hago lo que me pide.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____

**El siguiente reactivo sólo puede ser contestado por mujeres en caso de lo contrario pase a la pregunta 13.**

12. Tengo la vagina lo suficientemente húmeda y relajada que puedo practicar el coito con facilidad.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
13. Muchas veces le digo a mi pareja lo que me gusta de nuestras relaciones sexuales.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
14. Cuando tengo relaciones con mi pareja me siento relajada(o).				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
15. Me excito fácilmente cuando tengo relaciones sexuales.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
16. Trato de evitar lo más posible las relaciones sexuales con mi pareja.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
17. Al terminar una relación sexual me siento completa(o).				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
18. Requiero de mucha estimulación al iniciar una relación sexual con mi pareja.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____

**El siguiente reactivo Sólo puede ser contestado por personas del sexo masculino de lo contrario pase al 20.**

19. Tiene la vagina tan "seca" o "tensa" que no puede practicar el coito. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
20. Me agrada tener relaciones sexuales con mi pareja. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
21. Me siento bien con la duración de una relación sexual. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
22. Me siento segura(o) al realizar el acto sexual con mi pareja. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
23. Muy frecuentemente cuando terminamos una relación sexual siento angustia e ira. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
24. Frecuentemente me niego cuando mi pareja se insinúa sexualmente. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
25. Mi compañera(o) me pide que haga cosas de tipo sexual que me avergüenzan. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
26. Frecuentemente no llego al orgasmo cuando tenemos relaciones sexuales. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
27. Generalmente cuando mantiene contacto sexual con su pareja incluyendo el juego sexual y el coito siente aceleración de la respiración y el pulso, humedecimiento de la vagina (en caso de ser mujer), sensaciones placenteras en el pecho u otras partes del cuerpo. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
28. Generalmente acepto con placer cuando mi pareja se insinúa sexualmente. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
29. En general mis relaciones sexuales con mi pareja son satisfactorias. Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo

30. Me siento insegura(o) cuando tenemos relaciones sexuales mi pareja y yo.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
31. La frecuencia con la que realizamos el acto sexual me es insatisfactoria.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
32. Cuando tengo relaciones sexuales con mi pareja incluyendo el juego sexual no tengo ningún cambio físico, ni sensaciones placenteras en ninguna parte del cuerpo.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
33. Me gusta la forma de ser de mi pareja cuando tenemos relaciones sexuales.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
34. Me apena pedirle a mi pareja que me estimule en los lugares que me agradan.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____
35. Muchas veces finjo llegar al orgasmo para satisfacer a mi pareja.				
Completamente de acuerdo	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
_____	_____	_____	_____	_____