



**UNAM
IZTACALA**

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

**FACTORES QUE PERMITEN QUE LA PAREJA SE
MANTENGA UNIDA SATISFACTORIAMENTE
A TRAVES DE LOS AÑOS**

**T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)
YANELI ISRADE RAMIREZ**

Directora: **Dra. Luz de Lourdes Eguiluz Romo**
Dictaminadores: **Dra. Martha Hermelinda Cordova Osnaya**
Mtra. Guadalupe Concepcion Melendez Campos



Los Reyes Iztacala, Edo. de México

2009



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

A MIS PADRES:

Mi más sincero agradecimiento por mi oportunidad de existir, por que gracias a su cariño, guía y apoyo he llegado a realizar uno de los anhelos más grandes de mi vida, fruto de inmenso apoyo, amor y confianza que en mi se depositó. La culminación de mi carrera profesional, mis conceptos y valores morales se los debo a ustedes y construyen el legado más grande que pudiera recibir y que sin su ayuda no hubiera sido posible por lo cual les agradeceré eternamente.

*Gracias por su ejemplo de superación inalcanzable, por su comprensión y confianza, por su amor y amistad incondicional.
Con amor.*

A MI HERMANA SARAI:

Quiero expresar mi profundo agradecimiento a mi hermana por su apoyo, ayuda, comprensión y amistad incondicional que en tiempos difíciles y felices de mi vida me ha brindado.

*Gracias por compartir tantos momentos bonitos, por escucharme, por ser parte de este logro y por formar parte importante de mi vida.
Te quiero Sari.*

A MI ESPOSO JESUS:

Como una muestra de mi cariño y agradecimiento por todo el amor y el apoyo brindado durante todo este tiempo y porque hoy veo llegar a su fin una de las metas de mi vida. Te agradezco tu apoyo, tu confianza, tus palabras de aliento y superación, tu comprensión, cariño y ayuda que me has ofrecido ya que gracias a esto es que hoy puedo ver culminado este logro. Gracias por formar parte de mi vida y por compartir con migo este momento tan importante para mi.

Con amor.

A LA DRA. EGUILUZ:

Gracias por su apoyo, aliento, paciencia y estímulos mismos que posibilitaron la conquista de esta meta.

*Mi reconocimiento a sus palabras y sabios consejos, los cuales constituyen un aliciente para continuar con mi superación.
Con cariño, admiración y respeto.*

A MIS TIOS Y ABUELITOS:

*Porque gracias a su apoyo y consejos brindado durante mi vida y mis estudios he llegado a realizar uno de mis más grandes logros que es mi formación profesional, la cual es la herencia más valiosa que pudiera recibir.
Con la promesa de seguir siempre adelante.*

A MIS COMPAÑERAS Y AMIGAS:

Imposible olvidar las risas, los enojos, las enfermedades y los desvelos que compartimos durante la carrera.

Que gusto que nos hayamos conocido, apoyado unas a otras, que hayamos empezado y terminado juntas este importante paso en nuestras vidas.

INDICE

Resumen

Introducción	1
---------------------	---

Capítulo 1. La pareja humana

1.1 Definición de pareja	5
1.2 La pareja humana a través del tiempo	5
1.3 Orígenes de la pareja como institución	11
1.4 La pareja en la época moderna	14
1.5 Ciclo vital de la pareja	16
1.5.1 Formación de la pareja	19
1.5.2 Familia con hijos pequeños	20
1.5.3 Familia con hijos en edad escolar o adolescentes	21
1.5.4 Familia con hijos adultos	23
1.5.5 Vejez y jubilación	25
1.6 Datos sobre el matrimonio en México	27

Capítulo 2. Características de la relación de pareja funcional

2.1 Funcionalidad	31
2.1.1 Pareja Funcional	32
2.1.2 Pareja Disfuncional	34
2.2 Satisfacción marital	35
2.2.1 Definiciones	35
2.2.2 La comunicación	37
2.2.3 Número de hijos	38
2.2.4 Etapa del ciclo vital	39
2.2.5 El nivel socio económico	41
2.2.6 Ocupación	41
2.2.7 Edad	43
2.2.8 Escolaridad	44
2.2.9 Diferencia entre los sexos	44
2.3 La pareja funcional es salutogénica	46
2.3.1 Fundamentos biológicos	50
2.4 Resiliencia	52
2.4.1 La pareja resiliente	56
2.4.2 Los fundamentos biológicos de la resiliencia	59

Capítulo 3. Investigación sobre parejas funcionales

3.1 Planteamiento del problema	62
3.2 Diseño	71
3.3 Método	71
3.3.1 Población	71
3.3.2 Escenario	72
3.3.3 Instrumentos de Investigación	72
3.4 Procedimiento	73
3.5 Análisis de Resultados	75
3.5.1 Aceptación y Respeto	76
3.5.2 Actividades en conjunto	77
3.5.3 Acuerdos	77
3.5.3.1 En la economía	78
3.5.3.2 En la resolución de conflictos	78
3.5.3.3 En la educación de los hijos	79
3.5.4 Apoyo y Colaboración	79
3.5.4.1 En casa	80
3.5.5 Atención y cuidado de los hijos	81
3.5.6 Cambios en la propia conducta para el beneficio de la pareja	82
3.5.7 Características que producen atracción	82
3.5.7.1 Reconocimiento de aspectos positivos de la pareja	83
3.5.8 Control emocional	84
3.5.9 Demostración de afecto	85
3.5.10 Expectativas del futuro	85
3.5.11 Límites claros entre la pareja, la familia de origen y amigos	87
3.5.12 Satisfacción sexual	88
3.6 Conclusiones	90
Bibliografía	98
Anexos	105

RESUMEN

Es común ver a nuestro alrededor parejas en proceso de divorcio y basta un vistazo a nuestro entorno para ver que los divorcios van en aumento y los matrimonios a la baja, las estadísticas corroboran estos datos y nos dicen que la disolución de los matrimonios ocurre aproximadamente a los 10 años después de la unión legal de la pareja.

Si los divorcios están en aumento y los matrimonios van a la baja a pesar de que los matrimonios se celebran bajo las dos voluntades de los cónyuges, es de cuestionarse entonces que es lo que está pasando en nuestra sociedad al haber tantos divorcios y que es lo que hacen aquellas parejas que siguen juntas para conservar su matrimonio.

Por lo anterior, es importante cuestionarse qué es lo que hacen aquellas parejas que han perdurado juntas a través de los años para llevarse bien y mantener vivo el amor, con el fin de usar estos datos en beneficio de las futuras parejas. De este modo el objetivo de la presente investigación es identificar los factores que han logrado que se mantengan unidas las parejas satisfechas.

Para dicho objetivo se aplicó el ASPA y el CMSS a doce parejas que cumplieran con los criterios establecidos que fueron tener más de 20 años de casados, tener por lo menos un hijo en la etapa de la adolescencia o que ya hubieran pasado por la experiencia de haber tenido hijos adolescentes. De las doce parejas evaluadas se seleccionaron a las parejas que obtuvieron los puntajes más altos en dichas pruebas, quedando cinco parejas que se entrevistaron.

Del análisis de dichas entrevistas se obtuvieron 12 categorías que fueron las que se presentaron con mayor frecuencia en las parejas y al ser elementos que favorecen el buen funcionamiento de la pareja.

Los resultados nos llevan a concluir que las parejas funcionales utilizan elementos en común a través del tiempo que consolidan la relación de la pareja, elementos que pueden ayudar a hacer más satisfactoria la vida de pareja y mantenerla en el tiempo.

INTRODUCCIÓN

La pareja juega un papel relevante en la familia ya que es la columna vertebral de ésta y si el sistema marital falla es muy probable que el familiar también, es por ello la importancia de que las parejas sean funcionales y se sientan maritalmente satisfechas.

El sistema marital nace cuando cada cónyuge invierte en él algo acorde con sus interpretaciones y con su disposición para dar y recibir; cuando los objetivos y propósitos del nuevo sistema quedan más o menos definidos en varios niveles de conciencia, con la posibilidad de reexaminarlos y reafirmarlos o cambiarlos constantemente.

La relación de pareja se ha ido transformando con el paso de los años, la manera en que se conforma y constituye la pareja y la forma de relacionarse en el pasado. Sin embargo no existe huella de los orígenes del primer gesto sensible y tierno de amor, no existen fósiles, ni historias, lo cual hace evidente la incertidumbre de cuando pudo haber ocurrido. A pesar de la carencia de información a cerca de los orígenes de la pareja se ha encontrado que desde la época greco romana existían pinturas de parejas que representaban a los señores de la casa, dichas pinturas datan del siglo II y I A.C. (Eguiluz, 2006), por lo cual podemos decir que podría ser desde este momento en que ya existía la unión de dos adultos con el propósito de formar una familia, y así a lo largo de la historia se denota la existencia de las relaciones de parejas.

De este modo, la relación de pareja definida por Eguiluz (2000) es un tipo de interacción que se establece entre un hombre y una mujer que han decidido vivir juntos con la intención de formar una familia y trascender a través de los hijos. De este modo se pretende que la pareja llegue a ser funcional, no solo como pareja si no también como familia y perduren a través del tiempo, pero no solo perdurar sino también sentirse satisfechos con su relación marital.

Respecto a la satisfacción marital, en nuestra sociedad es sinónimo de bienestar. Es la unión con el compañero donde se busca la principal fuente de apoyo de tipo emocional, económico y social, por lo que cada uno pasa a ser un factor central y primordial para el otro produciendo así el bienestar y el crecimiento individual (Roque, 1994).

Es difícil conceptualizar y medir la satisfacción marital pero Preciado y Lemor (1990) plantearon dos enfoques, uno de ellos es mediante pruebas estandarizadas que evalúen la satisfacción marital y la segunda es mediante la percepción de aspectos específicos de la vida marital, como la comunicación en la pareja, la etapa del ciclo vital, el número de hijos, el ejercicio de los roles, nivel socio económico, ocupación de cada uno, la edad de los cónyuges, la escolaridad, y la diferencia entre los sexos, siendo que estos factores han sido determinados como relacionados con la satisfacción marital.

Ahora bien, entendamos por funcionalidad aquello que se desempeña correctamente para lo que fue creado (Bradshaw, 2000) por ejemplo, un automóvil que tiene el cofre oxidado pero su motor trabaja bien y se puede conducir sin problemas, es un auto funcional. Cuando la pareja se relaciona de manera disfuncional transmiten la disfunción de su pareja al resto del sistema familiar y generalmente se caracterizarán por la ineptitud de hacer frente al estrés, a las tensiones del matrimonio y en la solución de problemas eficazmente.

Una de las características de los individuos funcionales radica en que casi siempre se relacionan con personas que en mayor o menor grado también son funcionales, en el caso de los disfuncionales pasa lo mismo pero a la inversa. Un hecho observable según Bradshaw (op. cit.) en las familias disfuncionales es que forman parte de un proceso multigeneracional; los individuos disfuncionales que se casan con otro individuo disfuncional provienen de familias disfuncionales y el círculo continúa.

Con lo anterior mencionado, para que una pareja llegue a ser funcional y no disfuncional, Abbate (1993) señala que la relación de pareja debe ser vivificada por el amor conyugal que tiende, en condiciones favorables al desarrollo continuo de la relación que va incrementando con las vivencias y luchas diarias. A medida que aparecen nuevas demandas de alguno de los miembros de la pareja, estos son capaces de descubrir nuevas fuentes de conflicto y de solución en su relación por lo que la relación de pareja está sujeta a cambios a lo largo del tiempo basados en las experiencias de vida personal (Díaz Loving y Sánchez, 2002). Por el contrario, cuando una pareja es disfuncional los problemas de la pareja muy probablemente provocarían que ambas partes de la díada se manejen inadecuadamente hacia

los hijos; aunado a esto, la posibilidad de padecer enfermedades cardiovasculares aumenta en personas cuyas relaciones de pareja son disfuncionales.

Al respecto Eguiluz (2000) señala que para conservar y consolidar la relación de pareja, se requiere tener inicialmente una base firme, que es el sentimiento amoroso para ir poco a poco aprendiendo a convivir, corrigiendo lo inadecuado e incrementando lo positivo. Gottman y Silver (2000) nos dicen que la clave del matrimonio feliz es aprender a convivir con la persona con la que concordamos, la relación de pareja se construye a través de las diferencias, el aceptarlas y respetarlas es una buena forma de enfrentar las dificultades y los desacuerdos.

Después de una vida prolongada de convivencia, en algunas parejas pareciera ser que dejan de ser precisamente pareja, se distancian de tal manera, que acaban siendo dos extraños viviendo bajo el mismo techo, se dan cuenta de forma tardía que dejaron de amarse, habiendo previamente dejado de convivir, de disfrutar juntos de la vida, de realizar actividades como pareja, de salir juntos, etc., lo que hace que disminuya la satisfacción marital. En toda relación humana existirán fricciones como parte de la interacción humana pero dependerá como resuelvan estas fricciones los miembros de esta relación ya que las parejas con el tiempo toman uno de dos caminos: se transforman y evolucionan o se paralizan y separan, lo cual con esta investigación se trata de prever y dar elementos a las parejas que les ayuden a perdurar a través del tiempo, pero no solo perdurar, sino sentirse satisfechos con su relación marital.

Es por ello que es necesario que la pareja aprenda a cuidar el sentimiento amoroso que debe ser alimentado y protegido. Ante todo es necesario precisar que una relación de pareja se cultiva, y el vínculo por excelencia consiste en comunicación.

Si los divorcios están en aumento y los matrimonios van a la baja a pesar de que se añadió el elemento sentimental para unir a la pareja, por lo que hay que preguntarse ¿Qué se necesita para construir una relación estable que permita y apoye el crecimiento individual y de pareja? Comprender los motivos para permanecer juntos es muy significativo en la relación matrimonial, es como conocer los materiales correctos para construir un edificio sólido. Si bien cada familia es diferente hay ciertos ingredientes que comparten muchos

matrimonios exitosos. El doctor Roizblatt (2006) añade que el matrimonio en el siglo XXI se hace cada vez más difícil de consolidar, ya que hay muchos deberes y exigencias, algunos llevados a niveles exagerados.

Por lo anterior, es importante cuestionarse qué es lo que hacen aquellas parejas que han perdurado juntas a través de los años para llevarse bien y mantener vivo el amor, con el fin de usar estos datos en beneficio de las futuras parejas. De este modo el objetivo de la presente investigación es identificar los factores que han logrado que se mantengan unidas las parejas satisfechas.

Los resultados que puedan derivarse de esta investigación pueden ser de utilidad en la construcción de herramientas para el apoyo de parejas, la información obtenida puede favorecer el desarrollo de nuevas relaciones de pareja más funcionales ante el alarmante índice de separaciones y divorcios que ocurren cada día, así mismo este estudio puede añadirse a la poca investigación documentada acerca de parejas funcionales bajo la modalidad cualitativa y en población latina. También podría instruir a los lectores interesados en el tema y ayudar a los colegas psicólogos y médicos en la detección de la causa del problema o enfermedad del paciente, puesto que las relaciones maritales tienen efectos diversos en la salud de los cónyuges.

CAPÍTULO 1. LA PAREJA HUMANA

1.1 Definición de pareja

En la relación de pareja definida según Cova (1998) se realiza un convenio duradero con miras a configurar una historia común de vida, asunto completamente distinto a la satisfacción momentánea de una necesidad o a un encuentro fugaz, al respecto Eguiluz (2000) menciona que es un tipo de interacción que se establece entre un hombre y una mujer que han decidido vivir juntos con la intención de formar una familia y trascender a través de los hijos. La relación de pareja es vivificado por el amor conyugal que tiende, en condiciones favorables, al desarrollo continuo de la relación que va incrementando con las vivencias y luchas diarias. A medida que aparecen nuevas demandas de alguno de los miembros de la pareja, estos son capaces de descubrir nuevas fuentes de conflicto y de solución en su relación por lo que la relación de pareja está sujeta a cambios a lo largo del tiempo basados en las experiencias de vida personal.

El vínculo amoroso que se forma entre estas dos personas se fortalece a través de los años mediante las experiencias compartidas que pueden ser momentos amorosos y satisfactorios o momentos difíciles y de crisis pero que han logrado solucionar haciendo que los problemas sean compartidos y se aminoren así como las alegrías se comparten y se multipliquen.

1.2 La pareja humana a través del tiempo

Para entender la pareja de hoy en día, es necesario conocer su historia, saber cómo se llegó a formar, cuál ha sido su evolución a través del tiempo, para esto se hizo la revisión de cómo es que han evolucionado las parejas a través de la historia y de los procesos históricos por lo que ha atravesado.

Disciplinas como antropología, sociología, arqueología, historia, geografía y pedagogía son disciplinas de gran valor para el entendimiento de la cultura humana (Molina, 2007), por ello es importante entender a la pareja humana a través del tiempo mediante disciplinas como la historia, ya que a lo largo de la historia la pareja pasa por diversas etapas que las

transforman asumiendo estilos de vida diferentes y llegando a distintas formas de desarrollo cultural.

Recopilar la historia de las parejas es abrirnos a percibir realidades que a veces solo intuimos vagamente, también nos permite conocer nuestras raíces históricas y reconocer los cambios que han habido en los modos de vida.

De este modo, se revisará la división de los procesos históricos por los que ha atravesado la pareja de acuerdo a la división que hace la Dra. Eguiluz (2006) para así entender mejor cómo se construye la relación de pareja en la actualidad: a) Época antigua / Orígenes de lo humano b) Mundo greco-romano, c) Edad media, d) Renacimiento, e) Revolución Industrial y f) Época moderna.

a) *Época antigua / Orígenes de lo humano*

No existe fósiles, huellas, rastros o fechas exactas de los orígenes del primer gesto sensible y tierno de amor, sin embargo autores como Maturana (2002) afirman que lo humano surge con el vivir en el lenguaje, como un modo de coexistencia de nuestros ancestros.

Al principio de la historia del hombre, en la época nómada, predominó un matriarcado debido a la dificultad de reconocer la paternidad biológica, esto atribuido a que no se tenía definida una pareja sexual ni sentimental, no obstante se puede dar cuenta de los primeros acercamientos sentimentales humanos ya que desde los primeros momentos de existencia del hombre se agruparon formando comunidades para afrontar el medio del que obtenían lo necesario para vivir y desarrollarse. De esta forma podemos remitirnos a los astrolopitecus que existieron 3 millones de años atrás los cuales abandonaban a sus muertos, muestra de una inexistencia de sentimientos de apego, más tarde con el homo sapiens de quienes se sabe enterraban a sus difuntos, se muestra una forma de relación entre humanos que implica protección y cuidado, así mismo desde esta época comenzó una diferenciación de labores entre hombres y mujeres, la mujer era la encargada de los cuidados maternos, mientras que los hombres tenían la tarea de obtener el alimento cazando animales (Rage, 1996).

En el periodo Paleolítico cobra gran importancia los grabados a través de pinturas en cuevas ya que mediante ellas es que se puede dar cuenta de la vida en esta época, es la primera vez que se representan figuras humanas desarrollando acciones en movimiento, dichas escenas demuestran -según Fredotovich- conocimiento de la relación causa efecto entre la copulación y el nacimiento, así mismo se hace énfasis en la procreación, maternidad y alimentación, lo cual puede ser atribuido a la necesidad que el hombre prehistórico tenía hace 20,000 años por la preservación de la especie, no obstante no se encuentran rastros de algún tipo de apego (2005).

En cuanto al periodo Neolítico se puede decir que para las mujeres su modo de vida se remite al rapto, la violación y la esclavitud, mientras que el hombre tiene la mayor jerarquía dedicándose principalmente a la agricultura y el ganado. Respecto al rapto Ernesto Rage menciona que “el rapto surge por la guerras, es la primera forma de matrimonio en la que un hombre toma a una mujer. La mujer era considerada como botín de guerra” (1996, p. 25).

Aunque se carece de pruebas, se intuye que tuvo que pasar mucho tiempo, sin tener certeza de cuantos años, para que el hombre evolucionará en las relaciones sentimentales y de apego, para que pudieran relacionarse sin que el hombre tomará de los pelos a su compañera y la apretará contra sus piernas, el acoplamiento pasa de ser utilitario y furtivo a amoroso cuando la pareja se da la cara en el acto sexual y descubre el gusto por los senos,, el vientre femenino y contempla a su compañera. Es así como llegamos al mundo Greco-Romano ya que después de este periodo los datos más cercanos registrados se encuentran en el periodo Greco-Romano.

b) *Mundo Greco-Romano*

Esta etapa data del siglo II y I antes de Cristo en la cual el matrimonio romano al igual que el griego era monogámico y se realizaba después de un breve noviazgo. Destaca el modelo patriarcal en donde el varón tenía el papel preponderante en la familia, el varón mayor de la familia tenía poder legal sobre la vida de sus hijos y nietos y ejercía el monopolio de la propiedad familiar; la potestad sobre los hijos solamente ocurría por la muerte del padre, no había mayoría de edad, ni posibilidad de independizarse. Las hijas al casarse pasaban de la

autoridad de su padre a la potestad del marido o del padre del esposo, el hombre no podía quedar al servicio de una mujer, estaba hecho para poseer y mandar (Florenzano, 1988).

En esta etapa, Eisler (1993) menciona que el varón es el dueño y señor de la tierra, de la casa y de todo lo que en ella hay, incluyendo a las personas y animales. En esta fase cultural los rasgos y valores asociados con la masculinidad se valoran más que los asociados con la feminidad; existe un alto nivel de violencia y abuso; la estructura social es jerárquica y autoritaria; donde la principal función del sexo es la procreación y la descarga sexual masculina.

En cuanto a la sexualidad vivida en esta época, el varón tenía mucha más libertad que la mujer, tanto el soltero como el casado podían tener vida sexual propia, la limitación era “no seducir a la mujer de otro”, las mujeres no podían expresar placer, ni se les era permitido sentirlo, ya que los filósofos y la nobleza creían que las mujeres con su apetito sexual, desviaban a los hombres de sus deberes cívicos” (Rage, 1996, p. 29).

En el matrimonio, el entendimiento entre la pareja, que solo era un buen deseo, se convierte en un contrato mutuo pero continua sin tratarse de amor, ya que mediante el amor y la pasión se dejaban ver sentimientos lo cual denotaba una falta de dominio, razón por la que no era expresado el amor y la pasión. El adulterio del marido se empieza a ver tan grave como el de la mujer pero no es castigado; el divorcio sólo era permitido entre la alta sociedad y entre los causales por los que podían divorciarse estaba el adulterio, la esterilidad y la incompatibilidad de caracteres (Fredotovich, 2005).

Cabe destacar que Ernesto Rage menciona que después de los 500 años de la fundación de Roma “no había instancias de divorcio ni procesos legal para obtenerlo” (1996, p. 29), es hasta este entonces que surge el derecho romano que actualmente se le considera como un derecho histórico y de suma importancia en muchas de las legislaciones contemporáneas, especialmente las de tradición latina como la nuestra.

c) *Edad media*

El periodo de la Edad Media abarcó aproximadamente diez siglos que comprende del Siglo V al Siglo XV.

Curiosamente, la parte más investigada y documentada de esta época fue la de la clase dominante que tan solo comprendía el 10% de la población medieval, siendo que los campesinos eran el 90% de la sociedad (Eguiluz, 2006).

Durante este periodo la familia juega un papel protector importante, ya que la persona no tiene derecho a protección si no forma parte de una familia la cual se encuentra bajo el dominio del varón cuya obligación es proteger a sus miembros, pero dicha protección se paga con una estrecha dependencia. Cuando una joven contraía matrimonio pasaba a manos del marido quien ahora debía ejercer el papel de protector.

Durante esta época se destacaron dos imágenes de la pareja medieval, una de un mundo brutal, viril, conquistador en el que las mujeres son víctimas y la del amor cortés, el joven trovador inclinado ante la dama que es idealizada pero no tocada. Dos estereotipos aparentemente contradictorios; pero no lo son, ya que la violencia guerrera del feudalismo medieval coexiste en la literatura, con la exaltación de la feminidad, la castidad y la pasión propia del amor cortés (Eguiluz, op.cit.).

En la época feudal los matrimonios de los nobles eran arreglados por el Rey, eran de conveniencia, porque el Rey les otorgaba a los recién casados favores, tierras y dotes; por lo tanto, eran concretados sin amor, predominando los intereses políticos y económicos de clanes o familias. Los señores feudales podían obligar a la mujer que contraía matrimonio en sus tierras a acostarse en su lecho la noche de boda, como muestra de sumisión de la pareja.

A partir del siglo XII, la Iglesia extiende poco a poco su poder sobre el matrimonio, lo instituye como un sacramento que se desarrolla frente a una iglesia, pero en siglo XV tiene que celebrarse dentro de la iglesia. Así mismo la Iglesia se vuelve un medio de control, prohíbe que tíos, esclavos, sirvientes vivan bajo el mismo techo que era lo acostumbrado,

ahora favorece la emancipación de la familia conyugal donde sólo padres e hijos comparten casa y cama, también prohíbe la consanguinidad que se extendía hasta la cuarta generación incluyendo cualquier pariente, la hermana de la propia esposa, la mujer de un hermano o de un tío y quien lo hacía era excomulgado (Duby, 1992).

El matrimonio se vuelve indisoluble, se exige la monogamia y el adulterio es castigado; pese a ello, la relación amorosa entre la pareja se da mayoritariamente fuera del matrimonio. Se exalta la idea de la virginidad y castidad en las mujeres así como la maternidad ya que estas dan vida y cuidan de sus hijos, sin embargo hay un total sometimiento de la mujer al hombre, que es dueño y señor de la casa, las propiedades y los hijos producto de la relación de pareja; si la mujer llegaba a quedar viuda no podía contraer un segundo matrimonio a diferencia de los hombres.

“A fines de la Edad Media la creciente importancia de la verticalidad (descendencia matrilineal) y la reducción del papel de los parientes colaterales (hermanos, tíos, primos), reforzó la posición de la mujer casada. De esta forma el heredero de los bienes familiares es el hijo varón de la madre y no el hermano del padre, y la mejor garantía de la protección de los derechos del hijo viene a ser su propia madre” (Otis-Cour, 2000 en Eguiluz 2006, p. 5).

d) Renacimiento

Posteriormente en la época del renacimiento (fines del siglo XV y XVI), las formas de vida marital empiezan a cambiar, por lo que se comienza a hablar de un nuevo tipo de matrimonio. El amor cortés y los hechos amorosos aparecen como emblema del comienzo del Renacimiento, la Reforma contribuirá a liberar un poco más la vida sexual y amorosa, ejemplo de ello es el cambio en la estructura de las habitaciones las cuales se vuelven íntimas y confortables a diferencia de las pequeñas habitaciones comunes de la casa en la época medieval.

La formación de la pareja va dejando de depender de los intereses familiares y financieros, el joven matrimonio ya no tiene que instalarse en la casa de los padres para colaborar en las labores comunitarias y hacer que las diversas generaciones vivan juntas, las labores

domésticas empiezan a personificarse dejando de realizarse en conjunto (Lamas, 2003 en Eguiluz, 2006).

La mujer adquiere un estado distinto al compararla con la mujer de la época anterior, ya puede heredar y ser dueña de la tierra, deja de ser únicamente “la receptora de las necesidades viriles para convertirse por primera vez en la historia en una especie de asociada de su marido, en definitiva su compañera” (Fredotovich, 2005, p. 83).

Contradictorio a lo anterior, la Iglesia y el Estado colaboran para reprimir la sexualidad ya que para ellos era considerada sucia, además de que consideraban que la sexualidad hacía que las cualidades personales y morales de un hombre llegaran a su nivel mas bajo. El Estado trata de imponer una disciplina sexual en la cual se castiga el adulterio con prisión y la Iglesia castiga mediante la inquisición a las mujeres que hayan confesado tener sueños eróticos con la hoguera, quien besa en público a una mujer casada o viuda es objeto de castigo y puede llegar a la decapitación, la homosexualidad es castigada con muerte por ahorcamiento y las madres solteras son objeto de persecución judicial. A las prostitutas, a las que antes el Estado se conformaba con expulsarlas fuera de la ciudad o controlar con reglamentos sus actividades, ahora se vuelve algo prohibido.

1.3 Orígenes de la pareja como institución

Como se ha visto a lo largo de la historia y en todas las culturas, la unión con otra persona ha sido una necesidad que abrigan los seres humanos, sin embargo la forma de relacionarse entre las parejas hasta entonces había sido mediante acuerdos, intereses familiares y/o económicos, con una gran represión moral, sentimental y sexual. A pesar de que en la época del Renacimiento las formas de vida marital empezaban a cambiar, no es hasta el periodo de la Revolución Industrial (S XIX) que se crea el matrimonio por contrato civil (Castro, 2004) lo cual da pie a que la pareja se institucionalice, entendiendo por institución el “establecimiento o fundación de algo, organismo que desempeña una función de interés público, especialmente benéfico o docente, acción de poner a alguien en posesión de un beneficio” (Diccionario de la Real Academia Española, 2007, p. 372), al respecto el Profesor de Derecho Hernán Larraín menciona que la institución es “la forma en que se relacionan los seres humanos de una determinada sociedad o colectivo, buscando el mayor

beneficio para el grupo. Son los usos, hábitos, costumbres o normas por los que se rigen las relaciones sociales y económicas entre los miembros del grupo” así mismo cabe señalar que el matrimonio como institución se da mediante el acuerdo de voluntades (1998, p. 157).

En nuestro país es durante el Porfiriato que se pretende legalizar la pareja mediante el matrimonio por contrato civil ya que el derecho considero a la familia, la célula de la reproducción de los valores, de la conciencia nacional y de las pautas de comportamiento. A pesar de esta reglamentación, en el Porfiriato sólo eran registrados cinco matrimonios por cada mil habitantes (Quiladron, 1986).

En 1930 y 1940 el estado promovió la legalización de la unión de parejas, para lo que estableció una serie de campañas, como prohibir a los sacerdotes casar a la pareja sin la presentación del certificado de boda civil. Otra estrategia fue la de fomentar matrimonios civiles colectivos. Para 1970 el 75% de las uniones de pareja estaban legalizadas (Córdova, 2004).

Es así que el periodo de la Revolución Industrial cobra una relevante importancia en la pareja por lo cual se tocará más ampliamente a continuación:

e) Revolución Industrial

Esta época de la Revolución Industrial esta caracterizada por la sustitución de la mano de obra por las máquinas, de este modo es que surgen las especializaciones y los asalariados lo cual trae consigo muchos cambios en el modo de vida y por consiguiente en la vida marital.

Entre los principales cambios que hubo se encuentra una mejora en la alimentación, grandes avances en ciencia y tecnología entre ellos los médicos como la vacuna contra la viruela y la mejora en la higiene con el uso del jabón por lo cual disminuye la mortandad tanto de adultos como de niños y aumenta la natalidad lo cual trae consigo un crecimiento demográfico, aunado a esto, la edad para contraer matrimonio disminuye al asegurar los ingresos obtenidos en el trabajo en las fábricas.

El lugar de trabajo se separó de la residencia familiar, el hombre que anteriormente se dedicaba a la agricultura al igual que la mujer y sus hijos ahora se dedicó a vender a los

empresarios capitalistas ya sea en fábricas o minas su fuerza de trabajo para obtener fuera de la casa los medios económicos para mantener a la familia convirtiéndose así en asalariados. Fredotovich (2005) comenta que a pesar de que la mujer realizaba en el campo un trabajo similar al del hombre esta se encontraba subordinada al esposo. Con el cambio en el modo de obtener ingresos, la mujer se ocupó de las tareas domésticas y de la crianza de los hijos aunque algunas también trabajaban en las fábricas, las esposas de las clases socioeconómicas más altas se quedaban en casa, pero el número de mujeres que trabajaban fuera del hogar fue en aumento.

Con la llegada de la Revolución Industrial se pensó que cambiaría también el antiguo régimen conyugal, que desde el comienzo de la historia, había reprimido la sexualidad y los sentimientos, pensando que con el cambio, la pareja entablaría relaciones más tiernas y equitativas. Durante un tiempo se pensó que la ilusión se convertiría en realidad, sin embargo la idea y la reivindicación para el matrimonio por amor corre a todo lo largo del siglo XVIII (Eguiluz, 2006).

Lo que sí cambió radicalmente sobre la relación de pareja fue la libre elección del cónyuge, es decir que el matrimonio se celebra mediante el acuerdo de dos voluntades, la del marido y la de la esposa, característica del matrimonio como institución, de este modo es que se crea el matrimonio por contrato civil, lo cual trae consigo beneficios para ambos cónyuges posibilitando por primera vez una pareja igualitaria que favorece las consideraciones mutuas, así mismo trae consigo normas que rigen las relaciones sociales entre los miembros del grupo, también se vuelve laico el matrimonio, lo cual indica que la Iglesia va perdiendo el control y poderío sobre la sociedad pero en especial sobre el matrimonio.

Durante largos siglos antes de la Revolución Industrial, la Iglesia y la moral cristiana había sido el pilar que sustentaba la vida sexual, la que regía la actividad sexual con el fin de la procreación de los hijos, pero a partir de este momento la sexualidad será regulado hacia algo más pragmático, hacia el rendimiento y la productividad (González, 2002).

El adulterio continúa siendo castigado pero de diferente forma según el género, la mujer adúltera es castigada con la prisión y el hombre es castigado solo si se prueba que tiene una concubina y vive con ella. Las personas pueden divorciarse por consentimiento mutuo y la

esposa tiene tanto derecho a plantearlo como el marido, las razones por las cuales pueden solicitar el divorcio es por incompatibilidad de caracteres, por demencia, condena penal, abandono, desajuste de costumbres, malos tratos o crímenes. Cabe señalar que el divorcio fue adoptado por primera vez en 1792 por los revolucionarios y suprimido en 1816, reestableciéndose en 1884, todo ello durante la Revolución Industrial (Castro, 2004).

La masturbación no sólo se señala como pecado grave, sino que los médicos se encargan de difundir la idea que de que llevada al extremo, producirá locura. Según ellos, quien practica la masturbación va perdiendo la energía vital que puede conducir a la muerte.

Entre la vestimenta usada en las mujeres destaco el uso del corsé como sinónimo del pudor femenino y en los hombres la ropa negra y gris como símbolo de la doble moral que se estilaba en los jóvenes, una era la del joven que cortejaba a la muchacha pura e inocente de buena familia y la otra del mismo joven que a la vez tenía experiencias sexuales con prostitutas.

Con la llegada de la Revolución Industrial y la división del trabajo en la familia provocó un distanciamiento entre los miembros de la pareja conyugal y al mismo tiempo se abrió paso a que la mujer actualmente trabaje y no solo la soltera sino también la casada.

1.4 La pareja en la época moderna

La época moderna es un periodo de la historia también llamada edad contemporánea cuyo comienzo suele fijarse a fines del siglo XIX y se considera que se prolonga hasta nuestros días, aunque algunos otros autores como Rage (1996) considera que abarca hasta los años 60's.

Se caracteriza por el crecimiento de la población y el avance de la ciencia y de la tecnología, así mismo esta marcado por dos grandes guerras mundiales que cuestionan no sólo el saber establecido, sino la moral, las reglas y las creencias. Los individuos se empiezan a liberar del gran peso que significa la religión, el estado, la familia o la comunidad social, la conceptualización del matrimonio y la pareja cambian radicalmente en muchos aspectos que se verán a continuación:

f) *Época moderna*

Con el paso de cada época (época Antigua, Mundo Greco-Romano, Edad Media, Renacimiento y Revolución Industrial) a través de la historia se han hecho grandes cambios sociales que han hecho variar de modo considerable la institución del matrimonio.

Durante este periodo, empieza a dibujarse un nuevo tipo de pareja, una mujer más enterada y letrada y un hombre menos soberbio y más preocupado por su compañera, se reafirma el matrimonio basado en la libre elección del cónyuge, el noviazgo comenzó a desvincularse de la imposición paterna, los matrimonios por conveniencia han prácticamente desaparecido aunque en la aristocracia se mantuvieron hasta mediados del Siglo XX (Prieto y Ambrossini, 2006), siglo en el que se produjeron grandes cambios sociales que repercutieron en las relaciones amorosas y sexuales.

Entre los cambios sociales que han afectado al matrimonio en los tiempos modernos se encuentra la libertad sexual en donde ya no solo el fundamento es el amor sino también el placer, de ahí el incremento en las relaciones sexuales prematrimoniales, lo cual denota una desvalorización de la virginidad y de los tabúes sexuales tales como que las relaciones sexuales son únicamente para la procreación, ahora incluyen también el placer de ambos y el amor; lo cual puede ser atribuido al desarrollo de los anticonceptivos y al cambio en la ideología respecto a la sexualidad lo cual va dando pie a una nueva sexualidad más sensual y pausada en vez de la antigua, genital y rápida destinada exclusivamente a la reproducción.

También encontramos que el rol de la mujer es diferente al que se estilaba hasta la Revolución Industrial en el que la mujer solo se dedicaba al hogar y a la crianza de los hijos, ahora encontramos un creciente número de mujeres letradas que desarrollan una actividad profesional fuera de casa lo cual trae como consecuencia un cambio en el estatus económico de la mujer. Pero cabe señalar que a pesar de los cambios ocurridos hay muchas parejas que actualmente continúan viviendo bajo las normas y costumbres del matrimonio tradicional, en donde, el hombre es el encargado de la manutención del hogar, toma de dediciones, de la autoridad y poder, mientras la mujer se dedica al cuidado de los hijos y de la casa.

En cuanto a la familia se refiere, las manifestaciones amorosas no solo se remiten a la pareja, sino que ahora también de padres a hijos, la permisividad social aprueba el disfrute de la sexualidad y se ha ido alejando del convencionalismo social para centrarse en la satisfacción emocional. De esta manera, lo fundamental ya no es el cumplimiento de los papeles asignados, sino la calidad de la relación, es decir el amor entre la pareja.

Otro cambio importante ha sido la liberación de la ley del divorcio que en algunos países esta aprobada desde 1970 (Prieto y Ambrossini, 2006) en la que ambos miembros de la díada pueden solicitarlo a diferencia de épocas pasada, existe mayor accesibilidad al control de natalidad, asimismo las madres solteras hoy en día no son repudiadas y sus hijos tienen los mismos derechos legales que el hijo que tiene a papá y mamá.

1.5 Ciclo Vital de la pareja

Así como en la naturaleza, los seres humanos, la familia o bien la pareja transita por lo que denominamos ciclo vital.

El matrimonio pasa por diferentes estadios, también denominados ciclos vitales, los cuales le van exigiendo transformaciones a la pareja y ponen a prueba su flexibilidad. Las plantas y animales demandan cuidados específicos en cada momento de su desarrollo e igualmente la pareja va exigiendo, comportamientos diferentes en función de las necesidades y tareas que tienen como pareja a partir del evento que están viviendo por primera vez y que define el periodo evolutivo en que se encuentran (Pérez, 1999).

Cada fase se caracteriza por reacciones y comportamientos que parecen más o menos consistentes en todos los seres humanos. Ernesto Rage (1997) en su libro “Ciclo vital de la pareja y la familia” hace referencia a aquellas actitudes propias de cada etapa de su desarrollo que sirven para cumplir ciertas funciones específicas dirigidas a la realización de ese periodo específico y al crecimiento social de la persona que se describirán a lo largo de este apartado. Estas reacciones y conductas suelen facilitar el paso a la siguiente etapa. Es asimismo que cada etapa tiene su propio programa natural para un crecimiento continuo.

Por etapa hemos de entender la distancia que hay entre dos paradas distantes, periodo histórico con características distintivas (Diccionario de la Real Academia Española, 2007, p. 297).

El ciclo de vida de la pareja tiende a promover el crecimiento y desarrollo del ser humano, es por ello que es importante conocer el sentido de cada una de las etapas y de que manera pueden ayudar o entorpecer al desarrollo de la persona, de la pareja o de la familia.

Algunos de los elementos más generales de las etapas del ciclo vital de la pareja es que dichas etapas “son jerárquicas ya que una sigue a la otra en una secuencia definida” (Rage, 1997, p. 17), esto quiere decir que cada una de las etapas por las que atraviesa la pareja se funde gradualmente en la etapa siguiente al encontrarse interconectadas, existen características específicas que se han señalado como el principio y el fin de cada una de ellas, no obstante cada etapa es en cierta medida autónoma, completa y distintiva en si misma y en alguna manera independiente de la que le sigue.

Cada fase se caracteriza por reacciones y comportamientos que parecen más o menos consistentes en todos los seres humanos, estas reacciones y conductas suelen facilitar el paso a la siguiente etapa. Cuando el ser humano se ha enfrentado a la situación propia de alguna etapa, ha crecido y se ha desarrollado es el momento de empezar a trabajar en la siguiente etapa, aunque cabe señalar que puede darse el caso en muchas ocasiones que a pesar de no haber enfrentado la situación de alguna etapa sin duda vendrá la siguiente, es decir, la pareja que tiene hijos en edad escolar, sin duda llegarán a ser una pareja con hijos adolescentes aunque no hayan resuelto las problemáticas de la etapa pasada.

De alguna manera cada ciclo tiene su problemática particular que afecta la vida de la pareja y la familia. La forma de manejar las situaciones que aparecen varía de acuerdo a las propias circunstancias y solución que se presenta en la pareja.

Cuando en el matrimonio se experimentan cambios importantes se crea inevitablemente una crisis que puede ser benigna o perjudicial. Una crisis de acuerdo con el Diccionario de la Real Academia Española nos dice que es un “estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado principalmente, por la incapacidad del individuo para

abordar situaciones particulares”; mutación grave en el desarrollo de cualquier proceso físico o histórico mediante el cual se puede obtener un resultado positivo o negativo, momento decisivo en un asunto importante (2007, p. 193).

Las crisis que pueden presentarse son de dos tipos, del desarrollo o circunstanciales, las crisis del desarrollo son más predecibles y sobrevienen cuando una persona va cumpliendo etapas en su vida a diferencia de las circunstanciales que son inesperadas, accidentales y dependen sobre todo de factores ambientales (Oyarzún, 2006).

Las crisis abriga la necesidad de cambiar, o bien provocan una reacción hostil, el cambio de una a otra exige gran flexibilidad y capacidad de adaptación, es por ello que el matrimonio es un proceso dinámico ya que siempre se encuentra en constante cambio; el encontrar la estructura familiar adecuada para cada pareja lleva un sin número de discusiones, cada fase configura nuevas condiciones en el matrimonio a las que a veces es difícil adaptarse, dependiendo de cada pareja así como conducir esos nuevos cambios al enriquecimiento o hacia el quebrantamiento y la disolución de la misma.

Para poder entender a la pareja se hace necesario entonces, conocer el ciclo vital de la pareja.

Un problema metodológico es que no hay acuerdo sobre las etapas del ciclo vital de la familia. Por ello para clasificar cada etapa se hará referencia a las etapas citadas por Gorostegui (2008) las cuales están divididas según el criterio edades de los hijos, en especial la edad del hijo mayor.

1. Formación de la pareja
2. Familia con hijos pequeños
3. Familia con hijos en edad escolar y/o adolescentes
4. Familia con hijos adultos
5. Vejez y jubilación

1.5.1 Formación de la pareja

Los investigadores de este tema (Pérez 1999) coinciden en denominar como etapa de formación de la pareja a aquel periodo que se extiende desde que la pareja decide unir sus vidas hasta que nace el primero de sus hijos, desde el momento que se da la unión entre estos dos adultos que tienen como propósito formar una familia, surge el matrimonio. Ernesto Rage (1997) coincidiendo con lo anterior menciona que dicha formación de la pareja estará compuesta por dos personas “completas, viviendo un proceso de madurez y preparación” (p. 14) para la misión que va a emprender lo cual dará origen a la familia, entendiendo como madurez a la persona adulta que ejercita sus facultades de forma ideal, desarrollando su potencial, pasando de la dependencia a la independencia, del placer a la realidad, de la ignorancia a la instrucción, de la incompetencia a la competencia, de la sexualidad a la heterosexualidad y del egocentrismo al heterocentrismo.

Los nuevos compañeros, individualmente traen consigo valores, expectativas y modalidades que habrán heredado de sus propias familias de origen, tendrán características nuevas y propias, al formar un nuevo sistema será de gran importancia que ambos conjuntos de valores se concilien con el paso del tiempo, de tal forma que cada cónyuge deberá resignar una parte de sus ideas o preferencias con el fin de ganar pertenencia en este nuevo sistema, además de que se verá en la necesidad de negociar algunos asuntos que involucren a ambas partes, como por ejemplo el uso del dinero, la autonomía de cada miembro de la pareja, la flexibilidad que se tendrá con la familia de origen, etc.(Rage, op. cit.).

Cada uno tendrá que reestructurar sus conductas e incorporar esas nuevas exigencias que le imponen la vida como dos, estos cambios a los que tienen que adaptarse ambos, son los que se denominan crisis, en este caso transitorios, por estar implícitos en la propia evolución de la familia en el tiempo (Florenzano, 1988).

Normalmente en esta etapa la pareja pasa por un momento donde ambos se hacen impermeables a las cosas externas (amigos, familia, trabajo), es un tiempo que permite consolidar la unión en lo emocional, social y sexual. Este aislamiento inicial irá variando con el tiempo y la evolución de la pareja.

La Psicóloga Ma. Elena Gorostegui menciona que en esta primera etapa del ciclo, las tareas de la pareja serán elaborar pautas de interacción, negociar fronteras y límites que regulen la relación con las respectivas familias de origen, los amigos, el trabajo, en síntesis, con los otros; mantener contactos, pero con fronteras nítidas que permitan el crecimiento de una íntima relación de pareja, armonizar dos estilos diferentes de comunicación y expresión de los afectos, crear normas sobre jerarquía, reconocimiento de experticias, pautas de cooperación y respeto por los valores del otro y la elaboración de pautas viables para expresar y resolver los conflictos (2008).

Lo que habría que cuestionarse es lo que menciona Rage (1997) acerca de que la formación de la pareja estará compuesta por dos personas “completas, viviendo un proceso de madurez y preparación para la misión que van a emprender”, entendiéndolo como madurez a la persona adulta que ejercita sus facultades de forma ideal, desarrollando su potencial, pasando de la dependencia a la independencia, del placer a la realidad, de la ignorancia a la instrucción, de la incompetencia a la competencia, de la sexualidad a la heterosexualidad y del egocentrismo al heterocentrismo y la pregunta sería si ¿Realmente en México cuando se forman las parejas estas están maduras y preparadas para esta misión?.

Ahora bien, desde el momento mismo del diagnóstico de un embarazo, ya esos individuos, hasta ahora esposos, pero ya futuros padres, están delimitando el inicio de una segunda etapa.

1.5.2 Familia con hijos pequeños

Con el nacimiento del primer hijo, la pareja debe redefinir sus reglas, el recién nacido será totalmente dependiente y hará que se presenten nuevas demandas en la familia. La llegada de este nuevo miembro puede desestabilizar el sistema parental, ya que se crean muchos cambios tanto en la relación de pareja como en toda la familia, aparecen nuevos roles y funciones (García y Estremero, 2003).

Las funciones de los padres se diferencian para poder brindarle al niño la atención y cuidados que necesita. La madre se unirá con el bebé, interpretando y descifrando sus demandas de cuidado y alimentación. Esta unión es normal y necesaria para la buena

evolución de toda la familia, la esposa debe dividir sus lealtades y su tiempo, el esposo tenderá a alejarse de la díada madre-hijo al sentirse excluido.

La incorporación de un hijo en la familia provocará inevitablemente mucha tensión en la pareja. Son frecuentes los reproches, la depresión, cansancio de ambos padres, dificultad para ponerse de acuerdo en cómo y cuándo hacer las cosas, las relaciones sexuales se alteraran disminuyendo, en ocasiones la excesiva participación de la familia extensa en el cuidado del bebé con la consecuente dificultad de los padres para adaptarse al nuevo escenario, el padre se mostrará intolerante de ocupar un lugar secundario en esta tríada durante los primeros meses y llegará el momento en que el esposo deberá recuperar a su mujer como pareja y a su hijo en relación a él (García y Estremero, op. cit.).

La pareja tendrá que estar inmersa en un nuevo sistema social a través de la escuela, amigos del niño y de las otras familias. Además de que la pareja tendrá que redefinir sus reglas, tendrán que buscar una estabilidad en la economía, la religión, la cultura, educación, valores y creencias, etc. que se vivirán en la familia.

Durante mucho tiempo, se consideró esencial el hecho de tener hijos, la finalidad del matrimonio era la procreación y no se concebía como familia a una pareja casada si no tenía hijos, se llegó a considerar que si una relación entre hombre y mujer no procreaba niños era incompleta. Actualmente la decisión de tener hijos se ha ido separando cada vez más de la decisión de casarse, al igual que el sexo no requiere del matrimonio para ser llevado a cabo, o el vivir con una pareja no requiere de un contrato legal, es así que las parejas tardan cada vez más tiempo en tener hijos, en llegar a esta etapa, la exigencia social del matrimonio es cada vez más grande teniendo mayores demandas económicas y emocionales.

1.5.3 Familia con hijos en edad escolar y/o adolescentes

Cuando la pareja atraviesa por el periodo en el cual tiene hijos en edad escolar se pone a prueba todo lo que la pareja inculcó en los primeros años del niño (límites, relación con la autoridad y pares, si es correcto preguntar o no, etc.), ya que el niño realizará nuevas actividades fuera del hogar. La red social del niño se amplía y se comenzará a relacionar

con otros adultos significativos como sus maestros, así mismo los padres tendrán que relacionarse con este nuevo gran sistema que es el colegio, mediante el cual el niño conocerá otros sistemas de reglas por lo cual los padres tendrán que negociar nuevamente el control y el espacio para el desarrollo. Los padres tendrán por primera vez una imagen externa de su hijo, la imagen que le transmitirán los maestros.

De todos los eventos que afectan a la pareja probablemente esta sea la etapa que más pone a prueba la flexibilidad del sistema. En esta etapa es cuando se presentan con mayor frecuencia los problemas emocionales serios. Por momentos el adolescente se torna un ser de difícil manejo y comprensión por parte de los padres, la familia y la sociedad en general.

La pareja en esta etapa está pasando por la crisis de la edad media, momento en el cual aparece la incertidumbre de ya no ser joven, hay una evaluación de todo lo realizado hasta el momento en todos los planos. Aún cuando la pareja se encuentran en la madurez, el adolescente logrará desequilibrar el sistema exigiendo reacomodaciones a los padres. El tema de la autonomía y el control se debe negociar en todos los planos.

Los roles de esposo y esposa muchas veces se han olvidado, puesto que se han transferido por completo al de ser padres, lo cual trae consecuencias como en el área sexual en la cual la frecuencia de las relaciones sexuales disminuyen más no desaparecen.

La edad de los abuelos por lo general es crítica, se acercan a no poder mantenerse por sí mismos, la soledad y muerte se avecinan, convirtiéndose esto en motivo de otra preocupación, es posible que sus propios padres requieran cuidados y atenciones que compensen la declinación de sus fuerzas o la muerte de uno de ellos (Gorostegui, 2008).

Para el adolescente es importante la presencia de los límites firmes con posibilidad de renegociarlos de acuerdo al crecimiento, con espacio para que ellos experimenten y se equivoquen, teniendo la oportunidad de recurrir a sus padres si los necesitara. Esto lo hace sentir seguro. La ausencia de límites hace que el adolescente se sienta solo, desamparado y da lugar a que aparezcan conductas de riesgo como violencia, embarazos no deseados, drogas, etc. con el propósito de captar la atención de sus padres.

En este periodo la pareja puede enfrentar conflictos como diferencias en el ritmo de crecimiento de los cónyuges, especialmente cuando la carga de obligaciones frente a los hijos es desigual. “Es común que las madres al tener mayores obligaciones hacia los hijos empiecen a tener sentimientos de envidia hacia las carreras de sus esposos, lo que puede ocasionar cierto resentimiento, propiciando la formación de alianzas madre-hijo que pueden ser hostiles en contra del padre; esto puede crear una diversidad de conflictos entre la pareja” (Rage, 1997, p.60).

Una vez más se vuelve necesario renovar el contrato matrimonial y se requiere de un fuerte apoyo mutuo, ya que, se inicia el climaterio. Es necesario tener la capacidad para expresar los sentimientos de tristeza y de pérdida, además de la seguridad de poder seguir compartiendo un espectro amplio de intereses como compensación por la ausencia de los hijos que se empiezan a convertir en adultos.

1.5.4 Familia con hijos adultos

Es habitual que en esta fase se tengan hijos adolescentes o adultos jóvenes, los cuales se encuentran en el proceso de separación de los padres, con toda la conflictiva que esto representa, tanto para los hijos como para los padres.

Esta nueva etapa está marcada por la capacidad de la familia de origen para desprenderse de sus hijos que ahora ya son adultos y de incorporar a nuevos individuos como el cónyuge y la familia política. Los hijos entraran en una nueva etapa donde deberán formar su propia familia, con las características que vimos al inicio del ciclo vital de la pareja.

Se le llama el período del nido vacío, definido como una etapa de pérdida en especial para la madre, pero también puede ser una oportunidad de nuevos desarrollos para la pareja que ya ha cumplido con sus tareas.

Los padres se enfrentan con la salida definitiva de los hijos del hogar. Hasta ahora se había agrandado el círculo social y afectivo en que se movía el/la joven, pero seguía siendo la familia de origen la única y la de pertenencia. A partir de este momento los padres deberán

reconocer a la nueva familia como diferente y con características propias, aceptando la incorporación de otros en la vida familiar.

Los hijos han elegido sus propios estilos de vida y se alejan del hogar familiar. Los cónyuges vuelven a estar solos, lo que requiere una importante reorganización que implica relacionarse padres e hijos como adultos. La pareja adquiere otra dimensión social por lo que es necesario continuar apoyando las defensas sociales adaptativas con el objeto de seguir funcionando en la sociedad.

En el área económica, en general, se presentan ventajas, puesto que a estas alturas, casi siempre, existe una seguridad económica con la que no se contaba en un principio por las demandas de la crianza. En esta etapa resulta posible continuar con los pasatiempos que se interrumpieron, las aficiones que se dejaron, los viajes que no se hicieron, las conversaciones que no se tuvieron; es en verdad el momento de recoger la cosecha.

La pareja se enfrentará a nuevos desafíos. Por un lado el reencuentro entre ellos, dado por la salida de los hijos del hogar y por el cese laboral. De las características de este encuentro dependerá que la pareja continúe unida o no. Por otro lado deberán afrontar cambios no solo en lo individual sino también a nivel familiar.

El fin de la vida laboral (jubilación) que por algunos es tomado como el inicio de una nueva etapa, donde tendrán la oportunidad de realizar cosas postergadas durante la juventud, disfrutar de los nietos y seguir generando proyectos, para otros es el fin de su vida activa y el paso hacia una etapa “improductiva”.

Dentro de las familias aparecerán nuevos roles: abuelo/a. Este nuevo rol les permite a los padres, ahora abuelos, tener un contacto más libre y placentero con los nietos que lo que tenían con sus propios hijos, lo cual dará paso a la siguiente etapa de vejez y jubilación.

1.5.5 Vejez y jubilación

En esta etapa del ciclo vital suele haber un revés en cuanto a quién proporciona los cuidados físicos, emocionales e incluso económicos de los padres. Las características de estos nuevos vínculos dependerán de cómo se establecieron las relaciones a lo largo de la historia familiar.

Cada uno de los integrantes sufrirá cambios, los principales conflictos se derivan de la vejez misma con la pérdida de capacidades físicas e intelectuales, se mostrarán con mayor fragilidad, enfermedades crónicas propias de la edad, la soledad por la partida de los hijos, pensamientos con respecto a la muerte, pérdida de seres queridos, etc.

Un aspecto importante de conflicto en esta etapa es el rechazo hacia los ancianos que existe en el mundo occidental. Todos estos factores representan fuentes de estrés para la pareja que dan por resultado mucha angustia y necesidades de afecto y apoyo. Las reacciones frente a los diferentes acontecimientos que se suscitan en esta etapa dependen principalmente de los valores que se tengan, por lo que será diferente en cada pareja.

Es una etapa de aislamiento y depresión de la pareja, puesto que sus actividades de crianza han terminado. Sin embargo, a esto se puede agregar que en esta fase también coincide el declive de la biología, cambios sociales y familiares de gran importancia que ya se han mencionado anteriormente. Por ejemplo, la necesidad de admitir y hacer lugar a nuevos miembros en la familia, el nacimiento de los nietos, la muerte de la generación anterior, la jubilación, la declinación en las capacidades físicas muchas veces acompañada de enfermedades, el problema económico de los hijos que inician una nueva familia y la necesidad de independizarse de los hijos y nietos para formar de nuevo una pareja. En fin hay una serie interminable de situaciones que se tienen que enfrentar para pasar de la edad madura hacia la vejez.

Es necesario volver a ser esposo y compañero del otro, como lo era en un principio, pero con una individualidad lograda para poder continuar renovando la creatividad de la propia vida para conseguir no caer en vacío y depresión.

En el área de la economía, es necesario contar con la comprensión para afrontar los cambios de la jubilación con la capacidad de aceptar un manejo de menores responsabilidades, tanto en el trabajo como en el hogar, tendrá que existir la capacidad de solventar las deudas y enfrentar el temor por la economía, o bien aprovechar las mejoras obtenidas durante la vida de intenso trabajo y producción, y también será necesario saber aprovechar el tiempo que ahora estará más disponible.

La intimidad se encuentra amenazada por el proceso de envejecimiento, y a la vez está muy relacionada con el grado en que los hijos estaban interpuestos entre los cónyuges; por lo que ésta puede aumentar o disminuir. Se presentan sentimientos de renovación y aprecio, sobre todo frente al pensamiento de una cercana separación definitiva.

Los conflictos de poder en edades avanzadas son raros porque, generalmente ya están bien definidos. Por otro lado, en uno de los problemas y necesidades que frecuentemente se presenta, es aquél en donde el esposo ya viejo llega a la jubilación regresando a casa para siempre e invade los terrenos que antes sólo fueron del dominio de su esposa; esto presenta una situación amenazante a la individualidad y diferenciación de ambos.

En esta etapa se presenta la oportunidad de ser abuelo; lo cual ofrece un nuevo horizonte a la vida. La relación de los abuelos con los nietos es muy diferente a la que fue con los hijos.

Se necesita tener la habilidad suficiente para aceptar las propias capacidades así como las limitaciones, también es importante poder cambiar de rol para aceptar la dependencia cuando esto sea necesario.

En la cultura mexicana, el nido vacío o la etapa en la que los hijos forman una nueva pareja y salen de la familia de origen, es difícil encontrarlo ya que en muchos casos los hijos que han contraído matrimonio llevan a vivir a su nueva familia con sus padres.

Para concluir, se han hechos estudios en los cuales se relaciona la satisfacción marital con el ciclo vital de la pareja encontrando que hay mayor satisfacción marital y mejor ajuste en las etapas intermedias que en las tardías (Booth, Johnson, White & Edwards, 1984 y Hudson & Murphy, 1980; cit. en Lee, 1988). En contraste, Anderson y cols., 1983 (cit. en Lee, op.

cit.) encontraron que hay mayor satisfacción y ajuste en los períodos tardíos de la relación de pareja. Cada etapa varía de acuerdo a sus circunstancias, lo cual me lleva a pensar que esto depende de cada pareja de cómo vive cada etapa y como disfruta o sufre, o enfrenta los desafíos de cada una de ellas.

Cannon y Rollins (1974, en Lee, op. cit.) centraron una posible respuesta a estas discrepancias, plantean la teoría de que los acontecimientos como la jubilación y la salida de los hijos adultos de las familias permiten que las parejas inviertan más tiempo y energía en sus relaciones conyugales y por ende, se encuentren más satisfechas maritalmente. Estos autores sostienen que la presencia de hijos en el matrimonio tiende a disminuir la satisfacción marital debido a que en esta etapa decrece el tiempo y las actividades se multiplican.

1.6 Datos sobre el matrimonio en México

Según cifras del Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI), en México la tasa de divorcios y separaciones ha ido en aumento desde la década de los años 50's. Durante 2005, la cifra de matrimonios en el país disminuyó 0.8% y en contraste la tasa de divorcios creció 3.9% con respecto al año previo. En 2005, se registraron 595,713 casamientos y 70,184 separaciones (INEGI, 2005). Aunque cabe señalar que hoy en día no todas las parejas tienen un contrato civil, muchas de ellas viven en unión libre por lo que la cifra podría aumentar, sin embargo muchas otras no están divorciadas solo separadas. El que el divorcio haya aumentado puede ser atribuido a que en esta época actual existe la facilidad por ambas partes de la vida para solicitar el divorcio, socialmente el divorcio es aceptado, además de que la inserción de la mujer en el ámbito laboral le da una seguridad económica para sostener sus gastos a diferencia de épocas pasadas.

La encuesta hecha en el 2005 por el INEGI señala que, en el país, la edad promedio al momento de contraer matrimonio en los hombres fue de 27.8 años, contra 25 años de las mujeres. Sin embargo, los estados donde se superó el promedio nacional fueron Veracruz con 30.4 y 27 años, y el Distrito Federal con 30.2 y 27.6 años, respectivamente.

El INEGI en sus estadísticas mostró que en el año 2005, la tasa bruta de nupcialidad (matrimonios por 1,000 habitantes) en el país fue de 5.7%, pero las entidades federativas que registraron las mayores y las menores tasas se presentan a continuación:

Entidad Federativa	%
Quintana Roo	9.1
Guerrero	7.6
Durango	7.5
Zacatecas	7.4
Chiapas	4.3
Hidalgo	4.3
Puebla	3.9

En 2005, agrega el reporte, de cada 100 personas que se casaron, 75.3% tenía entre 15 y 29 años. De los matrimonios registrados en dicho año las diferencias de edades entre los cónyuges se muestran en la tabla siguiente en donde H corresponde al hombre y M a mujer:

Diferencia de edades	%
H = M	10.3
H > M de 1 a 5 años	45.6
H > M de 6 a 9 años	13.6
H > M por 10 años o más	8.9
H < M de 1 a 5 años	17.9
H < M de 6 a 9 años	2.5
H < M por 10 años o más	1

En esta tabla se puede observar como en la mayoría de los matrimonios registrados el varón es mayor que la mujer, lo cual es fácil corroborar al dar una mirada a nuestro alrededor y darnos cuenta que somos una cultura en donde la tradición sigue siendo que el hombre sea mayor que la mujer y solo en un bajo porcentaje la mujer es mayor que el hombre como lo muestra la estadística.

En cuanto al nivel académico de las personas que contrajeron nupcias en 2005 se encontraron los siguientes datos:

Nivel de estudios	%
Primaria	21.7
Secundaria	32.3
Preparatoria	21
Superior	16.9

Dichos datos muestran a nivel nación que tenemos un nivel académico que sigue siendo muy bajo y a pesar de que pareciera que las universidades tienen cada vez más demanda estudiantil, el porcentaje de personas registradas al momento de contraer nupcias en cuanto a su escolaridad a nivel superior es el más bajo (16.9%) a diferencia de los que han cursando hasta la secundaria que es un 32.3%, estos datos llevados a la vida real implica que los medios de trabajo y los ingresos económicos que pueda tener una pareja con el nivel de educación secundaria son bajos.

Conforme transcurren las estadísticas realizadas se registran cada vez un mayor porcentaje de divorcios comparados con estadísticas anteriores. Las cifras del INEGI muestran que por cada 100 enlaces realizados se han registrado los siguientes porcentajes de divorcio:

Año	%
2005	11.8
2000	7.4
1970	3.2

Esta tabla nos deja ver el acelerado crecimiento del divorcio en nuestro país, de 1970 al 2000 se duplico la tasa de divorcio, pero en tan solo 5 años que van del 2000 al 2005 esta tasa creció lo mismo que en treinta años anteriores, es de esperarse que en las próximas estadísticas este porcentaje no solo se haya duplicado sino triplicado ya que cada día los divorcios van en aumento, es de cuestionarse que es lo que esta pasando en nuestra sociedad al haber tantos divorcios y que es lo que hacen aquellas parejas que siguen juntas para conservar su matrimonio.

En México, de 1970 al 2000, las rupturas maritales se han duplicado; mientras que en Estados Unidos actualmente sólo tres de cada diez parejas que se casan pueden aspirar a mantenerse unidas al cabo del tiempo (Eguiluz, 2000).

Las mayores cifras de divorcios se reportaron en Baja California, Chihuahua, Aguascalientes, Colima y Yucatán; por el contrario, el menor número de separaciones se registró en Tlaxcala, Oaxaca, Guerrero e Hidalgo. El INEGI (2005) detalla que, la edad promedio de los hombres al momento de divorciarse era de 37.3 años y de las mujeres de 34.7 años.

Algunas de las causas registradas por las cuales se solicitó el divorcio fueron: negativa a contribuir voluntariamente al sostenimiento del hogar, separación del hogar conyugal, sevicia, amenazas e injurias y abandono del hogar sin causa justificada

Es mediante estos números que podemos ver que los cambios ocurridos en la época moderna, también tienen su parte negativa que se ve reflejada en el número de separaciones y divorcios, lo cual ha ocasionado que muchas familias queden a cargo de un solo progenitor.

Al observar que la edad promedio de contraer nupcias es de 25 para las mujeres y 27 para los hombres y la edad promedio de divorcio es de 34 para las mujeres y 37 para los hombres nos damos cuenta que en promedio la disolución de los matrimonios ocurre aproximadamente a los 10 años después de la unión legal de la pareja, lo que significa que la pareja se encontrará en el ciclo vital de hijos en edad escolar y estos corren el riesgo de quedar desprotegidos.

CAPÍTULO 2. CARACTERÍSTICAS DE LA RELACIÓN DE PAREJA FUNCIONAL

2.1 Funcionalidad

Cuando dos individuos se casan, pasan a integrar una nueva unidad social, un sistema marital, este sistema no es la simple suma de dos personalidades, con sus respectivas necesidades y esperanzas, sino una entidad nueva y cualitativamente distinta. Junto con este sistema marital cambian muchas cosas como las ideas, sentimientos y actitudes que alberga cada uno, para así ir forjando una nueva entidad lo cual lleva a la persona a pensar en sí misma como integrante de una pareja, proporcionándole mayor impulso psicológico que la lleva a buscar un nuevo equilibrio (Daniel, 1990).

Cuando estos dos individuos comienzan a formar un sistema marital, a interactuar y a establecer una relación continua, comienzan a comunicarse entre sí en forma verbal y no verbal. Así, los objetivos y fines iniciales del sistema marital pueden cambiar. Por lo general, el sistema recién creado continúa añadiendo objetivos y funciones adicionales, desechando quizás algunos de los primitivos. Hasta es posible que estas nuevas funciones adquieran primacía, en detrimento de las que concibieron y le atribuyeron originariamente los individuos involucrados (Preciado y Lemor, 1990).

Por funcionalidad hemos de entender la actividad, función o acción que le es asignada a cada miembro del sistema marital para contribuir en el mantenimiento de este. Para entender mejor este concepto lo voy a ejemplificar con un automóvil, cuya función es la de transportar al usuario de un lugar a otro, si la pintura esta dañada, la vestidura rota y la cajuela no abre, aún así sigue siendo un auto funcional ya que realiza la acción para lo cual fue creado.

Durante las diferentes etapas del ciclo vital de la pareja, ésta se enfrenta a cambios, los cuales pueden ser o no ser asimilados por sus integrantes y es entonces cuando nos referimos a pareja funcional o disfuncional.

2.1.1 Pareja Funcional

La pareja juega un papel relevante en la familia ya que es la columna vertebral de ésta y si el sistema marital falla es muy probable que el familiar también, es por ello la importancia de que las parejas sean funcionales. El sistema marital nace cuando cada cónyuge invierte en él algo acorde con sus interpretaciones y con su disposición para dar y recibir; cuando los objetivos y propósitos del nuevo sistema quedan más o menos definidos en varios niveles de conciencia, con la posibilidad de reexaminarlos y reafirmarlos o cambiarlos constantemente. Las reglas del sistema se fijan en función del medio tanto global como inmediato de cada cónyuge y sus expectativas de este. Lo ideal sería que todos los parámetros de la relación se negocien de algún modo (O'Neill y O'Neill, 1972).

La pareja esta formada por una variedad de sistemas y subsistemas; en donde el cambio de una parte del sistema va seguido de un cambio compensatorio de otras partes del sistema y así sucesivamente. El funcionamiento de todo sistema depende del funcionamiento de los sistemas más amplios y de los subsistemas de los cuales está conformado. Bowen (1991) dice que cuando se habla de una pareja funcional o saludable se refiere a aquella en la que sus integrantes mantienen una estabilidad emocional y de relación, mientras responden a los inevitables cambios que se presentan dentro y fuera de la pareja.

Al respecto Haley (1973) describe a la pareja funcional como sana o productiva, y menciona que el sistema puede tener modificaciones conforme cambian las relaciones temporales y espaciales del medio ambiente tanto interno como externo, mostrando una capacidad de adaptación flexible. Un sistema funcional tiene una buena capacidad de comunicación, ya que si alguien no entiende lo que el otro expresa, puede preguntarse libremente o comentarse entre ambos sin ninguna dificultad, es decir, la meta comunicación entre ellos se presenta fácilmente.

Por otro lado Wtaker y Bumberry (1991) definen a la pareja como un sistema en movimiento, ya que no es estática, sino dinámica, manteniéndose en un proceso de evolución y cambio continuo hacia un viaje que nunca termina. En este movimiento que manifiesta la pareja existen reglas abiertas y encubiertas, políticas individuales y grupales

así como pautas y patrones de interacción, que no están articuladas, pero están presentes y sirven como directrices para el crecimiento de la pareja.

Salvador Minuchin y Fishman (1993) señalan que dentro de la pareja, está deberá armonizar los estilos y expectativas diferentes de ambos y elaborar modalidades propias para procesar la información, establecer contacto y tratarse con afecto. De igual modo crecerán reglas sobre intimidad, jerarquía, sectores de especialización así como, pautas de cooperación. Cada uno tendrá que aprender a sentir las demandas e interpretar las acciones del otro, lo que supone asociaciones comunes y valores compartidos, percibir lo que es importante para el otro y alcanzar un acuerdo sobre el modo de avenirse al hecho de que no comparten todos los valores.

Desde el punto de vista de Minuchin, en una pareja funcional cada miembro es fuente de compañerismo, apoyo emocional, económico, sexual, etc. Y ayuda al compañero a llevar funcionalmente el rol de padre, esposo, amigo, e incluso sirve de puente entre su cónyuge y su familia de origen (Eguíluz, 2003).

Al hablar de la pareja funcional desde el punto de vista sistémico, se podría considerar que cada uno de los integrantes cumplen con las expectativas y deseos ya conceptualizados de sí mismos y de su compañero así como que ambos han sido capaces de concienciar las diferencias individuales y aceptarlas, lo que nos llevaría, tal vez, a hablar de un grado suficiente de satisfacción marital, ya que hablar de satisfacción total o de su contra parte sería como equipararlas a la salud total.

A medida que se va desarrollando el ciclo vital, la pareja funcional se adapta a las nuevas circunstancias y cuando surgen conflictos son afrontados por ambos sin perder de vista el cariño y el interés que existe entre ellos. Las crisis a las que se enfrentan son consideradas como el fertilizante que hará que haya un crecimiento en la pareja.

2.1.2 Pareja Disfuncional

Con relación a la pareja disfuncional, Haley (op. cit.) menciona que a diferencia de la pareja funcional, ésta es rígida, trata de mantener el equilibrio en oposición a los comportamientos descritos en las parejas productivas. En muchos casos los integrantes muestra desorganización así como oposición para resistir los cambios de cualquier tipo, intentando mantener la constancia en el sistema. Hay resistencia al cambio y tratan de mantener la estructura disfuncional de la pareja a pesar del dolor y las desilusiones que experimentan. No hay comunicación, ya que los integrantes descalifican sus propios mensajes y los de los demás, en otros casos envían mensajes paradójicos, por lo que las relaciones son confusas, ambiguas o poco claras. En ocasiones, como señala Eguíluz (2003), estas parejas pueden generar síntomas, que se presentan en la parte más sensible y débil del sistema, por ejemplo, el hombre puede mostrar algunas conductas violentas o la mujer presentar síntomas depresivos de corta duración.

Por su parte Wtaker (op.cit.) comenta que la disfunción de una pareja parece surgir a partir de experiencias situacionales ocultas y lacerantes como el inicio del matrimonio, la llegada de un bebé, la muerte de un familiar, una enfermedad grave, la separación de los miembros de una familia; así la disfunción de la pareja se va a manifestar por medio de un síntoma, el cual aparece siempre como constancia de que hay disfunción y este síntoma puede ser de carácter físico, emocional, conductual o social, lo cual denota que hay resistencia al cambio, tanto interno como externo.

En síntesis, todos los autores aquí citados coinciden en que en una pareja funcional existe bienestar y buena relación entre los integrantes de esta, así mismo, las situaciones que se presentan durante los cambios de cada una de las etapas son superadas por la díada. Mientras que en la pareja disfuncional no sucede esto, ya que en este tipo de parejas difícilmente superan los cambios, lo que provoca que exista insatisfacción, dolor y sufrimiento en sus integrantes.

2.2 Satisfacción marital

La satisfacción marital en nuestra sociedad es sinónimo de bienestar. Es la unión con el compañero donde se busca la principal fuente de apoyo de tipo emocional, económico y social, por lo que cada uno pasa a ser un factor central y primordial para el otro produciendo así el bienestar y el crecimiento individual (Roque, 1994).

Hablar de satisfacción total es tan utópico como también hablar de la insatisfacción total, ya que en la vida cotidiana la interacción diaria, las presiones sociales, laborales, familiares, las gratificaciones y frustraciones en los diferentes roles individuales así como en su participación como parte integral de la pareja, hacen pensar que no todo puede ser negro ni todo color de rosa. Hablar de satisfacción total o de su contraparte es como equipararlas a la salud total o perfecta, podemos decir que es una visión maquinada por la realidad.

No existe una única manera de relacionarse entre dos personas, tampoco existe una receta en donde haya que seguir ciertas reglas que apliquen a todos los matrimonios para obtener un alto grado de satisfacción marital, sin embargo es necesario que exista respeto mutuo, tolerancia así como el cumplimiento de roles en el matrimonio.

La satisfacción marital es un concepto multidimensional que generalmente incluye conceptos a nivel individual, tales como ajustes y felicidad, así como niveles diádicos como cohesión y consenso entre la pareja (Preciado y Lemor, 1990), entendiendo el ajuste según la Real Academia Española, como acomodar o encajar una cosa con otra, la felicidad como un acontecimiento agradable lo cual trae consigo satisfacción, dicha, delicia o júbilo y la cohesión como la atracción y unión entre dos cuerpos.

2.2.1 Definiciones

A través del tiempo se ha definido de diferentes formas a la satisfacción marital, algunas de ellas se mostrarán a continuación:

Berger y Kellner definen la satisfacción marital como “una realidad construida por los miembros de la díada” (1970, en Daniel, 1990, p.3). Lo importante no es lo que sucede en el matrimonio, sino como lo perciben cada uno de los miembros.

Un matrimonio satisfactorio de acuerdo a O'Neill (1972) significa la relación franca entre dos personas, relación que construye su base en una libertad e identidad igual para cada una de las partes. Entraña un compromiso verbal, intelectual y emocional de respetar mutuamente el derecho al desarrollo individual dentro del matrimonio. Se puede definir como una relación no manipulativa entre hombre y mujer. Su unión se favorece y se enriquece a través de un nuevo principio dinámico.

Posteriormente en 1977, Lenthal (en Preciado y Lemor, op.cit.) hace una distinción conceptual entre satisfacción marital y estabilidad marital. Define la Satisfacción marital como una función de la comparación entre las expectativas maritales de uno y el resultado marital. La estabilidad marital la define como una función de comparación entre la mejor alternativa disponible y el resultado marital.

De acuerdo con Burr (et. al., 1979) la satisfacción marital es la cantidad de congruencia entre las expectativas construidas por una persona y las consecuencias o recompensas que esta persona realmente recibe.

Bowen (1991) define a la satisfacción marital en términos de la actitud hacia la relación marital, controlando deseabilidad social y convencionalización de las respuestas, asimismo conceptualizan a la satisfacción marital como unidimensional.

Según Boland y Follingstad (1987) la satisfacción marital es una descripción general de actitudes, sentimiento y auto-reporte de su matrimonio, tradicionalmente visto en extremos tales como feliz vs infeliz, satisfactorio vs insatisfactorio, etc. Planteamientos más recientes señalan la satisfacción marital como influida por la interacción del individuo, la díada y el medio ambiente.

Por último Pick y Andrade han definido la satisfacción marital como el "grado de favorabilidad (actitud) hacia aspectos del cónyuge y de la interacción marital" (1988, p.9), así mismo estudiaron las variables con referencia a la satisfacción marital tales como la edad, el número de años de casados, número de hijos, sexo y escolaridad.

Ahora bien, refiriéndonos a las variables más estudiadas en relación con la satisfacción marital Preciado y Lemor (1990) mencionan la comunicación entre la pareja, el número de hijos, la etapa del ciclo vital, el nivel socio económico, ocupación, edad, escolaridad y diferencia entre los sexos. A continuación se describirán las variables antes referidas que influyen sobre la satisfacción marital, tratando de demostrar su dinámica y de que manera afectan o contribuyen a esta relación.

2.2.2 La comunicación

De acuerdo con Pick y Andrade (1988) el matrimonio se basa en un sistema de significados compartidos por los miembros que interactúan en él, la comunicación en el matrimonio es un intercambio constante de información y de mensajes entre los cónyuges.

La comunicación marital ha sido frecuentemente dividida en dos sub áreas generales, el contenido y el proceso de la comunicación (Boland y Follingstad, 1987). En el área de contenido se refiere al mensaje verbal y el del proceso incluye los demás aspectos de la interacción tales como la situación, el tono de voz, el uso del silencio, los gestos, etc. Las investigaciones realizadas indican que en un 70% nos comunicamos con los demás en un nivel implícito, no verbal (O'Neill, 1972).

Los mensajes discrepantes se producen cuando nuestra forma verbal y no verbal de comunicarse se contradice entre si; la discrepancia entre lo que muestre el cuerpo y lo que dice el mensaje puede ser la indicación de la existencia de áreas conflictivas entre marido y mujer.

La comunicación ha sido considerada una parte inherente al matrimonio ya que una comunicación abierta y efectiva es básica para que la relación conyugal tenga éxito. La cantidad y el grado de intimidad de la información que se intercambia entre los esposos puede ser indicador de la actitud que existe hacia la relación marital (Pick y Andrade, 1988b).

Aprender a descifrar la comunicación no verbal, comprender el lenguaje del cuerpo de su cónyuge y llegar a ser capaz de expresar físicamente sus sentimientos puede ser de gran

ayuda en la consecución de la satisfacción marital. La pareja que pueda abrirse recíprocamente para explorar verbalmente el contenido de sus relaciones, logrará realizarse en lo individual y logrará una verdadera compenetración mutua.

2.2.3 Número de hijos

El nacimiento de un hijo somete al vínculo conyugal a una prueba clave ya que la llegada del hijo causa un rompimiento en la interacción marital. Un hijo no sólo agrega complejidad al sistema, sino que pide cambios y ajustes en los roles significativos de la pareja, multiplicando así sus obligaciones. Esta situación permite la aparición de dos principales problemas, uno es que se dedica más tiempo y atención al hijo, disminuyendo el tiempo que estaba dirigido hacia el cónyuge y segundo que incrementan los conflictos de la pareja por la falta de actividades realizadas en común.

Además, la llegada de un hijo decrementa los ingresos y el capital que estaba destinado a la pareja, reduciendo así la satisfacción económica. White y cols. (1986) en su artículo niños y satisfacción marital: ¿Por qué la correlación negativa?, postulan que la mayoría de los padres ven a sus hijos como una influencia positiva, es posible que ellos sean una fuente de satisfacción pero de forma general tienen un efecto negativo sobre la satisfacción marital; es decir, el hijo puede gratificar a uno o ambos padres pero afectan negativamente la relación de pareja. Sin embargo, los autores señalan que la relación entre felicidad marital y los hijos es parcialmente falsa, ya que la presencia de estos en edad preescolar y especialmente el nacimiento del primogénito sirve para reducir la probabilidad que personas casadas infelizmente se divorcien en un periodo de tres años.

Por su parte Pick y Andrade (1988b) señala que los hijos afectan la interacción marital en una forma tal, que existe una relación negativa entre número de hijos, satisfacción marital y ajuste marital, también afirman que existe una relación negativa entre tener hijos pequeños y la satisfacción marital.

Chadwick (et. al., 1976 en Preciado y Lemor, 1990) revisaron varios estudios relacionados con el tema. Según ellos las razones para esta relación negativa son numerosas y entre ellas

se encuentran la sensación de cansancio, las labores domésticas, el cambio de la atención desde el cónyuge hacia los hijos y el cambio en las reglas familiares.

Respecto a la relación entre la comunicación marital y el número de hijos, se ha encontrado que la comunicación disminuye en las parejas con hijos, además de que tienen más problemas de comunicación mientras sus hijos son pequeños y muchas de estas diferencias tienen que ver con las distintas reglas que cada uno de los dos padres aprendió dentro de su propio sistema familiar (Pick y Andrade, op. cit.).

En resumen, cualquier efecto negativo de los hijos sobre la felicidad marital se extiende todavía más y afecta la interacción íntima de los cónyuges. El cuidar a los hijos requiere tiempo y energía que los padres podrían, de otra manera, usar para sustentar su misma relación matrimonial. Por lo tanto, los conflictos entre los esposos pueden ser el resultado, como ya mencione anteriormente, de desacuerdos sobre la crianza y la educación de los hijos.

2.2.4 Etapa del ciclo vital

El hablar del ciclo vital se refiere a las diferentes etapas por las que atraviesa el individuo y la pareja en su proceso de desarrollo. En cada una de estas etapas el núcleo familiar sufre modificaciones y debe adaptarse a ellas, ya sea en forma sana y funcional o patológica y disfuncional. Muchos investigadores (Schram, 1979, Burr, 1979, Roque, 1994) han estudiado los patrones que se dan a través del ciclo vital en la pareja encontrando diferentes opiniones.

Schram (1979), en su artículo “Marital satisfaction over the family life cycle” reporta que la mayoría de los estudios muestran un decremento inicial en la satisfacción marital después del nacimiento del primer hijo, aunque la intensidad y velocidad de ésta varía de un estudio a otro. Otros en contraparte indican que la satisfacción marital alcanza posiblemente una meseta después del nacimiento del primer hijo, tal vez por la emoción y la novedad de la experiencia.

Burr (1979) por su parte reporta que la satisfacción es mayor en el periodo inicial y al final de la relación de la pareja, y menor en el periodo intermedio, algunas explicaciones con respecto a esto son la presencia de los hijos y el cambio de roles familiares que se llevan a cabo en las diferentes etapas del matrimonio.

De acuerdo con Roque (1994), el patrón de comportamiento de las parejas sugiere una elevada satisfacción marital al casarse, que va declinando después del nacimiento del primer hijo y continúa la satisfacción en su punto más bajo hacia la etapa de hijos en edad pre-escolar, acentuándose más aún hacia la adolescencia, coincide con una insatisfacción marital en la etapa media del ciclo vital. Probablemente los cambios biológicos, cognitivos y sociales de la adolescencia temprana tienden a desestabilizar al sistema familiar teniendo un impacto negativo indirecto en la vida marital, siendo que la madurez puberal puede asociarse con un incremento en la distancia padre hijo y la autonomía del adolescente con el conflicto padre hijo.

En cuanto a la etapa post-parental se ha observado un incremento en la satisfacción marital a lo cual Schram (1979) muestra tres explicaciones sobre los efectos de la etapa post-parental sobre la satisfacción marital:

1. Esta etapa se caracteriza por el síndrome del nido vacío, especialmente es difícil para la madre porque el rol materno ha dejado de ejercerse y ha perdido su función básica, que sería el cuidar y enseñar a los hijos a ser autosuficientes y responsables en la vida.
2. Los estudios muestran que puede haber un incremento en la satisfacción marital debido a una mayor libertad e independencia para la pareja. Además, el retiro del trabajo puede llevar a las parejas a invertir mayor tiempo y energía en la relación, incrementando así la calidad marital.
3. Existe poca variación en la satisfacción marital desde la etapa de padres de hijos adolescentes a la etapa del nido vacío, debida a otros factores que afectan al ciclo vital tales como el envejecimiento, pérdida de habilidades y retiro laboral; esta condición dificulta la readaptación del padre a la vida hogareña y el acomodo de los integrantes de la familia a la presencia del padre.

De este modo los autores revisados concuerdan en la existencia de un patrón curvilíneo en la satisfacción marital, sugiriendo que es elevado al casarse, va declinando con la llegada de los hijos y se incrementa de nuevo con la etapa post-parental.

2.2.5 El nivel socio económico

La clase social es un factor que condiciona la calidad de la relación marital, las circunstancias económicas son un factor mediador importante en la satisfacción marital. Roque (1994) encontró que las personas con ingresos relativamente bajos están más propensas a mostrarse insatisfechas en sus matrimonios, señala que la privación económica impone tensión además de poder representar en muchas parejas, el fracaso del marido en su rol de proveedor por ser su ingreso inadecuado, afectándose su auto-estima y la percepción que él tiene de su mujer.

De este modo se puede inferir que el éxito marital está relacionado con la jerarquía laboral así como con el nivel de ingreso de la pareja.

También es importante resaltar que la similitud en características como educación, inteligencia, edad y religión, reduce el conflicto entre valores, expectativas y patrones de conducta (Preciado y Lemor, 1990).

2.2.6 Ocupación

Debido a que los hombres generalmente pasan más horas en su trabajo que con sus esposas se tiende a deducir que ellos obtienen mayor autoestima y sentido a la vida a través de sus actividades laborales, que a través de sus relaciones conyugales, aun siendo estas satisfactorias. Se deduce que la satisfacción con el trabajo está mucho más relacionada con el bienestar global en los hombres que en las mujeres (Glenn y Weaver, 1984).

Roque 1994 refiere que los hombres están más insatisfechos cuando sus esposas trabajan y ellas a su vez están menos satisfechas cuando trabajan involuntariamente. Estos mismos autores señalan que en la clase baja se plantea que la satisfacción marital es mayor cuando la mujer no trabaja, tanto para hombres como para mujeres, mientras que en la clase media la satisfacción marital es menos consistente en cuanto a los efectos de las mujeres en la

fuerza laboral, generalmente se favorece la propuesta de que las mujeres trabajadoras están más satisfechas con sus matrimonios y los esposos menos.

En esta línea se encontró un desbalance significativo a nivel de la satisfacción marital cuando la esposa trabaja por elección propia, más que cuando lo hace por necesidad o no trabaja. El empleo incrementa la posición de poder de la esposa en el matrimonio y por ende su nivel de satisfacción marital, es así que el empleo esta asociado con mayor satisfacción en el matrimonio para las esposas y cuanto mayor satisfacción, mayor igualitarismo en el poder conyugal. Tanto hombres como mujeres se muestran más satisfechos cuando la estructura del poder conyugal es más igualitaria.

Pick y Andrade (1988^a) han encontrado que la satisfacción marital tiende a disminuir si la mujer trabaja fuera de casa y más aún si trabaja tiempo completo. No obstante esta relación tiende a disminuir en la medida que el empleo fuera de casa se hace más común y más aceptado socialmente en nuestra sociedad siendo así que las mujeres que trabajan fuera tienen mayor independencia económica, lo que contribuye a una mayor satisfacción marital.

Cuando en la pareja ambos miembros trabajan, puede existir cierto desbalance en los roles y las mujeres lo experimentan como desigualdad ya que ellas trabajan dentro y fuera del hogar, esperando que el hombre se responsabilice por las labores de la casa al igual que la mujer lo cual trae consigo un efecto negativo sobre la satisfacción marital si las expectativas de los roles no se cumplen.

En síntesis, los efectos de igualitarismo en la estructura del poder conyugal están relacionados positivamente con la satisfacción marital así como el empleo está relacionado positivamente con la satisfacción marital.

Es a través de los cambios en las actividades más igualitarias que realizan hombres y mujeres que se puede observar como la mujer ha desarrollado distintos tipos de estrategias contra su sujeción al ejercicio del poder físico, económico y social del hombre, del mismo modo que el hombre ha desarrollado estrategias contra el control que bajo ciertas condiciones ejerce la mujer a través de ciertas prácticas privadas del ejercicio de la

maternidad, ya que tanto la mujer participa en la economía del hogar, como el hombre en la crianza de los hijos y su participación en las labores domésticas.

Y haciendo referencia a las relaciones de poder, Rafael Palacios Abreu (1995) menciona que en nuestra sociedad encontramos las relaciones de poder arraigadas en el tejido social, siendo parte de éste tejido social la pareja conyugal; indica que el poder tiene como punto de partida la posibilidad de la acción sobre la acción de los otros.

Las relaciones de poder conyugal, en la posibilidad de acción sobre la acción del otro, se puede lograr, de acuerdo con el autor, mediante las sanciones, observaciones y/o reclamos que tanto la esposa como el esposo hacen sobre comportamientos y actividades específicas que a ojos de quien ejerce el poder para obtener algún servicio o beneficio, escapan al pacto de consenso de la pareja y/o algunas prescripciones.

La mayor satisfacción marital se acompaña de una estructura de poder conyugal más igualitaria. Los efectos de la estructura de poder conyugal sugieren que el poder distribuido de forma equitativa está positivamente relacionado con la satisfacción marital. Es así que igualitarismo y la división del poder son elementos determinantes en una relación marital satisfactoria.

2.2.7 Edad

Esta variable ha sido estudiado tanto independientemente como relacionada con la etapa del ciclo vital, ya sea en términos de número de años de casados o edad del hijo mayor.

La similitud en cuanto a características de la pareja como escolaridad, inteligencia, afiliación religiosa así como la edad, reduce las posibles áreas de conflicto entre la pareja.

Las parejas que se casan muy jóvenes pueden reducir la calidad con la que uno puede enfrentar sus nuevos roles debido a su falta de preparación. Los matrimonios jóvenes tienen menos tiempo para aprender las habilidades necesarias para un funcionamiento adecuado y se espera que la calidad de la relación marital sea menor que en los matrimonios más maduros.

Individuos que se casan antes de cumplir los 20 años no están preparados para enfrentar y cumplir con los roles maritales como los que se casan en la tercera década de su vida, así mismo, parece ser que los matrimonios formados por personas muy jóvenes, tienen menos tiempo para conocer a fondo a su futura pareja (Daniel, 1990).

Por último retomando a Pick y Andrade (1988b), encontraron una mayor satisfacción con la interacción marital en individuos al principio del ciclo vital que al final, medidos en términos tanto de edad como número de años de casados.

2.2.8 Escolaridad

Las personas que desempeñan ocupaciones de poco prestigio, con bajos ingresos y bajo nivel académico se reportan menos satisfechos en su vida marital Roque (1994).

Pick y Andrade (1988^a) sugieren que una educación profesional tiene efectos más importantes en la felicidad marital que los incrementos en escolaridad a niveles más bajos. La ecuación formal tiene un efecto positivo directo sobre el éxito del matrimonio y un efecto indirecto sobre el estatus socio económico (los efectos directos son resultado de una flexibilidad general, habilidad para comunicarse y para enfrentar los problemas diarios).

2.2.9 Diferencia entre los sexos

Los resultados encontrados en investigaciones realizadas referentes a la satisfacción marital y su relación con el sexo (género) son contradictorios.

Como se revisó anteriormente, la satisfacción marital es mayor cuando la estructura de poder conyugal está distribuida de forma equitativa. El trabajo remunerado en el sexo femenino está asociado con mayor satisfacción marital, siendo que a mayor satisfacción marital, mayor igualitarismo en el poder conyugal. Roque (1994) sostiene que las mujeres trabajadoras de clase media están más satisfechas con sus matrimonios aunque los esposos reportan estar menos satisfechas cuando trabajan voluntariamente, que cuando lo hacen por necesidad. No obstante, se observa que las mujeres trabajadoras de clase baja están menos satisfechas, siendo que en esta clase social la satisfacción marital es mayor para ambos sexos cuando la mujer no trabaja.

En contraparte Glenn y Weaver (1984) mencionan que la satisfacción con el trabajo esta mucho más relacionada con el bienestar global en los hombres que en las mujeres ya que los hombres obtienen mayor sentido a su vida a través de sus actividades laborales que a través de sus relaciones conyugales, aun siendo estas satisfactorias.

Las mujeres han reportado una declinación en la satisfacción marital durante los diez primeros años de matrimonio, las mujeres se ven mas afectadas en su satisfacción marital por las variables de edad y numero de hijos que los hombres (Pick y Andrade, 1988^a).

Los hombres obtienen mayor satisfacción de los roles sexuales, principalmente al ejercer el papel de proveedor y de recreación, y experimentan la menor satisfacción al realizar tareas concernientes al hogar. En tanto que las mujeres reportan mayor satisfacción de actividades de recreación, seguidas del cuidado de los hijos y actividades sexuales (Roque, 1994).

En el sexo masculino, Roque (op. cit.) reporta que a mayor número de años de casados, mayor la satisfacción marital. No así en el sexo femenino, siendo que a mayor duración de matrimonio, se reportaba menor satisfacción en los roles.

En general, los hombres muestran niveles más altos de satisfacción marital, sin embargo, son los mismos factores los que determinan el grado de satisfacción marital en hombres y mujeres y estos varían de una etapa a otra

En cuanto a la diferencia de los sexos en relación con la escolaridad se ha encontrado que mientras que en los hombres existe una relación inversa entre el número de divorcios y el nivel académico, en las mujeres se ha encontrado un patrón lineal en donde la mujer con alto nivel académico tiende más a divorciarse, probablemente estos resultados están relacionados con el ejercicio del poder en la pareja y con el dinero que cada uno gana.

En resumen, se vio que la satisfacción marital es un concepto multidimensional que incluye conceptos tanto a nivel individual como a nivel diádico.

Es difícil conceptualizar y medir la satisfacción marital pero Preciado y Lemor (1990) plantearon dos enfoques:

a) Puede verse tanto en términos de evaluación global y subjetiva como evaluación de la pareja o de la díada marital mediante pruebas estandarizadas que evalúen la satisfacción marital.

b) Puede percibirse como asociada con aspectos específicos de la vida marital, como la comunicación en la pareja, la etapa del ciclo vital, el número de hijos, el ejercicio de los roles, nivel socio económico, ocupación de cada uno, la edad de los cónyuges, la escolaridad, y la diferencia entre los sexos, siendo que estos factores han sido determinados como relacionados con la satisfacción marital.

2.3 La pareja funcional es salutogénica

Partiendo de la premisa que la salud no solo es considerada como la ausencia de enfermedad sino también como el estado completo de bienestar físico psicológico y social (OMS, 1946 en Salleras, 1985), se considera que la salud va más allá de solo factores médicos o biológicos, sino que también intervienen factores psicológicos y/o sociales en el proceso salud/enfermedad, denominando así a este conjunto de factores como biopsicosociales.

Es así como la salud y el sentido de bienestar del ser humano esta fuertemente relacionada con su historia personal como con el estilo de vida, calidad de vida, riesgos ambientales, alimentos que consume, igualmente con la calidad de las relaciones interpersonales y contactos sociales en que participa el individuo, así mismo las buenas o malas relaciones con el cónyuge tienen un impacto sobre la salud personal.

Las tensiones de la vida son múltiples y son para la salud amenazas tan graves como las bacterias o los virus. Conducir diariamente entre el tránsito intenso, tener un empleo frustrante, ver enfermo a alguien cercano, reñir con nuestra pareja, son peligros para la salud, todas ellas provocan estrés, afectando directamente al sistema hormonal, al sistema autónomo y al sistema inmunológico (Medina y Caraveo, 1997), - tema que se abordará más adelante-; inclusive pensar en sucesos estresantes futuros puede precipitar respuestas fisiológicas que estén presentes durante el suceso real.

Muestra de cómo los estilos y las tensiones de la vida esta vinculado con la salud son los estudios que han realizado Dubos y Pines en 1983 en donde expusieron a ratas preñadas a condiciones de exceso de población y a oleadas de ruido, ambos grupos de ratas tuvieron crías nerviosas, más lentas que otras. También encontraron que acariciando y manipulando a ratas recién nacidas tan solo diez minutos al día se les ayuda a crecer mejor.

Se sabe que los naufragos sufren desordenes mentales y físicos después de un largo periodo de aislamiento, la misma clase de privación explica por que se ha considerado siempre a la prisión solitaria o al aislamiento como una forma severa de castigo para los presos. Así mismo se ha encontrado que las personas que viven solas son más susceptibles de padecer diversas enfermedades que las casadas. El INEGI en sus estadísticas hechas en el 2002 sobre intentos de suicidio por estado civil muestra que las personas solteras tienen un mayor índice de intento de suicidio que las casadas. Esto no necesariamente es porque vivan solas, mas teniendo en cuenta que los jóvenes en México viven hasta casi entrados los treinta años con sus padres.

Maturana (2000, en Eguiluz, 2000) dice que “Los seres humanos somos seres amorosos y nos enfermamos a cualquier edad, cuando desaparece el amor en nuestro vivir” (p. 3). La naturaleza social del ser humano hace que su bienestar psicológico y su salud física se encuentren fuertemente interconectados con la calidad de sus relaciones interpersonales y sus contactos sociales significativos en general.

Es por este gran vínculo entre los factores biopsicosociales que el apoyo social toma gran importancia en la salud del individuo. Los vínculos interpersonales son un factor que ayudará a promover la salud y a disminuir la susceptibilidad a la enfermedad, ya que estas relaciones interpersonales moderarán de manera directa los efectos del estrés, influirán de manera indirecta sobre diversas variables como los eventos vitales dañinos o amenazantes, disminuyendo sus impactos negativos.

El tratar el tema de relación de pareja, nos lleva al terreno de las interacciones humanas, puesto que el tipo de relación que establezcamos con nuestra pareja se reflejará en áreas como la salud, el trabajo y las relaciones positivas o negativas que mantengamos con los otros.

Al hablar de vínculos interpersonales y el apoyo social nos estaremos refiriendo a los tres siguientes tipos de relaciones significativas de las cuales se hará énfasis en la primera debido a que es el tema de la presente investigación:

- 1.- Relación establecida con la pareja.
- 2.- Relación establecida con familiares cercanos.
- 3.- Relación establecida con los amigos.

A pesar de que las relaciones familiares y con las amistades tienen un importante papel en el proceso salud/enfermedad y en el bienestar del individuo, cabe destacar el papel de la pareja como uno de los más notables, pues además de ser una fuente de apoyo social con gran relevancia, es promotora del bienestar físico y psicológico. Sustentando esta idea Mercedes Gómez (2005) nos menciona que la relación con el sexo opuesto expresada principalmente en el matrimonio, es una de las columnas más fuertes para el crecimiento y sano desarrollo estructural del individuo.

El tipo de relación que mantengamos con nuestra pareja, se verá reflejada en áreas como la salud, el comportamiento de los hijos, en las interacciones con los otros, en la satisfacción marital, etc.

Los efectos benéficos de las relaciones de pareja positivas sobre la salud, radican en que dichas relaciones favorecen la autoestima, son capaces de crear sentimientos de valía personal, creencias en cuanto al grado en que uno es amado y aceptado por los otros, es capaz de generar sentimientos de aceptación, ayudan a afrontar las situaciones difíciles por las que atraviese alguno de los miembros de la pareja, crea sentimientos de eficacia y la satisfacción en las relaciones sociales y personales, por lo general cuando la pareja tiene una buena relación uno cuida del otro a nivel físico, para que no coma lo que le hace daño, recordándole tomar la medicina, acompañándolo al médico, motivándolo a hacer ejercicio, en general, la relación de pareja es benéfica por la creación de vivencias y experiencias psicológicas positivas, todo lo cual repercute en los procesos psicofisiológicos del

organismo. Cultivar una pareja funcional, es propiciarse de una fuente de apoyo social y de bienestar psicológico.

Cuando las personas viven dentro de una relación de pareja satisfactoria se enferman menos, tanto de enfermedades comunes tales como gripe e influenza, así como de padecimientos más graves que requieran de una intervención hospitalaria y la recuperación postoperatoria es mejor y más rápida (Eguiluz, 2000). Las buenas relaciones de pareja mantenidas a lo largo del tiempo favorecen no solamente la buena salud personal sino también promueven una vida más larga y placentera.

Por el contrario, cuando la relación de pareja es disfuncional, y hay constantes conflictos entre ellos, pueden aparecer alteraciones físicas, emocionales o sociales. Los efectos de una mala relación se notan no solo en la salud física sino en el estado emocional y los síntomas son principalmente depresión y ansiedad, así como baja autoestima aunque también pueden presentarse dolores crónicos, cansancio, síndrome del colon irritable, funcionamiento físico reducido, fibromialgia, problemas gastrointestinales, sentimientos de culpa y vergüenza, estrés crónico que favorece la aparición de diferentes enfermedades y puede empeorar las ya existentes.

Al respecto Eguiluz (op.cit.) menciona que las dificultades y disgustos maritales están conectados con deficiencias inmunológicas, problemas cardiovasculares y otros padecimientos.

De este modo, cuando nuestra relación con la pareja va mal, no solo trasciende en nuestra salud, también se pueden ver afectadas las relaciones con los compañeros de trabajo, con la familia extensa y los hijos pueden manifestar dificultades en la escuela, lo que significa que la relación establecida con la pareja es sumamente significativa porque tiene consecuencias no sólo para el individuo, sino también en la forma en la que nos relacionamos con otros sistemas sociales.

Actualmente es muy común ver que ambos miembros de la pareja trabajen y pasen la mayor parte del tiempo fuera de casa, lo cual hace que la comunicación disminuya, la pareja debe ajustarse a los cambios que esto ocasiona evitando así tensiones y estrés en la

pareja lo cual traerá consecuencias como las antes señaladas y alteraciones en el organismo que se verán a continuación.

2.3.1 Fundamentos biológicos

Autores como Medina y Caraveo (1997) dan explicación de cómo reacciona nuestro organismo ante las tensiones. La respuesta a la tensión comienza en el centro del cerebro, en el hipotálamo, el cual es un conjunto de células nerviosas no mayor que la yema de un dedo. El hipotálamo reacciona a la tensión enviando órdenes al sistema nervioso autónomo, el cual regula las actividades involuntarias de los órganos. A la orden el sistema nervioso autónomo, muchos músculos se tensan y hacen que la respiración se vuelva más profunda y más rápida, que se apresure el ritmo cardiaco y se constipan los vasos sanguíneos, con lo cual se eleva la presión sanguínea y se cierran casi por completo los vasos situados debajo de la piel. A veces los músculos faciales se contraen y los de las fosas nasales y la garganta abren completamente estos conductos respiratorios, pero otros músculos suspenden sus funciones, el estomago y los intestinos detienen temporalmente el proceso de la digestión y se aflojan los músculos que controlan la vejiga y otros órganos.

En otras áreas, el sistema nervioso autónomo induce cambios más sutiles, aumenta la transpiración, disminuye la secreción de saliva y moco, los sentidos agudizan su percepción, en el caso de los ojos, las pupilas se dilatan involuntariamente.

El gran vínculo social que tiene el ser humano con sus semejantes ocasiona que tenga un mayor número de encuentros amenazantes que generan tensión, es por ello que Phares (2001) afirma que nuestra conducta, hábitos, estilos de vida y las personas con las que nos relacionamos pueden favorecer o afectar nuestra salud, es decir, que pueden generar o hacer que disminuya dicha tensión que se esta creando en nuestro organismo.

Si tenemos un ambiente sereno, lleno de tranquilidad y comodidad mental, las situaciones estresantes podrán seguir allí, pero no sus efectos secundarios.

Por el contrario, si en el hogar se vive tensión aunada a las situaciones externas y estresantes a la pareja, pronto podrían estar enfermos de úlceras o víctimas de afecciones cardiacas como lo menciona.

El contar con un apoyo social como el de la pareja nos ayuda a que nuestro organismo al estar relajado durante una situación estresante genere hormonas como las catecolaminas, neurotransmisores del cerebro que ayudan a regular la presión sanguínea, la frecuencia cardiaca y conservar los niveles de glucosa en sangre, ya que niveles crónicamente altos de catecolaminas pueden dañar al sistema cardiovascular (Phares, op. cit.).

De acuerdo con Medina y Caraveo (op.cit.) al paso de los años y con el envejecimiento, las paredes de venas y arterias se endurecen, el tejido de los conductos se vuelven mas fibrosos y no permiten la correcta circulación de la sangre por nuestro cuerpo, esto se agrava con el estrés.

También el estrés afecta al sistema inmunológico de modo que este no pueda destruir de manera efectiva los virus, bacterias, tumores y células irregulares.

El estrés parece constituir una influencia importante, aunque no única, sobre la salud y la enfermedad. He aquí la importancia de establecer vínculos interpersonales positivos, principalmente el de la pareja pues este puede ayudar al compañero a relajarse y así conseguir que disminuya el nivel de estrés, además de saberse querido, apoyado, con la disposición de la pareja en situaciones en las que se le requiere.

La frustración, estrés o tensión prolongada puede afectar la salud y ocasionar desde úlceras hasta la muerte (Dubos y Pines, 1983), las úlceras se desarrollan solo después de una tensión emocional intermitente, es por ello que el vivir en una situación de estrés constante o el vivir una relación de pareja conflictiva nos ocasiona problemas en nuestra salud como los que ya se han mencionado anteriormente, o bien, el contar con el apoyo del cónyuge favorecerá la disminución de las tensiones. Sin embargo, nuestra constitución física y psicológica tiene mucho que ver con la forma en que percibimos la tensión y reaccionamos a ella; cada ser humano responde a su manera a esta amenaza, por ejemplo mientras una

persona al discutir con su pareja le puede provocar hasta una ataque cardiaco, quizá a otra solo la deje resentida.

Ahora bien, la interrogante es por que los mismos acontecimientos desencadenan reacciones muy diferentes en distintos individuos o por que otros se enferman mientras otros se mantienen sanos bajo el mismo grado de tensión, respuesta de ello es la resiliencia que se analizará a continuación.

2.4 Resiliencia

Si bien algunas personas expuestas a situaciones criticas y adversas sufren enfermedades, algunas otras por el contrario superan la situación y logran fortalecerse de ella. Todas las parejas atraviesan por situaciones estresantes, el cuestionamientos aquí es ¿Qué les hace salir exitosos de estas situaciones? ¿Qué es lo que les hace seguir adelante a algunas parejas y a otras llevarlas a la separación si atraviesan por escenarios semejantes? De estas interrogantes es como nace el concepto de resiliencia, del cuestionamiento de por qué algunas personas resisten mejor que otras los cambios de la vida, la adversidad y la enfermedad.

Resiliencia se refiere a “los recursos, a la capacidad de soportar las crisis y adversidades, a recobrase y crecer, tanto a nivel individual, como de pareja o familiar, tanto el crecimiento del individuo, como el de la pareja, como el de la familia pueden alcanzarse a través de la colaboración ante la adversidad. Mientras que una crisis o un estado persistente de estrés pueden derrumbar a algunas personas, otras emergen de ellos fortalecidas y con mayores recursos; para sobrevivir y recuperarse, gracias a lo que podríamos llamar fortaleza interior o tal vez, más apropiadamente, entereza” (Basile, 2007, p. 30).

Otra forma de definir a la resiliencia la encontramos con el Dr. Calixto Díaz Figueroa el cual define a la resiliencia como “la capacidad que tiene el ser humano de superar situaciones adversas, enfrentándolas y saliendo fortalecido de ellas, llegando de esta manera a dar cumplimiento a sus expectativas de vida” (2008, p.1).

La resiliencia parte del concepto de que vivir en un ambiente psicológicamente insano es una condición de alto riesgo para la salud física y mental, de modo que trata de promover procesos que ayuden al individuo a superar la adversidad y el riesgo, promoviendo el potencial humano, tratando de focalizar las fortalezas que anteceden al estrés en medio de una crisis o ante una adversidad por venir en lugar de desatacar solo el daño sufrido. Muchas de las capacidades para afrontar situaciones amenazantes son capacidades potenciales, que no se ponen en práctica hasta que se enfrenta con la situación.

La persona resiliente a pesar de encontrarse con factores de riesgo, superará la situación y puede que hasta salga fortalecido de ella, la resiliencia actúa como reforzadora de la resistencia al estrés haciendo menor la susceptibilidad al mismo y disminuye la potencialidad de verse afectado por eventos negativos y algunos daños, también hace posible que se desarrolle la capacidad de enfrentar los estresores amortiguando su impacto y facilitando la recuperación.

De acuerdo con Basile (2007, p. 16) la resiliencia tiene tres componentes:

1. Resistencia frente a la destrucción, es decir, la capacidad de proteger la propia integridad frente a las presiones deformantes.
2. La capacidad para construir conductas, habilidades y competencias vitales positivas, pese a las dificultades y las circunstancias adversas, la adaptación positiva o superación a la adversidad. La adaptación positiva debe ser calificada de positiva cuando el individuo ha alcanzado expectativas sociales relacionadas con su etapa del desarrollo, o cuando no ha habido signos de desajuste, si la adaptación positiva ocurre a pesar de la exposición a la adversidad, se considera una adaptación resiliente.
3. Acceder a una vida significativa y productiva, tener una mejor calidad de vida. El proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales que influyen sobre el desarrollo humano. La noción de proceso permite entender la adaptación resiliente en función de la interacción dinámica entre múltiples factores de riesgo y factores resilientes, los cuales pueden ser familiares, fisiológicos, cognitivos, afectivos, biográficos, socioeconómicos, sociales y/o culturales.

También existen factores individuales y sociales, fuerzas internas y externas que ayudan a promover la resiliencia, actuando como factores protectores que favorecen las respuestas adecuadas a las situaciones de riesgo, dichos factores tienen una asociación positiva con la posibilidad de ser resilientes, nos permiten salir enriquecidos y fortalecidos de las situaciones adversas, funcionan como amortiguadores del estrés. Dentro de los factores que actúan a favor de la protección cabe destacar al apoyo social como el de las amistades, la pareja y la familia, los cuales se retoman a continuación al igual que los factores protectores individuales.

Características individuales de la persona resiliente:

- Habilidades comunicativas y de resolución de problemas
- Sentido del humor
- Autoestima elevada
- Creatividad
- Autonomía
- Confianza en sí mismo
- Capacidad de elegir, de resignificar las experiencias de buscar apoyo social.
- Control de las emociones e impulsos
- Comprensión y análisis de las situaciones
- Capacidad de atención y concentración
- Tolerancia a la frustración.

Factores protectores sociales y familiares:

- Vinculo con una persona significativa emocionalmente estable
- Relaciones afectivas positivas que puedan apoyar en momentos de estrés, tensión o crisis
- Responsabilidades sociales y exigencias acordes a la edad cronológica y madurez de los sujetos
- Reconocimiento y atención a los éxitos y habilidades
- Estructura y reglas claras con la familia

- Apoyo entre los cónyuges
- Estrategias familiares de afrontamiento eficaces
- Practicas de cuidado
- Expectativas positivas sobre la pareja
- Responsabilidades compartidas
- Participación de la persona en actividades extramaritales o extrafamiliares

Los factores protectores traerán como resultado la disminución de los efectos de las circunstancias adversas y eventos estresantes, por ello es importante además de desarrollar factores internos, afianzar los apoyos externos de promoción de la resiliencia.

Los factores protectores no por sí mismos son protectores, sino solo aquellos que tienen la característica de disminuir el impacto negativo de una amenaza o dificultad, contar con solo alguno de los factores protectores no nos hará más resilientes, sino el hecho de contar con varios de ellos, que puedan trabajar conjuntamente y ponerlos en práctica a modo de contrarrestar la situaciones negativas, por poner un ejemplo, la autoestima que si bien constituye un rasgo de resiliencia, no promueve por sí sola un comportamiento resiliente a menos que estén involucrados además otros factores, el poder resolver problemas, ser creativo, controlar las emociones, el contar con apoyo, una relación estable, etc., implica tener un grado de inteligencia necesaria para resolver situaciones estresantes lo cual indica que la persona resiliente tiene una inteligencia mayor o igual al promedio.

Una misma situación o variable puede actuar bajo distintas circunstancias, tanto en calidad de factor de riesgo como de protector. Es por ello que las características de dichos factores se verán a continuación.

El concepto de factor protector alude a las influencias que modifican, mejoran o alteran la respuesta de una persona a algún peligro que predispone a un resultado no adaptativo (Rutter, 1985).

Un factor protector puede no constituir un suceso agradable, en ciertas circunstancias, por lo tanto, los eventos displacenteros y potencialmente peligrosos pueden fortalecer a los individuos frente a eventos similares. Por supuesto, en otras circunstancias puede darse el

efecto contrario; es decir que, los eventos estresantes actúen como factores de riesgo, sensibilizando frente a futuras experiencias de estrés.

Un factor protector puede no constituir una experiencia en absoluto, sino una cualidad o característica individual de la persona.

Los factores de riesgo llevan directamente hacia un desorden leve o severo mientras que los protectores operan indirectamente y tiene efectos solo en virtud de sus interacciones con la variable de riesgo (Florentino, 2008).

Puede darse la situación de que el ambiente familiar sea favorable a pesar de encontrarse inserto en un ambiente de alto riesgo y cuando esto sucede, la familia actúa como factor protector.

Por ello la importancia de fortalecer los factores protectores como la familia cohesionada, la valoración al logro académico, la valoración positiva de la salud, la práctica religiosa, practicar deportes, asistir a un club o grupo con intereses compartidos, participar en actividades escolares y extraescolares, es decir fomentar estilos de vida que consideren la relevancia del ambiente familiar y social. Cuando los factores de riesgo superan a los protectores pueden presentarse situaciones tales como divorcios, separaciones, parejas disfuncionales, falta de responsabilidad para asumir sus roles.

La capacidad de adaptarse al riesgo no está en evitarlos, sino más bien exponerse al mismo en forma controlada, habrá que nutrirse de las experiencias y de esta forma poder ir aumentando su resistencia.

2.4.1 La pareja resiliente

Las situaciones de crisis y el estrés permanente afectan indudablemente a las parejas, creando riesgos no sólo de disfunciones individuales, sino de conflictos y quiebre con la pareja, por lo tanto, según cómo enfrente una pareja los desafíos que se le plantean, los mismos factores de estrés pueden dar origen a distintas consecuencias.

Ninguna pareja está libre de problemas, las adversidades y desgracias están presentes en todas las parejas afectándolas de distinto modo, lo que distingue a las parejas resilientes no es la ausencia de problemas, sino más bien su capacidad de superarlos y resolverlos.

No todas las parejas tienen las mismas respuestas ante una situación de crisis, hay quienes poseen mayores recursos o factores protectores para afrontar adversidades, así como otros tienen mayores factores de riesgo que pueden incrementar las adversidades, además de ello, dichas respuestas se pueden atribuir a las diferencias individuales que muestran tener las personas entre sí, al estar enfrentadas a situaciones de riesgo. De este modo las experiencias que provoca una misma situación, pueden ser percibidas de forma muy diferente para una persona o pareja.

Uno de los más reconocidos teóricos de la resiliencia familiar es Froma Walsh (2004) quien nos marca los procesos fundamentales de resiliencia familiar, de los cuales la pareja también puede estar incluida, estos procesos pueden organizarse y expresarse de diferente modo y en distinto grado, según se amolden a diversas formas, valores, recursos y desafíos de la pareja.

a) Sistemas de creencias

- Dotar de sentido a la adversidad
- Perspectiva positiva
- Trascendencia y espiritualidad

b) Patrones de organización

- Flexibilidad
- Conexiones
- Recursos sociales y económicos

c) Resolución de problemas de comunicación

- Claridad
- Expresión emocional franca

- Resolución colaborativa de problemas

Las creencias compartidas conforman y refuerzan los patrones de interacción que determinan como aborda una pareja una situación nueva y cómo reacciona ante ella. Un acontecimiento crítico puede hacer que haya un cambio fundamental en el sistema de creencias de la pareja, con repercusiones en su reorganización inmediata y en su adaptación de largo plazo.

Los procesos fundamentales de resiliencia aminoran los efectos del estrés en la pareja y en sus relaciones, pueden afectar en el curso que tengan muchas situaciones de crisis.

Todas las parejas tienen posibilidades de ser resilientes, dichas posibilidades pueden elevarse al máximo alentando sus mejores esfuerzos y fortaleciendo ciertos procesos fundamentales. La colaboración de la díada para encontrar solución a sus problemas comunes se vuelve indispensable.

Las parejas resilientes moderan el estrés haciendo más fácil afrontar penurias prolongadas y dejar atrás a las situaciones de crisis, así mismo, la resiliencia deja de ver a la pareja como entidad dañada y la empieza a ver como una unidad capaz de reafirmar sus posibilidades de reparación.

La pareja en los ajustes que tenga que hacer durante la reparación de la crisis o el daño, mostrará superación y adaptación que tienen lugar en la pareja como unidad funcional, el modo como la pareja enfrente y maneje la experiencia crítica, amortigüe el estrés, se reorganice con eficacia y siga adelante con su vida, influirá en la adaptación inmediata y mediata de sus integrantes, así como en la supervivencia y bienestar de la pareja (Basile, 2007).

La resiliencia en la pareja hace posible que la díada sobreviva y se regenere pese a soportar un estrés abrumador, hace que el sistema marital crezca y se recobre a partir de la crisis y los desafíos.

El doctor Héctor Basile (op.cit.) menciona que si hay un conjunto de dos o más factores presentes de estrés, la adaptación se complica, ya que los miembros de la familia deberán hacer frente a exigencias en discordia y sus emociones bien pueden dar lugar a conflictos.

Una comunicación positiva, flexible, en un grupo familiar que confía en sus propios recursos, con una pareja conyugal fuerte y satisfecha con el matrimonio y la vida familiar, potencian los acuerdos familiares, que sirven de amortiguadores ante los sucesos estresantes de la vida.

Muchas de las respuestas que se tienen al atravesar por una situación estresante se debe al legado de experiencias previas del sistema multigeneracional.

Cuando la pareja se fortalece uno al otro, y logran salir exitosamente de los acontecimientos críticos, la pareja desarrolla nuevas áreas de competencia y resiliencia mediante la influencia indirecta que aminoran los efectos directos del suceso estresante y restauran el bienestar. Si los esfuerzos de superación de la pareja son ineficaces, las tensiones se complican y aumenta el riesgo de complicaciones.

2.4.2 Los fundamentos biológicos de la resiliencia

Boris Cyrulnik (2001), etólogo, psicoanalista y neuropsiquiatra francés plantea los fundamentos neurológicos de la resiliencia postulando que los genes codifican el desarrollo del sistema nervioso central que equipa a todos los miembros de una especie, mediante captadores sensoriales el sistema nervioso busca en su medio físico y ecológico los objetos a los que su equipo y su desarrollo le hayan hecho más sensible. Las presiones del medio influirán de manera directa en el sistema nervioso, al enfrentarnos a situaciones adversas y/o de tensión los músculos se tensan, la respiración se vuelve más profunda y rápida, el ritmo cardíaco se apresura y la presión sanguínea se eleva, el estomago e intestinos detienen sus funciones, etc., lo cual explica como puede influir una situación emocional en un proceso neurológico.

Cuando estamos frente a la situación amenazadora y nuestro organismo comienza a tener reacciones biológicas, entrará en acción la resiliencia en donde se tratará de reparar el daño o compensaciones posibles tras una lesión, fundamento neurológico de la resiliencia y punto de partida de un proceso en que lo innato se difumina rápidamente para dar paso a otros determinantes, afectivos, psicológicos y socioculturales, que intervendrán muy pronto en el curso del desarrollo.

Para dejar más clara esta idea, Cyrulnik pone como ejemplo el llamado “Síndrome de Down”, donde la sobre expresión de los genes del cromosoma 21 triplicado provoca anomalías morfológicas y psicológicas. A pesar de esto, se pueden observar importantes variaciones de los rendimientos intelectuales según las respuestas afectivas que el niño o la niña encuentran en su entorno familiar y social. La resiliencia caracterizada por la capacidad de sobreponerse a situaciones hostiles, se presenta a niveles celulares y algunas situaciones favorecedoras permiten mejorar los entonos de las células.

La resiliencia se produce en función de procesos sociales y psicológicos, no se nace siendo resiliente, depende de ciertas cualidades del proceso interactivo del sujeto con otros seres humanos (Melillo y col. 2004).

Dos personas que se suben a la montaña rusa pueden ver la experiencia de maneras enteramente diferentes: una puede estar aterrada en tanto que su compañero esta disfrutando la experiencia sumamente excitado. Sin embargo, ambas experimentan cambios físicos semejantes conforme su corazón se acelera y late con fuerza y su presión sanguínea se eleva. Mientras que uno se regocija con una experiencia a su compañero la misma experiencia le causo vértigos y nauseas.

Estas características son el resultado de la relación que tiene el individuo y sus semejantes, sus condiciones de vida y por último su ambiente vital, por lo cual podemos decir que la resiliencia contribuye a la calidad de vida, además de ser un eficaz amortiguador del estrés.

En síntesis, la resiliencia es parte fundamental de las parejas funcionales, ninguna pareja está exenta de problemas, la diferencia entre las parejas funcionales y las disfuncionales radica en como logran superar y resolver dichos problemas. De este modo pretendo con

esta investigación indagar un poco más acerca de las parejas funcionales y que muy probablemente también son resilientes y de esta manera poder identificar cuales son los factores que hacen que las parejas se mantengan unidas satisfactoriamente; cuestionamiento que abordaré en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO 3. INVESTIGACIÓN SOBRE PAREJAS FUNCIONALES

3.1 Planteamiento del problema

A lo largo de la historia en todas las culturas de México y el mundo, los seres humanos se han unido en parejas, incluso en algunas culturas lo habitual es que un hombre tenga varias compañeras, o bien que se le imponga al compañero con el que se va a unir. Sin embargo, en nuestro país lo más habitual es que se elija a una única pareja para toda la vida, a pesar de que en la actualidad los índices de divorcios son muy altos -como se verá más adelante-.

La relación de pareja se ha ido transformando con el paso de los años, la manera en que se conforma y constituye la pareja y la forma de relacionarse en el pasado. Estos son aspectos que hoy en día nos pueden parecer inverosímiles, pero que han sido cambiados tanto en el hombre como en la mujer. Al paso del tiempo, la concepción del por qué formar una pareja no se ha quedado únicamente en cumplir con una función biológica social, sino que ha buscado establecer una relación en la que se encuentre como elemento principal el amor para tener además una relación sentimental.

Para Minuchin y Fishman (1993), el matrimonio surge en el momento en que se da la unión de dos adultos que tienen como propósito formar una familia; de este modo se realiza un convenio duradero con miras a configurar una historia común de vida, asunto que es completamente distinto a la satisfacción momentánea de una necesidad o a un encuentro fugaz. La relación de pareja definida por Eguiluz (2000, p. 2) es un “tipo de interacción que se establece entre un hombre y una mujer que han decidido vivir juntos con la intención de formar una familia y trascender a través de los hijos”.

Al formarse una pareja, cada individuo trae consigo diversos componentes ideológicos, antecedentes familiares y características personales que conforman sus valores, su visión del mundo, sus expectativas y sus comportamientos. Los nuevos compañeros al traer consigo valores y expectativas individuales, será de gran importancia que ambos conjuntos de valores se concilien con el paso del tiempo, de tal forma que cada cónyuge deberá

reassignar una parte de sus ideas o preferencias con el fin de ganar pertenencia en este nuevo sistema.

En este sentido, se pretende que la pareja llegue a ser funcional, no solo como pareja sino también como familia; entendiendo por funcionalidad lo señalado por Bradshaw (2000) aquello que se desempeña correctamente para lo que fue creado, el autor pone como ejemplo un automóvil que tiene el cofre oxidado pero su motor trabaja bien y se puede conducir sin problemas, es un auto funcional. Cuando una pareja se relaciona de manera disfuncional, transmiten la disfunción de su pareja al resto del sistema familiar y generalmente se caracterizarán por la incapacidad de hacer frente al estrés, a las tensiones del matrimonio y en la incapacidad para resolver los problemas de la vida cotidiana.

Una de las características de los individuos funcionales radica en que casi siempre se relacionan con personas que en mayor o menor grado también son funcionales, en el caso de los disfuncionales pasa lo mismo pero a la inversa. Un hecho observable según Bradshaw (op. cit.) en las familias disfuncionales es que forman parte de un proceso multigeneracional; los individuos disfuncionales que se casan con otro individuo disfuncional provienen de familias disfuncionales y el círculo se va ampliando. Las familias de este tipo crean individuos disfuncionales que se casan con individuos de este mismo molde que a su vez crean nuevas familias disfuncionales y se vuelve un ciclo, esto es a lo que se le llama proceso multigeneracional lo cual también ocurre con personas funcionales que se relacionan con otras funcionales y así sucesivamente. El autor también afirma que las personas que han vivido una infancia feliz por lo general tendrán más probabilidades de tener un matrimonio satisfactorio; por el contrario, existe relación directamente proporcional entre insatisfacción en el matrimonio y una historia personal conflictiva con los propios padres.

Con lo anteriormente mencionado, para que una pareja llegue a ser funcional y no disfuncional, Abbate (1993) señala que la relación de pareja debe ser vivificada por el amor conyugal que tiende, en condiciones favorables, al desarrollo continuo de la relación que va incrementando con las vivencias y luchas diarias. A medida que aparecen nuevas demandas de alguno de los miembros de la pareja, estos son capaces de descubrir nuevas

fuentes de conflicto y de solución en su relación por lo que la relación de pareja estará sujeta a cambios a lo largo del tiempo, basados en las experiencias de vida personal que los hará crecer en la relación conyugal. El vínculo amoroso que se forma entre estas dos personas se fortalece a través de los años mediante las experiencias compartidas que pueden ser momentos amorosos y satisfactorios o momentos difíciles y de crisis pero que han logrado solucionar (Díaz Loving y Sánchez, 2002), ya que como en cualquier relación humana existirán fricciones como parte la interacción humana pero dependerá como resuelvan estas fricciones los miembros de esta relación lo que los convertirá en parejas resilientes.

Froma Walsh expresa que el modo como la familia enfrenta y maneja la experiencia disociadora, amortigüe el estrés, se reorganice con eficacia y siga adelante con su vida influirá en la adaptación inmediata y mediata de todos sus integrantes así como en la supervivencia y bienestar de la unidad familiar misma y menciona: “ninguna familia esta libre de problemas. Las adversidades y desgracias nos golpean a todos de distinto modo y en diversos momentos del ciclo vital de cada familia. Lo que distingue a las familias sanas no es la ausencia de problemas si no más bien su capacidad de superarlos y resolverlos...lo que importa para un funcionamiento saludable y el desarrollo de la resiliencia, no es la forma que adopta la familia sino los procesos que se dan en se seno” (2004, p41-42).

Ahora bien, el matrimonio pasa por diferentes estadios también denominados ciclos vitales (de los cuales se habló en el primer capítulo), estas fases le van exigiendo transformaciones a la pareja y ponen a prueba su flexibilidad. Roque (1994) menciona que a pesar de los acontecimientos normales por los que pudiera atravesar la pareja en el ciclo vital hay otros imprevisibles, inesperados e incluso traumáticos como pueden ser accidentes, enfermedades, crisis económicas, acontecimientos exteriores, etc. Cualquiera que sea la importancia de los acontecimientos exteriores o los problemas por los que atraviere la pareja, lo que importa y lo que marcará a la díada es la forma en la que enfrentan y resuelven sus adversidades ya que el sistema marital al ser dinámico se mantendrá en constante reorganización en las interrelaciones entre los miembros de la pareja. El matrimonio no es solamente una relación rígida entre dos individuos rígidos, es una relación fluida entre dos personas y dos sistemas individuales de conductas, por lo que se

vuelve necesario para analizar a una pareja examinar el proceso y las interacciones que se dan en la relación.

Algunos matrimonios enfrentan dificultades desde el comienzo, por lo cual Haley (1973) nos señala que para lograr una mejor convivencia la pareja casada que empieza a convivir, debe elaborar una cantidad de acuerdos, necesarios para cualquier par de personas que viven en íntima asociación. La pareja debe pactar sobre nuevas maneras de manejar sus relaciones con sus familias de origen, sus respectivos amigos, los aspectos prácticos de la vida en común y las diferencias sutiles y gruesas que existen entre ellos como individuos. Así mismo, el autor menciona que lo común es que al principio del matrimonio se traten de evitar las discusiones para no herir susceptibilidades, pero con el paso del tiempo indudablemente las áreas de conflicto se presentan y los miembros de la pareja empiezan a verse al borde de una pelea; aquellos temas que causan conflicto y no logran resolverse quedan latentes en el matrimonio, ocasionando así discusiones cuando se aborda el tema.

Refiriéndonos no solo al periodo temprano de la relación marital, es importante mencionar que este trabajo fue realizado con parejas que se encontraban en el ciclo vital con hijos adultos, y es que de acuerdo con Aburto (1999), en las familias funcionales en esta etapa del ciclo vital, en lugar de ser una etapa crítica, puede ser una etapa de crecimiento personal y de pareja, ya que esta etapa les ofrece a cada uno la oportunidad de observar que aspectos de su vida han dejado descuidados y ponerles atención y dedicarse a ellos. Es indudable que cuando los hijos empiezan a hacer su vida, la pareja tiene mayores espacios y tiempo para hacer cosas juntos y enfrentarse consigo mismo y con su pareja, lo cual es bien recibido en las parejas funcionales, por que esto les da la oportunidad de encontrarse nuevamente uno con otro y descubrir todo lo que pueden hacer juntos y empiezan a vivir la vida en otro nivel que es fuente de nuevas satisfacciones. Al respecto Lee (1988) señala que existe mayor satisfacción y ajuste en los periodos tardíos de la relación de pareja. Una posible respuesta a estos hallazgos es que acontecimientos como la jubilación y la salida de los hijos adultos de las familias permiten que las parejas inviertan más tiempo y energía en sus relaciones conyugales y por ende, se encuentren más satisfechos maritalmente. Estos autores sostienen que la presencia de hijos en el matrimonio tiende a disminuir la

satisfacción marital debido a que en esta etapa decrece el tiempo y las actividades se multiplican.

López (1998) que es investigador y terapeuta mexicano ha trabajado con familias mexicanas definiendo las conductas que pueden presentar los integrantes de una familia cuando esta es funcional, durante la etapa en la que los hijos atraviesan de la adolescencia a la adultez, afirmando que ambos padres aceptan el proceso de independencia de los hijos e hijas como natural, no lo obstaculizan, lo facilitan y lo encauzan, comprendiendo la necesidad de los hijos de sentir la participación de sus padres en su desarrollo.

Por el contrario, cuando una pareja es disfuncional los problemas de la pareja muy probablemente provocaran que ambas partes de la díada se manejen inadecuadamente hacia los hijos. En ocasiones, como lo menciona López (op. cit.), los miembros de la pareja pueden encausar sus conflictos no resueltos hacia los hijos sin darse cuenta de que lo que realmente necesitan es resolver sus propios conflictos, reflejados en la relación con su pareja, es por ello que a muchas parejas disfuncionales les causa conflicto el que sus hijos se conviertan en adultos y salgan del dominio de la pareja por que esto traería consigo el que los hijos dejaran solos a la pareja con las situaciones y conflictos que no han enfrentado en el pasado y que por no estar resueltos, amenazan con estallarles y causarle un daño grave a la pareja.

El tipo de relación que establezcamos con nuestra pareja se reflejará indudablemente en áreas como la salud, el trabajo y las relaciones con los otros. Gómez (2005) nos menciona que la posibilidad de padecer enfermedades cardiovasculares aumenta en personas cuyas relaciones de pareja son disfuncionales. Eguiluz (1998) por su parte, afirma que cuando la relación de pareja se vuelve un área de preocupación, pueden surgir problemas con los compañeros de trabajo, con la familia extensa y los hijos pueden empezar a manifestar dificultades en la escuela. Efectos opuestos se han encontrado cuando las personas viven dentro de una relación de pareja satisfactoria, por ejemplo se enferman menos, tanto de enfermedades comunes tales como gripe e influenza, así como de padecimientos más graves que requieran de una intervención hospitalaria. Kaufman y Taniguchi (2006) encontraron en la investigación que realizaron que las mujeres que se sentían felices en su

relación marital tenían mejor salud comparadas con las que tenían conflictos graves con sus parejas.

Otro factor que es considerado importante en la relación conyugal según Dominian (1996) es el dinero, menciona que este factor es trascendental en la relación y satisfacción conyugal debido a que cobra tres significados: el valor para cubrir las necesidades básicas, que está simbólicamente relacionado con el amor y el tercer significado tiene que ver con el poder en la pareja.

Existe poca investigación que aborde el estudio de los matrimonios exitosos y en su mayoría dichos estudios son de tipo cuantitativo, son pocos los estudios que se encuentran reportados bajo la modalidad de tipo cualitativo. El estudio de los factores que afectan negativamente a la pareja es muy frecuente, sin embargo, investigaciones que se concentren en los aspectos positivos son escasas. Es más fácil encontrar información e investigación de divorcio o de por que no funcionan las parejas, sin embargo, en la literatura si encontramos diversas investigaciones que abordan el estudio del matrimonio, investigaciones que se han ido citando a través de este trabajo y algunos que se revisaran a continuación:

De los autores que han puesto atención en las parejas exitosas, encontramos el caso de Graham (2000), quien hizo una revisión teórica de los patrones que distinguen a los matrimonios resilientes y/o exitosos y encontró seis factores presentes en este tipo de matrimonios: 1. Flexibilidad, los matrimonios tenían la habilidad para reorganizar reglas y roles conforme la diada lo necesitaba. 2. Cercanía o intimidad. 3. Manejo de conflictos, los esposos discuten y buscan solución a los problemas antes de que se vuelvan incontrolables. 4. Comunicación abierta y saludable. 5. Expectativas realistas acerca de su relación y 6. Búsqueda de redes de apoyo.

Lauer, Lauer y Kerr (1990) se interesaron en evaluar parejas que llevaban más de 45 años de casadas, las variables que identificaron como importantes en la relación de pareja fueron: estar casados con alguien que les guste como persona, disfrutar el compartir tiempo con su pareja, que haya sentido del humor en su relación, tener consenso en metas y contar con el apoyo de amistades.

Eguiluz (2000) realizó una investigación cualitativa para conocer los significados culturales que adquiere la relación marital de larga duración en 20 parejas mexicanas, 10 de una zona urbana y 10 de una comunidad rural. Los resultados indicaron que a pesar de las diferencias económicas, sociales y culturales de los participantes de ambas zonas, no hicieron diferencias en cuanto a lo que les había sido de utilidad para conservar su matrimonio. Las parejas comentaron que la vida de pareja no era fácil y que había que luchar para conservar su matrimonio, resolvían sus conflictos con los recursos y habilidades con que contaban. En todos los casos las parejas se habían planteado la idea de que el matrimonio era para siempre y que tenían que resolver los problemas en la medida en que surgieran, porque su objetivo era llegar juntos a la meta. Además, a todos los participantes les había servido mucho tener una creencia religiosa (aunque algunos no la practicasen). Con respecto a las creencias religiosas, las investigaciones citadas en Roizblatt, (2006) muestran que las parejas que comparten una creencia tienen mejor ajuste matrimonial, mientras que la diferencia de credos puede tener efectos negativos en el matrimonio.

Ahora bien, es común ver a nuestro alrededor parejas en proceso de divorcio y basta un vistazo a nuestro entorno para ver que los divorcios van en aumento y los matrimonios a la baja, esta puede ser la razón por la cual los teóricos se han inclinado al estudio de este proceso y sus secuelas en los miembros de la pareja y los hijos.

Cuando una pareja es disfuncional se pueden observar tres vertientes, una es que traten de modificar la forma en la que interactúan en vías de mejora para llevar una vida marital satisffecha, la otra es que permanezcan juntos a través del tiempo y de los años aun sintiéndose insatisfechos maritalmente, y la tercera es que esa relación termine en separación o divorcio lo cual lo podemos ver reflejado en las estadísticas reportadas por el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI, 2005) en donde se puede observar que los divorcios han ido en aumento:

En 1970, de cada 100 matrimonios 3.2 se divorciaron.

En 1980, de cada 100 matrimonios 4.4 se divorciaron.

En 1990, de cada 100 matrimonios 7.2 se divorciaron.

En 2000, de cada 100 matrimonios 7.4 se divorciaron, esto traducido en números, se registraron 180 000 separaciones y 687 444 divorcios.

En 2004, de cada 100 matrimonios 11.3 se divorciaron. En este año se registraron 600 536 matrimonios y 67 575 divorcios. Los matrimonios disminuyeron en poco más de 16 mil y los divorcios presentan una tendencia en aumento, poco más de 3 mil en relación con el año 2003 y casi 7 mil con el año 2002. De las parejas que se divorciaron en 2004 casi la mitad (48.6%) tuvo un matrimonio con una duración de 10 años o más, seguidos de quienes estuvieron casados 5 años o menos (32.5%).

En 2005, de cada 100 matrimonios 11.8 se divorciaron, en este último año registrado las edades de quienes solicitan el divorcio, en mayor proporción están comprendidas de los 50 a 60 años, aunque la media de los hombres que se divorcian fue de 37.4 y de las mujeres de 34.7, siendo las mujeres las que más lo solicitan.

Algunas de las causas por las cuales se solicitó el divorcio fueron (INEGI, 2005): negativa a contribuir voluntariamente al sostenimiento del hogar, separación del hogar conyugal, sevicia, amenazas e injurias, y abandono del hogar sin causa justificada. Para Díaz Living y Sánchez (op. cit.) son diversas las causas por las que el amor se erosiona y se va modificando la cercanía afectiva y la satisfacción marital a través del ciclo vital, aseveran que con el paso del tiempo, la pareja se va separando, ya no realizan actividades en conjunto, como conversar o salir a comer, incluso el dormir se hace en camas separadas. Estos factores, de acuerdo con los autores, hacen que disminuya la satisfacción marital y muchas parejas se dan cuenta de forma tardía que dejaron de amarse, habiendo previamente dejado de convivir, de disfrutar juntos de la vida y pueden traer en consecuencia el divorcio, lo cual con esta investigación se trata de prever y dar elementos a las parejas que les ayuden a perdurar a través del tiempo, pero no solo perdurar, sino sentirse satisfechos con su relación marital, ya que las parejas con el tiempo toman uno de dos caminos: se transforman y evolucionan o se paralizan y separan.

Si los divorcios están en aumento y los matrimonios van a la baja a pesar de que se añadió el elemento sentimental para unir a la pareja, por lo que hay que preguntarse ¿Qué se necesita para construir una relación estable que permita y apoye el crecimiento individual y

de pareja? Comprender los motivos para permanecer juntos es muy significativo en la relación matrimonial, es como conocer los materiales correctos para construir un edificio sólido. Si bien cada familia es diferente hay ciertos ingredientes que comparten muchos matrimonios exitosos. El doctor Roizblatt (op. cit.) añade que el matrimonio en el S XXI se hace cada vez más difícil de consolidar, ya que hay muchos deberes y exigencias, algunos llevados a niveles exagerados.

Al respecto Eguiluz (2000) señala que para conservar y consolidar la relación de pareja, se requiere tener inicialmente una base firme, que es el sentimiento amoroso para ir poco a poco aprendiendo a convivir, corrigiendo lo inadecuado e incrementando lo positivo. Gottman y Silver (2000) nos dicen que la clave de matrimonio feliz es aprender a convivir con la persona con la que concordamos, la relación de pareja se construye a través de las diferencias, el aceptarlas y respetarlas es una buena forma de enfrentar las dificultades y los desacuerdos.

Por lo anterior, es importante cuestionarse qué es lo que hacen aquellas parejas que han perdurado juntas a través de los años para llevarse bien y mantener vivo el amor, con el fin de usar estos datos en beneficio de las futuras parejas. De este modo el objetivo de la presente investigación es identificar los factores que han logrado que se mantengan unidas las parejas satisfechas.

Los resultados que puedan derivarse de esta investigación pueden ser de utilidad en la construcción de herramientas para el apoyo de parejas, la información obtenida puede favorecer el desarrollo de nuevas relaciones de pareja más funcionales ante el alarmante índice de separaciones y divorcios que ocurren cada día, así mismo este estudio puede añadirse a la poca investigación documentada acerca de parejas funcionales bajo la modalidad cualitativa y en población latina. También podría instruir a los lectores interesados en el tema y ayudar a los colegas psicólogos y médicos en la detección de la causa del problema o enfermedad del paciente, puesto que las relaciones maritales tienen efectos diversos en la salud de los cónyuges.

3.2 Diseño

La presente investigación es de tipo descriptivo transeccional y se trata de un diseño ex post facto. Transeccional porque se recolectaron los datos en un solo momento, en un tiempo único, para describir variables y analizar su incidencia o interrelación en un momento dado y ex post facto porque no hubo manipulación de variables y los datos recabados se refieren al pasado, es decir, ya ocurrieron (Hernández, et al., 2006).

La estrategia utilizada para la recolección de datos fue el estudio de casos múltiples, puesto que se utilizaron varios casos únicos a la vez para estudiar la realidad que se deseó describir, en este caso, los elementos de la interacción de las parejas que los mantienen unidos y con satisfacción conyugal.

Además, se empleó la técnica de Entrevista a profundidad semiestructurada, para ello se realizó una lista de temas para trabajar durante la entrevista.

La metodología utilizada durante el proceso de investigación fue la cualitativa, pues al igual que en el enfoque cuantitativo, la recolección de datos resulta fundamental, con la diferencia que su propósito no es medir variables para llevar a cabo inferencias y análisis estadístico. Lo que busca es obtener información de sujetos, comunidades, situaciones en profundidad.

3.3 Método

3.3.1 Población

Participaron de manera voluntaria cinco matrimonios pertenecientes a la clase media. Las parejas tenían entre 22 y 37 años de unión y todas se ubicaban en la etapa de ciclo vital de familias con hijos en edad adulta.

Las edades de los participantes oscilaron entre los 45 y 65 años.

La edad promedio de las participantes mujeres fue de 51.8 años mientras que la de los hombres fue de 54.6 años. En un solo caso la mujer fue mayor que el hombre, en una pareja

ambos tenían la misma edad y en tres casos el hombre fue mayor que su pareja, con diferencias de dos, siete y nueve años.

Los casos fueron seleccionados deliberada e intencionalmente a partir de criterios preestablecidos y no de forma aleatoria. Dichos criterios fueron tener más de 20 años de casados, tener por lo menos un hijo en la etapa de la adolescencia o que ya hubieran pasado por la experiencia de haber tenido hijos adolescentes y haber obtenido porcentajes altos en los instrumentos de evaluación ASPA (Cuestionario de Aserción en la Pareja) y el CMSS (Escala para el Conocimiento de la Satisfacción Marital).

3.3.2 Escenario

Las entrevistas se realizaron en un consultorio particular compuesto por tres habitaciones: una sala de recepción, una de observación y la sala de terapia. La sala de terapia en la que se entrevistó y grabó a las parejas es de 4 mts. por 4 mts. En esta habitación se encontraba un juego de sala para seis personas, una mesa, un librero y un espejo de doble visión que conecta esta habitación con la de observación.

3.3.3 Instrumentos de Investigación

Para la selección de la muestra se aplicaron dos cuestionarios: Escala para el conocimiento de la Satisfacción Marital (CMSS) y el Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA).

La Escala para el conocimiento de la Satisfacción Marital (CMSS) de Mehrabian, 2005, pretenden evaluar que tan complacidos están los integrantes de la pareja con su relación. Consta de 35 items con nueve opciones de respuesta que equivalen al acuerdo o desacuerdo de lo que la pregunta expresa.

El otro cuestionario utilizado fue el Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA) de Carrasco, 1998, ofrece la posibilidad de evaluar de que manera cada miembro de la pareja se enfrenta a situaciones conflictivas que pueden surgir en toda convivencia marital. Esta compuesto por dos cuestionarios independientes, la forma A y la forma B las cuales constan de 40 preguntas cada una. En la forma A un miembro de la pareja evalúa a si

mismo su comportamiento ante las situaciones maritales y en la forma B evalúa el comportamiento de su conyugue con seis niveles de posibles respuestas a cada pregunta.

Para obtener mayor información sobre la funcionalidad de las parejas seleccionadas se empleo la entrevista a profundidad semiestructurada, la cual fue una entrevista abierta en donde el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales a la lista temática para precisar conceptos u obtener mayor información sobre los temas deseados. La entrevista contempló temáticas tales como familia de origen, creencias y costumbres, educación de los hijos, economía doméstica, tiempo libre, acuerdos y desacuerdos y vida sexual.

Se video grabaron las entrevistas por lo cual se utilizó una cámara de video, una videogradora y un videocasete.

3.4 Procedimiento

Cabe señalar que para este estudio se conformó un equipo de investigación formado por: una Doctora en Psicología y Coordinadora del Proyecto de Investigación de Salud y Familia, dos egresadas de la Maestría en Terapia Familiar, dos Licenciadas en Psicología y dos estudiantes de la misma carrera, todas pertenecientes a la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

Se aplicó el Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA) y la Escala para el conocimiento de la Satisfacción Marital (CMSS) a doce parejas que cumplieran con los criterios establecidos para el estudio. De las doce parejas evaluadas se seleccionaron a las parejas que obtuvieron los puntajes más altos en el CMSS y en la subescala de asertividad del ASPA, quedando cinco parejas para la muestra.

A estas parejas se les invitó a participar en la investigación concertándose una cita con duración de una hora para realizar la entrevista a profundidad. Se realizaron en promedio dos sesiones de entrevista debido a que el número de temáticas que se abordaron requerían más de una sesión; a excepción de una pareja que asistió a tres sesiones y otra que sólo

asistió a una sesión. Cada sesión de entrevista tuvo una duración de una hora con un intervalo semanal entre una y otra.

Se les informó a las parejas que las entrevistas serían grabadas bajo condiciones de confidencialidad, anonimato y con fines de investigación por lo cual se les pidió firmar una hoja de consentimiento informado.

Las entrevistas se llevaron a cabo en un consultorio particular, estando presentes ambos miembros de la pareja, la entrevistadora (que fue la Coordinadora del Proyecto) y el equipo de investigadoras, que se encontró en la sala de observación, detrás del espejo de doble visión presenciando la entrevista por medio del espejo y por medio de la televisión que se encontraba conectada con la videograbadora de la sala de terapia, con el fin de que la imagen y el sonido fueran más claros.

El hecho de que se tuviera un equipo de observación tras el espejo, facilitó que se tuviera un cotejo de datos y por ende, una consistencia lógica de las diferentes observaciones, lo cual posibilitó la validez y confiabilidad de los resultados en este tipo de estudio cualitativo.

Otras formas para cuidar la confiabilidad y validez fueron que la entrevistadora siempre fue la misma persona y durante la entrevista las preguntas fueron formuladas frente a la pareja, de tal forma que cualquiera de los dos pudiera contestarlas primero. Cuando la entrevistadora hacía las preguntas, se dirigía con la mirada a los dos, permaneciendo en posición neutra y dando la misma oportunidad de expresión a ambos.

A lo largo de las sesiones de entrevista los temas abordados fueron: familia de origen, creencias y costumbres, educación de los hijos, economía doméstica, tiempo libre, acuerdos y desacuerdos y vida sexual. Los temas de la entrevista fueron seleccionados por las investigadoras por considerarlos de acuerdo a la literatura y a su experiencia los más frecuentes tratados en sesiones de terapia de pareja y por lo tanto importantes en la relación.

Después de video grabar las entrevistas se procedió a transcribir cada una de ellas para posteriormente analizarlas y obtener las categorías para obtener los porcentajes en que éstas se presentaron.

3.5 Análisis de Resultados

Del análisis de dichas entrevistas se obtuvieron 12 categorías que en consenso las investigadoras seleccionaron y definieron al ser categorías que se presentaron con mayor frecuencia en las parejas y al ser elementos que favorecen el buen funcionamiento de la pareja. Las categorías encontradas y los resultados que se obtuvieron a través del análisis de la información se presentan en el siguiente cuadro:

#	CATEGORIA	%
3.5.1	Aceptación y Respeto	80
3.5.2	Actividades en conjunto	100
3.5.3	Acuerdos	100
3.5.3.1	En la economía	60
3.5.3.2	En la resolución de conflictos	40
3.5.3.3	En la educación de los hijos	60
3.5.4	Apoyo y Colaboración	60
3.5.4.1	En casa	20
3.5.5	Atención y cuidado de los hijos	60
3.5.6	Cambios en la propia conducta para el beneficio de la pareja	40
3.5.7	Características que producen atracción	100
3.5.7.1	Reconocimiento de aspectos positivos de la pareja	40
3.5.8	Control emocional	40
3.5.9	Demostración de afecto	100
3.5.10	Expectativas del futuro	80
3.5.11	Límites claros entre la pareja, la familia de origen y amigos	100
3.5.12	Satisfacción sexual	40

En este cuadro se muestran los porcentajes de ocurrencia por cada categoría, a continuación se describirán y explicaran cada una de ellas.

3.5.1 Aceptación y Respeto: Admitir a la otra persona como es, aceptando las diferencias que pudiera tener con la otra parte.

En la categoría de Respeto/Aceptación encontramos que todas las parejas expresaron elementos que constatan la presencia de respeto y aceptación entre ellos. El respeto por la ideología y actitud del otro, así como la aceptación de éstos, aunque no fueran del agrado del otro se presentó en un 80% de las parejas. Por ejemplo en una de las parejas el esposo dice:

“...ambas familias (de origen) se han portado a lo largo del tiempo respetuosas de nuestra relación intervienen solo en lo positivo, si hay alguna diferencia no interviene y respetan y eso lo ponemos en práctica en nuestra relación marital, porque es decisivo, no solo en el plano matrimonial sino en cualquier situación...nosotros nos aceptamos con nuestras diferencias”.

Las cinco parejas mencionaron el respeto como una de las principales herramientas para mantener su matrimonio, incluso hicieron algunas sugerencias respecto a esta categoría:

“... lo que nos ha funcionado es el respeto que nos tenemos”.

“Yo creo que para que una pareja se lleve bien lo primordial es el respeto, sin respeto no se llega a ningún lado”.

“...no faltarle al respeto a la otra persona en ningún sentido, ni de palabra ni simbólicamente, ni ridiculizarlo, ni agredirlo...el hecho de que tu integridad física, moral y mental no la agreda nadie...”.

3.5.2 Actividades en conjunto: Llevar a cabo actividades conjuntas en la que cada cónyuge le invierte tiempo el otro.

Se pudo observar que las cinco parejas entrevistadas realizan actividades compartidas como ir a desayunar, escuchar música, platicar mientras toman café o beben algo, ir al cine, salir de vacaciones, entre otras. Respecto a esto una de las parejas menciona:

“...salir a comer, a desayunar. Nosotros acostumbramos una o dos veces por semana salir a desayunar porque es un rato que estás con tu pareja y puedes platicar de cosas, retirados de tu casa, del círculo cercano, no está el telefonazo interrumpiendo o los hijos”.

Además el realizar actividades en conjunto les ha permitido crear un espacio para ellos y que éste sea un espacio agradable:

“...tenemos una forma especial de divertirnos con una copita o un café y estar platicando... a él le gusta la música y a mi también, la escuchamos y ahí estamos platicando hasta el amanecer”.

“Cuando hay oportunidad nos vamos a Tepeji del Río, a los balnearios...trato de darle a mi esposa el poco tiempo que estoy en casa y dárselo lo mejor de lo mejor”.

3.5.3 Acuerdos: Convenios a los que llega la pareja.

Un elemento constante en las relaciones de pareja observadas fue la posibilidad de llegar a acuerdos, los cuales han estado presentes desde el inicio de la relación, los rubros mas mencionados respecto a la categoría de acuerdos fue la educación de los hijos, la economía, resolución de conflictos y el número de hijos que deseaban tener, como puede leerse en la siguiente intervención:

“Sí, sí lo planeamos (la llegada de los hijos), los dos pensamos en esperarnos y después que ya vinieran los hijos...esos dos años nos sirvieron mucho a los dos para estabilizarnos emocionalmente como pareja, aterrizar algunas cosas...”.

Como ya se menciono anteriormente, dentro de esta categoría pudimos encontrar el establecimiento de acuerdos en los siguientes rubros:

3.5.3.1 En la economía: Acuerdos que se relacionan con la administración del dinero.

Se encontró que las parejas han convenido, de formas diversas, la manera en que se distribuye el dinero para los gastos de la casa. A continuación se presentan algunos ejemplos:

“Me da mi gasto y yo lo tengo que hacer rendir en cuanto a la alimentación de la familia y él se hace cargo de los gasto de luz, servicios, los útiles de las niñas, pago de colegiatura y esta al pendiente de lo que se acaba...”

“...él es el del dinero, desde que nos casamos recibía el su quincena y decía –ten, tú sabes que haces con el dinero-...”

Como puede apreciarse en ambas afirmaciones, el varón es quien solventa los gastos de la casa pero es la mujer quien administra el dinero, lo cual podría ser una forma de distribución equitativa del trabajo en esta área.

3.5.3.2 En la resolución de conflictos: Convenios a los que se llega para resolver un problema.

El establecimiento de acuerdos se identifica también en la resolución de conflictos. De las cinco parejas entrevistadas en dos casos esta característica fue constante:

“...sí, siempre platicábamos mucho y nos poníamos de acuerdo. Mi esposa y yo negociamos cualquier conflicto, ya sea económico o moral”.

“A mí me ha tocado pedirle disculpas muchas veces y aceptar que me equivoqué en esto o en lo otro, o cuando no estoy totalmente de acuerdo en que su enojo esté motivado en algo que yo hice. Tratamos de llegar a un acuerdo en el sentido de revisar paso a paso lo que

hicimos hasta que descubrimos en qué fallamos y descubrir cuál fue exactamente el motivo de su enojo, y de esta manera platicándolo sale el remedio”.

Se puede observar que cada pareja cuenta con sus propios recursos y habilidades para resolver sus conflictos, por ejemplo algunos lo hacen platicando, otros pidiendo disculpas, entre otras formas.

3.5.3.3 En la educación de los hijos: Contempla todos los acuerdos que tengan que ver con la educación de los hijos.

Las parejas han llegado a convenios que han hecho de forma explícita o implícita que les han funcionado para la educación de sus hijos, algunos ejemplos son:

“Sí, cuando son permisos dentro de la casa o con respecto a la iglesia yo soy la que corre los riesgos y asumo responsabilidad, pero cuando es lejos y de novios la responsabilidad es de él”.

“...estamos de acuerdo en que no llegue tarde, no rompa las reglas de la casa, no salga sin avisar, estudie”.

“Yo creo que nunca hubo un conflicto de cómo educarlos, los dos estábamos muy de acuerdo en lo que se decidía...”.

Este es un elemento presente en las parejas funcionales y coinciden en mencionar que si existe alguna molestia de parte de alguno de los dos al respecto, la solución la encuentran mediante la comunicación.

3.5.4 Apoyo y Colaboración: Acciones que realiza uno de los cónyuges para ayudar y colaborar en diversas situaciones, lugares o necesidades.

En esta categoría se observó principalmente el apoyo y colaboración para cubrir las necesidades de la familia, casa y el cuidado de los hijos en un 60% de las parejas. El otro 20% señaló cuando se presentaron necesidades económicas, que pese al estrés y/o presión

del momento la pareja se apoya para salir adelante. De ahí que de esta categoría surja el rubro de apoyo y colaboración en casa.

Algunos de los ejemplos respecto al apoyo recibido o dado son los siguientes:

“Cuando yo me caso mi esposo me deja que entre a estudiar. Me da una libertad que yo no tenía en mi propia casa”.

“...estoy muy contento con L y siempre he tenido su apoyo incondicional, todo apoyo yo creo que requiere una buena muestra de cariño, de lealtad, de compañerismo que se muestra desde un principio, desde el noviazgo”.

“...siempre he sentido el apoyo de mi esposa y mucho, ante cualquier situación trato de comunicarme para que ella sienta el apoyo”.

“Yo siento que el me apoya en lo que he necesitado y no necesito pedírselo, solo cuando siento que en algún problema no ha habido suficiente apoyo entonces si se lo pido o al revés”.

Esta categoría se presentó en todas las parejas como una característica presente no solo en la actualidad, sino durante los ciclos de vida por los que han atravesado las parejas, así como concordaron en que la comunicación es parte fundamental de esta categoría, ya que mediante esta es que solicitan el apoyo y colaboración que necesitan del otro.

3.5.4.1 En casa: Apoyo en las actividades domésticas o del mantenimiento del hogar.

En tres parejas se identificó el apoyo de los cónyuges en las labores de la casa y/o del mantenimiento de hogar:

“...en ocasiones ayudo a mi esposa en reparar cosas de la casa...”.

“...él me apoya, por ejemplo, yo soy la que cocina mientras que él pica algo para la preparación de la comida, pero a lo que más me ayuda es a lavar la ropa...”.

“...me apoya para hacer el quehacer, lo hacemos juntos...”.

“luego tengo que recurrir a mis ahorros para pagar la renta, aunque eso no me toca a mi”.

Hoy en día como lo vemos en estas parejas, el varón interviene en las labores domésticas a diferencia del estereotipo de matrimonio tradicional antiguo en el que el hombre tenía todo el poder y la autoridad para imponer las obligaciones domésticas a la mujer y él sólo cumplía con su labor de proveedor.

3.5.5 Atención y cuidado de los hijos: Acciones que realiza la pareja en conjunto o alguno de sus componentes y que tienen por objetivo el cuidado de los hijos así como proporcionarles lo que requieren para su desarrollo.

Las acciones conducidas a la atención y cuidado de los hijos son una característica que permite en primer lugar el acercamiento de los padres con sus hijos, muestra la responsabilidad que se adquiere a la llegada de éstos lo que también implica la educación y guía, pero que a su vez involucra equidad en la pareja, dejándose de centrar únicamente esta tarea en la mujer:

“...él iba por ellos dos y es él el que más tiempo ha estado con ellos...”.

“Yo siempre voy a apoyar a mis hijas todo el tiempo que lo requieran, aunque ya estén grandes...”.

“... tenía que inyectar a las niñas, ir por las medicinas en la madrugada...”.

“...reviso la tarea de la chiquita y veo que le faltó...”.

Como se puede observar esta es una categoría que lejos de separar a la pareja por diferencias en los modelos de educación, atención y cuidado los une. El hecho de preocuparse ambos por atender las necesidades de los hijos es un proyecto en común en el que los dos integrantes de la pareja participan.

3.5.6 Cambios en la propia conducta para el beneficio de la pareja:

Transformaciones que la persona hace a favor de la relación.

Estos cambios son fundamentales para que la relación conyugal tenga un mejor desarrollo, ya que cada uno deberá reasignar una parte de sus ideas o preferencias en pro del funcionamiento de la relación marital como lo afirma la siguiente pareja:

“darle prioridad a mis hijas y esposa en vez de a mis papás y hermanos... ahora ya no me guardo nada de dinero ahora lo reparto todo. Y también les doy todo mi tiempo libre”.

Sin embargo, es importante que dichos cambios se realicen con pleno convencimiento y no transgredan la individualidad.

Otra de las parejas mencionan que al unirse, ambos provenían de familias en donde el modelo tradicional era que el padre era autoritario y la madre laxa, modelo con el cual ambos estaban de acuerdo, pero al casarse y conforme fueron surgiendo las situaciones de la familia, este modelo lo fueron moldeando y cambiando de acuerdo a sus necesidades hasta que ella juega el papel de autoritaria y él el del laxo, situación con la ambos se han sentido a gusto y cómodos.

3.5.7 Características que producen atracción: Son todos los rasgos físicos, de personalidad y habilidades que provocan afinidad.

Dichas características de agrado físico, de carácter y conductual se manifestaron en todas las parejas:

“M desde siempre fue una persona súper tolerante, tranquila, te transmitía una serenidad y una clama padrísima cuando hablas o tratas con ella, me gustaba mucho su carrera, su forma de ser y obviamente me gusta físicamente”.

“...me gustaba su físico, su carácter apacible, tranquilo, siempre lo veía optimista, con comentarios positivos para salir adelante”.

“... me gustaba su comportamiento, su ambiente familiar...”.

“...también era ella muy agradable, se esforzaba en todo lo que hacía...siempre ha sido muy condescendiente...”.

“...me agradaba su alegría de vivir, su forma de ser”.

Por lo anterior se puede decir que la atracción por la pareja ya sea de características físicas, a nivel de personalidad o respecto a las cualidades, son relevantes en las relaciones de pareja y favorecen que se sientan a gusto uno con el otro, que se sientan cómodos y disfruten de la compañía haciendo que la convivencia diaria se facilite, así mismo la atracción esta acompañada del reconocimiento de aspectos positivos de la pareja por lo cual se considera este como un rubro extra en esta categoría.

3.5.7.1 Reconocimiento de aspectos positivos de la pareja: Son las declaraciones verbales que hace uno de los cónyuges para reconocer y validar los atributos del otro ya sea directa o indirectamente haciéndoselo saber a otros.

El reconocimiento y la verbalización de características positivas del cónyuge nos señalan otro aspecto de la calidad de las relaciones funcionales.

“Ella es organizada, sabe sacarle provecho al dinero...”.

“Él una vez me dijo, - si tú no hubieras sido así tan decidida tal vez no tendríamos la casa que tenemos o incluso hubiéramos fracasado”.

“...yo creo que M es muy comprensivo... además de tolerante, estas cualidades se las hago ver también a mis hermanos y cuñados...”

3.5.8 Control Emocional: Dominio que logran las personas en la manifestación de sus emociones, lo cual les posibilita una mejor solución de sus conflictos.

Esta cualidad fue considerada por algunas de las parejas como elemento importante para tener una buena comunicación. El 40% de las parejas expresaron que no desbordaban sus sentimientos negativos al estar en desacuerdo con el otro, lo cual les ha ayudado a manejar sus diferencias y hablar de sus inconformidades para resolver sus desacuerdos, sin gritar ni herir al otro independientemente del disgusto que se tenga como se ejemplifica en las siguientes afirmaciones:

“Una cosa es hablar fuerte y otra es gritar. A mí no me grita y si en algún momento me grita le digo - no me grites- y ya no lo hace a pesar de la molestia”.

“...a nosotros nos ha servido decir las cosas, no en el momento en el que estamos molestos, sino tranquilizarse y hablar las cosas con calma”.

“...él tiene un carácter tranquilo, dispuesto a apoyar y a escuchar...”.

“Para no desesperarnos cuando estamos hablando tratamos de estar tranquilo...”.

“el se mantiene tranquilo la mayor parte del tiempo, no hace exabruptos ni llega a enojarse muchísimo y cuando lo he visto triste o preocupado hablamos sobre lo que tiene, lo que le preocupa, lo que le pasa, en que puedo ayudarlo y si es por algo que yo hice trato de pedir perdón si falle en algo”.

“...cuando L esta seria o enojada entonces quiere decir que algo pasó, entonces trato de no agravar la situación en ese momento por que la conozco...y busco remediar la situación sin tratar de hacerlo mas grande...”.

Lo que se puede observar en estas conversaciones primeramente es la disposición a hablar del problema o del desacuerdo sin desbordar sentimientos que puedan dañar o desgastar la relación, también se observa que cuando hablan tratan de estar tranquilos, no ofenderse a pesar de la molestia, lo cual ha favorecido que la comunicación entre ellos sea abierta y por ende su relación ya que resuelven satisfactoriamente sus discrepancias. Otro punto

importante, es que la convivencia durante muchos años, les ha servido para conocerse y saben qué les enoja y cómo hacer para tranquilizar al otro en momentos de tensión.

3.5.9 Demostración de afecto: Expresiones que le muestran al otro el amor que le tiene.

Son muchas las formas que eligen las parejas para mostrar su amor ya sea verbalmente o no verbal, esto puede ser mediante miradas, sonrisas, oralmente o bien con acciones que pueden ser entendidas por el otro como atenciones de cuidado o afecto. Este factor estuvo presente en todas las parejas, expresado tanto por las mujeres como por los hombres, siendo en mayor medida a través de acciones. Esta característica ha sido constante ya que se ha presentado desde el noviazgo y ha perdurado a lo largo del tiempo de matrimonio:

“Cuando éramos novios yo vivía solo y ella me llevaba mi comida...”

“Soy muy amoroso con ella...”

“...con un detalle insignificante, con una tarjetita, un peluchito, puedo hacerle saber que lo amo y que lo respeto...”

“...pues ha estado atenta siempre a los problemas de la casa...a mis cosas, a mis ideales de trabajo...”

“...sorprenderlo de alguna forma, con algunas actitudes, algún detalle que tenga...”

“...trato de darle mi esposa el poco tiempo que estoy en casa y darle lo mejor de lo mejor...”

3.5.10 Expectativas del futuro: Pensar en un futuro compartido.

En esta categoría 80% de las parejas entrevistadas externan que sus expectativas hacia el futuro de su relación estuvieron presentes desde el noviazgo.

“yo estaba muy seguro de la decisión de casarme con ella porque reunía muchas cosas que a mi me gustaban, su forma de ser, su físico....al rato quieres estar todo el tiempo con

ella y es finalmente cuando se aproxima la fecha de la boda....yo empecé mi matrimonio esperando que todo fluyera bien”.

Algunas de las respuestas encontradas iban desde las expectativas de desarrollo que veían en la otra pareja, las cuales resultaban ser motivadores para la decisión de casarse:

“Cuando él trabajaba yo lo veía sumamente motivado, sabía que él iba a progresar...”.

“...yo le decía tu puedes llegar a ser un buen jefe de una oficina o puedes llegar a ser grande”.

O bien, en cuanto a la duración o compromiso del matrimonio que constituirían, formando en ellos, una expectativa de permanencia y estabilidad:

“...mi meta era que mis hijos fueran del mismo padre y no divorciarme”.

“...si porque al unirse a una persona es para siempre...”.

“...yo pensaba en ella para toda la vida...”.

“Nunca me ha pasado por la mente el hecho de separarnos a pesar de que hemos tenido problemas y conflictos a lo largo de la vida, pero creo que se han sabido resolver y no han sido de suficiente peso como para que se deteriore la relación”.

Cabe mencionar que no basta la expectativa, el deseo y la vivencia de que el matrimonio es para siempre, si se esta viviendo una situación tormentosa y disfuncional, la mira es que el sistema marital no sólo sea de larga duración sino que se sientan satisfechos en su relación y sea por ello que se mantienen juntos. Los matrimonios exitosos, no son los que no tienen dificultades o problemas, sino los que a pesar de ellos logran resolverlos y mantenerse unidos.

3.5.11 Límites claros entre la pareja, la familia de origen y amigos: Son las reglas claras y flexibles que la pareja marca en su propio subsistema conyugal, hacia otros subsistemas como el parental, o con respecto a otros sistemas como la familia de origen, las amistades, etc.

Esta capacidad que tienen las parejas para poner límites claros entre su matrimonio y la familia de origen ha sido una constante para el éxito en todas las parejas que entrevistamos:

“el habernos separado de nuestras familias nos hizo unimos mucho... hemos hecho una pareja independiente”.

“Cuando nos quedamos solos, porque mi hermano dejó de vivir con nosotros, fue cuando realmente nos empezamos a conocer bien como pareja...comenzamos a conformarnos como pareja”.

“...decidí finalmente quedarnos en nuestro departamento y salir de casa de mis padres al ver que mi esposa e hija sufrían estando ahí a pesar de que nunca nos trataron mal, pero eso me hizo reaccionar...”.

El establecimiento de límites permite la unión, el conocimiento más profundo entre los cónyuges y la formación de diferentes reglas en el nuevo sistema familiar, dando mayor fuerza y estabilidad al matrimonio, lo cual sería diferente si se permitiera la intrusión de la familia de origen:

“...si tienes una suegra, un cuñado o una cuñada que de alguna manera influyen en tu matrimonio, pues eso tarde o temprano deteriora la relación...”.

“las dos familias fueron desde el principio muy respetuosas nunca intervinieron en nuestra relación, no obstante si influyeron de forma positiva... con la convivencia tan cercana te das cuenta de la forma de vida, pero nosotros siempre pusimos una especie de límite para que no intervinieran y ellos lo respetaron”.

En todas las parejas se pudo observar, que en algún momento de su relación fue necesario establecer límites respecto a su familia de origen, al hacer que la familia no interviniera en la convivencia ni en las decisiones de la pareja.

El marcar con claridad los límites con la familia de origen, crea grandes conflictos en muchas parejas, por la cercanía afectiva y el respeto que se tiene con el sistema parental, sin embargo, encontramos que el marcar con claridad lo que se pueda o no hacer, decir o no decir, es decir lo que se va a permitir a los familiares, los une más como pareja.

3.5.12 Satisfacción Sexual: Grado de complacencia que tienen las personas en el área sexual.

En esta categoría las parejas coincidieron en mencionar que las relaciones sexuales han ido mejorando a través de los años, sin embargo para algunas (40%) es considerada como un área sumamente importante mientras que para otras (60%) es solamente un complemento en su relación.

En las siguientes líneas se menciona que la satisfacción sexual es considerada como un elemento importante en su relación:

“...creo que es muy importante tener una sexualidad plena, porque de lo contrario, pueden surgir muchos problemas y frustraciones, entonces también hay que echarle ganas para que estas cosas funcionen...”.

“es una parte importante, es un elemento de todo lo que convives con tu pareja, de tu vivencia como pareja y como ser humano, tiene que haber esa sexualidad si no te faltaría algo...”.

Por el contrario otra persona afirmo:

“es una parte que complementa tu unión, es una parte que te complementa tu sentir de pareja, se da de forma natural, no tienes que preocuparte mucho de ello, si todo lo demás funciona bien, esta parte también ira por buen camino.”

Otras parejas comentaron cómo han ido cambiando sus encuentros sexuales a través del tiempo:

“...creo que si ha ido creciendo el placer de la sexualidad...porque al inicio si nos costaba trabajo acoplarnos, pero la práctica nos ayudo mucho”.

“Yo creo que ha ido mejorando a través de los años, con más comunicación, con más amor, con más plenitud, responsabilidad...”.

“en la medida que conoces y convives más con la otra persona llegas a un relación más plena y a medida que pasa el tiempo puedes encontrar mucho más placer”

Incluso una pareja, mencionó una característica para que la relación sexual sea más satisfactoria:

“...si es forzado provoca el rechazo de la otra persona...tiene que ser natural...”.

Se pudo observar que en la mayoría de los casos las relaciones han cambiado para beneficio de la pareja y que con el paso de los años éstas han ido mejorando, haciéndose más plenas por consiguiente más satisfactorias, lo cual pudiera deberse a que la pareja llega a conocerse mejor además de que, contemplando que se ubican en el ciclo vital con hijos adultos, puedan disponer de mayor intimidad y tiempo que las parejas de otros estadios. También se observa que le dan importancia a la sexualidad pero la ponen como algo normativo en la comunicación humana y no como elemento principal en las relaciones maritales.

3.6 Conclusiones

Con el objetivo de identificar los factores que han hecho que se mantengan unidas las parejas satisfechas, los resultados encontrados en la investigación nos llevan a concluir que las parejas funcionales utilizan elementos en común a través del tiempo que consolidan la relación de la pareja, elementos que pueden ayudar a hacer más satisfactoria la vida de pareja y mantenerla en el tiempo.

El éxito de estas parejas no sólo radica en el amor que se tienen, sino también en que presentan muchas similitudes con la relación de los padres de los cónyuges y se ven influenciados por estos como nos lo viene diciendo Cova (1998) lo cual lo podemos ver reflejado en que la mayoría de las parejas provienen de padres con matrimonios estables y de larga duración, así mismo en estas parejas se pudo observar que los errores cometidos por sus familias de origen les permitieron construir un conjunto de características contrarias a las de sus padres con el fin de no cometer los mismos errores.

También cabe destacar que todas las parejas entrevistadas se ubicaron en el ciclo vital de familias con hijos adultos y todas tenían hijos viviendo todavía con ellos. Respecto a la duración de su noviazgo, éste estuvo en un rango de dos a seis años, además de que cuatro de las cinco parejas se conocieron porque durante su infancia o juventud habitaron cerca, teniendo conocimiento uno del otro a través de hermanos, o de la relación entre sus padres. En cuanto al recibimiento por parte de las familias de origen ante la unión de la pareja también fue variado, ya que en algunas esta decisión no fue bien vista, no obstante para otros, esto fue aceptado con alegría, derivándose una relación armónica entre los suegros y las nueras y yernos, lo cual a su vez, promovió sentimientos de afinidad con la familia extensa.

Algunos resultados encontrados y que los hacen diferir de los matrimonios tradicionales son: que en algunas parejas las actividades domésticas son realizadas por ambos, lo cual habla de una equidad o un trato más justo con respecto a la situación de las mujeres, quienes en otra época se sometían a las indicaciones que daba el marido y se remitían únicamente a las labores del hogar y el cuidado de los hijos, el hecho de que el varón participe en las labores domésticas y haya mayor equidad de género puede tener efectos

positivos en la relación de pareja, puesto que las mujeres sienten un trato más equitativo, como lo menciona Dominian (1996). Además de que se rompe con el estereotipo de matrimonio tradicional en el que el hombre tenía todo el poder y la autoridad para imponer las obligaciones domésticas a la mujer. Hoy en día es muy común ver insertada en el ámbito laboral a la mujer lo cual puede ser una explicación al por que de esta equidad que antes no había, ya que si ambos son proveedores del hogar, también lo justo es que las labores domésticas sean compartidas, de hecho en esta investigación participó una mujer que durante todo su matrimonio ha laborado. Estas afirmaciones concuerdan con lo descubierto por Dominian (op. cit.) con respecto a que la felicidad conyugal está ligada con la división de tareas caseras y actitudes de equidad y difiere con lo encontrado por Roque (1994) en su proyecto de tesis en el que afirma que los hombres obtienen mayor satisfacción de los roles sexuales principalmente, de proveedor y de recreación siendo que experimentan la menor satisfacción de tareas concernientes al hogar. En tanto que las mujeres reportan mayor satisfacción de actividades de recreación seguidas el cuidado de niños y actividades sexuales.

Estas parejas también tienen menos hijos a pesar de que la mayoría de éstas provenían de familias numerosas, lo cual también puede ser de cierta forma benéfico para los matrimonios, al tener más tiempo para compartir como pareja. Además de que los hijos que tienen ya son, en su mayoría, adultos que no requieren tantos cuidados, logrando de esta forma un cambio de atención de los hijos hacia el cónyuge, lo cual coincide con lo encontrado por Pick y Andrade (1988b) quienes expresan que el tener hijos pequeños reduce la satisfacción marital ya que se experimenta sensación de cansancio, mayor atención a los hijos que al cónyuge y la comunicación marital disminuye, así mismo, como menciona Roque (1994) la satisfacción marital sigue como en el caso de las parejas entrevistadas un patrón curvilíneo en la satisfacción marital, sugiriendo que esta es elevada al casarse, va declinando con la llegada de los hijos y se incrementa de nuevo con la etapa post parental.

Un hallazgo que considero importante en este tipo de parejas fue la selección que ellos hicieron de su pareja desde el noviazgo, ya que las cualidades, tanto físicas como de personalidad, influyeron para que ellos decidieran conformar una nueva familia y que la

visualizaran duradera, además la relación de estas parejas ha trascendido ya que han logrado mantener su relación estableciéndose metas a largo plazo. Lo anterior es ratificado con lo hallado en la investigación realizada por Eguiluz (2000), quien señala que las parejas funcionales se plantean la idea de que el matrimonio es para siempre, dando lugar a matrimonios de larga duración, así mismo la autora antes citada, menciona que quienes se casan pensando que la vida en pareja es fácil y sin tropiezos, tienen más dificultad que aquellos que piensan que se requiere un esfuerzo mantenido en el tiempo para hacer que la relación perdure.

Otras razones de funcionalidad encontradas en las parejas entrevistadas fueron el respecto a la pareja, la comunicación y conservar el amor como sentimiento o como una base para el éxito, no obstante el hecho de que exista amor en la pareja no es una garantía de que no habrá crisis o situaciones difíciles de resolver, pero a medida que aprenden a solucionar las dificultades que se les presentan, la pareja ira creciendo y consolidándose como se observó en varios de los casos, en donde supieron enfrentar los problemas y salieron victoriosos de ellos, lo cual denota que las parejas funcionales son resilientes, esto es que no están exentos de los problemas, sin embargo los enfrentan y salen fortalecidos de ellos, ya que como menciona Equiluz (op. cit.) las diferencias son necesarias para el crecimiento, pero también es muy importante saber cómo llegar a acuerdos. Las parejas referidas mencionan como clave para enfrentar y solucionar problemas la comunicación en la pareja a lo cual autores como Pick y Andrade (op. cit.) reafirman diciéndonos que la comunicación es considerada como una parte inherente al matrimonio ya que una comunicación abierta y efectiva es básica para que la relación conyugal tenga éxito.

Es de llamar la atención que la sexualidad o intimidad no fue una característica señalada o recomendada por las parejas al momento de indagar cuáles creían que fueran a los elementos más importantes para la satisfacción de una pareja; incluso para una pareja entrevistada las relaciones sexuales eran poco satisfactorias, sin alterar la percepción que tenían de sentirse satisfechas en su matrimonio. Esto difiere del estudio reportado por Litzinger y Coop (2005), quienes mencionan que la satisfacción sexual es uno de los elementos más importantes para la satisfacción conyugal; a diferencia de lo que menciona Graham (2000) lo cual concuerda con lo encontrado en esta investigación, la cercanía e

intimidad solo es un elemento más para la presencia de matrimonios exitosos, no obstante, lo que sí se pudo identificar es que en la mayoría de los casos las relaciones sexuales han cambiado para beneficio de la pareja y que con el paso de los años éstas han sido más plenas y por consiguiente, más satisfactorias, lo cual pudiera deberse a que la pareja llega a conocerse mejor además de que, contemplando que se ubican en el ciclo vital con hijos adultos, puedan disponer de mayor intimidad y tiempo que las parejas más jóvenes.

Otro rasgo identificado para el éxito en la relación conyugal fue la capacidad y la forma para llegar a acuerdos de diferente índole, desde la planeación de la llegada de los hijos (ya que en ninguna de las cinco parejas se presentó un embarazo previo al matrimonio) hasta los convenios a los que se llega para resolver conflictos presentes durante el matrimonio, tales como la distribución del dinero, la educación de los hijos, administración del tiempo libre, entre otros. Estos resultados son sostenidos por Graham. (op. cit.), quien menciona que una habilidad de los esposos de los matrimonios exitosos es discutir y buscar solución a los problemas. El hecho de identificar acuerdos en el manejo de los conflictos puede considerarse como un elemento que apunta al beneficio de la pareja, de forma similar a los hallazgos de la investigación de Eguiluz (op. cit.), también pudimos observar que cada pareja cuenta con sus propios recursos y habilidades para resolver sus conflictos, por ejemplo algunos lo hacen platicando, otros pidiendo disculpas, otros dejando de hablar por un rato, pero a pesar de las diferencias, todos estos estilos tienen en común el éxito obtenido.

Cabe señalar que las parejas entrevistadas pertenecen a la clase social media y disponen de una estabilidad económica, lo cual podría restarles dificultades que surgen con la falta del dinero, puesto que este factor es importante en la relación y satisfacción conyugal (Dominian, op. cit.). No obstante, una pareja comentó que en una época aún con problemas económicos salieron adelante y que lograron hacerlo por medio de acuerdos, también en la investigación de Eguiluz (op. cit), se demuestra que el dinero no es un factor primordial para las parejas de bajos recursos.

Los límites que establecen las parejas principalmente con respecto a su familia de origen fue un factor que estuvo presente en todas las parejas, resultando de esto una mejor

convivencia entre ellos, mayor conocimiento lo cual pareciera ser funcional para la toma de decisiones y acuerdos, sin la intrusión de los parientes o las amistades.

En relación a las actividades que realizan en conjunto las parejas se encontró que este es un elemento que favorece la funcionalidad y la satisfacción marital, lo cual lo pudimos ver reflejado en los diálogos de las parejas citadas, todas estas parejas dedican tiempo para convivir, ya sea con salidas al cine, a bailar, a reuniones con amigos, las sobremesas, paseos o vacaciones, actividades que fomentan la convivencia marital y por ende la familiar. Esto difiere de lo encontrado por Díaz Loving y Sánchez (2002) quienes hallaron que con el paso del tiempo la pareja se va separando y ya no realizan actividades en conjunto, tales como conversar o salir a comer. Quizá esto se deba a que ellos trabajaron con parejas normales no con parejas de alta funcionalidad como las seleccionadas para esta investigación. También contrasta con lo encontrado por Booth, Johnson, White & Edwards, 1984 y Hudson & Murphy, 1980 (cit. en Lee, 1988), quienes afirman que hay mayor satisfacción marital y mejor ajuste en las etapas intermedias que en las tardías. No obstante, nuestros resultados coinciden con lo reportado por Burr (1979) al afirmar que la satisfacción conyugal es mayor en el periodo inicial y en el tardío o ciclo vital con hijos en edad adulta y menor en el periodo intermedio, algunas explicaciones con respecto a esto son que las parejas en estados tardíos invierten más tiempo y energía en sus relaciones conyugales, debido a que al no tener hijos pequeños tienen más tiempo para hacerlo.

También se pudo observar que las parejas funcionales son capaces de reconocer y verbalizar frente a su pareja e incluso frente a los demás, las características positivas del cónyuge, así como expresar sus emociones y sentimientos positivos hacia su pareja, ya sea con un beso, una sonrisa, una frase, mediante acciones, etc. y si aunado a esto, están casados con alguien que les guste como persona, disfrutan de su compañía, les agradan características físicas, cualidades o habilidades, entonces de esta forma se señala otro aspecto de la calidad de las relaciones funcionales como lo menciona Yela (2000) quien explica que variables como la belleza física, estar casados con alguien que les guste como persona, disfrutar estar con la persona y compartir habilidades, son rasgos importantes en las relaciones de pareja.

Un elemento considerado importante es que estas parejas, logran dominar sus emociones, lo cual les posibilita una mejor solución de sus conflictos además de ser parte primordial para tener buena comunicación, lo cual es reafirmado con los hallazgos de Graham (op. cit.) quien afirma que en los matrimonios resilientes y/o exitosos, evitan el desbordamiento de sentimientos que pudieran dañar o desgastar la relación, lo cual lo logran al tener una comunicación abierta y saludable en las negociaciones, ya que el control emocional proporciona a los integrantes de la pareja un contexto para relacionarse con sanidad, en donde ambos obtienen satisfacción marital.

Por otra parte, contrario a lo que tradicionalmente se piensa con respecto a que si vemos a un matrimonio de larga duración es por que son funcionales, en el presente estudio encontramos que éste no es un factor determinante para la funcionalidad de la relación de pareja. No se es funcional solo por que llevan muchos años juntos o por que su matrimonio lo avale un acta, sino por que ambos han trabajado y luchado para lograrlo. Al respecto Lecaroz (2007) señala que conocer los motivos por los cuales una pareja se mantiene unida resulta tan importante como conocer los materiales correctos para construir un edificio sólido. Si bien cada familia es diferente hay ciertos ingredientes que comparten muchos matrimonios exitosos. Además un matrimonio satisfactorio no solo repercute en la felicidad de los cónyuges, sino que es también uno de los factores de predicción de lo que sucederá con las generaciones siguientes.

Aquellos matrimonios que reconocen que podrían mejorar la calidad de su relación marital necesitan entonces realizar cambios que son fundamentales para que la relación conyugal tenga un mejor desarrollo, ya que como menciona Minuchin y Fishman (1993) para ganar pertenencia al nuevo sistema, cada uno deberá resignarse a perder o cambiar una parte de sus ideas o preferencias.

Y es que a pesar de que se considere que un matrimonio es funcional sería utópico hablar de una funcionalidad total o por el contrario de una insatisfacción marital completa, es como decir que en el matrimonio todo es alegría o todo es tristeza, o que todo es positivo o negativo, más bien como menciona Eguiluz (2000) es una historia compartida que se ha ido construyendo a través de vivir momentos buenos y malos, agradables y desagradables de

tristezas y alegrías, de acompañamientos y soledad. En las parejas funcionales aunque existen los roles estos son escogidos y aceptados por ambos y usualmente son flexibles e intercambiables, hay una sensación de naturalidad en las funciones, la interacción se vuelve más rica y las opciones se basan en las necesidades como pareja y no en reglas y deseos de otros (Rage, 1997).

Para finalizar, se encontró que las parejas aquí referenciadas, han logrado mantener su relación por un largo periodo de tiempo ya que existe respeto entre ellos, confianza, se plantean expectativas sobre el futuro, son capaces de perdonarse mutuamente, se demuestran afecto, aprecian sus características personales, tienen establecidos límites claros entre ellos y con las personas que los rodean, además de que mantienen actividades compartidas que permiten el conocimiento profundo del otro y que ayuda a que se lleguen a acuerdos más fácilmente a nivel pareja y respecto a la educación de los hijos.

No hay que olvidar que una familia funcional, de acuerdo a lo mencionado por las parejas entrevistadas, empieza con una pareja que tenga comunicación, respeto, cortesía, armonía y afecto, características que resultan de utilidad para hacer que la relación de pareja se mantenga viva en el tiempo.

Al respecto y concordando con lo encontrado en esta investigación, Eguliluz (2000) señala que la clave de un matrimonio feliz consiste en aprender a convivir con la persona con la que concordamos y hacerlo, con amor, amistad y respeto, ya que de este modo el matrimonio puede prosperar, además de que la pareja sean además de esposos buenos amigos, “no evita las diferencias y las discusiones, pero si ayuda a que éstas no se les escapen de las manos” (op. cit. p. 28).

Ahora bien, considerando que son pocas las investigaciones realizadas acerca de este tema y bajo una metodología cualitativa, creo de relevancia que se realicen estudios de este tipo empleando más parejas de distintas características y diferentes clases sociales que ofrezcan más experiencias y testimonios de la existencia de parejas exitosa y resilientes, amplíen la riqueza de información que puede derivarse de estos estudios, para la construcción de herramientas para consejería y terapia de pareja, para talleres y cursos prematrimoniales, así como para los lectores interesados en el tema.

Para futuras investigaciones se sugiere realizar una investigación en la cual se trabaje con parejas reconstruidas, ya que como se vio, una de las parejas era reconstruida y funcional lo cual nos da muestra que a pesar de tener una vida marital pasada de la cual puede haber hijos y una relación cercana con la pareja marital anterior, pueden llegar a ser parejas funcionales, pero es de interés conocer cual es el manejo y los elementos que usan estas parejas para relacionarse funcionalmente y que traiga consigo satisfacción marital; un estudio así permitiría a encontrar elementos claves que ayuden o faciliten a las parejas reconstruidas a ser matrimonios de larga duración, mejorar su convivencia y prevenir errores que pudieron haber sido causa de la ruptura de sus anteriores relaciones.

BIBLIOGRAFÍA

- Abbate, J. (1993). *Sexualidad conyugal. Aportes médicos psicológicos*. Buenos Aires: El Ateneo.
- Aburto, G. (1999). *Evaluación del funcionamiento familiar. La perspectiva del adolescente*. Tesis de licenciatura en psicología, UNAM, FES Iztacala, México.
- Barudy, J. (2005). Resiliencia y buenos tratos infantiles. En: Barudy, J. y Dantagnan, M. (Eds.). *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. España: Gedisa.
- Basile, H. (2007). Otros aspectos sobre resiliencia familiar. *Resiliencia en psiquiatría y la salud mental. Una propuesta para nuestro siglo*. Trabajos elaborados por los capítulos para el precongreso APSA 2007, p. 9-18 y 30-36.
- Boland, J. y Follingstad, D. (1987). The relationship between communication and marital satisfaction. *Journal of Sex and Marital Therapy*. 13, p. 286-313.
- Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo. La diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Barcelona: Paidós.
- Bradshaw, J. (2000). *La familia*. México: Selector, Cap. 3 y 4.
- Burr, W., Hill, R., Nye, I. y Reiss, L. (1979). *Contemporary Theories about the Family: General Theories/Theoretical Orientations*. New York: Free Press.
- Castro, I. (2004). *La pareja actual. Transición y cambios*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Córdova, M. (2004). La formación de pareja. En Eguiluz, L. *Dinámica de la familia*. México: Pax-México.

- Cova, S. (1998). *Principios funcionales de las relaciones de pareja*. Santiago de Chile: Morata.
- Cyrulnik, B. (2001). *La maravilla del dolor*. Barcelona: Garnica.
- Daniel, W. (1990). *Satisfacción marital en la etapa media del ciclo vital*. Tesis de maestría en Orientación Familiar, Universidad de las Américas, México.
- Díaz Loving, R. y Sánchez, R. (2002). *Psicología del amor: Una visión integral de la relación de pareja*. México: Facultad de Psicología, UNAM, Porrúa.
- Díaz, C. (2008). *Resiliencia o fortaleza desconocida para superar adversidades*. Venezuela. Disponible en: <http://www.dynabizvenezuela.com/images/dynabiz/ID3749/siteinfo/RESILIENCIA.pdf>
- Diccionario de la Real Academia Española* (2007). España: Ediciones Anaya.
- Dominian, J. (1996). *El matrimonio. Guía para fortalecer una convivencia duradera*. Barcelona: Paidós, Colección Contextos, No. 34.
- Dubos, R. y Pines, M. (1983). *Salud y Enfermedad*. México: Ediciones Culturales Internacionales. Colección científica de libros de TIME LIFE.
- Duby, G. (1992) *El amor en la edad media y otros ensayos*. Madrid: Alianza.
- Eguiluz, L. (1998). *Factores que favorecen la consolidación de la relación de pareja*. México: ENEP Iztacala, UNAM.
- Eguiluz, L. (2000). Las parejas funcionales que se mantienen unidas a través del tiempo. En A. Roizblatt. (comp.). (2006). *Terapia familiar y de pareja*. Chile: Mediterráneo.
- Eguiluz, L. (Comp.) (2003). *Dinámica de la Familia. Un enfoque psicológico sistémico*. México: Pax-México.

- Eguiluz, L. (2006). Apuntes para el curso de relación de pareja en la maestría de terapia familiar del CETYS, Tijuana (sin publicar).
- Eisler, R. (1993). *El cáliz y la espada. Nuestra historia, nuestro futuro*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Florentino, M. (2008). La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y salud. *Suma Psicológica*. 15(1), 95-114.
- Florenzano, R. (1988). Disfunción en el ciclo vital familiar: abuso del alcohol y sus consecuencias en la familia. *Acta psiquiátrica-psicológica de América Latina*, 34(3):223-229, sept. 1988.
- Foucault, M. (1977). *Historia de la sexualidad*. México: Siglo XXI.
- Fredotovich, N. (2005). Historia del abordaje de los problemas sexuales. *Revista Argentina de Urología*. 70 (2).
- Fromm, E. (2004). *El arte de amar: una investigación sobre la naturaleza del amor*. México: Paidós.
- García, C. y Martínez, E. (1997). Factores psicosociales y salud. *Revista Cubana de Medicina Integral*. 13(6). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21251997000600009&script=sci_arttext
- García, X y Estremero, J. (2003). *Ciclo vital familiar*. Buenos Aires: Hospital Italiano de Buenos Aires.
- Glenn M. y Weaver, A. (1984). The contribution of marital happiness to global happiness. *Journal of Marriage and the Family*. 49(1), 85-92.
- Gómez, M. (2005). *Creatividad Integral. Cómo crear la armonía interior: equilibrio emocional y salud física y mental*. México: Pax-México.

- González, B. (2002). *Sexualidad y género. Mujeres y Realidad Social*. España: Universidad de Sevilla.
- Gorostegui, M. (2008). *Pareja, Familia y ciclo familiar desde la Psicología Familiar Sistémica*, pp. 213-240. Disponible en: <http://www.med.uchile.cl/apuntes/archivos/2004/medicina/familia.pdf>
- Gottman, J. y Silver, N. (2000). *Siete reglas de oro para vivir en pareja. Un estudio exhaustivo sobre las relaciones y la convivencia*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Graham, J. (2000). Marital Resilience: A Model of Family Resilience. Applied to the Marital Dyad. *Marriage and Family. A Christian Journal*, 3 (4), 407-420.
- Haley, H. (1973). *Terapia no convencional. Las técnicas psiquiátras de Milton H. Erickson*. Argentina: Amorrortu.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
- INEGI (2002). *Estadísticas de matrimonios y divorcios*. México: Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática, Cuaderno No. 9.
- INEGI (2005). *Estadísticas de estado civil*. México: Instituto Nacional de Estadística e Informática. Disponible en: <http://www.inegi.gob.mx/est/contenidos/espanol/rutinas/ept.asp?t=mpob73&c=325>
- Kaufman, G. & Taniguchi, H. (2006). Gender and Marital Happiness in Later Life. *Journal of Family Issues*, 27 (6), 735-757.
- Larraín, H. (1998). Matrimonio: ¿Contrato o institución?. *Revista de Derecho* (Valdivia). IX, pp. 153-160.

- Lauer, R., Lauer, J. y Kerr, S. (1990). The long-term marriage: Perceptions of stability and satisfaction. *International Journal of Aging and Human Development*, 31(3), 189-195.
- Lecaroz, J. (2007). *Porque son felices los matrimonios*. Vida Matrimonial, Revista no. 77. Disponible en: www.hacerfamilia.net/revista/20/01/07.
- Lee, G. (1988). Marital Satisfaction in Later Life: The Effects of Nonmarital Roles. *Journal of Marriage and the Family*, 50 (3), 775-783.
- Litzinger, S. y Coop, K. (2005). Exploring Relationships Among Communication, Sexual Satisfaction, and Marital Satisfaction. *Journal of sex and marital therapy*, 31 (5), 409-424.
- López, A. (1998). El Proceso de Desarrollo en la Relación de Pareja. *Revista Rompan Filas*. Disponible en: <http://www.unam.mx/rompan/36/rt36bhtml>
- Mann, S. (2008). *Ciclo Vital de la pareja*. Disponible en: http://www.cerebrito.com/ciclo_vital_de_la_pareja.htm
- Maturana, H. (2002). *El sentido de lo humano*. Santiago de Chile: Océano, Dolmen Ediciones.
- Mediana, M. y Caraveo, J. (1997). Familia y salud mental. En: De la Fuente, J. (Ed.). *Salud Mental en México*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Melillo, A., Suárez, O. y Rodríguez, D. (2004). *Resiliencia y subjetividad. Los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós.
- Minuchin, S. y Fishman, Ch. (1993). *Técnicas en terapia familiar*. México: Paidós.
- Molina, M. (2007). *Miguel Acosta Saignes y la dignidad del estudio sobre los indígenas en Venezuela*. Numero 11, pp. 1-20. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/200/20001106.pdf>

- O'Neill, N. y O'Neill, G. (1972). *Matrimonio abierto*. México: Grijalbo.
- Oyarzún, E. (2006). *Ciclo vital familiar*. Chile: Facultad de medicina. Departamento de atención primaria y salud familiar. Universidad de Chile.
- Palacios, R. (1995). *Un estudio sobre los juegos de poder en la pareja*. Simposio La Familia: Punto de encuentro de investigación especializada. Presentado en la UNAM Campus Iztacala DPAF. Junio 1995.
- Pérez, C. (1999). La familia en su etapa de formación. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 15(3), 237-240.
- Phares, E. (2001). Psicología de la salud y medicina conductual. En: García, M., Rojas, M. y Vargas, B. (Eds.) *Psicología clínica y salud. Perspectivas teóricas*. México: UNAM, FES Zaragoza.
- Pick, S. y Andrade, P. (1988^a). Desarrollo y validación de la escala de satisfacción marital. *Psiquiatría*. 4, 9-18.
- Pick, S. y Andrade, P. (1988^b). Relación entre el número de hijos, la satisfacción marital y la comunicación con el cónyuge. *Salud Mental*. 11(3), 15-18.
- Picot, E. (2007). Resiliencia Familiar. *Resiliencia en psiquiatría y la salud mental. Una propuesta para nuestro siglo*. Trabajos elaborados por los capítulos para el precongreso APSA 2007. p. 29.
- Preciado, D. y Lemor, L. (1990). *Satisfacción marital y sexual en parejas estériles*. Tesis de Maestría en Orientación y Terapia Familiar. Universidad de las Américas, México.
- Prieto, F. y Ambrossini, C. (2006). *Historia del matrimonio actual*. Disponible en: <http://epicureanos.blogspot.com/2006/06/historia-del-matrimonio-actual.html>
- Quilodrán, J. (1986). Nupcialidad en México. *Revista Femenina*. X (46).

- Rage, A. E. (1996). *La pareja. Elección, problemática y desarrollo*. México: Plaza y Valdés, Universidad Iberoamericana.
- Rage, E. (1997). *Ciclo vital de la pareja y familia*. México: Plaza y Valdés, Universidad Iberoamericana.
- Roizblatt, A. (comp.). (2006). *Terapia familiar y de pareja*. Chile: Mediterráneo.
- Roque, M. (1994). *El funcionamiento familiar y su relación con la satisfacción marital*. Tesis de Maestría en Orientación y Terapia Familiar. Universidad de las Américas, México.
- Rutter, M. (1985). Family and school influences on behavioral development. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 22(3), 349-368.
- Salleras, L. (1985). *Educación sanitaria. Principios, métodos y aplicaciones*. Madrid: Díaz de Santos.
- Schram, R. (1979). Marital satisfaction over the family life cycle: a critique and proposal. *Journal of Marriage and the Family*. 46(2), 202-210.
- Walsh, F. (2004). *Resiliencia Familiar. Estrategias para su Fortalecimiento*. Buenos Aires: Amorrortu.
- White, K., Booth, A. y Edwards, J. (1986). Children and marital happiness: why the negative correlation?. *Journal of Family Issues*. 7, 26-29.
- Witaker, C. y Bumberry, W. (1991). *Danzando con la familia. Colección terapia familiar*. Barcelona: Paidós.
- Yela, G. (2000). *El amor desde la psicología social. Ni tan libres, ni tan racionales*. Madrid: Pirámide.

ANEXOS

Escala para el conocimiento
de la Satisfacción Marital.

CMSS

Mehrabian, 2005.

Por favor use la siguiente escala para indicar el grado de acuerdo o desacuerdo en cada una de las siguientes declaraciones. Marque su respuesta numéricamente en el espacio precedente al enunciado.

- + 4 Completamente de acuerdo.
- + 3 Muy de acuerdo.
- + 2 Medianamente de acuerdo.
- + 1 Poco de acuerdo.
- 0 Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
- 1 Poco en desacuerdo.
- 2 Medianamente en desacuerdo.
- 3 Muy en desacuerdo.
- 4 Completamente en desacuerdo.

_____ 1. Mi pareja y yo estamos de acuerdo en como manejamos nuestras finanzas.

_____ 2. Prefiero hacer cosas sin mi pareja.

_____ 3. Mi pareja es muy cariñosa y amorosa.

_____ 4. Me arrepiento de haberme casado con mi pareja.

_____ 5. Mi pareja me satisface sexualmente.

_____ 6. No obtengo el amor y cariño que quiero de mi pareja.

_____ 7. Mi pareja y yo estamos de acuerdo con los amigos con los que convivimos.

_____ 8. Mi pareja y yo compartimos la misma filosofía de vida.

_____ 9. Yo no apruebo la forma en que mi pareja se relaciona con mi familia.

_____ 10. Mi pareja y yo tenemos ambiciones y metas similares.

_____ 11. Mi pareja y yo tenemos dificultades matrimoniales.

_____ 12. Yo siempre confío en mi pareja.

_____ 13. Si me volviera a casar yo escogería a la misma pareja.

_____ 14. Mi pareja verdaderamente me harta.

_____ 15. Mi pareja y yo nos besamos todos los días.

_____ 16. Mi pareja y yo nos comunicamos bien el uno con el otro.

- _____ 17. Mi matrimonio no es tan bueno como la mayoría de los matrimonios.
- _____ 18. Mi pareja y yo arreglamos nuestros desacuerdos con mutuas negociaciones.
- _____ 19. Estoy muy feliz con mi matrimonio.
- _____ 20. Mi pareja y yo pocas veces reímos juntos.
- _____ 21. Yo estoy comprometido con mi matrimonio.
- _____ 22. Mi pareja y yo tenemos peleas frecuentemente.
- _____ 23. Mi pareja y yo estamos de acuerdo en como aprovechar nuestro tiempo libre.
- _____ 24. Mi pareja y yo frecuentemente tenemos discusiones a cerca de las finanzas.
- _____ 25. Mi pareja y yo continuamente estamos en desacuerdo en la mayoría de las decisiones.
- _____ 26.- Estoy satisfecho con mi relación de pareja.
- _____ 27. Mi pareja y yo estamos en desacuerdo en cómo se manejan las tareas de la casa.
- _____ 28. Mi pareja y yo diferimos en nuestros valores y creencias en general.
- _____ 29. Nuestro matrimonio es mejor que el de la mayoría de las parejas que conozco.
- _____ 30. Los hábitos de mi pareja me molestan.
- _____ 31. Mi pareja y yo estamos en desacuerdo en los temas de sexualidad.
- _____ 32. Mi pareja y yo estamos de acuerdo en cómo demostrarnos nuestro cariño el uno el uno al otro.
- _____ 33. Frecuentemente he pensado en poner fin a mi matrimonio.
- _____ 34. Mi pareja y yo estamos de acuerdo en nuestras negociaciones con nuestros suegros.
- _____ 35. Mi pareja generalmente es comprensiva.

Cuestionario de Aserción en
la Pareja.

ASPA

Carrasco, 1998.

1. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

2. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

3. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

4. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

5. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

6. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

7. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

8. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

9. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

10. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

11. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

12. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

13. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

14. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

15. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

16. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

17. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

18. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

19. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

20. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

SUBTOTAL 1



CUESTIONARIO DE ASERCIÓN
EN LA PAREJA
HOJA DE RESPUESTAS

Forma A B

APELLIDOS

NOMBRE

EDAD

SEXO

 V

 M

EXAMINADOR

FECHA

21. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

22. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

23. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

24. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

25. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

26. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

27. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

28. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

29. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

30. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

31. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

32. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

33. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

34. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

35. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

36. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

37. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

38. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

39. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

40. ① ② ③ ④ ⑤ ⑥

SUBTOTAL 2

PD = TOTAL 1 + 2

PR = PD X 100/TG

PC

AS AG SU AP



Autora: M^a J. Carrasco.
Copyright © 1996 by TEA Ediciones, S.A. - Todos los derechos reservados - Prohibida la reproducción total o parcial - Este ejemplar está impreso en tintas azul y negra. Si lo presentan otro en tinta negra, es una reproducción ilegal. En beneficio de la profesión y en el suyo propio, NO LA UTILICE - Edita: TEA Ediciones, S.A., Fray Bernardino de Sahagún, 24, 28030 MADRID - Printed in Spain. Impreso en España por imp. Casillan, Argenteo (Cádiz), 47, 28043 MADRID - D. Legat. M. - 16 015 - 1996.

14. Cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, se rinde e intenta esconder sus sentimientos por mi rechazo.
15. Cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, no me dice nada, pero durante un tiempo está «en silencio» enfadado/a.
16. Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cede para evitar una pelea.
17. Cuando me porto injustamente con mi cónyuge, me dice qué es exactamente lo que le parece injusto.
18. Cuando digo a mi cónyuge algo que le parece «humillante», intenta no hacer caso y olvidarlo.
19. Cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, se siente herido/a, deja de hablarme y pone «cara de enfado».
20. Cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quito importancia a la cuestión y cambio de tema, lo deja pasar pero decide no tener relaciones sexuales cuando yo las desee.
21. Cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, me dice que comprende que a ninguno de los dos nos gusta hacer estas cosas y sugiere que dividamos las tareas.
22. Si no hago algo que prometí, mi cónyuge me recuerda que quiere que lo haga.
23. Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, se calla y pone «cara de enfado».
24. Cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, me dice que está intentando ayudarme y que se siente mal cuando no reconozco su esfuerzo.
25. Cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, me ataca verbalmente y «desahoga» así sus sentimientos hacia mí.
26. Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, me sugiere que lo hablemos y busquemos un acuerdo.
27. Cuando me porto injustamente con mi cónyuge, se siente herido/a pero intenta que no me dé cuenta.

28. Cuando digo a mi cónyuge algo que le parece «humillante», me hace saber sus sentimientos y que eso que le he dicho le «duele».
29. Cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, me grita por no prestarle atención.
30. Cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quito importancia a la cuestión y cambio de tema, se enfada y comienza a atacarme por ser un reprimido/a o no importarme el tema.
31. Cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, acaba gritándome y me llama todo tipo de cosas de las que luego se arrepiente.
32. Si no hago algo que prometí, mi cónyuge lo deja pasar antes que armar lío.
33. Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, con calma, me repite, las veces que sea necesario, cuáles son sus ideas.
34. Cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, me dice que estoy tan pendiente de mí mismo que ni siquiera me doy cuenta de lo que los demás hacen por mí.
35. Cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, me expone sus sentimientos y que no le gusta lo que he dicho.
36. Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cede y muestra su disgusto quejándose.
37. Cuando me porto injustamente con mi cónyuge, me ataca verbalmente y luego se arrepiente de las cosas que me ha dicho.
38. Cuando digo a mi cónyuge algo que le parece «humillante», intenta humillar me también para recuperar el respeto por sí mismo/a.
39. Cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, me lo pregunta de nuevo.
40. Cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quito importancia a la cuestión y cambio de tema, me dice que le parece mal que me niegue a hablar de ello.



CUESTIONARIO DE ASERCIÓN EN LA PAREJA

FORMA B

A continuación se describen una serie de situaciones que pueden plantearse en la convivencia de una pareja. Indique, por favor, con qué frecuencia su cónyuge tiende a comportarse de manera similar a la que se describe. Aunque puede que no se comporte de forma exacta a la descrita, imagínese lo comportándose de forma parecida y señale con qué frecuencia tiende a comportarse de esa manera. Por favor, conteste a todas las situaciones planteadas.

Las respuestas deben anotarse en la hoja de respuestas preparada al efecto, marcando con una aspa el círculo que contiene el número adecuado. No debe hacer ninguna anotación en este cuadernillo.

Indique la frecuencia con que tiende a comportarse de la forma descrita según la siguiente escala:

1	2	3	4	5	6
CASI NUNCA	RARAMENTE	OCASIONALMENTE	CON FRECUENCIA	GENERALMENTE	CASI SIEMPRE

Si, por ejemplo, cree que se comporta de esa manera OCASIONALMENTE, debe marcarlo así:

① ② ③ ④ ⑤ ⑥

1. Cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, espera que me dé cuenta de la situación mostrándose fría y distante.
2. Si no hago algo que prometí, mi cónyuge me amenaza con hacerme la vida imposible hasta que lo haga.
3. Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, mi cónyuge cambia de tema o me da la razón para evitar una pelea.
4. Cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, no dice nada, pone «mala cara» y decide no volver a interesarse por mis cosas.
5. Cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, intenta que no me dé cuenta del daño que le he hecho.
6. Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, se mete conmigo por mi mal gusto y discute para conseguir lo que quiere.
7. Cuando me porto injustamente con mi cónyuge, no dice nada pero se muestra fría y distante.

8. Cuando digo a mi cónyuge algo que le parece «humillante», se muestra distante y frío/a para darme una lección.
9. Cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, no insiste.
10. Cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quito importancia a la cuestión y cambio de tema, lo deja pasar y sigue con mi tema.
11. Cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, no dice nada pero espera que yo me dé cuenta de la situación.
12. Si no hago algo que prometí, mi cónyuge lo deja pasar pero busca la ocasión para, sutilmente, echarme en cara que no cumplo mis promesas.
13. Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, acaba dando gritos y «poniéndome verde».

14. Cuando intento dar apoyo o ayuda a mi cónyuge y no parece darse cuenta o apreciarlo, me rindo e intento esconder mis sentimientos por su rechazo.
15. Cuando mi cónyuge dice algo que me hiera, no le contesto, pero durante un tiempo estoy «en silencio» enfadado/a.
16. Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cedo para evitar una pelea.
17. Cuando mi cónyuge se porta injustamente conmigo, le digo qué es exactamente lo que me parece injusto.
18. Cuando mi cónyuge me dice algo que me parece «humillante», intento no hacer caso y olvidarlo.
19. Cuando le pregunto algo a mi cónyuge y no me responde, me siento herido/a, dejo de hablarle y pongo «cara de enfado».
20. Cuando intento hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero mi cónyuge le quita importancia a la cuestión y cambia de tema, lo dejo pasar pero decido no tener relaciones sexuales cuando él/ella las desea.
21. Cuando quiero que mi cónyuge se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, le digo que comprendo que a ninguno de los dos nos gusta hacer estas cosas y sugiero que dividamos las tareas.
22. Si mi cónyuge no hace algo que me prometió, le recuerdo que quiero que lo haga.
23. Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, me callo y pongo «cara de enfado».
24. Cuando intento dar apoyo o ayuda a mi cónyuge y no parece darse cuenta o apreciarlo, le digo que estoy intentando ayudarlo y que me siento mal cuando no reconoce mi esfuerzo.
25. Cuando mi cónyuge dice algo que me hiera, le ataco verbalmente y «desahogo» así mis sentimientos.
26. Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, le sugiero que lo hablemos y busquemos un acuerdo.
27. Cuando mi cónyuge se porta injustamente conmigo, me siento herido/a pero intento que no se dé cuenta.

28. Cuando mi cónyuge me dice algo que me parece «humillante», le hago saber mis sentimientos y que eso que me dice me «duele».
29. Cuando le pregunto algo a mi cónyuge y no me responde, le grito por no prestarme atención.
30. Cuando intento hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero mi cónyuge le quita importancia a la cuestión y cambia de tema, me enfado y comienzo a atacarle por ser un reprimido/a o no importarle el tema.
31. Cuando quiero que mi cónyuge se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, acabo gritándole y le llamo todo tipo de cosas de las que luego me arrepiento.
32. Si mi cónyuge no hace algo que me prometió, lo dejo pasar antes que armarlo.
33. Cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, yo, con calma, le repito, las veces que sea necesario, cuales son mis ideas.
34. Cuando intento dar apoyo o ayuda a mi cónyuge y no parece darse cuenta o apreciarlo, le digo que está tan pendiente de sí mismo que ni siquiera se da cuenta de lo que los demás hacen por él/ella.
35. Cuando mi cónyuge dice algo que me hiera, le expongo mis sentimientos y que no me gusta lo que ha dicho.
36. Cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cedo y muestro mi disgusto quejándome.
37. Cuando mi cónyuge se porta injustamente conmigo, le ataco verbalmente y luego me arrepiento de las cosas que le he dicho.
38. Cuando mi cónyuge me dice algo que me parece «humillante», intento humillarle también para recuperar el respeto por mí mismo/a.
39. Cuando le pregunto algo a mi cónyuge y no me responde, se lo pregunto de nuevo.
40. Cuando intento hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero mi cónyuge le quita importancia a la cuestión y cambia de tema, le digo que me parece mal que se niegue a hablar de ello.