



UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.

Incorporación N° 8727-25 a la

Universidad Nacional Autónoma de México

Escuela de Psicología

JUEGOS PSICOLÓGICOS EN EL NOVIAZGO

Tesis

para obtener el título de:

Licenciado en Psicología

JUAN CARLOS RENTERIA CARRILLO

Asesora: LIC. PERLA LIZBETH URIBE CARMONA

Uruapan, Michoacán. A 23 de Marzo de 2021.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

ÍNDICE

Introducción.

| | |
|--|----|
| Antecedentes. | 1 |
| Planteamiento del problema. | 6 |
| Objetivos. | 8 |
| Descripción de los instrumentos de recolección de datos. | 10 |
| Justificación. | 12 |
| Marco de referencia. | 14 |

Capítulo 1. Los juegos psicológicos.

| | |
|---|----|
| 1.1. Definición de los juegos psicológicos | 16 |
| 1.2. Acerca de los juegos psicológicos | 17 |
| 1.3. Clasificación de los juegos psicológicos. | 24 |
| 1.3.1. Por el número de jugadores. | 28 |
| 1.3.2. Por los símbolos utilizados. | 29 |
| 1.3.3. Por el tipo clínico. | 29 |
| 1.3.4. Por las zonas psicoanalíticas. | 32 |
| 1.3.5. Psicodinámico. | 33 |
| 1.3.6. Juegos instintivos. | 33 |
| 1.4. Función principal de los juegos psicológicos. | 37 |
| 1.5. Ventajas y desventajas de los juegos psicológicos. | 37 |

Capítulo 2. Noviazgo.

| | |
|--|----|
| 2.1. Definición de noviazgo. | 41 |
| 2.2. Acerca del noviazgo. | 43 |
| 2.3. Aspectos que influyen en la elección de pareja. | 49 |
| 2.4. Etapas del noviazgo. | 54 |
| 2.5. El amor y el enamoramiento.. | 60 |
| 2.5.1. Tipos de enamoramiento. | 65 |

Capítulo 3. Metodología, análisis e interpretación de resultados.

| | |
|---|-----|
| 3.1 Descripción metodológica. | 69 |
| 3.1.1 Tipo de enfoque. | 69 |
| 3.1.2 Tipo de diseño. | 71 |
| 3.1.3 Tipo de estudio. | 71 |
| 3.1.4 Tipo de alcance. | 72 |
| 3.1.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos. | 73 |
| 3.2 Población y muestra | 75 |
| 3.3 Descripción del proceso de investigación. | 76 |
| 3.4 Análisis e interpretación de resultados. | 78 |
| 3.4.1 Juegos psicológicos más comunes en la muestra. | 79 |
| 3.4.2 Juegos psicológicos utilizados en los que coinciden ambos miembros de la pareja. | 105 |
| 3.4.3 Juegos psicológicos utilizados por los hombres.. | 107 |
| 3.4.4 Juegos psicológicos utilizados por las mujeres. | 108 |

INTRODUCCIÓN

En el presente estudio se busca describir los juegos psicológicos más empleados en una relación de noviazgo. Para ello, como asunto inicial se muestran los elementos necesarios para proporcionar un escenario inicial al lector.

Antecedentes.

Para comenzar, es necesario identificar qué es un juego psicológico, Berne (citado por Sáez; 2001: 117), los define de la siguiente manera: “Un juego es una serie de transacciones ulteriores, complementarias, que progresan hacia un resultado previsto y bien definido. Descriptivamente, es un conjunto de transacciones recurrentes, frecuentemente prolijas, superficialmente plausibles, con una motivación oculta; o en un lenguaje familiar, una serie de jugadas con una trampa o truco”.

Visto desde una perspectiva más sencilla, para los autores Valderrama, Silva, Rubiano, Layne, Pinilla, Vanegas, Molina, Cañas, Romero y Carrillo (2018), los juegos psicológicos son una serie de transacciones que ocurren entre las personas con el fin de obtener alguna ganancia específica que sacie cierta necesidad del individuo.

La primera investigación que se utilizará como base es la siguiente: “Juegos psicológicos en los procesos de reconciliación”, que se realizó en el año de 2018 por Valderrama y colaboradores, y tuvo lugar en Sierra Leona, África. La muestra se conformó por 5 parejas por aldea, las cuales debían estar pasando por un proceso de ruptura y reconciliación, dicha muestra se obtuvo de un total de 200 aldeas, teniendo como objetivo comprender desde una perspectiva relacional, a través de las narrativas

de los actores del postconflicto, los juegos psicológicos/relacionales recurrentes en los procesos de reconciliación, haciendo énfasis en experiencias fallidas y examinando posibles soluciones.

El instrumento utilizado fue un guion semiestructurado para una entrevista con los participantes, el cual constó de las siguientes categorías: espiritualidad, experiencias de perdón y experiencias de reconciliación

En dicho estudio, se pudo identificar la existencia de dos juegos psicológicos principales, el primero fue llamado “perdón sin reconciliación” en el que básicamente se hace imposible la restauración del tejido social que, en este caso, sería la relación que existió antes de que el conflicto se presentara, mientras que en el segundo juego, conocido como “reconciliación sin perdón”, se caracteriza por un intento de cohabitar nuevamente, mientras que las agresiones siguen existiendo y están encubiertas en la comunicación. Ambos juegos coinciden en los roles que adoptan los participantes.

Los roles que se presentan en los juegos anteriormente mencionados son los siguientes: el primero es el de víctima, y su función es la siguiente: su juego suele estar centrado en acusaciones que ocurrieron en un pasado, lo que le permite delegar las responsabilidades de sus actos a otras personas. El segundo rol es el de perseguidor, y su postura se centra en la defensa de una ideología de verdad absoluta con la que se justifica para hacer que los demás entren en razón, mientras que el tercer rol es el que se conoce como salvador, y como su nombre lo indica, trata de proteger a la víctima de que esta no esté en contacto con el perseguidor.

Una vez analizados todos los datos, se obtuvieron las siguientes conclusiones: los roles no son estáticos, lo que quiere decir que cualquier participante puede asumir cualquier rol. El perdón y reconciliación son procesos interdependientes, dicho de otro modo, uno no puede existir sin el otro. Los juegos fallidos están basados en la desconfianza, lo que quiere decir que llega un punto en que los participantes comienzan a dudar, esto deteriora el desarrollo del juego.

La segunda investigación es: “Afecto y relación de pareja”, realizada por Morales en el año de 2016 y tuvo lugar en la Universidad Rafael Landívar (Guatemala). El objetivo de esta investigación fue identificar la importancia del afecto en la relación de pareja, esto se logró evaluando a 80 personas, las cuales tienen entre 18 y 70 años de edad, son de condición económica media, practican la religión católica y viven en el área urbana, asisten al grupo de padres de familia de la Iglesia La Merced de Quetzaltenango, donde reciben orientación y charlas motivacionales.

Se utilizó el diseño descriptivo, se administró la prueba I.C.A., un test psicométrico que investiga tres dimensiones tendenciales de la personalidad: inclusión, control y afecto, las cuales son muy importantes dentro de la convivencia social de los grupos humanos, además de la aplicación de un cuestionario elaborado por la investigadora, con el fin de evaluar el afecto de los miembros y la dinámica de su relación.

El resultado obtenido fue el siguiente: se determinó que existe un nivel medio de afecto en la mayoría de los individuos y la relación de pareja es positiva en más de

la mitad de los sujetos estudiados, lo que permite demostrar que la reciprocidad afectiva es fundamental para mantener una apropiada interacción en la pareja.

Además de lo anterior, se recomienda fomentar el afecto en los individuos, porque es fundamental para construir una relación de pareja sólida, además de explicar a las parejas la importancia del equilibrio entre el afecto que cada quien dé y reciba, de esta forma, es posible evitar que la relación se vea afectada.

La tercera investigación que se tomará como referencia es: “Estrategias de poder en el noviazgo” en el 2018, la cual fue realizada por Bernal. Para la realización de dicho estudio se evaluaron a 132 personas en total (66 sujetos por cada sexo), cuyas condiciones debían incluir ser estudiantes de último nivel en alguna licenciatura, el rango de edad osciló entre los 20 y 24 años de edad y, al momento de la aplicación, los participantes debían de estar en una relación de noviazgo.

La investigación tuvo como objetivo central analizar la diferencia entre las estrategias de poder utilizadas por los hombres y las mujeres, en una relación de noviazgo, esto se realizó mediante la aplicación del instrumento Escala de Estrategias de Poder (ESPO).

De los objetivos que se buscaron cumplir mediante la investigación, uno de ellos trata sobre la identificación de las estrategias de poder que son empleadas por los hombres en una relación de noviazgo actual, donde se descubrió que ellos implementan los 14 factores, cada uno en diferente cantidad.

Otro objetivo fue descubrir cuáles estrategias de poder son utilizadas por las mujeres en una relación de noviazgo actual; al respecto, se aclaró que las mujeres también implementan todas las estrategias de poder.

Los resultados obtenidos permitieron identificar las estrategias de poder más utilizadas tanto por los hombres como por las mujeres, siendo estas últimas las que utilizan con mayor frecuencia la estrategia conocida como afecto-petición, en donde la mujer se comporta de manera bondadosa para poder pedir lo que realmente quiere, mientras que la estrategia de poder más utilizada por los hombres es afecto-positivo, en donde el varón se comporta muy carismático, cariñoso y amoroso a la hora de hacer su petición.

Se encontró que sí existe una diferencia entre las estrategias de poder que implementan los hombres y las mujeres, esto debido al factor cultural, ya que es el más sobresaliente en su uso, puesto que depende de su género, sexo y costumbres, debido a que la sociedad deposita una carga cultural desde el momento en el que el niño o niña nace, en función del rol que tendría que desempeñar.

Planteamiento del problema.

Desde el inicio de los tiempos, los seres humanos han estado conviviendo entre sí, puesto que esa es su naturaleza. Con el paso del tiempo, todo ha ido evolucionando: la ciencia, tecnología, los conocimientos y los seres humanos no son la excepción, ya que han ido cambiando, evolucionando y adaptándose para poder cubrir sus propias necesidades; uno de los aspectos fundamentales que ha ido modificándose en el ser humano es el de sus relaciones interpersonales.

Las relaciones interpersonales son un aspecto primordial en la vida de los seres humanos, aquellas de las que el individuo sea parte determinarán cómo será su personalidad y harán que se comporte de una manera específica, por lo cual estará en búsqueda de relaciones que refuercen su personalidad y que le permitan estar satisfecho con lo que tiene.

Lo que busca el ser humano en una relación interpersonal es satisfacer su necesidad de sentirse querido, escuchado e importante, y un claro ejemplo de donde puede obtener todo eso es una relación de pareja (matrimonio o unión libre), sin embargo, la presente investigación está enfocada en las relaciones de noviazgo, ya que durante dicha relación se avanza de simple simpatía hacia un deseo de mayor conocimiento, lo cual genera a su vez un deseo de entrega, comprensión y delicadeza hacia la otra persona.

Durante la relación de noviazgo, es posible identificar una serie de fenómenos, por ejemplo: la atracción que surge entre las personas, el valor que cada sujeto le da a la pareja, el apego romántico que puede surgir entre individuos, el concepto que

puede generar cada persona sobre el amor, los diferentes tipos de conflictos que se presentan durante el transcurso de la relación y, por último, los juegos psicológicos que tienen lugar dentro de la relación de noviazgo.

Los juegos psicológicos determinan la forma en la que la relación se llevará a cabo, y estos aparecen de manera inconsciente cada vez que la pareja esté reunida e interactúe. Los juegos que cada miembro de la pareja utilice están definidos por su personalidad, son una manera disfuncional de comunicación que comienza a surgir en cuanto alguno de los miembros de la pareja percibe que alguna de sus necesidades no está siendo cubierta (reconocimiento, afecto o atención, por ejemplo). Básicamente, la naturaleza de este tipo de juegos es meramente destructiva.

Al ser un tema poco investigado, es posible afirmar que existe un desconocimiento considerable acerca de qué son los juegos psicológicos, qué tipos existen y de qué manera se presentan.

Por todo lo mencionado anteriormente, se da paso a la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son los juegos psicológicos utilizados con mayor frecuencia por estudiantes universitarios que oscilan entre los 20 y 25 años de edad, que se encuentran en una relación de noviazgo con al menos seis meses de duración?

Objetivos.

En esta investigación fue necesario seguir ciertos lineamientos que le dieran estructura, los cuales se enuncian enseguida.

Objetivo general.

Describir los juegos psicológicos utilizados con mayor frecuencia por estudiantes universitarios que oscilan entre los 20 y 25 años de edad, que se encuentran en una relación de noviazgo con al menos seis meses de duración.

Objetivos particulares.

1. Definir el concepto de juegos psicológicos desde un punto de vista teórico.
2. Describir los diferentes tipos de juegos psicológicos que existen desde una perspectiva teórica.
3. Citar teóricamente el concepto de noviazgo.
4. Identificar de manera teórica los aspectos que influyen en la elección de una pareja.
5. Exponer, mediante la técnica de la entrevista, los juegos psicológicos que son utilizados con mayor frecuencia durante el noviazgo con al menos seis meses de duración, por los integrantes de la muestra que oscilan entre los 20 y 25 años de edad.

6. Explicar la influencia que tienen los juegos psicológicos en las relaciones de noviazgo con al menos 6 meses de duración, de los integrantes de la muestra que oscilan entre los 20 y 25 años de edad.

Descripción de los instrumentos de recolección de datos.

La técnica utilizada para la identificación de los juegos psicológicos que aparecen en las relaciones de noviazgo, fue la entrevista, la cual es de índole más privada, flexible y abierta. Mediante esta técnica es posible establecer una comunicación y una construcción de significados óptima y entendible para el entrevistador y los entrevistados.

Es importante conocer qué es una entrevista, y para esto se utilizará la siguiente definición “Es definida como una reunión para conversar e intercambiar información entre una persona (entrevistador) y otra (el entrevistado) u otras (entrevistados)” (Hernández y cols.; 2014: 403).

Complementado la definición propuesta por dichos autores, esta técnica permite la obtención de información, respecto a un tema específico y concreto, según las necesidades que tenga el investigador, todo dependiendo del tipo de la entrevista que esté utilizando. Existen varios tipos de entrevistas, por lo que se utilizará la clasificación de Grinnell y Unrau (citada por Hernández y cols.; 2010), en la cual las entrevistas se dividen en estructuradas, semiestructuradas y libres.

La modalidad de entrevista utilizada para la realización de la presente investigación fue semiestructurada, la cual, a diferencia de la estructurada, tiene la cualidad de permitirle al entrevistador ir añadiendo nuevas preguntas mientras transcurre la entrevista. El instrumento que se utilizó fue un guion de preguntas previamente elaborado para orientarse acerca de qué preguntar para obtener

información, pero no está obligado a seguirlo al pie de la letra, este puede sufrir modificaciones por parte del entrevistador según lo requiera la situación.

Justificación.

Las investigaciones relacionadas con los juegos psicológicos que se presentan en las relaciones de noviazgo son escasas, por lo que de esa primicia surge la iniciativa por realizar el presente estudio, el cual se espera que sea de utilidad para enriquecer la poca información que hay acerca del tema, además de la identificación de los juegos psicológicos que se presentan en las relaciones de noviazgo con mayor frecuencia.

Es innegable que, en la época actual, las relaciones de noviazgo son una parte fundamental en la vida del ser humano y que, dependiendo de los juegos psicológicos que se utilicen, es posible observar de una manera más detallada cómo es la interacción de los miembros.

Por lo mencionado anteriormente, se ha decidido realizar la presente investigación, teniendo como objetivo contribuir con información que pueda complementar la ya existente, de manera que se favorezca a la ciencia de la psicología.

En cuanto a la población y al entorno se refiere, al tratarse de un tema del cual no se ha investigado con frecuencia, es normal que exista un desconocimiento de este, por lo que se espera que la investigación sea de utilidad para comenzar a modificar ese aspecto, mediante la aclaración de la mayor cantidad de dudas que puedan surgir respecto a este tema y que aún no hayan sido respondidas.

Finalmente, por si en un futuro alguien decide retomar el tema, se pretende que este trabajo sirva como base para la elaboración de una investigación más profunda y detallada, y que, con la información obtenida, se busque no solamente complementar

los estudios, sino que se pueda realizar una serie de actividades que les permitan a los sujetos obtener información y conocimiento acerca de cuáles son los juegos psicológicos que utilizan con mayor frecuencia en sus relaciones de noviazgo.

Marco de referencia

El lugar donde se llevó a cabo la investigación fue en la Universidad Don Vasco, A.C., la cual inició como una institución de educación secundaria en el año de 1964, con el nombre de “Instituto Cultural Don Vasco”; en 1967 se inició la preparatoria; posteriormente, se creó la universidad en 1971, con la carrera de Administración de empresas.

Después se siguieron abriendo nuevas profesiones, actualmente son 10: Administración, Pedagogía, Psicología, Derecho, Diseño y Comunicación Visual, Arquitectura, Contaduría, Trabajo Social, Ingeniería Civil e Informática. En 1988 cambió su denominación a Universidad Don Vasco, que se escogió en honor al fundador de la Diócesis de Michoacán, Don Vasco de Quiroga, y creó su propia misión y visión para tener una identidad propia más definida.

La misión de la institución es la siguiente: “Ser una institución de educación, forjadora de personas con una inquebrantable robustez de espíritu, formadora de jóvenes responsables, generosos, críticos y creativos; conscientes de su trascendencia en cuanto a su origen y destino y reconstructores de la sociedad desde una amplia y mejor perspectiva” (Universidad Don Vasco; 2020: s/p).

Mientras que su visión es: “Ser la institución de mayor prestigio académico de la región, que sustenta su quehacer en criterios educativos orientados al desarrollo integral de los estudiantes; con personal docente y administrativo competente y con la infraestructura que aseguran una educación de vanguardia” (Universidad Don Vasco; 2020: s/p).

En la actualidad, la institución cuenta con un total de 7 edificios, los cuales se encuentran enumerados y distribuidos a lo largo del terreno que abarca la universidad; en cada uno de ellos se imparten las diferentes licenciaturas, algunas en el turno matutino y otras en el turno vespertino.

La entrada y el camino principal de la institución se encuentran rodeados por pinos a ambos lados; al lado derecho se encuentran las canchas de basquetbol y una de las dos cafeterías; al fondo se encuentra un estacionamiento; al lado izquierdo se encuentran tres de los seis estacionamientos con los que cuenta la institución, además de la segunda cafetería.

Además de brindar el servicio de educación, la Universidad Don Vasco, A. C. ofrece otras funciones: ludoteca, biblioteca, centro de atención psicológica, diversos talleres de formación profesional, además de contar con área de enfermería, diversos laboratorios y espacios adaptados para cubrir las diferentes necesidades de cada licenciatura; finalmente, se dispone de un auditorio en el cual se llevan a cabo diferentes celebraciones de distinta índole.

Existen diferentes áreas y departamentos: Prefectura, Administración, Orientación Educativa, Investigación, Pastoral, Promoción, Recursos Humanos, Servicio Social e Inglés; cada uno cuenta con un encargado de coordinar y dirigir las diferentes actividades de dicho ámbito, así como con un reglamento específico, el cual debe de ser acatado por cada uno de los estudiantes, al igual que por el personal docente, de intendencia y administrativo.

CAPÍTULO 1

LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS

Los juegos psicológicos son similares en cierto sentido a los demás juegos que suele utilizar la gente para obtener diversión y placer, ya sea algún deporte o un juego de azar, por ejemplo; son similares entre sí, puesto que todos tienen reglas definidas, presentan un proceso para llevarse a cabo, siendo este el inicio, el desarrollo, la conclusión y los beneficios obtenidos una vez terminado el juego.

1.1. Definición de los juegos psicológicos.

Los juegos psicológicos son utilizados por todas las personas en su interacción con el mundo, suelen presentarse en todo lo que las personas hacen: en su ambiente laboral, escolar e interpersonal, por mencionar algunos. Particularmente, esta investigación está enfocada en el ámbito interpersonal, puesto que en él se presentan las relaciones entre los miembros, siendo las de noviazgo una de las tantas que el individuo establece a lo largo de su vida.

En las relaciones de noviazgo, las parejas se exponen a una serie de fenómenos, uno de ellos son los juegos psicológicos, pero al ser tan sutiles, los individuos no se percatan de la presencia de estos, por lo que con el paso del tiempo únicamente refuerzan inconscientemente la aparición de este tipo de actividades.

Antes que nada, es necesario asentar qué es un juego psicológico, para eso, se utilizará la definición propuesta por Berne (1966: 52): “Un juego es una serie de

transacciones ulteriores, complementarias, que progresan hacia un resultado previsto y bien definido”.

Dicho de otro modo, son un conjunto de transacciones recurrentes, las cuales tienen en sí una motivación que, aunque no sea visible, está bien definida; tienden a ser graves, dramáticos y, en un caso extremo, terminar con la vida de uno de los jugadores, por lo que independientemente de tener la etiqueta de “juegos”, no suelen ser agradables o entretenidos, debido a la fricción que pueden llegar a causar entre los participantes.

Por consiguiente, una transacción se entiende como un intercambio constante de estímulos y respuestas entre los participantes, dichos estímulos pueden ser mediante palabras, gestos, conductas que se hacen o se dejan de hacer, pero lo que tienen en común es que suelen afectar a un participante, por lo que el afectado se ve “obligado” a responder, dando paso al juego psicológico.

1.2. Acerca de los juegos psicológicos.

Los juegos tienen la tendencia a sustituir las relaciones auténticas y honestas, sin embargo, suelen realizarse porque permiten alcanzar una serie de ventajas relacionadas con las necesidades humanas como obtener caricias, ocupar el tiempo en algo “productivo”, y en ocasiones, afirmar la propia existencia de alguno de los participantes.

Un aspecto importante que está relacionado con los juegos psicológicos es la aparición de los pasatiempos, dicho de otro modo, son el preámbulo de una situación más importante que puede llegar a suceder o no, dicha situación son los juegos

psicológicos, buscando la obtención de caricias, por lo que se procederá a definir qué es una caricia, para evitar ambigüedades en la medida de lo posible.

Para comprender dicha noción, se usará la definición que propone Berne (1966: 17), “la palabra caricia puede emplearse para denotar cualquier acto que implique el reconocimiento de la presencia de otro”.

La definición anterior permite comprender que una caricia puede ser utilizada como unidad fundamental de la acción social, por lo que un intercambio de caricias da paso a una interacción, siendo estas últimas la base de todas las relaciones sociales.

Los juegos psicológicos siguen una estructura bien definida, la cual es mencionada por Kertész y cols. (1997), siendo la primera parte el cebo, seguida por la flaqueza, lo que da como resultado una respuesta, que a su vez provoca un cambio que conlleva beneficios. Explicando de manera más detallada lo mencionado anteriormente, el cebo hace referencia a la tentación que puedan tener los participantes, la flaqueza se refiere a la debilidad que pueda presentar alguno, la respuesta se produce cuando uno de los participantes reacciona al estímulo inicial (se engancha), el cambio viene después de la respuesta y se produce durante la reproducción del juego, por lo que se termina con el beneficio, el cual se refiere al ajuste de cuentas y a la repartición de los “frutos” producidos.

Si bien, los esquemas de los juegos son enseñados por los mismos padres a los hijos, dicha enseñanza es de carácter inconsciente, por lo que, para explicar este punto de una mejor manera, se utilizará la secuencia de formación descrita por (Kertész y cols.; 1997):

1. Aprendizaje del juego en la infancia: esto se presenta mediante la observación que el niño realiza a las diversas interacciones que tienen los padres entre sí, o en las que tienen los padres para con el menor.
2. Retención de los pasos en la memoria: este paso hace referencia a que el niño almacena la información obtenida, la cual se encontrará en una fase de espera, hasta que él pueda utilizarlas con alguna otra persona que también haya recibido la misma información, por lo que cada participante adoptará un rol complementario, lo que facilitará la interacción.
3. Repetición en etapas posteriores de la vida: como se mencionó en párrafos anteriores, los juegos psicológicos tienden a brindar a los participantes una serie de “beneficios” por lo que estos actúan como reforzadores para que el sujeto siga repitiendo los juegos en diferentes momentos y etapas de su vida.

Es importante aclarar que la intención de los padres consiste en aportar una serie de herramientas a los hijos para que estos sean capaces de tener un adecuado desarrollo y desenvolvimiento en su entorno, aunque, con el paso del tiempo, dichas herramientas tiendan a convertirse en circunstancias destructivas que constructivas.

Los juegos psicológicos se basan principalmente en dos aspectos, siendo el primero, el estado dominante del “yo” que presentan los participantes al momento de desarrollarse dicha actividad, mientras que el segundo hace referencia al rol adoptado por cada uno de los participantes, por lo que, a continuación, se explicará cada uno de los aspectos mencionados anteriormente.

Así como Freud dividió la personalidad en tres estructuras principales, siendo estas el ello, yo y súper yo, Berne hizo lo propio, dividiendo la personalidad en “YO” padre, “YO” niño y “YO” adulto, cada una con sus propias características, para entender esto de una mejor manera, se utilizará la descripción propuesta por Sáez (2001):

El autor menciona que el “YO” padre suele actuar de manera primitiva y absoluta, pero también puede preocuparse por las conductas ajenas, mostrando en ocasiones cierta preocupación por los otros, esto es provocado porque en la infancia del sujeto en cuestión, dependió completamente de sus padres, por lo que únicamente aceptó todo lo que se le decía. Sintetizándolo todo de una manera concreta: el sujeto que adopte este rol únicamente está actuando como sus padres lo hicieron alguna vez con él.

En cuanto al “YO” niño se refiere, se trata del primer estado en aparecer, está basado en las emociones, necesidades y sentimientos del individuo, se trata de todo el cúmulo de experiencias y aprendizajes que el sujeto vivió en sus primeros años de vida al estar en contacto constante con sus padres.

Por otra parte, el “YO” adulto se caracteriza por apreciar una realidad interna y externa de manera lógica, mediante la transformación de estímulos que el sujeto recibe del exterior en elementos de información que puede emplear para aprender de las situaciones anteriores, lo que da paso a un conocimiento que pueda ser aplicado a futuro.

Para finalizar lo relacionado con los estados del “yo” y sintetizarlo de una manera concreta para un mejor entendimiento, se empleará la siguiente frase: “el Padre es lo aprendido, el Niño es lo sentido y el Adulto es lo pensado y lo razonado” (Sáez; 2001: 41).

Mientras que, en cuanto a los roles se refiere, el paso número 2 de la secuencia de formación de los juegos psicológicos, hace referencia a que el individuo presenta la tendencia de adoptar un rol, en la estructura de dichos juegos se da la existencia de tres roles principales, los cuales son: el perseguidor, la víctima y el salvador.

Para comprender de una mejor manera en qué consiste cada uno de los roles mencionados en el párrafo anterior, se utilizará la descripción de James y Jongeward (citados por Kertész y cols.; 1997):

1. El rol de perseguidor hace referencia a un sujeto que establece límites con un nivel de rigidez excesivo, o que está encargado de hacer cumplir las normas, pero lo lleva a cabo con gran nivel de severidad, brutalidad y sadismo (YO padre).
2. El rol de víctima consiste en la adopción de una postura caracterizada por una incapacidad para la realización de alguna tarea específica, y para justificarse, suele realizar quejas relacionadas con causas raciales, sexuales o religiosas (YO niño).
3. El rol de salvador se entiende como alguien que busca ayudar a los demás, pero como consecuencia, termina provocando la dependencia de los demás para con él (YO adulto).

Como se muestra, cada rol tiene sus propias características que lo diferencian de los demás, pero coinciden en que son de carácter manipulativo, ya que suelen actuarse como si fueran realmente verdaderos, para provocar una respuesta que refuerce la postura tomada por el participante iniciador del juego.

Otro elemento importante que forma parte de los juegos son las tesis y las antítesis, por un lado, en cuanto a las primeras se refiere, son definidas como una descripción “generalizada del juego que incluye la secuencia de acontecimientos inmediatos e información acerca de sus antecedentes psicológicos, evolución y trascendencia” (Berne; 1966: 57).

Viendo la definición propuesta por este autor desde un punto de vista más sencillo, menciona que las tesis hacen referencia al curso general que seguirá el juego durante su desarrollo, el cual suele ser descrito en frases simples y concretas que, en ocasiones, suelen coincidir con el mismo título que se le da al propio juego.

Mientras que, por el otro lado, se encuentran las antítesis, las cuales serán definidas desde la perspectiva de Kertész y cols. (1997: 158) como “una maniobra destinada a romper el juego en alguno de los movimientos, o bien, eliminando el beneficio final”.

A diferencia de la definición propuesta por Berne en 1966, esta última es más sencilla de comprender; menciona dos aspectos principales, el primero hace alusión al movimiento, el cual, desde el punto de vista del análisis transaccional, es entendido como la adopción de los roles por cada uno de los integrantes, o en su defecto, la falta de intercambio de los roles entre los participantes durante el desarrollo del juego.

En cuanto al segundo aspecto se refiere, se mencionó que gracias al intercambio de roles se generan ciertos “beneficios o ganancias” los cuales suelen ser “caricias”, pero, en este caso, al no existir interacción de un participante, genera que el iniciador del juego tienda a incrementar el número de estímulos para intentar lograr que el otro se “enganche”; al no ser este el caso, el iniciador del juego suele caer en un estado de desesperación provocado por la incapacidad que tiene de obtener los beneficios, por ende, al carecer de ellos, no podrá saciar sus necesidades de caricias, o de reafirmación de la postura adoptada.

Pero así como los juegos tienen su parte negativa, también existen una serie de alternativas mediante las cuales se puede disminuir su uso, dichas alternativas son mencionadas por Sáez (2011), quien señala que el sujeto debe brindar las caricias positivas que sean acordes a la situación, aceptar las caricias positivas que se merezca realmente, no aceptar caricias de índole negativa que puedan poner en riesgo su equilibrio interno y, finalmente, que el propio sujeto se dé a sí mismo caricias positivas, ya que no necesariamente el único medio existente para la obtención de caricias radica en los demás.

Si bien es importante aclarar que, con las medidas mencionadas anteriormente, el autor no busca que el sujeto deje de recibir y dar caricias de manera permanente, al contrario, pretende que el individuo sea capaz de discernir en qué momentos es adecuado dar y recibir una caricia, así como evitar caricias negativas, aunque también deja en claro que es imposible que los seres humanos prescindan de este tipo de juegos, puesto que en más de alguna ocasión se verán enganchados en alguno.

1.3. Clasificación de los juegos psicológicos.

La clasificación de los juegos es un tema que siempre ha sido complicado de abordar, debido a que, con el paso del tiempo, ha ido apareciendo una mayor cantidad de juegos, por lo que se utilizarán las clasificaciones propuestas por dos autores; primero se presentará la clasificación propuesta por Berne (1966):

1. Juegos de la vida: este tipo de juegos tienen un grado de influencia en las interacciones y destinos que puedan presentar los participantes, por lo que son propensos a involucrar a un mayor número de “espectadores”, los cuales pueden ser inocentes.
2. Juegos maritales: engloban los que se presentan dentro de la vida conyugal de los participantes, por lo que algunos juegos pueden prosperar de una mejor manera que otros, o en su defecto, son tolerados debido a que los participantes se encuentran bajo el yugo de una relación legal (matrimonio).
3. Juegos de reunión: las reuniones son una forma en la que las personas pasan su tiempo de las personas, pero, conforme más conviven entre sí, comienzan a surgir diversas interacciones entre ellas, lo cual provoca que se comience a generar una amistad y, por ende, surgen los juegos psicológicos.
4. Juegos sexuales: en los cuales la principal primicia es la de una lucha constante contra los propios impulsos sexuales del sujeto, los cuales son desplazados del mero acto sexual (coito) a una serie de interacciones cruzadas que termina mediante un ajuste de cuentas entre los miembros.

5. Juegos del hampa: están relacionados con la aparición de roles que desempeñan alguna función legal en lugares establecidos, por ejemplo: los policías y maestros, por mencionar algunos.
6. Juegos de consultorio: suelen aparecer en dicho contexto, pueden ser llevados a cabo por terapeutas, trabajadores sociales e inclusive por los mismos pacientes.
7. Juegos buenos: hasta la fecha sigue siendo complicado entender que es un juego bueno; para intentar disipar esa duda, se utilizará la definición propuesta por el mismo Berne (1966: 174) “Un juego bueno puede describirse como aquél cuya contribución social pese más que la complejidad de sus motivaciones”.

Después de leer lo citado por este autor, es posible comprender que se describe como un juego bueno aquel que permite a todos los participantes fomentar su desarrollo personal y alcanzar un grado de desarrollo y madurez mental, tanto a los participantes como al jugador principal (iniciador del juego).

Finalmente, para poder dar un cierre adecuado a las principales categorías que abarcan los juegos psicológicos, es necesario aclarar un término que apareció en la categoría de los juegos sexuales: el de las “transacciones cruzadas”.

Para poder comprender lo qué es una transacción cruzada, es necesario tener conocimiento acerca de los 3 estados del “YO” que tiene una persona y cuál de ellos es el que se presenta a la hora del desarrollo del juego. Dichos estados pueden presentar sinergia o no entre ellos y de dicha concordancia depende el éxito o fracaso de la interacción.

Las transacciones son principalmente de dos tipos: el primero, se trata de una interacción adecuada, por decirlo de alguna manera, en la cual la interacción entre los estados del “YO” dominante de los sujetos suele ser complementaria, puesto que los participantes se encuentran en la misma “sintonía”; desde un punto de vista más sencillo, los roles iguales entre sí, presentan sinergia, por lo que piensan, sienten y actúan de la misma manera, pero también se pueden presentar interacciones entre roles distintos, siempre y cuando sean compatibles, por ejemplo, la interacción de un “YO” padre a un “YO” hijo o viceversa, debido a que el padre está en la búsqueda constante del bien de su hijo y, por su parte, el hijo está en búsqueda de la seguridad que puede ofrecerle su padre.

La segunda clase de transacción es la cruzada, esta presenta tanto similitudes como diferencias con respecto a las transacciones adecuadas. Comenzando con las similitudes, en ambos casos se da la interacción entre estados del yo, pero en esas interacciones comienzan a surgir las diferencias, siendo la primera que las interacciones entre roles iguales carecen de sinergia, con una excepción específica, por lo que la interacción no puede llevarse a cabo adecuadamente.

Explicándolo de otra manera, las interacciones entre roles iguales presentan una tendencia a no funcionar; por ejemplo, una interacción entre dos “YO” padres tenderá a tornarse caótica, puesto que ambos estarán buscando constantemente la protección y seguridad para su hijo, pero, al no existir el hijo en dicha transacción, la situación se convertirá en un estira y afloja constante; otro ejemplo sería la interacción entre dos “YO” niño, en la cual, ambos estarán en una búsqueda constante de la

protección del padre, pero, al no existir la figura paterna, la situación estará marcada por conflictos constantes.

La única excepción a la que se hace referencia es a la transacción que tiene como protagonistas a dos “YO” adultos, puesto que estos, al tener un mejor procesamiento de la información, pueden ver a realidad de una manera más objetiva, lo cual propicia diferentes acuerdos y provocará un crecimiento de ambas partes.

Mientras que, en lo que a la segunda y última diferencia se refiere, se presentan las interacciones entre distintos estados del “YO”, ya sea la interacción de un “YO” adulto con un “YO” niño o con un “YO” padre. Explicándolo de una mejor manera, es posible entender que el “YO” adulto tiene una percepción más objetiva de la realidad, por lo que al entrar en contacto con una persona que va a querer cuidarlo todo el tiempo (“YO” padre), el “YO” adulto rechazará dichos cuidados, puesto que es capaz de cuidarse por sus propios medios.

De igual modo que con el “YO” padre, si un “YO” adulto entra en contacto con un “YO” niño, se podrá percatar de que este estará buscando constantemente una gran cantidad de cuidados, protección e incluso sobreprotección; ante esta situación, el adulto entiende que el niño requiere protección hasta cierto punto, pero cuando el niño busca que la protección se vuelva sobreprotección, el adulto rechazará la interacción, puesto que entiende que el niño debe valerse hasta cierto punto por sí mismo.

Una vez mencionadas las categorías que abarcan los juegos y especificado a qué hace referencia el término “transacción cruzada”, es posible continuar con la

clasificación de los juegos, por lo que a continuación se presentará la segunda clasificación, utilizada por Sáez (2001):

1.3.1. Por el número de jugadores.

En esta categoría se encuentran los juegos que van desde 2 participantes en adelante, los principales juegos pertenecientes a esta clasificación son los siguientes:

- 1) El juego titulado como “peleen los dos”, el cual consiste en una serie de 3 jugadores, en donde uno de los participantes es el encargado de comenzar una pelea entre los otros 2 participantes, puesto que el objetivo seguido por el iniciador es demostrarse a sí mismo, que, a pesar de la pelea, él no tiene ningún compromiso por su parte.
- 2) El juego del “alcohólico” consiste en que la persona que adopta el rol de víctima para reforzar su propia idea de que él está mal y los demás están bien, esto lo hace mediante la creencia de que su problema es una ventana de escape que le permite no pensar ni sentir.
- 3) Mientras que el último juego perteneciente a esta categoría lleva por nombre: “Sí, pero...” en este juego el rol principal es el de perseguidor, y se desarrolla mediante el rechazo de cualquier solución o punto de vista que le pueda ser aportado al sujeto, puesto que lo considera como insuficiente, por lo que, al hacer eso, el sujeto refuerza su postura de que él está bien y los demás están mal.

1.3.2. Por los símbolos utilizados.

En esta categoría, se presenta la utilización de símbolos para representar los juegos psicológicos, un ejemplo de simbolismos son las palabras y el dinero, los juegos que aparecen en esta categoría son los siguientes:

1. “Psiquiatra”, en el cual el rol principal es el de salvador, este tiene como motivación brindar ayuda, pero es completamente consciente de que puede presentarse el caso en el que su ayuda fracase, por lo que atribuirá el fracaso a la persona que recibió la ayuda, lo que reforzará su postura de él estar bien y los demás están mal.
2. En el juego conocido como “Deudor”, se presenta el rol principal es el de perseguidor, el cual se encarga de abastecer de diferentes recursos al otro participante, con la intención de crear una deuda tan grande, que sea constantemente recordada al deudor, todo esto le permite al perseguidor reforzar su postura de que él está bien y los demás están mal.

1.3.3. Por el tipo clínico.

En esta categoría se utilizan los juegos que están desarrollados con alguna alteración en la personalidad, como pueden ser personalidades histéricas, obsesivo-compulsivas y paranoides.

Comenzando con los juegos histéricos, se encuentra el llamado “Rapo”, en el cual el rol protagónico es el de perseguidor, y en la mayoría de los casos suele ser adoptado por mujeres. Lo que se busca mediante este juego es la provocación

mediante la atracción para, posteriormente, dar paso al rechazo, reforzando la postura de que ella está bien y los demás están mal.

Este juego puede presentarse en tres niveles, los cuales comienzan de menor a mayor intensidad:

- 1) Suele presentarse en una gran variedad de situaciones, pero predomina en las sociales, más específicamente en las reuniones. En este nivel, la protagonista interactúa de forma verbal, siendo cariñosa con la víctima, con la finalidad de que esta se haga a la idea de que puede tener una oportunidad con ella, por lo que comienza a perseguirla, de ahí obtiene la protagonista el placer que la satisface, pero cuando la víctima se decide a dar el siguiente paso, la iniciadora la rechaza, dando ella por terminado el juego, por lo que puede agradecerle a la víctima todas sus atenciones, o simplemente no decirle nada y comenzar con la búsqueda de otra potencial víctima.
- 2) Este nivel es similar al primero, puesto que la perseguidora siente placer al estar siendo cortejada por su víctima, la diferencia surge en que ella lo rechaza pero no del todo, sino que deja entrever a la víctima que después del rechazo, todavía sigue teniendo oportunidad con ella, por lo que la víctima se compromete de manera inconsciente, lo que termina provocándole que tenga que realizar una serie de maniobras cada vez más complicadas para intentar convencer a la perseguidora de darle una oportunidad.

Aunque en este nivel se da un fenómeno importante: la víctima, al mismo tiempo que está intentando cortejar a su perseguidora, está jugando el juego conocido como “Patéame”, el cual será explicado una vez que a explicación del juego “Rapo” concluya.

3) En este nivel, el juego ya se torna depravado, puesto que puede terminar en problemas legales, en atentados contra la integridad física y en el peor de los casos en asesinatos o suicidios. Al igual que en el nivel anterior, aquí la perseguidora logra hacer que la víctima se comprometa de tal manera con ella, por lo que esta última termina estando a la merced de la perseguidora.

Ella a manera de retribución, le permite una interacción más cercana y estrecha, dando paso al contacto físico, puede quedar en meras caricias y abrazos, pero también puede terminar en una relación sexual, la cual ella disfruta; una vez consumada, ocurre una de las dos cosas siguientes: ella lo acusa a él de haberle ocasionado un daño irreparable o, en su defecto, no decirle nada en el momento, sino esperar, y en lo que la espera se lleva a cabo, la perseguidora puede conseguir diversos aliados que refuercen su versión de los hechos, para posteriormente emprender acciones legales contra la víctima, lo que termina con la libertad o con la propia vida de la víctima.

Anteriormente se hizo mención al juego psicológico conocido como “Patéame”, en este, el rol principal es el de la víctima, esta prefiere ser torturada y humillada a ser olvidada por su victimario (perseguidor), y mediante las humillaciones y rechazos sufridos, se ve reforzada su postura de que él está mal y los demás están bien.

En cuanto a los juegos obsesivos-compulsivos se refiere, es posible identificar el juego: 1. “Abrumado”, en el cual el rol principal es el de la víctima, se lleva a cabo

mediante la saturación que actividades hasta el punto de que la víctima en cuestión llegue al colapso, con la finalidad de hacerse el mártir, reforzando su postura de que él está mal y los demás están bien

Mientras tanto, en lo que a los juegos paranoides se refiere, se encuentra el denominado: “¿Por qué esto ha de ocurrirme a mí?”, en este, el rol principal es el de la víctima, la cual se dedica únicamente a estar alardeando de sus propias desgracias, todo eso con la finalidad de obtener compasión por parte de los demás, esto le permite reforzar su postura de que él está mal y los demás están bien.

1.3.4. Por las zonas psicoanalíticas.

Los juegos suelen clasificarse por la zona en dónde la libido del jugador se encuentre estancada, siendo las zonas principales: 1) la zona oral, con el juego del “Alcohólico”, 2) la zona fálica, con el juego “Peleen los dos” y 3) la zona anal, con el juego del “Agresor”

En este apartado únicamente se procederá a explicar en qué consiste el juego del “Agresor” puesto que los otros dos ya fueron abordados en páginas anteriores.

En el juego psicológico del “Agresor”, el rol principal es el de perseguidor, el cual se encarga de hacer cumplir su voluntad sin importar que las demás personas puedan salir afectadas durante el transcurso del juego, por lo que al encontrarse con la sumisión de la víctima, se refuerza su postura de que él está bien y los demás están mal.

1.3.5. Psicodinámico.

En esta clasificación aparecen los juegos de tipo contrafóbico, por ejemplo: “Si no fuera por ti”, de tipo introvertido, como el juego “Psiquiatra”, pero al haber sido este último ya mencionado anteriormente, únicamente se explicada el primero. En este juego el rol principal es el de perseguidor, este se lleva a cabo mediante la culpa que el perseguidor asigna a los demás, porque debido a ellos, él no puede hacer lo que realmente quiere, por lo que su postura de él está bien y los demás están mal se ve reforzada.

1.3.6. Juegos instintivos.

En esta categoría se encuentran los juegos de tipo masoquista (Si no fuera por ti), juegos de tipo sadista (Agresor) y juegos de tipo fetichista (Hombre/Mujer frígida) siendo este último el que se va a explicar, debido a que los dos primeros ya fueron mencionados anteriormente.

En el juego del “Hombre/mujer frígida”, el rol principal es el de perseguidor, puesto que se caracteriza por el rechazo constante ante cualquier intimidad de tipo sexual por parte de la pareja, pero, aun así, el perseguidor realiza conductas específicas para provocar que su víctima vuelva a intentar una insinuación de tipo sexual, para, posteriormente volver a rechazar la invitación.

El juego de “hombre/mujer frígida” es complementado con otro llamado “Alboroto”, puesto que en este último también el rol principal es el de perseguidor; este juego se lleva a cabo mediante las discusiones que se generan en el juego del

“Hombre/mujer frígida” con la finalidad de buscar evitar la intimidad e inclusive buscar la disolución del acuerdo marital en cuestión.

Esas son las principales clasificaciones de los juegos psicológicos, pero como se mencionó anteriormente, han ido surgiendo más juegos psicológicos, si bien clasificarlos ha sido una tarea compleja inclusive para los estudiosos del tema.

A continuación, a manera de lista, se presentan algunos otros juegos psicológicos propuestos por Sáez (2001):

1. “Pata de palo”: en este juego psicológico, el rol principal es el de víctima, la cual atribuye sus fracasos o desgracias a defectos de nacimiento, todo esto con la finalidad de evitar responsabilidades, por lo que su postura de que ella está mal y los demás bien, es reforzada.
2. “Arrinconado”: aquí el rol principal es el de la víctima, la persona que adopta este rol tiende a aislarse de situaciones y personas para lograr una desesperación en las demás, teniendo como objetivo el demostrar que esa persona no tiene solución, su postura de que ella está mal y los demás están bien, es reforzada.
3. “Mira cuánto me esfuerzo”: este juego psicológico se caracteriza porque el rol principal es el de la víctima. El sujeto que adopta este rol, al momento de que fracasa realizando cualquier tarea, tiende a escudarse diciendo que hizo todo lo que estaba a su alcance, todo eso para librarse de la culpa que lo hace sentir el fracaso en sí, por lo que la postura de que él está mal y los demás bien es reforzada.

Continuando con la clasificación de Sáez (2001), se presentarán otros juegos psicológicos en los cuales la postura del iniciador del juego será reforzada; dicha postura es la siguiente: él está bien y las demás personas están mal.

4. “Defecto”: en este juego psicológico, el rol principal es el de perseguidor, el individuo que decide representar dicho rol está en la búsqueda constante de defectos en cualquier actividad que realicen las demás personas, para remarcarlos y hacerles saber que todos se equivocan, excepto él.
5. “Ahora te agarré” es el nombre del siguiente juego, el rol principal es el de perseguidor; quien adopte este rol estará siempre pendiente de lo que realicen los demás para encontrar fallas. Puede parecerse al juego del “Defecto” pero la diferencia radica en que este, como ya se mencionó en su descripción, el sujeto busca sentir que todos se equivocan, menos él, mientras que en el juego de “Ahora te agarré”, lo que busca el sujeto, remarcando a los demás los errores que ellos cometan, es obtener una sensación de superioridad respecto a los otros.
6. El siguiente juego lleva por nombre: “El mío es mejor que el tuyo”, el rol principal es el de perseguidor, la persona que funja como tal, está en una constante competencia con los demás, busca competir constantemente por lo que sea, de manera que siempre buscará ganar la competencia para hacer saber a las personas que derrotó que son inferiores.
7. A continuación, se presenta el juego: “Mira lo que me has obligado a hacer”; en este, al igual que el anterior, el rol principal es el de perseguidor, quien buscará culpar a los demás de las decisiones fallidas o fracasos que tenga, echándoles

en cara que las decisiones que él tomó lo hizo pensando en los demás, no en él, siempre se justificará de esa manera.

8. El siguiente juego en la lista es el de “Tribunales”, el rol principal también es el de perseguidor, este juego suele presentarse cuando la interacción ocurre entre varios participantes, el perseguidor estará en la postura de que todas las situaciones o eventos negativos provocados son consecuencia de las opiniones de los demás, por lo que él se sentirá como juez, para juzgar quién tiene o no la razón.
9. Continuando con la lista de juegos, el siguiente es: “Solo trato de ayudarte”; a diferencia de los juegos mencionados anteriormente, en este, el rol principal es el del salvador, por lo que la persona que decida adoptarlo estará buscando entrometerse constantemente en los asuntos de los demás, con la justificación de que él solo busca ayudar, pero lo que realmente quiere es tener dominio sobre los demás.
10. En el juego titulado: “Déjame hacerlo a mí”, el rol principal es el de salvador, el sujeto busca anticiparse de dos maneras a los posibles errores que puedan cometer los demás: puede prevenirlos mediante palabras o acciones, pero lo que busca el sujeto es generar dependencia de las demás personas hacia él.
11. Finalmente, el último juego que se describirá es el de “¿Qué harías sin mí?” En este juego el sujeto busca ganar la dependencia de los demás, y esto lo lleva a cabo mediante una serie de palabras mediante las que busca hacer creer a los demás que él es necesario.

1.4. Función principal de los juegos psicológicos.

Los juegos psicológicos tienen una serie de ventajas, las cuales pueden ser desde las más simples, como pasar el tiempo, ya sea de manera satisfactoria o insatisfactoria, dependiendo del juego que se utilice e inclusive evitar la intimidad entre los participantes.

Sin embargo, la función principal de los juegos psicológicos es la propuesta por Berne (1966: 66), quien indica que “algunos juegos son urgentemente necesarios para la conservación de la salud en ciertos individuos”.

Lo que el autor referido comparte mediante esa definición es que el equilibrio psíquico de algunas personas está tan dañado que requiere constantemente la utilización de este tipo de juegos para mantener la salud, mientras tanto, los participantes pueden sentirse satisfechos o infelices, sin embargo, ya se encuentran acostumbrados a eso último, debido a la constante utilización de los juegos psicológicos.

1.5. Ventajas y desventajas de los juegos psicológicos.

En cuanto a ventajas se refiere, se mencionarán las propuestas por Berne (citadas por Massó; 2007):

1. Ventaja biológica: La cual se refiere a el intercambio de caricias de índole negativa que suelen tener los participantes al momento de estar efectuando un juego psicológico.

2. Ventaja existencial: Dicha ventaja puede presentarse de tres maneras diferentes, pero perfectamente complementarias entre sí:
- a) La primera, es la confirmación de las creencias que posea el sujeto, debido a que, con el uso de los juegos, refuerza sus diferentes ideas y argumentos relacionados a cómo debe comportarse e interactuar con los demás.
 - b) La segunda manera en la que puede presentarse este tipo de ventaja es mediante los propios juegos que el sujeto utiliza, dicho de otro modo, estará utilizando constantemente juegos psicológicos que contemplen competencias entre él y los demás, por lo que un mayor número de “victorias” para él, se traducirá a una mayor reafirmación de su propia existencia.
 - c) La última forma de presentación de este tipo de ventajas es mediante la adopción de una postura sumisa, sin confianza ni posibilidades propias para resolver alguna situación que se le presente al sujeto, por lo que la mayor parte del tiempo, sino es que en su totalidad, estará buscando un cobijo constante de alguien que él perciba como más fuerte; en otras palabras, el sujeto estará adoptando constantemente un rol de víctima para lograr obtener beneficios de los demás, aun cuando eso termine perjudicando su propio desarrollo personal.
3. Ventaja psicológica interna: Esta consiste en que, mediante el dramatismo surgido a raíz de la interpretación de los juegos, el sujeto que inició el juego es capaz de mantener el equilibrio de sus propios procesos internos, conservando la integración y coherencia de los estados del “YO” (adulto, padre, niño).

4. Ventaja psicológica externa: Esta hace alusión al cúmulo de experiencias y situaciones que el sujeto ha aprendido de su entorno, de las interacciones con sus padres y demás personas, generando así su propio bagaje histórico, el cual se verá reforzado por la utilización de los juegos psicológicos y que, mientras no encuentre ninguna dificultad que le impida seguir usándolos, el sujeto en ningún momento cuestionará si su forma de actuar es la adecuada o no.
5. Ventaja social interna: Menciona que los juegos son una manera en la cual el sujeto puede “invertir” su tiempo, por lo que presentará relaciones personales profundas, pero que carecerán de diversión, puesto que en la relación los juegos psicológicos serán un tema constante de discrepancia.
6. Ventaja social externa: Esta radica en que, a través de los juegos psicológicos, los seres humanos son capaces de escoger qué tipo de relaciones quieren y con qué personas, por lo que en algunas ocasiones se pueden presentar juegos psicológicos que se complementen perfectamente, como se mencionó anteriormente, por ejemplo: el juego de “Rapo” tiene sinergia con el juego de “Patéame”, lo que permite que la verdadera personalidad de los participantes salga a flote.

Mientras que en cuanto a desventajas se refiere, Kertész y cols.; (1997) las definen según la gravedad, por lo cual presentan tres niveles, en un orden ascendente:

1. En este nivel de gravedad, los autores mencionan que los juegos psicológicos son sutiles, por lo cual la gente tiende a verlos como una interacción normal entre los participantes, esto aunado a que, en la mayoría de los casos, existe un desconocimiento acerca de lo que son, da como resultado una aceptación

de los mismos, tanto por los participantes por las personas con las que se rodean y por el contexto en el que se desarrollan.

2. En este nivel ya comienzan a existir ciertos daños, que, aunque no son mortales ni irreparables, comienzan a producir un cierto grado de malestar en alguno o en todos los participantes, lo cual puede comenzar a generar fricción entre ellos.
3. El último nivel ya es el más alto, los daños no pueden ser ocultados ni disimulados de ninguna manera, puesto que son de tal magnitud que pueden ocasionar que algún participante termine involucrado en problemas legales, en un hospital o, en el peor de los casos, la muerte.

En conclusión, los juegos psicológicos son un fenómeno que surge en cualquiera de las interacciones que se puedan presentar entre los seres humanos, puesto que, como se mencionó a lo largo del capítulo, siguen una estructura sistemática bien definida y específica, lo que provoca que los seres humanos muestren una tendencia a jugar de manera inconsciente. En este escenario, las ganancias que puedan obtenerse al respecto, así como sus consecuencias, dependen del tipo de juego psicológico que se esté jugando.

CAPÍTULO 2

EL NOVIAZGO

El noviazgo no es más que una etiqueta impuesta por la sociedad, la cual se otorga a las relaciones que comenzaron por una amistad. Con el paso del tiempo, la interacción que llegan a tener dos amigos va haciéndose cada vez más profunda e íntima, lo que termina desembocando en la aparición de sentimientos más profundos e intensos hacia la otra persona, y cuando son recíprocos, alguien de los dos decide dar el siguiente paso y proponerle al otro que tengan una relación de noviazgo.

Se trata de un fenómeno que ocurre entre dos personas y que engloba una gran cantidad de aspectos y conceptos, los cuales no son observables a simple vista, por lo que requieren de una observación mucho más detallada de lo habitual, además de que dichos conceptos tienen su origen en el inconsciente de las personas.

Por ello, además de mencionar los aspectos que influyen en el noviazgo, en este capítulo se desarrollarán de una manera más detallada, puntualizando qué son y en qué consiste cada uno de ellos, teniendo como objetivo lograr una mejor comprensión de lo que es el noviazgo y de todos los aspectos que lo conforman.

2.1 Definición de noviazgo.

Para poder comenzar con este capítulo, es necesario precisar qué es el noviazgo, por lo que se utilizarán tres definiciones; en primer lugar, la de Vargas e Ibáñez (citados por Bernal; 2018: 44): “el noviazgo es un concepto social que se presenta para conseguir una pareja, estableciendo un compromiso por parte de

ambos, este se compone de un conjunto de reglas que la mayoría de las veces no se establecen de forma explícita, ya que se da por hecho que los individuos pertenecientes a la relación tienen conocimiento de ello a partir de la cultura en la que se encuentren; si estas no cumplen las expectativas del otro, se originan conflictos que pueden llevar a la ruptura.”

En segundo lugar; se encuentra la definición de noviazgo propuesta por Sánchez (2016: 1), quien señala que “se refiere a dos personas cuya conducta es interdependiente y que un cambio en la conducta de uno producirá un cambio en la conducta del otro”.

Y por último está la definición aportada por Guzmán (2003: 4), “es el intercambio de sentimientos y emociones que bien puede culminar en un noviazgo sólido y saludable o bien en una relación tormentosa y disfuncional”.

Se puede concluir, una vez leídas las definiciones acerca del noviazgo, que, efectivamente, la relación de noviazgo se da mediante la interacción constante por parte de los miembros que la conforman; dicha relación estará regida por un intercambio constante de emociones y sentimientos, además de una serie de reglas que en ningún momento se estipulan, por lo que se entiende que son implícitas y el cumplimiento de dichas reglas o no, sumado a otra serie de factores, las cuales se abordarán posteriormente, puede ocasionar uno de los dos escenarios siguientes: el primero; hacer que la relación no solo se mantenga, sino evolucione a una relación mayor a un noviazgo (matrimonio) o el segundo escenario: que la relación se disuelva, así como lo mencionan tanto Vargas como Ibáñez (referidos por Bernal; 2018).

2.2 Acerca del noviazgo.

Para Mogyoros y Rodríguez (1991), desde los puntos de vista anatómico y fisiológico, tanto el hombre como la mujer están hechos y contruidos para complementarse, “aparearse”, todo esto con la finalidad de establecer una relación de pareja que les permita crear una historia común, así ha sido siempre en la especie humana. El nivel biológico se ve superado por los niveles psicológicos y social. La pareja es fundamental y nuclear, no solo porque se sacian las necesidades orgánicas, sino por todo lo que se puede obtener tanto a nivel psíquico como social.

Continuando con lo expuesto por Mogyoros y Rodríguez (1991), la mujer siempre ha sido percibida como un ente más cíclico, más próxima a la naturaleza que el hombre; la mujer es más alterocéntrica, mientras que el hombre es más egocéntrico; la mujer se deja guiar más por su corazón, mientras que el hombre se rige por su cerebro; la mujer tiende a ser más emocional, mientras que, por su parte, el hombre tiende a ser más racional.

La mujer normalmente ha sido educada para gustar al hombre, mientras que, por su lado, el hombre ha sido educado para estar luchando y obtener el triunfo. Desde tiempos antiguos e inclusive hasta a actualidad, a la mujer se le ha conocido y se le sigue conociendo como el sexo “débil”, mientras que al hombre se le ha conocido como el sexo “fuerte”.

Para Mogyoros y Rodríguez (1991), el noviazgo debe ser una relación en la que la pareja se encuentre completamente integrada y sea dinámica, en la cual las capacidades de ambos sujetos sean potencializadas puesto que se llegará a un estado

en el cual se dejarán las individualidades atrás y se comenzarán a percibir como un “nosotros”, pero, a pesar de todo eso, la estrechez que pueda presentar el vínculo entre hombre y mujer no es una garantía total de que la relación vaya a ser estable ni que funcione del todo, paradójicamente, así como la pareja puede ser fuente de felicidad para algunos, en otros casos es fuente de tribulación.

A continuación, se mencionarán algunos factores que influyen en la relación de pareja, para esto, se procederá a utilizar los propuestos por Mogyoros y Rodríguez (1991):

1. Condicionantes de la relación:

Al momento de iniciarse la pareja, ambas personas llegan por decirlo de una forma, “enteras”, esto quiere decir que tanto sus historias, como sus costumbres, valores, traumas y prejuicios se encuentran todavía intactos, por lo que al momento en que se comience con la interacción, llegará más de algún momento en el cual esos aspectos sufran modificaciones, por lo que a partir de ahí, el estado de “entero” comenzará a fragmentarse para después reconstruirse, pero ahora con nueva información que le será otorgada por la pareja. Es ahí donde la madurez o inmadurez de las personas tomará un rol determinante en la capacidad que tendrán o no los sujetos para llegar a un acuerdo y evitar el mayor número de diferencias que puedan mermar su relación.

Según Allport (citado por Mogyoros y Rodríguez; 1991), existen siete puntos con los cuales es posible identificar a una persona madura:

- 1) Ampliación del “yo”: Esto se refiere a la capacidad que tenga el sujeto de modificar su estado del “yo”, incorporando los interés y valores de las personas con las que se rodea, en este caso, serían los de su pareja.
- 2) Relación afectuosa: Este punto se refiere a cómo es la relación que tenga el individuo con los demás, lo que incluye la capacidad de tener compasión por el otro, de participación y cooperación y de intimidad.
- 3) Seguridad emocional: Quiere decir qué tan seguro está el sujeto de sí mismo, cómo es su autoestima y qué tan positivo pueda ser su propio autoconcepto.
- 4) La percepción: Aquí va aquella capacidad que tenga el individuo de ver la realidad “tal como es”, es decir, que la percepción que tiene de las circunstancias no se vea afectada por sus emociones, sentimientos o conflictos que puedan presentarse.
- 5) Autoconocimiento: Básicamente, qué tanto se conoce el sujeto, qué quiere, cuáles son sus virtudes, cuáles son sus defectos, qué debe hacer y qué no puede hacer.
- 6) Una filosofía de vida: Este punto hace referencia que la ideología que presenta el sujeto no está sentada ni basada en ideas o sentimientos pasajeros, todo lo contrario, tiene bien definidas sus motivaciones y su razón para hacer las actividades.

Es innegable que la atracción de un individuo por otro termina ocurriendo independientemente de la época o la situación, pero para que pueda existir una atracción mutua, es necesario que los sujetos presenten semejanzas y coincidencias en mayor medida que diferencias.

Continuando con los factores que influyen en la relación de pareja propuestos por Mogyoros y Rodríguez (1991), se encuentran:

2. Elementos de la relación.

El enfoque de la relación de pareja apunta primeramente a una mera compañía y convivencia entre los miembros que la conforman, dicha convivencia se expresa cuando los sujetos realizan juntos diversas actividades: comer, dormir, divertirse, sufrir e incluso pelear, solo por mencionar algunas.

La comunidad no se trata de una experiencia que pueda realizarse por episodios, al contrario, es una experiencia continua y permanente que, después de haber pasado por los puntos que se mencionan en el párrafo anterior, se transformará en intimidad, sin embargo, es importante hacer mención de que, en alguna ocasión, la intimidad podrá tornarse amenazante para alguno de los miembros de la pareja, puesto que sentirá que su propia individualidad correrá peligro de desaparecer.

3. Dinámica esencial de la pareja.

La relación parte de dos individualidades: un “yo” y un “tú”, que con el paso del tiempo dan lugar a un “nosotros”, el cual puede ser amplio o no, puede llegar a ser íntimo o no, y puede ser enriquecedor o no; independientemente de ello, ese “nosotros” va a ir sufriendo modificaciones con el paso del tiempo y la interacción entre los propios sujetos.

El amor que pueda presentar la pareja es afectivo, puesto que estará basado en emociones y sentimientos, también puede ser un captativo, puesto que cada uno

estará a la expectativa de todo lo que el otro pueda aportarle en sentimientos, conocimientos y motivaciones, de manera que la belleza de la mujer procede a excitar al hombre e inspirarlo, mientras que, por su parte, la energía que pueda desprender el hombre igualmente excita a la mujer y le sirve como fuente de inspiración.

Otros elementos que pueden permitir observar la dinámica que se presente en la relación, pueden incluir la capacidad que tengan tanto el hombre como la mujer de comunicar sus propias emociones, ideas y sentimientos en el momento justo, sin lastimar o hacer sentir menos al otro (comunicación asertiva).

La dinámica que se presenta en la pareja es muy diferente a la que se presenta en el ámbito paterno, puesto que, en este, en cierto momento el individuo comenzará a separarse de forma progresiva de su núcleo familiar, mientras que, en la dinámica de pareja, dos personas que comenzaron siendo desconocidos comienzan a unirse entre sí, de manera gradual.

Son contadas las experiencias que pueda vivir el sujeto que le permitan originar sentimientos ambivalentes, como lo son los que se producen al estar en una relación de pareja: habrá tanto momentos de alegría como de tristeza, y lo que tendrán en común, es que estarán relacionados con la otra persona, no tanto con el propio sujeto.

El último factor influyente en la relación propuesto por Mogyoros y Rodríguez (1991) es el siguiente:

4. Creatividad en la relación.

La relación de pareja es todo lo opuesto a algo estático, a algo que está terminado, a algo que es rígido y fijo, puesto que la relación se construye todos los días mediante la interacción entre los sujetos, como ya se ha mencionado anteriormente. Por ello, cada relación es única e irrepetible, puesto que cada uno de los sujetos es único y está en constante cambio todos los días.

La creatividad puede presentarse de muchas maneras dentro de una relación, de acuerdo con el clima que se produzca entre la pareja. Un ambiente cálido puede beneficiar las interacciones, puesto que serán momentos de gozo que den paso a diferentes actitudes como el entusiasmo y gusto por ver a la pareja; en su defecto, un clima hostil provocará todo lo opuesto.

La forma en que se motiva a la pareja, será sometida a diferentes problemas y circunstancias, pero no solo eso: es importante recordar que cada individuo tiene su propia vida y sus propios problemas que resolver, es ahí donde entra la manera de motivar al otro para que sea capaz de resolver sus situaciones.

Existen dos tipos de relaciones de pareja, los cuales son mencionados por Rogers (citados por Mogyoros y Rodríguez; 1991):

El primero es conocido como “geared marriage” (matrimonio orientado): en las relaciones de este tipo, las personas se complementan y fácilmente, lo que les permite estar en constante comunicación, por lo que su existencia y convivencia será serena y tranquila; el segundo tipo se conoce como “conflictual marriage” (matrimonio conflictivo) y se caracteriza por una dificultad constante de los miembros de la pareja por adaptarse entre sí, lo cual generará que estén realizando esfuerzos constantes

para poder conseguir que funcionen como pareja, pero, después de todo, lograrán convivir en armonía, con la diferencia de que les costará más tiempo y esfuerzo que en el primer tipo de relación.

El amor que puede llegar a sentir una pareja de novios no es igual al que se puede dar en un matrimonio recién comenzado, o en un matrimonio que lleve más tiempo. En el noviazgo suelen dominar sentimientos románticos, idealistas e idealizados; durante esta etapa, la gran mayoría de las relaciones suelen estar gobernadas por un gran desconocimiento propio, así como de sus propias motivaciones y de su personalidad, inclusive desconocen la personalidad del otro, pero esa inexperiencia suele ser compensada por la propia sobreestimación que hagan de su fuerza y su aparente madurez psicológica.

2.3. Aspectos que influyen en la elección de pareja.

A lo largo del tiempo, se ha hecho común escuchar a las personas que acaban de terminar una relación decir que su próxima experiencia será mejor y menos conflictiva que la que acaban de terminar; curiosamente, cuando esas personas comienzan otra relación, se dan cuenta de que es igual o más conflictiva que la anterior, lo cual se toma como una ironía de la vida, al menos esa es la percepción que se tiene, pero lo que esas personas desconocen, es que, esa ironía tiene sus bases muy bien sustentadas en cuestiones de índole inconsciente.

Una vez analizada la propuesta psicoanalítica de Freud, Rossi (2004) llegó a la conclusión de que la angustia más básica que un individuo puede sufrir es la incapacidad para satisfacer de manera autónoma sus propios deseos e impulsos, lo

cual genera un temor de que no vayan a aparecer los recursos y medios externos necesarios para que el sujeto logre saciarse por sí mismo.

Viéndolo de otro modo, la principal angustia que pueden presentar los sujetos es que no vayan a ser capaces de encontrar un amor como el que le dieron los primeros objetos/personas con los que estos se relacionaron desde su infancia; dicho con otras palabras, lo que más teme el sujeto es que no poder encontrar un amor idéntico al que sus padres le daban, por lo que la elección de una pareja suele partir en mayor medida de esta referencia.

Es por eso que el sujeto constantemente está realizando procesos de transferencia a aquellas personas que él siente que pueden darle el amor que sus padres le daban, pero es importante aclarar a qué se refiere este término que, si bien tiene su origen en el psicoanálisis, también puede ser utilizado en muchas otras corrientes psicológicas.

Por ello, se utilizará la definición propuesta de Laplanche (citada por Rossi; 2004: 9): la transferencia es definida como “el proceso en virtud del cual los deseos inconscientes se actualizan en ciertos objetos”.

Añadiendo a la definición anterior, se entiende que los deseos inconscientes son aquellos que el sujeto no logró saciar con sus padres en la infancia, por lo que, al momento de crecer, esos deseos no satisfechos tienen a tomar un carácter traumático para el sujeto, por lo que este comienza la búsqueda de aquella persona la cual le brinde lo que busca o necesita.

Por lo tanto, en el proceso de selección de pareja se encuentran elementos que condicionan por qué el sujeto decide escoger o no a alguien, de manera que repetirá constantemente los aspectos que no fueron bien trabajados en su infancia, con el fin de dominarla o saciarla. La pareja, en la gran mayoría de los casos, suele ser elegida en función de las figuras paternas de los individuos, puesto que las figuras de los padres suelen ser las más admiradas por ellos, al menos en la infancia; por lo que, mientras más se deje llevar el sujeto por esa idea, es más probable que su elección termine fracasando.

A continuación, se presentará una serie de factores que el sujeto observa comúnmente en sus padres y que buscará repetir en su relación de noviazgo, para ello, se utilizarán los elementos propuestos por Balabarca (2006):

1. Nivel de inteligencia: Que la persona que el sujeto escoja sea lo suficientemente inteligente para saber qué hacer cuando el individuo le exponga sus emociones y sentimientos para, con base en ello, poder tomar la mejor decisión, así como lo hicieron los padres cuando el sujeto era pequeño.
2. Nivel de abstracción: Quiere decir que la pareja elegida por el sujeto debe de ser lo suficientemente madura para poder pensar antes de actuar y, así, tomar la mejor medida posible, así como lo hacían sus padres.
3. Capacidad de decisión: Qué tan positivas son las decisiones que toma la pareja, esto hace referencia a que si las medidas que toma el potencial prospecto tienen el mismo grado de meditación que las decisiones tomadas por los padres del sujeto.

4. Apego a los padres: Esto hace referencia a si nivel de afecto que tiene la pareja hacia sus padres es el mismo o mayor que el del sujeto en cuestión; si es el mismo el sujeto la elegirá, si es menor, el sujeto optará por buscar a alguien más.
5. Respeto a los padres: Qué tanto acatamiento tiene la pareja por sus padres, si es igual, mayor o menor que el del sujeto en cuestión.
6. Tipo de personalidad: Qué tan parecidas o no son las personalidades tanto del sujeto como la de su pareja.
7. Ambiciones a mediano y largo plazo: Si la pareja del sujeto tiene proyectos que desee cumplir más adelante, así como los padres del sujeto, que la mayoría de las veces, aun después de todo, tenían más metas que querían lograr.
8. Cuidado de la apariencia personal: Qué tanto se preocupa la pareja por su propia apariencia física, que tan aliñado o desaliñado está, si es igual de aliñado que lo que es el sujeto por las enseñanzas de sus padres.
9. Valores: Esto hace referencia a las convicciones que pueda o no tener la pareja; mientras sean similares a las que inculcaron al sujeto sus padres, no habrá ningún inconveniente; si la pareja tiene valores muy distintos, probablemente el sujeto busque otra persona.
10. Intereses en la vida: La pareja se preocupa tanto por siempre tener lo mejor, así como los padres siempre se preocuparon por darle lo mejor al sujeto en su infancia.
11. Hábitos personales: El sujeto tiene sus propias prácticas, las cuales se han ido modificando con el avance del tiempo y por la influencia de sus padres durante

la infancia, pero si la pareja muestra hábitos demasiado diferentes a los que le fueron inculcados al sujeto, eso será un motivo de conflicto.

12. Asimilación de los roles: Este punto hace referencia principalmente a que, si la potencial pareja recibió la misma educación que el sujeto, basada en los roles que tanto hombres como mujeres tienen y los derechos y obligaciones de cada quien.

13. Habilidades verbales: Este punto considera que el sujeto, durante gran parte de su vida observó cómo sus padres eran capaces de solventar diferentes problemáticas que se presentaran, por lo que, al momento de buscar pareja, el sujeto estará en búsqueda de alguien que tenga la misma facilidad de palabra que sus padres.

14. Inteligencia emocional: A pesar de que los padres del sujeto se enfrentaron a cualquier cantidad de situaciones, en todo momento mantuvieron la calma y no se dejaban llevar por las emociones, por lo que ahora, el sujeto buscará una persona que tenga la misma o una superior inteligencia emocional que sus padres.

15. Sociabilización: Así como el sujeto presenció cómo sus padres tenían contacto y comunicación con todo mundo, el sujeto querrá una persona que sea capaz de hacer eso mismo que sus padres, aunque, con el paso del tiempo, este aspecto en lugar de ser algo positivo, tenderá a convertirse más en algo negativo, puesto que eso despertará los celos del individuo.

2.4. Etapas del noviazgo.

Como se ha venido mencionando a lo largo del capítulo, el noviazgo es una forma de interacción que surge entre dos personas después de haber pasado una serie de circunstancias tanto a nivel individual como colectivo, pero, al tratarse de una interacción que constante y continua mientras dure, la relación no será la misma que cuando inició.

Este vínculo, como todo en la vida, estará sujeto a una serie de cambios y etapas diferentes entre sí, no obstante, existe una gran variedad de teóricos que en el pasado definieron dichas etapas, por lo que, para concretar este apartado, se mencionarán algunos autores y sus propuestas de los periodos que atraviesa una relación de noviazgo.

Para conocer cuáles son las fases por las que atraviesa una relación de noviazgo, se utilizarán las propuestas por dos teóricos. En primer lugar, se encuentran las propuestas por Melgosa y Melgosa (citados por Bernal; 2018):

1. Etapa afectiva: En esta suele predominar la atracción, la cual los autores señalan que se puede presentar de cuatro diferentes maneras: física, psicológica, sociológica y axiológica. La atracción predominante en esta etapa es la de índole física, por lo que en ese aspecto se centra la completa atención del propio individuo, desplazando completamente las conductas que puedan presentarse, por lo que en esta situación las pláticas que puedan presentar los novios se centran únicamente en todas las cualidades que pueda poseer el

sujeto, sin embargo, a pesar de esas charlas, el éxito de la relación no está garantizado.

Cómo mencionan Melgosa y Melgosa (citados por Bernal; 2018) existen cuatro tipos de atracción. Ya se abordó la física, por lo que, es necesario abordar qué son los otros tres tipos de atracción, por lo que se utilizarán las definiciones propuestas por Rage (1996).

El atractivo psicológico hace referencia a la posible madurez emocional e inteligencia que se pueda percibir de la otra persona, lo cual podrá despertar el deseo en el sujeto de llegar a intimar, además de sentirse cautivado por la inteligencia y personalidad de la otra persona.

Dentro de este tipo de atracción, Rage (1996) menciona una serie de factores que pueden llegar a presentarse, tales como descubrir y saber cómo se debe tratar a la otra persona, no verla como un objeto, sino como alguien que puede ser de ayuda para alcanzar los propios objetivos.

El atractivo sociológico es definido por (Rage; 1996: 155) como aquel aliciente que “comprende los antecedentes familiares, clase social, educación, cultura, subculturas, entre otros”.

Complementando lo que menciona el autor, este atractivo se refiere a todos esos aspectos que le fueron inculcados al sujeto desde su niñez, qué tan similares o no puedan ser con los que presenta la pareja potencial, puesto que de esos factores depende la existencia de una convivencia entre los sujetos e inclusive, viendo más a futuro, de ellos dependerá o no la existencia de un posible “nosotros”, pero así como

el autor hace mención a lo que engloba este atractivo, también retoma una serie de factores negativos, como son: los prejuicios sociales, los clichés verbales, egoísmos de clases sociales o grupos, hipocresías, mentiras o engaños, los cuales provocarán que la convivencia de los sujetos se vea perjudicada, por lo que no será del todo óptima, lo que a mediano y largo plazo dará como consecuencia la incapacidad para la creación del “nosotros”.

El siguiente y último tipo de atractivo es el axiológico, el cual es definido por Rage (1996: 157) como aquel que engloba “los valores que tienen los miembros de la pareja”. De la existencia de estos valores dependerá la fuerza que pueda presentar el vínculo entre ambos sujetos, en este tipo de valores se encuentran los económicos, éticos, estéticos, sociales, políticos y religiosos.

Continuando con las etapas de Melgosa y Melgosa (citados por Bernal; 2018) se encuentran las siguientes:

2. Etapa de los objetivos en común: durante ella, los novios tienen a analizarse mutuamente para verificar si ya cuentan con un conocimiento suficiente del otro (gustos, personalidad, intereses valores y actitudes) para darse cuenta de las virtudes y defectos que pueda presentar el otro y a partir de ello, tomar una decisión relacionada con el carácter del vínculo, es decir, si la relación actual de noviazgo podría evolucionar a una de compromiso e inclusive matrimonio.
3. Etapa de compromiso: En caso de que durante la etapa anterior los novios decidieran dar el siguiente paso a su relación, el compromiso o en su defecto el matrimonio, en esta suelen surgir todos los conflictos sobre la planeación de la

hipotética boda, debido a una serie de opiniones encontradas que puedan tener en la pareja, pero dichos problemas suelen ser resueltos la mayoría de las veces de una manera productiva y beneficiosa para ambas partes, puesto que deciden modificar algunas de sus propias actitudes, lo cual facilita la toma de decisiones y de acuerdos, todo esto con el objetivo de mejorar la convivencia entre ambos, sin llegar a un punto en el que el dominio será nada más de una parte, al contrario, se busca un equilibrio.

4. Etapa de ruptura: Esta etapa surge como alternativa en caso de que durante la etapa de compromiso las partes no fueran capaces de llegar a un acuerdo, por lo que deciden dar por terminada su relación o compromiso; otros factores que pueden dar paso a esta etapa pueden ser conflictos personales, violencia física, maltrato psicológico o abuso de sustancias.

Continuando con los teóricos y sus aportes, a continuación, se presentan las etapas que atraviesa el noviazgo, según Guzmán (2003):

1. La amistad: Esta etapa es fundamental puesto que de aquí surge todo tipo de relación, y el noviazgo no es la excepción; durante esta fase se comenzarán a sentar las bases de la posible relación de noviazgo, puesto que es aquí donde se generará la confianza, respeto, cortesía y aceptación hacia la otra persona.
2. Encuentros casuales: Como el nombre indica, en esta etapa los individuos se verán de vez en cuando (pudiendo ser el ambiente escolar, laboral o cualquier otro); durante esta etapa, las citas carecen de un carácter oficial, puesto que no se dan en lugares ni horas específicos, aunque los sujetos comienzan a contarle a sus amigos acerca de la otra persona.

3. Amistad especial: A diferencia de la etapa anterior, en la cual los encuentros eran meramente casuales, en esta etapa las salidas que puedan tener los sujetos ya comienzan a adquirir un carácter un poco más serio, puesto que ya se comienzan a compartir actividades como eventos sociales o familiares, en los cuales sea necesaria la compañía de una persona, además de comenzar a tener un poco más de intimidad al compartir actividades que requieran de la convivencia más íntima de los sujetos.
4. Noviazgo: Aquí, las citas ya son completamente oficiales, tienen horas y días estipulados, comienza la identificación de la pareja, el brindar atenciones más privadas y personalizadas mutuas, ya se ahonda en cuestiones más personales (gustos, intereses, metas y aspiraciones).

Las citas les sirven a los sujetos para reafirmar los sentimientos que cada uno siente por el otro, les ayudan a mejorar y reafirmar su propia autoestima, les permite conocerse de una mejor y más detallada manera, de igual manera, se genera la creación de responsabilidades mutuas.
5. El compromiso privado: Es la etapa intermedia entre el noviazgo y el compromiso formal (la cual será abordada posteriormente). Durante esta etapa, ambas partes comienzan a tratar temas un poco más a futuro, posibles proyectos que tengan cada uno y que puedan incluirlos a los dos, inclusive, ya se comienza a vislumbrar el “hipotético” escenario del matrimonio.
6. Compromiso formal: Las pláticas que tienen lugar en el transcurso de esta etapa son de un carácter completamente privado para los miembros de la pareja; como su mismo nombre lo indica, ya se tratan temas más formales como, por ejemplo: el matrimonio, el trato mutuo, el uso y administración de los recursos

económicos, el número de hijos, la planificación familiar e incluso los encuentros sexuales.

Es importante mencionar que, para el autor que se tomó como base para explicar estas etapas, las 6 mencionadas hasta ahora deben presentarse en un periodo no mayor a un año y medio (18 meses), además, considera que es mucho más fácil romper un compromiso antes de llegar al matrimonio que romperlo cuando ya existe una familia de por medio.

7. Matrimonio: Esta etapa es la consumación de todas las etapas y procesos anteriores, aquí es cuando los sujetos comienzan a crear su propia historia, esta etapa es la posterior al compromiso.

El autor recomienda que la planeación de la boda no debe ser mayor a 1 año (12 meses) puesto que en los primeros 7 meses es cuando tiene lugar la planeación de todos los preparativos, mientras que los meses restantes serán utilizados para planear de una mejor manera la ceremonia y hacer todos los arreglos necesarios.

Después de haber revisado las etapas por las que, según algunos autores, pasa el noviazgo, se puede concluir que todas las parejas las atraviesan; en ellas, los miembros se van conociendo entre sí, lo que generará un sentimiento de atracción en donde cada uno tendrá sus propias ideas e ilusiones respecto a la otra persona. Los autores coinciden en que llegará un momento en que la pareja requerirá un grado de mayor compromiso para la relación que no necesariamente es el matrimonio, sino que simplemente se quiere tomar más en serio a la pareja.

Ambos autores presentan tanto semejanzas como diferencias en sus aportes; comenzando con las similitudes, coinciden en que la relación tiene un punto de partida, el cual es la amistad, para posteriormente avanzar hasta el matrimonio, pero en cuanto a las diferencias a las que se hace mención, la principal es que no coincidieron en la última fase que presenta una relación: mientras que Melgosa y Melgosa (citados por Bernal; 2018), hablan de una fase de ruptura, Guzmán (2003) no hace referencia a ninguna etapa de esta índole.

2.5. El amor y el enamoramiento.

El concepto de amor siempre ha sido ambiguo, puesto que está sujeto a las creencias e ideas que cada individuo pueda tener al respecto. Dichas creencias son proporcionadas al individuo por el ambiente en el que este se desarrolle, además de que también se encuentran influenciadas por la educación que el sujeto reciba en su entorno familiar; por todo ello, cada persona tiene su propio concepto y percepción del amor, lo que se traduce en miles de millones de conceptos al respecto. Para concretar qué es, de manera específica se utilizará la definición de Maturana (citado por Pinto; 2012: 9): “El amor es la emoción que constituye las acciones de aceptar al otro como un legítimo otro en la convivencia. Por lo tanto, amar es abrir un espacio de interacciones recurrentes con otro en el que su presencia es legítima sin exigencias”.

El amor es de carácter estable y duradero, puesto que se trata de un proceso que incluye un trabajo psíquico por parte de ambas personas en varias dimensiones; es necesario elaborarlo, renunciar a cuestiones relacionadas con el narcisismo que

cada persona tenga consigo misma, además de sacrificar, en ocasiones, el placer propio por el de la otra persona.

Como ya se mencionó, el amor implica un trabajo psíquico de ambas partes, que consiste en que cada uno de los sujetos debe ser consciente en que no podrá corresponder de todo a las expectativas y los deseos de la otra parte. Por su parte Verhaeghe (citado por Rossi; 2004: 5) señala que “el amor es un proceso que nunca termina y que desafía a la pareja a una búsqueda de opciones ante los cambios individuales, las exigencias externas y las problemáticas que quizás surjan en el camino.”

El punto aportado por el autor referido tiene lógica, puesto que, en la relación de noviazgo, al estar basada en la constante interacción de los miembros, será completamente normal que en más de alguna ocasión puedan existir roces o malentendidos entre los miembros; un vínculo amoroso producirá cambios en los modos en que los individuos se reaccionan entre ellos mismos y con los demás.

A través de las interacciones que los novios tienen entre sí, cada uno de ellos descubre que su personalidad no es fija, al contrario, será modificada en varias ocasiones debido a que habrá momentos en los que cada uno de ellos hará actividades que posiblemente no se imaginó antes de que comenzará la relación; ambos se encontrarán en momentos en que sus propias expectativas serán correspondidas o no, todas estas situaciones obligarán a la pareja a estar en una búsqueda constante de opciones y soluciones ante los diferentes escenarios que puedan presentarse, eso es a lo que se refiere Verhaeghe (referido por Rossi; 2004) con su aporte.

Resulta complicado definir exactamente cuál será el rumbo que pueda tomar una relación de noviazgo, puesto que intervienen características muy particulares de los propios sujetos: personalidad, empatía, tolerancia a la frustración, compromiso y respeto, por mencionar algunas. En ocasiones, juega un papel decisivo la personalidad de los participantes, puesto que de ella dependen los aspectos mencionados; en ocasiones diferentes personalidades tienden dar como resultado una pareja armoniosa, en otras, provocarán diferencias y dificultades que serán una fuente constante de incompatibilidad, por lo que cada pareja tendrá sus propias virtudes y debilidades, lo cual puede repercutir en la separación de sus miembros o, en su defecto, únicamente en problemas pasajeros.

Por su parte, el enamoramiento es de carácter pasajero, por lo que es descrito por Rossi (2004: 3), “como un estado emocional de mucha intensidad acompañado de un tono exaltado”.

Es posible entender que lo que la autora comparte con esta definición, es que el enamoramiento constituye una fachada en la cual la principal motivación de los integrantes de la pareja son las emociones que se encontrarán no únicamente a flor de piel, sino que también tendrán un carácter exagerado, lo cual provocará diversos cambios de índole fisiológica en los sujetos como, por ejemplo, aumento del ritmo cardiaco, sudoración excesiva o dilatación de pupilas, por mencionar algunos.

Para Rossi (2004), en las sociedades, al igual que como ocurre con el concepto de amor, puede existir un gran número de percepciones acerca de qué es el enamoramiento o estar enamorado.

Se utilizará como base la sociedad de Uruapan, Michoacán. En ella se considera algo positivo el hecho de estar enamorado, puesto que es percibido como un estado de felicidad continuo, en el que las personas implicadas alcanzan por momentos un estado de estabilidad emocional, por lo menos hasta que sea el momento en que comiencen a surgir conflictos y desacuerdos entre la pareja.

El enamoramiento oculta algunas circunstancias, por ejemplo, se trata de una habilidad intrínseca de los seres humanos, es decir, el individuo nace con esta habilidad; otro aspecto que oculta el enamoramiento es que este fenómeno nace ante la incapacidad que el propio sujeto tiene para saciar sus propias necesidades relacionadas con el amor y cariño.

En relación con lo anterior, el enamoramiento es caracterizado, según Rossi (2004), principalmente por la ideación positiva que el sujeto hace de la pareja, para después unir dicha ideación al deseo erótico que la pareja despierta en él, lo que permite sentar las bases de lo que se convertirá en una relación profunda, para después pasar del enamoramiento al amor.

Durante dicho proceso, es normal que el sujeto sienta que finalmente encontró a la persona indicada, aquella que será capaz de llenar el vacío que él tiene. La intensidad que tengan los sentimientos y emociones de las personas es meramente proporcional a qué tan vacíos o solos puedan sentirse, es decir, una mayor intensidad se traduce como un grado mayor de vacío, mientras que un grado menor de intensidad se entiende como que el sujeto no se siente tan vacío, por lo que no es tan necesario el cariño de la otra persona.

La persona enamorada pretenderá lograr la posesión de su pareja, puesto que, como ya se ha mencionado anteriormente, siente que con ella finalmente llenará su vacío interior. En ocasiones, las parejas se construyen sobre esa primicia, por lo que en todo momento dejarán de lado los aspectos negativos de la pareja para anular todo tipo de diferencias, por lo que las expectativas que pueden surgir entre los sujetos suelen ser exageradas.

El daño que pueda surgir en la pareja, según lo propuesto por Rossi (2004), estará relacionado con lo que se comentó anteriormente, dicho de otro modo, por un lado, el dolor que la persona pueda llegar a experimentar estará influido en que la ideación que hizo de su pareja fue muy diferente del modo en que realmente es, sus expectativas no fueron correspondidas y, después de todo eso, el sujeto se percató de que la persona que al inicio catalogó como la “indicada” no fue capaz de llenar su vacío interior; por otro lado, la persona que se sienta en plenitud se deberá principalmente a que su vacío interno no es tan grave, por lo que no es tan necesario estar conviviendo con otra persona para recibir muestras de cariño o afecto; en conclusión, su vacío interno no era tan grande.

Así, al final de todo, se llega a la etapa del desenamoramiento, que es cuando los sujetos se dan cuenta de que todos los aspectos negativos que cada uno negó del otro aparecen súbitamente, lo que trae como resultado el rompimiento de la ilusión que cada uno tenía respecto al otro y eso termina con la fusión que se tenía; ocurre entonces una pérdida total de la fascinación por el otro, por lo que es el momento en el que muchas parejas terminan por disolverse; en ese instante es cuando por primera vez, los ahora ex novios se preguntan realmente si valió o no la pena.

2.5.1 Tipos de enamoramiento

Una vez que ya se aclaró en qué consiste el amor y el enamoramiento, además de dar a conocer algunas de sus diferencias, a continuación, se presentarán las diferentes clases de enamoramiento que pueden existir y se definirá en qué consiste cada uno. Para eso, se utilizará la clasificación propuesta por Balabarca (2006):

1. Enamoramiento infantil: En esta modalidad, el hombre o la mujer llora constantemente por no poder obtener lo que desea, pero lo que demuestra con ese comportamiento es que aún no tiene la capacidad de sustentar adecuadamente el porqué de sus demandas, por lo que, al carecer de dicho sustento, utiliza ese recurso tan común en la infancia.
2. Enamoramiento paternal: En este caso, ya sea el hombre o la mujer, espera que su pareja se comporte como un padre/madre, por lo que la visión de que el novio sea una ayuda idónea queda desplazada. Normalmente, este tipo de enamoramiento se presenta cuando alguno de los novios sufrió el abandono por parte de uno de sus padres, por lo que, más allá de buscar un novio, pretenden una persona que llene el hueco que sus padres dejaron.
3. Enamoramiento kamikaze: Este tipo de enamoramiento se comienza a manifestar cuando ambas partes comienzan a faltarse al respeto de diferentes formas: agresión con palabras, bromas de doble sentido y, en el peor de los casos, se llega al extremo de la agresión física en forma de pellizcos, manotazos o juegos de manos.
4. Enamoramiento tirabuzón: Es aquel enamoramiento que se basa única y exclusivamente en las muestras constantes de cariño, como pueden ser que la

pareja se esté dando besos y abrazos de manera constante la mayor parte del tiempo. Este tipo de enamoramiento es bastante efímero y no se diga una relación que está basada o se basó en este enamoramiento; lo que aquí sucede es que, cuando las partes logran saciar sus propios deseos, ocurre un leve distanciamiento, hasta que comiencen a sentir la necesidad de satisfacer sus deseos nuevamente.

5. Enamoramiento “te odio-te amo”: Aquí se encuentran aquellas parejas que por diversas circunstancias terminan por disolverse, pero, al cabo de un tiempo, retoman nuevamente la relación, lo que da paso a un bucle constante e interminable.

Las relaciones que se basan en la repetición constante de esta primicia demuestran que los sujetos aún tienen un bajo grado de madurez emocional.

6. Enamoramiento “Te amo hagas lo que hagas”: Esta situación se hace presente cuando uno de los dos está tan ilusionado con el otro que automáticamente piensa que puede perdonarle todo lo que el otro haga, sin importar las consecuencias que puedan ocasionar sus actos, todo esto con el objetivo de que la relación no termine y el individuo que aguanta en cuestión, no se quede ni se sienta solo.

En esta modalidad llegan a presentarse casos extremos: se puede encontrar a sujetos que pueden llegar a tolerar todo tipo de faltas de respeto sin rechistar, con tal de que la persona amada no se aleje de ellos dejándolos solos; en la mayoría de los casos no suele tratarse de ninguna clase de amor, más bien se trata de una fijación u obsesión.

7. Enamoramiento “Se me pasa la edad”: La gran mayoría de casos, las personas que presentan este tipo de enamoramiento lo hacen súbitamente después de percatarse de que sus años de juventud están por terminar (al menos así lo sienten ellos), por lo que deciden tomar la decisión de comenzar una relación con cualquier persona para no quedarse solos, sin importarles si es la indicada o no, pero después de que deciden involucrarse en dicho vínculo, se dan cuenta de que lo mejor hubiese sido haberse quedado solos en lugar de encontrarse en una relación que no es de su agrado.
8. Enamoramiento terco: Este tipo de enamoramiento se presenta cuando la pareja no progresa, y no solo eso, sino que, además, todas las personas que los rodean les hacen saber de distintas formas que esa relación no es positiva ni productiva para ninguna de las partes implicadas, pero eso únicamente termina por unir más a la pareja.

Al tratarse de una relación en la que no se avanza ni se logra un crecimiento mutuo, comienzan a aparecer una serie de problemas y mal entendidos entre ellos, lo cual se traduce en serias dificultades para que no exista una adaptación por parte de nadie, pero sin importarles eso, la pareja considera según sus propios motivos que lo mejor es continuar con la relación, sin importar los riesgos futuros o consecuencias a los que se puedan enfrentar.

En conclusión, el noviazgo es un estatus que dos personas adquieren después de haber convivido durante un tiempo específico, dicha convivencia provoca que los sujetos se enamoren y se amen entre sí, para dar paso a una relación cercana, la cual deberá de ser mantenida por ambas partes si es que se desea que sea exitosa, pero

lo que es innegable es que toda relación tarde o temprano llegará a su final. Al respecto, puede existir una infinidad de factores que propicien su término, puede ser una serie de conflictos que no pudieron resolverse de manera adecuada durante la relación, por fallas en la comunicación de los miembros, problemas de salud e incluso la muerte de algún miembro.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

En este último capítulo se abordarán diversas temáticas orientadas a la parte de la investigación de campo, por lo que se procederá a explicar el procedimiento que se siguió para realizar de la presente investigación, tomando en cuenta aspectos como: enfoque, diseño, estudio y alcance, entre otros. Posteriormente, se mostrarán los resultados obtenidos mediante la técnica e instrumento de recolección de datos, para su posterior análisis e interpretación correspondiente.

3.1. Descripción metodológica

Para comenzar, es necesario entender a qué se refiere la metodología, por lo que se utilizará la definición de Hernández (citado por Bernal; 2016: 64), es definida como “el orden y la sistematización con que se recabará la información; esta puede llevarse a cabo desde diversos enfoques y una variedad de técnicas”. Desde otro punto de vista, hace referencia a todos los pasos a seguir y aspectos a tratar para llevar a cabo la investigación, los cuales serán descritos en posteriores párrafos.

3.1.1. Tipo de enfoque

Es importante aclarar qué es un enfoque, por lo que se usará la definición planteada por Hernández y cols. (2014: 2): los enfoques “constituyen posibles elecciones para enfrentar problemas de investigación y resultan igualmente valiosos”

Existen tres tipos principales de enfoques que las investigaciones pueden optar por utilizar, siendo estos el cualitativo, el cuantitativo y el mixto, si bien los tres emplean

procesos sistematizados con la finalidad de generar conocimiento, es importante diferenciar que cada uno tiene sus propias características que lo diferencian de los demás.

Una vez aclarado qué es un enfoque, a continuación, se definirá el utilizado en la presente investigación, que es el cualitativo. Hernández y cols. (2014: 7) lo definen como “la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de investigación”.

Las características de este enfoque no radican únicamente en que los objetivos y preguntas de investigación pueden plantearse antes, durante o una vez obtenida la información, sino que, además, Taylor y Bogdan (citados por Álvarez-Gayou; 2003) mencionan una serie de características adicionales:

1. La indagación cualitativa es inductiva, es decir, los investigadores siguen un diseño que puede irse modificando según la situación lo requiera, por lo que se avanza de lo particular a lo general
2. El investigador ve el escenario y a las personas desde una perspectiva holística, lo que quiere decir que no los percibe únicamente como una variable, sino que los considera un todo, por lo que estudia el contexto y pasado de los mismos.
3. Los investigadores son sensibles a los efectos que ellos mismos producen o causan sobre las personas que son su objeto de estudio, a diferencia del enfoque cuantitativo en el que existe un marcado distanciamiento entre el investigador y la muestra.

3.1.2. Tipo de diseño.

Es preciso conocer lo que se entiende por diseño. Este se trata de “un plan o estrategia que se desarrolla para obtener la información que se requiere en una investigación y responder al planteamiento” (Hernández y cols.; 2014: 128).

Los diseños que se pueden presentar en este tipo de investigación son los siguientes: etnográficos, narrativos, de investigación-acción, fenomenológicos y teoría fundamentada.

El diseño utilizado en esta investigación será el fenomenológico, el cual se caracteriza por orientarse a obtener información relacionada acerca del significado, estructura y esencia de una experiencia vivida, por una persona, grupo o comunidad respecto a un fenómeno; esto se lleva a cabo mediante las experiencias individuales subjetivas de los participantes y la descripción y entendimiento de los fenómenos desde el punto de vista de cada participante.

3.1.3. Tipo de estudio.

Un estudio, para Stenhouse (citado por Bernal; 2018: 66), se trata de una “indagación sistemática y autocrítica”, siendo los estudios transeccionales y longitudinales los que se utilizan con mayor frecuencia en cualquier investigación que se realice, de los cuales se optó por utilizar el primer tipo.

El diseño transeccional, también conocido como transversal, es para Hernández y cols. (2014: 154), “una serie investigaciones que recopilan datos en un momento único”, dicho de otro modo, en este tipo de estudios el propósito principal es la

descripción de las variables y su posterior análisis, para poder identificar la incidencia y su interrelación en el momento en que se esté desarrollando el fenómeno.

3.1.4. Tipo de alcance

Al hablar de alcance, Hernández y cols. (2014: 90), mencionan se trata de “tipos de investigación, ya que más que ser una clasificación, constituyen un continuo de causalidad que puede tener un estudio”.

En las investigaciones, según refieren estos autores, existen cuatro tipos de alcances principales: exploratorio, descriptivo, correlacional y explicativo, este elemento es importante porque de aquí depende la estrategia a seguir, puesto que los procedimientos y otros componentes del proceso serán distintos.

La presente investigación utilizó dos tipos de alcance, siendo uno de ellos el exploratorio, que Hernández y cols. (2014: 91) caracterizan de la siguiente manera: “Se emplea cuando el objetivo consiste en examinar un tema poco estudiado o novedoso”.

Dicho de otro modo, este tipo de alcance sirve para preparar el terreno del estudio, además de que antecede a investigaciones con alcances descriptivos, correlacionales o explicativos: los estudios con esta finalidad metodológica son empleados cuando el objetivo principal es examinar un tema que sea novedoso o, en su defecto, poco estudiado.

Mientras que el segundo alcance es el descriptivo, el cual es descrito por Hernández y cols. (2014: 92), de la siguiente manera: “Busca especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice”.

Utilizando otras palabras, el alcance descriptivo es caracterizado por brindar de una manera más detallada y concreta las características esenciales que permiten entender de una mejor manera el fenómeno en cuestión, para facilitar su estudio, además de describir las tendencias que pueda presentar en un grupo o población.

3.1.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Una técnica de investigación hace referencia a “un conjunto de procedimientos organizados sistemáticamente que orientan al investigador en la tarea de profundizar en el conocimiento y en el planteamiento de nuevas líneas de investigación. Pueden ser utilizadas en cualquier rama del conocimiento que busque la lógica y la comprensión del conocimiento científico de los hechos y acontecimientos que nos rodean” (Maya; 2014: 4).

En la investigación cualitativa, las principales técnicas de recolección de datos son la entrevista, la observación, la consulta de documentos, las biografías e historias de vida, por mencionar algunos. Para la presente investigación se utilizó la entrevista, en su modalidad semiestructurada.

Una entrevista, para Hernández y cols. (2014: 403), es definida como “una reunión para conversar e intercambiar información entre una persona (entrevistado) y otra (entrevistador)”.

Estos autores señalan que la entrevista cualitativa es más íntima, flexible y abierta que la cuantitativa; asimismo, refieren que a través de las preguntas y respuestas se logra una comunicación y construcción conjunta de significados respecto a un tema.

Una vez identificado el concepto de la entrevista, el asunto siguiente es aclarar en qué consisten las semiestructuradas. Hernández y cols. (2014: 403), las definen como “entrevistas basadas en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información”.

En cuanto al instrumento se refiere (Hernández y cols.; 2014: 199), lo definen como aquel “recurso que utiliza el investigador para registrar información o datos sobre las variables que tiene en mente”.

Básicamente, lo que aportan los autores con la definición anterior, es que el instrumento es el elemento primordial que va a permitir al investigador registrar la información obtenida, para su posterior análisis e interpretación. Existe una gran cantidad de instrumentos que pueden utilizarse, pero, para fines de esta investigación, el instrumento utilizado fue un guion de entrevista, mediante el cual el entrevistador tiene una pauta sobre lo que debe preguntar para obtener la información deseada.

Un guion de entrevista es entendido como “una lista con temas y preguntas que pretende hacer un entrevistador a su entrevistado” (Mejía; 2020: s/p). Las preguntas deberán generar respuestas coherentes de acuerdo con la finalidad de la entrevista.

El guion de entrevista que se utilizó para llevar a cabo la investigación consta de un total de 30 preguntas, con las cuales se abordan situaciones concretas y específicas que ocurren en una relación de noviazgo y que generan una interacción entre los miembros, dando paso a escenarios en donde se manifestarán de diversas formas los diferentes juegos psicológicos (Anexo 1).

3.2. Población y muestra.

Para poder comenzar este apartado, es necesario identificar qué es un universo o una población y una muestra, siendo el universo o población el “conjunto de todos los casos que cuentan con determinadas especificaciones” (Hernández y cols.; 2014: 174).

Dicho de otro modo, es como si al total de la población se le hubiese aplicado un filtro, para poder tener delimitada de una manera más concreta y específica a los individuos que se pretende estudiar.

Y así es como se llega a la muestra, la cual es definida por Hernández y cols. (2014: 173), como un “subgrupo del universo o la población del cual se recolectan los datos y que debe ser representativo de esta”.

Como se mencionó anteriormente, si al universo se le aplicaron filtros para obtener la población, a la población se le aplicaron más filtros aún, para poder obtener una muestra concreta y representativa que sea de utilidad para la investigación.

La muestra fueron 4 parejas, las cuales cumplieron con las siguientes características:

La primera pareja, conformada por M.G.P.C. y M.A.Z. ambos con 25 años de edad, estudiantes de la Licenciatura en Derecho de la Universidad Don Vasco, A. C., su relación tiene 4 años con 6 meses al momento de realizar esta investigación.

La segunda pareja se conforma por A.M.A.S., con 25 años, estudiante de la Licenciatura en Administración, y su pareja, A.P.N.P., quien tiene 24 años y es estudiante de la Licenciatura en Pedagogía, ambos en la Universidad Don Vasco, A. C. y se encuentran en una relación desde hace 6 meses.

La tercera pareja se integra por A.L.M.C., quien tiene 25 años de edad y estudia la Licenciatura en Contabilidad en la Universidad Don Vasco, A. C., mientras que su pareja, V.F.P.T, también tiene 25 años de edad y estudia en la Universidad Don Vasco, A. C. la Licenciatura en Arquitectura; su relación tiene en la actualidad una duración de 6 años con 2 meses.

La cuarta y última pareja está formada por L.A.R.R., estudiante de la Licenciatura en Informática en la Universidad Don Vasco, quien tiene 25 años de edad, mientras que su pareja, L.I.R.M., es estudiante de la Universidad Don Vasco, A. C., cursa la Licenciatura en Administración y tiene 24 años de edad; su relación tiene 4 años y 2 meses de duración al momento de recabar los datos de la investigación.

3.3. Descripción del proceso de investigación.

La presente investigación se realizó con la finalidad de conocer y analizar los juegos psicológicos que se presenten en una relación de noviazgo de los estudiantes de la Universidad Don Vasco, A. C., debido a la poca de información que hay en torno a los juegos psicológicos. No se encontró ninguna prueba de índole cuantitativa para

evaluar y medir la variable, por lo que se optó por la elaboración de un instrumento cualitativo, el cual se trató de un guion de entrevista que permitiera y facilitara la identificación de los juegos psicológicos (ver Anexo 5).

En cuanto a la aplicación y realización de la entrevista, dicha fase se dividió en 3 partes:

La primera de ellas consistió en un primer contacto, con el cual se informó a las parejas de qué trataba la investigación. Una vez que ya tenían una idea inicial del tema a estudiar, se les comunicó en qué consistirían las entrevistas y la manera en que se llevarían a cabo; una vez que a la pareja se le mencionó esa información, se les brindaría un lapso mayor a 2 semanas para que lo pensarán y después del tiempo acordado, se volvería a tener contacto con estas personas para verificar si estaban en disposición de ayudar o no; es importante mencionar que la primera fase se llevó a cabo durante el mes de mayo del año 2020.

La segunda parte tuvo lugar durante la primera semana de junio del mismo año, en esta parte se volvió a tener contacto con las parejas, en este caso, todas estuvieron en la disposición para llevar a cabo la entrevista, por lo que, una vez que se tuvo la aprobación y consentimiento, el siguiente paso fue establecer fechas, horarios y lugares para la realización de las entrevistas.

En este apartado, es de suma importancia mencionar que, en un inicio, las entrevistas estaban pensadas para llevarse a cabo en la biblioteca de la Universidad Don Vasco, A. C., pero, debido a la pandemia de COVID-19, las ubicaciones tuvieron que cambiarse, por lo que las entrevistas se llevaron a cabo en 3 domicilios distintos:

Calle Reforma #130A, calle California #4 y calle Juan Ayala #17C, en Uruapan, Michoacán.

Finalmente, la tercera parte consistió en la realización de la entrevista, que se llevó a cabo en los nuevos lugares acordados y sin inconveniente alguno por alguna de las parejas; una vez realizadas las entrevistas y obtenida la información, se realizó el análisis e interpretación de resultados, el cual se abordará en el siguiente apartado; como aclaración, la tercera parte fue realizada del 11 al 15 de junio de 2020.

Las entrevistas se realizaron de manera individual con el objetivo de que la información fuera lo más verídica posible, el tiempo empleado en cada caso fue de 20 a 30 minutos.

3.4. Análisis e interpretación de resultados.

En este apartado se mostrarán los resultados obtenidos, para su análisis e interpretación, teniendo como finalidad la verificación de los objetivos planteados para, posteriormente, responder la pregunta de investigación. Para llevar a cabo el proceso de análisis e interpretación de resultados, se tomaron en cuenta las siguientes categorías:

1. Juegos psicológicos más comunes en la muestra.
 - A. Dame una patada.
 - B. Pata de palo.
 - C. Abrumado.
 - D. ¿Por qué esto ha de ocurrirme a mí?

- E. Alcohólico.
- F. Ahora te agarré.
- G. Sí, pero.
- H. Si no fuera por ti.
- I. Seducción.
- J. Alboroto.
- K. Tribunales.
- L. Solo trato de ayudarte.
- M. Déjame hacerlo a mí.
- N. Soy profesional.

- 2. Juegos psicológicos utilizados en los que coinciden los miembros de las parejas.
- 3. Juegos psicológicos utilizados por los hombres.
- 4. Juegos psicológicos utilizados por las mujeres.

Por lo que, una vez mencionadas las categorías de las cuales consta el análisis e interpretación de resultados, se procederá al abordaje de cada una, para obtener la información y los resultados correspondientes.

3.4.1. Juegos psicológicos más comunes en la muestra.

En este apartado se revisará la información obtenida mediante la realización de la entrevista, para identificar cuáles son los juegos psicológicos que las parejas utilizan con mayor frecuencia (ver Anexo 1).

A. Dame una patada.

Es definido por Sáez (2001: 144), como “Provocar ser maltratado, castigado, mejor que olvidado”, aplicando la definición del juego psicológico propuesto por el autor a una relación de noviazgo, se puede decir que consiste en la provocación de cualquier tipo de conflicto por parte de un miembro de la pareja, con el fin de llamar la atención del otro. A continuación, se presentan los resultados obtenidos:

En lo que a las mujeres se refiere:

M.G.P.C.: “Pues depende de mi mal humor o de su mal humor; si uno está de malas, pues ya peleamos.”

A.L.M.C.: “Yo, yo los inicio, porque... no se hace lo que yo quiero.”

A.P.N.P.: “Pues casi siempre peleamos porque yo soy muy de que quiero que las cosas se hagan como yo quiero y en el momento que yo quiero.”

La interpretación que se le da a la información obtenida es la siguiente: en algunos de los casos, la persona que inicia el conflicto, generalmente es porque no pudo obtener algo que quería, por lo que su comportamiento cambia.

Teniendo como base la información anterior, se puede complementar con la teoría evolutiva de García (2013), la cual menciona que en la antigüedad, a las mujeres les preocupaba que su hombre tuviera varias parejas sexuales además de ella, por lo que, la manera que ellas tenían de prevenir eso, era mediante el aumento en cuanto a caricias y atención se refería para, de esa manera, llamar la atención de su hombre; aterrizando esto al resultado obtenido, se puede decir que la mujer no quiere perder la

atención de su hombre, por lo que busca tener la atención de él de distintas maneras, dando paso a la creación de distintos conflictos.

Mientras que, en cuanto a la muestra masculina se refiere, se registró lo siguiente:

V.F.P.T.: “En cuestión de que llego tarde por ella o no alcanzo a llegar (se ríe) cosas como esas.”

En este apartado, como lo explica García (2013), el género masculino plasma su dominancia mediante el ejercicio de poder, sin importar si se trate de hombres o mujeres. Lo anterior indica que, en el caso de este juego psicológico, el hombre, al provocar el conflicto y después resolverlo, está reforzando de manera inconsciente su dominio; en este caso, tiene más valor, puesto que se trata de un conflicto provocado por el hombre mismo.

B. Pata de palo.

Para Sáez (2001: 144), se trata de “aducir defectos o desgracias de nacimiento como excusas”.

Leyendo la definición propuesta por el autor, se entiende que la aplicación de este juego psicológico a una relación de noviazgo se da mediante la búsqueda de excusas por parte de algún miembro de la pareja, para disminuir el grado de consecuencia de algún acto específico. A continuación, se muestra la información obtenida:

Por la parte de la muestra femenina, la información que se obtuvo es la siguiente:

A.P.N.P.: “Soy así como... no sé, muy caprichosa o que quiero las cosas a mi modo, yo soy mucho de llorar por todo, entonces, más bien eso me pongo a llorar, pero creo que es como para chantajearlo.”

A.L.M.C.: “Él me acostumbró a que todo se hacía cuando yo quería y a la hora que yo decía. (...) Al principio le decía: soy así y punto”.

L.I.R.M.: “Yo tengo un problema con otras cosas (se ríe) de acuerdo a mis emociones, entonces, yo soy muy (se queda callada y pensativa) sensible en el sentido de mis emociones, médicamente justificado.”

En algunos de los casos, es como menciona Bernal (2018): las mujeres en ocasiones llegan a utilizar el chantaje, el cual se caracteriza por intentar persuadir a la otra persona mediante el llanto o tristeza, todo esto con un fin específico, el cual, en el caso de este juego psicológico, se trata de no hacerse responsable por las consecuencias o problemas que trae un conflicto en el cual ellas se encuentren involucradas. Lo mencionado por la autora se puede complementar con lo propuesto por Parsons y Bales (citados por García; 2013), dicha propuesta menciona que, a las mujeres, de acuerdo con su género femenino, se les ha etiquetado como “expresivas”, lo que quiere decir que, a ellas se les atribuye todo lo relacionado con los factores afectivo/emocional y relacional, además del mantenimiento de la cohesión grupal.

Delimitando lo anterior con el juego psicológico en cuestión, la información que se obtuvo está relacionada con ciertos indicios de emocionalidad, característica que

distingue a las mujeres de los hombres. La manifestación de dichas respuestas modificará la dinámica y la relación que tienen los miembros, pero la mujer será la que buscará mantener la cohesión que hay entre ellos, para evitar que la pareja se disuelva.

Por la parte masculina, se registró lo siguiente:

M.A.Z.: “Sacamos excusas de ambas partes, aunque ya a final, terminamos resolviendo el conflicto.”

A.M.A.S.: “Alguna vez tal vez sí aplique el que ‘soy desmadroso, soy enojón’; claro, alguna vez sí, sí aplique el ‘así soy’, me enoje por esto porque así soy, alguna vez lo he hecho.”

L.A.R.R.: “Digamos que mi memoria vs... (se queda pensando) mi memoria vs su carácter no es muy compatible eso. (...) Mmm, un 25%, soy muy distraído y este, pero, si soy muy sincero.”

Del lado de los hombres, de acuerdo con Carapia (2004), la sexualidad es definida como el campo donde se obtiene el poder y donde se lucha contra otros para obtenerlo. Al aplicar la perspectiva de la autora al juego psicológico en cuestión, es posible entender que los hombres buscan obtener el poder y el mando de la relación mediante las excusas que dan, independientemente si sean correctas o erróneas.

C. Abrumado.

Este juego es entendido como “Recargarse de tareas hasta desfallecer” (Sáez; 2001: 144). Aplicando la definición mencionada a una relación de noviazgo, consiste

en que alguno de los miembros de la pareja se recargue se diversas actividades, lo cual genera un descuido en la relación. A continuación, se presenta la información obtenida:

En cuanto a la parte masculina:

M.A.Z.: “Un 80% ocupado. Ha repercutido en que, a veces, no tengo el tiempo suficiente para alguna fiesta, reunión familiar, para que me entiendas, a veces no tengo el tiempo necesario por cuestiones de trabajo más que nada.”

V.F.P.T.: “Yo creo que mucho ahorita. (...) En tiempo, en tiempo es lo que más repercute”.

L.A.R.R.: “Bastante. (...) Al principio era más complicado, pero ya, ahorita nos hemos adaptado”.

Después de leer la información, es posible darse cuenta de que los hombres suelen estar ocupados, por lo que, para entender e interpretar lo anterior, se tomarán en cuenta las características de género masculino que propone García (2013): la autora menciona que el hombre en la Edad Antigua era el encargado de proporcionar alimento y proveer sustento al hogar, a la esposa e hijos; como la autora menciona, esa percepción que se tenía desde la antigüedad se ha mantenido hasta llegar al siglo XXI, ya que el hombre sigue teniendo esas “obligaciones”, las cuales le han sido inculcadas por la cultura y sociedad.

En lo que concierne a la parte femenina:

A.L.M.C.: “Sí, mucho, puesto que me la paso trabajando todo el día, y cuando no, estoy estudiando inglés. (...) Estaba ocupada en muchas cosas, entonces, la verdad sí me estresaba, y yo, cuando me estreso, recalo con la primera persona que se me atraviere, y generalmente era él.”

En este resultado ocurre un fenómeno un tanto particular, puesto que, como lo explica Carapia (2004), las mujeres se han visto a lo largo del tiempo en una situación de desigualdad y marginación. En este sentido, se ha considerado que, debido a su capacidad de procrear hijos, los únicos ámbitos en los cuales puede tener participación se limitan a ser madre y ama de casa; pero, en otro aporte hecho por la autora, también menciona que gracias a los movimientos feministas que han existido a lo largo del tiempo, esa concepción errónea de la mujer ha ido modificándose poco a poco.

Por lo que, gracias a lo mencionado por Carapia (2004), es posible entender por qué las mujeres han tenido un grado mayor de participación en distintos ambientes y ámbitos de la vida cotidiana, por ejemplo: la política, ambiente laboral, expresión en la literatura y toma de decisiones, entre otros.

D. ¿Por qué esto ha de ocurrirme a mí?

Este juego psicológico es entendido como “Alardear de las desgracias” (Sáez; 2001: 144). Empleando la definición anterior a un juego psicológico, da como resultado una situación en la cual algún miembro de la pareja realiza un alardeo constante acerca de las consecuencias que tuvo un conflicto. Una vez aclarado lo anterior, se presenta la información obtenida:

En la muestra de hombres, se encontró lo siguiente sobre dicho juego:

A.M.A.S.: “Si no tuvo solución en el momento y ahí estamos arrastrándolo, así sí lo pienso, para ver cómo lo solucionamos; depende de la gravedad: si es muy grave, sí lo pienso porque, si yo tuve la culpa, sí me siento responsable.”

V.F.P.T.: “Sí, sí, sí; sí he llegado a tener esos pensamientos (por qué me ocurren esas cosas a mí, qué hice para merecer esto).”

La información obtenida por parte de la muestra masculina contradice hasta el momento toda la teoría que se ha venido manejando, en donde se hace mención que el hombre debe ser un sujeto racional y no emocional, la explicación a dicha contradicción es la siguiente:

Para encontrar por qué ocurre eso, es necesario revisar lo propuesto por Carl Jung (citado por Mogyoros y Rodríguez: 1991). La tesis que propone corresponde a que todos los hombres poseen una parte femenina y todas las mujeres poseen una parte masculina; lo que actualmente se conoce como el ánimos y el ánima. Uniendo la explicación anterior con los resultados obtenidos en este juego psicológico, da como resultado que, en esos momentos, el ánima de los hombres es lo que genera esos pensamientos, por lo que estos dejan de ser racionales para volverse un tanto emocionales, aunque sea por algunos instantes.

Las mujeres expresaron lo siguiente en relación con el juego referido:

A.L.M.C.: “Como que me empezaba a crear ideas. (...) Yo siempre le he dicho que es mi karma (se sigue riendo) de todo lo que he hecho en las otras relaciones que he tenido”.

L.I.R.M.: “Yo sí, la verdad sí, para qué te digo que no. (...) Cuando se trata de la cuestión médica, yo lo acepto y digo que me pasé, que me equivoqué.”

En el caso de las mujeres, como menciona Sáez (2017), tienen una mayor capacidad para almacenar recuerdos que tengan contenido emocional. Después de leer lo mencionado por la autora, es más sencillo comprender por qué las mujeres son más susceptibles de recordar más constantemente que los hombres algún evento específico, más aún si tiene algún significado emocional para ellas.

E. Alcohólico.

Este juego psicológico es definido por Sáez (2001: 144), como “Mejor no pensar ni sentir”, aplicando la definición a una relación de noviazgo, da como resultado una situación que se caracteriza por evitar pensar y sentir todo lo que trae un conflicto consigo, mediante alguna case de distanciamiento por parte de alguno de los miembros de la pareja. La información que se obtuvo es la siguiente:

De los hombres:

M.A.Z.: “Sí, por un rato, aunque sea por un rato, pero sí.”

A.M.A.S.: “La neta yo también me enojo y me cierro y ya ‘mando al rifle’ todo, yo pongo distancia, no estoy, porque al principio estoy de encimoso, pero, si la persona no da pauta para hablar, ‘ps’ yo también me enojo y marco distancia hasta que la otra persona quiera hablar bien.”

V.F.P.T.: “Sí, sí, sí; sí lo he hecho (buscar poner algún tipo de distancia).”

L.A.R.R.: “Primero trato de cambiar el tema o huir del conflicto... sí, es lo que hago.”

La información obtenida permite apreciar que los hombres tienden a poner una clase de distanciamiento para pensar las circunstancias; esto tiene su explicación en lo que aporta García (2013), con respecto a que el hemisferio dominante del hombre es el izquierdo, lo que da paso a que ellos sean más racionales y calculadores.

Después de leer lo propuesto por la autora, es posible comprender que la conclusión a la que llegan los hombres es poner alguna clase de distanciamiento para evitar cometer errores y pensar en una mejor solución o respuesta, según lo requiera el caso.

Lo que las mujeres expresan es:

M.G.P.C.: “Hay distancia porque, en general, los conflictos siempre son por teléfono, aunque, cuando son en persona, generalmente pongo distancia por algún tiempo.”

A.P.N.P.: “Yo me quedo callada más bien, no lo hablo en el momento, ya hasta después, como que dejo que se pase un ratito y retomo el tema.”

A.L.M.C.: “Como que me encierro y ya después como que ya, entiendo las cosas (...) No, normalmente nos peleamos y yo paso de ese trance de estrés, como de que no me hable o así.”

Después de leer la información, es posible percatarse de que las mujeres, al contrario de los hombres, son más emocionales, lo cual tiene su explicación en que el hemisferio dominante en ellas es el derecho, así lo menciona García (2013).

Después de revisar lo mencionado por la autora, es más sencillo comprender la razón por la cual las mujeres son más propensas a cometer errores, a diferencia de los hombres, los cuales son más racionales y calculadores.

F. Ahora te agarré.

Este juego psicológico es definido por Sáez (2001: 144), como “Estar al acecho de fallas”. Aplicando la definición del autor a un noviazgo, se manifiesta mediante momentos o situaciones en las cuales algún miembro de la pareja está en la búsqueda constante de errores que pueda cometer el otro, para, posteriormente, recalárselos continuamente.

Al respecto, esto expresan los hombres:

M.A.Z.: “Su forma de actuar, ya cuando conoces a tu pareja, ya sabes el modo en cómo te dice las cosas.”

L.A.R.R.: “Lo que más hace es comenzar a realizar imposiciones (...) Mmm, no, muy poco, pero en general no.”

El hecho de que los hombres estén al acecho de fallas que pueda cometer su pareja es posible entenderlo mediante lo mencionado por Bernal (2018), quien indica que en la sociedad se espera que los varones actúen como tales, que se impongan a quien sea y que muestren seguridad en sí mismos. Con lo anterior, es más sencillo

comprender por qué los hombres esperan los fallos de su pareja, para que, una vez que esta los cometa, ellos muestren, mediante imposiciones, aires de superioridad y de tener razón.

En el mismo orden de ideas, las mujeres refieren:

M.G.P.C.: “Cuando algo no me parece, si yo veo que algo no está bien, es porque está haciendo las cosas mal.”

A.P.N.P.: “Que yo sé cómo son las cosas (se ríe), le digo más suavemente, así como: ‘¿ves? Así no’ Pero no se lo repito constantemente.”

A.L.M.C.: “Uuuuhhhh, le reclamo al 1000 por 1000.”

L.I.R.M.: “Como que yo he ido aprendiendo porque se nota en sus gestos cuando yo sé que la respuesta que dio no fue una respuesta consciente. (...) Creo que a veces es precisamente porque se le olvidan las cosas, como que malamente me acostumbré a repetirle las cosas porque, inconscientemente, siento que no está poniendo atención.”

El hecho de que las mujeres recuerden constantemente alguna acción o momento está relacionado con que ellas tienen una mayor capacidad que el hombre para recordar una mayor cantidad de situaciones. Para complementar lo anterior, es necesario saber a qué hace referencia el término “memoria emocional” y para ello se usará la definición de Almeida (2020: s/p), quien la concibe como “aprendizaje, almacenamiento y recuerdos generados por situaciones intensas, positivas o negativas”.

Conociendo el significado del término, es posible comprender por qué las mujeres recuerdan constantemente algo, sin importar qué tipo de recuerdos sean y más aún, si existe alguna emoción o sentimiento ligado al recuerdo.

G. Sí, pero...

Este juego es entendido como “encontrar insuficiente toda solución aportada”. (Sáez; 2001: 144). Al llevar la definición anterior a una situación que pueda presentarse en un noviazgo, da como resultado una interacción que consiste en que algún miembro de la pareja encontrará como insuficiente toda solución/propuesta aportada por el otro, por lo que el sujeto no estará contento ni satisfecho en ningún momento. A continuación, se presenta la información que se obtuvo:

En el caso de los hombres:

V.F.P.T.: “Algunas sí, otras son definitivas, no se las cuestiono.”

L.A.R.R.: “Mmm, algunas veces, algunas veces no coincidimos en las soluciones.”

El origen de que los hombres encuentren como insuficiente toda solución aportada está estrechamente relacionado con las características que se le atribuyen a su género, por lo que, para explicar de una mejor manera a qué se refiere lo anterior, se tomarán en cuenta algunas de las características atribuidas al género masculino según Mogyoros y Rodríguez (1991), algunas de las particularidades que mencionan los autores son las siguientes: el hombre presenta una necesidad constante de poder, gusto por las ideas teóricas, afán de mando, comparativo, razonador, rígido y egoísta.

Teniendo en cuenta las características mencionadas por los autores, es posible comprender por qué a los hombres no les suelen agrandar las ideas/sugerencias que les brinden sus parejas, puesto que el hecho de aceptar una sugerencia externa podría poner entre dicho su afán de mando y les implicaría el dejar de lado su rigidez, por lo que terminan decidiendo rechazar todo lo ajeno a ellos.

En el caso de las mujeres, expresan:

M.G.P.C.: “Sí, por lo que la discusión sigue, a menos que se trate de una propuesta que me agrade.”

A.L.M.C.: “Como que busca una lateral y como que no está buscando una solución.”

L.I.R.M.: “Es que depende, ahorita sinceramente de eso no recuerdo, pero, supongo que antes en algún momento sí, no descarto que sí, pero, no aseguro que no.”

En el caso de las mujeres, si bien, a lo largo de la investigación se ha mencionado que se les ha atribuido las característica de debilidad y sumisión, en este caso se rompe con esa idea, puesto que el hecho de que ellas cuestionen las sugerencias/ideas que les aporte su pareja, el hombre en este caso, es una situación poco común, sin embargo, tiene su explicación y es la siguiente: retomando la tesis propuesta por Jung (citado por Mogyoros y Rodríguez; 1991), hace referencia al ánima y ánimus. En el caso de la mujer, el ánimus se manifiesta como rigidez, dogmatismo y dominio, lo que genera que cuestionen las decisiones y aportes de sus parejas.

H. Si no fuera por ti.

Se define como “Por ti no puedo hacer mi gusto” (Sáez; 2001: 144), dicho juego se manifiesta en las relaciones de noviazgo mediante situaciones que son caracterizadas por momentos en los cuales el sujeto culpa a su pareja cuando esta no puede hacer algo que quiere o, en su defecto, cuando no puede obtener algo que sea de su gusto y agrado. La información obtenida es la siguiente:

Los hombres refieren que:

V.F.P.T.: “Algunas cosas sí (...) Puesss, yo creo que lo básico en los noviazgos, que uno quiere salir con los cuates a hacer relajo un rato y no, se molesta porque lo hago.”

L.A.R.R.: “En algunas ocasiones sí, interviene directamente. (...) Pues mira, es algo complicado porque yo casi no exploto, rara vez, un 25% yo y ella un 75%.”

El hecho de que el hombre no pueda hacer algo que quiere le provoca frustración, esta condición es entendida como “sentimiento que se genera en un individuo cuando no puede satisfacer un deseo planteado” así lo entiende Rodríguez (2020). El no conseguir algo que quiere, provoca en el hombre sentimientos de enojo, ira, ansiedad o tristeza, lo cual, como ya se mencionó anteriormente, tiene sus raíces en su parte femenina (ánima).

Para complementar o anterior, se utilizará la perspectiva aportada por Torres (2016), quien hace mención que, si bien el hombre puede ser percibido externamente

como un sujeto fuerte, recio, rígido y racional, por dentro es como una mujer: blando y emocional.

Las mujeres expresan, al respecto, lo siguiente:

M.G.P.C.: “A veces, cuando se trata de relacionarse con más hombres, como que me siento culpable, el hecho de relacionarme con más hombres que mujeres, porque yo sé que se pueden malinterpretar las cosas.”

A.L.M.C.: “Cuando peleamos, le digo que sí, aunque yo no considero que sea así.”

Al igual que en el hombre, las circunstancias con las mujeres no cambian mucho: la parte en la que ambos géneros coinciden es en el sentimiento de frustración ocasionado cuando el sujeto no puede obtener o hacer lo que quiere, sin embargo, ambos difieren en la explicación, puesto que, para poder comprender el porqué de la frustración femenina, es necesario revisar las áreas en las cuáles ellas tienen un mejor desempeño que los hombres, dichas áreas son propuestas por Colás y Villaciervos (citados por García; 2013), y son: cuerpo, capacidades intelectuales, emocionales e interacciones sociales.

Las mujeres tienen una mejor capacidad para socializar gracias al área de las interacciones sociales, puesto que ellas cuentan con más habilidades de comunicación, al contrario que los hombres; lo que llama la atención en este apartado es el hecho de que hacer algo que ellas quieren les provoca sentimientos adversos, lo cual va acorde a la naturaleza que se les ha atribuido a lo largo de la historia y que ha

sido mencionada en esta investigación anteriormente: que las mujeres son más emocionales que los hombres.

I. Seducción.

Este juego psicológico es definido por Sáez (2001: 144), como “provocar atracción para después rechazar”. En una relación de noviazgo se manifiesta únicamente en situaciones de índole sexual, en las cuales la mujer dé pie a un encuentro de esta índole y, cuando ella vea que su pareja está respondiendo, ella dará por terminado el encuentro, sin importar si el encuentro concluyó o no, lo cual genera en ella una sensación de satisfacción y le provoca emoción. Es importante mencionar que este juego psicológico únicamente lo realizan las mujeres. Una vez mencionado lo anterior, se procederá a mostrar la información obtenida:

Una de las mujeres señala lo siguiente:

M.G.P.C.: “A veces, es divertido ver cómo puedo jugar con las personas.”

Esto tiene su explicación en algunas de las características que se le han atribuido a la mujer a lo largo del tiempo. Se mencionarán las propuestas por Mogyoros y Rodríguez (1991); particularmente, los autores mencionan que algunas de las características que contiene el estereotipo femenino son las siguientes: ser caprichosa, coqueta, frívola, dar constantemente muestras de caricias y ser charlatana.

Teniendo en cuenta las características propuestas por los autores, es posible entender por qué a las mujeres les gusta iniciar este tipo de encuentros, puesto que está en ellas el ser coquetas, sin embargo, para ellas no tiene tanta importancia un

encuentro de índole sexual a diferencia de los hombres, por lo que, esa es la razón, por la cual les es más sencillo terminar un encuentro de dicha naturaleza.

J. Alboroto.

Definido por Sáez (2001: 144), como “pelear con otro para separarse”, la manera en la que este juego psicológico se manifiesta en una relación de noviazgo es cuando algún miembro de la pareja provoca peleas o busca excusas de manera intencional para evitar la convivencia con el otro. A continuación, se muestra la información que fue obtenida.

Uno de los hombres comenta:

L.A.R.R.: “Si he creado conflictos para no estar con ella.”

Cómo la misma definición del juego lo indica, la provocación de conflictos para conseguir un fin específico, para comprender esto, se revisará el aporte realizado por Hardy y Jiménez (2001). Estas autoras mencionan que las características del hombre son: una constante lucha de poder, un gusto por la lucha, ser patriota y una necesidad constante de afirmarse.

Tomando lo propuesto por las autoras, es posible llegar a la conclusión de que, no hay mejor manera en la que un hombre pueda afirmarse y reafirmarse que mediante la victoria en un conflicto, en este caso, la que obtiene el hombre es el no estar con su pareja después de un conflicto que el mismo ocasionó, por eso, todo lo que él quería lo terminó consiguiendo, lo que genera en él una sensación de bienestar y satisfacción.

Una de las mujeres comenta:

M.G.P.C.: “Si, en alguna ocasión he usado como excusa un conflicto anterior para no estar con él.”

En el caso de ella, se retoma lo que se ha mencionado anteriormente: su parte masculina (ánimus). Para complementar lo anterior, se retomará el aporte de Torres (2016), quien señala que el ánimus es la vertiente masculina que se presenta en la personalidad de las mujeres. A partir de lo propuesto por el autor, se puede entender en que, en estos casos, la parte masculina de la mujer se manifiesta mediante uso de lógica, aumento en la competitividad, mayor grado de firmeza y aumento en la necesidad de poder, por lo que no es de extrañarse que en ocasiones ellas sean las que inician un conflicto de forma intencional para lograr un fin específico.

K. Tribunales.

Este juego es definido por Sáez (2001: 144), como “acusaciones a terceros”. Llevada la definición a una relación de noviazgo, se manifiesta mediante imputaciones por parte de algún miembro de la pareja a personas ajenas a la relación (terceros) de la provocación de un conflicto por el cual la estabilidad de la relación se ponga en riesgo. Ahora, se muestra la información obtenida:

En los hombres:

M.A.Z.: “Sí, cuando hemos tenido esas clases de conflictos sí he llegado a culpar a las demás personas.”

A.M.A.S.: “Ji, La única persona que culparía sería al tercero, ni a ella ni a mí. Sí, porque busco hacerle saber a ella cómo son realmente las cosas.”

L.A.R.R.: “Al principio un poco, ahora ya no. (...) Mmm, pues sí, sí busco culpables”

En el caso de los hombres, es como menciona Carapia (2004): necesitan evidencias que demuestren y comprueben su hombría, pero estas deben contener elementos indispensables que las sustenten: el éxito, fortaleza, capacidad para correr riesgos, ser confiable y ejercer un buen control sobre sí mismo.

Después de leer y analizar lo propuesto por Carapia (2004), es posible entender que al hombre le gusta demostrar su hombría, y qué mejor manera de hacerlo que mediante la resolución de un conflicto que él no haya ocasionado, de esa manera, automáticamente se refuerzan todas las características mencionadas por el autor, lo que genera en el hombre un sentimiento de satisfacción, puesto que su hombría se comprueba, sustenta y aumenta.

En el mismo sentido, las mujeres expresan:

M.G.P.C.: “Sí, en esas ocasiones yo digo quién tiene o no la razón.”

A.P.N.P.: “Mmm, sí. Mmm, poquito (se ríe) como que sí.”

A.L.M.C.: “Sí, de hecho, cuando terminamos fue por eso, por un tercero. (...) Durante un conflicto de esos yo decido quién tiene la razón.”

Para poder comprender la razón que está detrás de esta conducta en las mujeres, es necesario remontarse a lo que menciona Carapia (2004): en el siglo XX se ha comenzado a ver una mayor serie de cambios relacionados con la participación de la mujer en otros ámbitos (económico, político y social).

Añadiendo al aporte de Carapia (2004), se menciona que la mujer ha tenido una mayor participación en la expresión de sus pensamientos, aportes y en la toma de decisiones en los ambientes mencionados anteriormente, si bien una relación de noviazgo no se considera un ambiente político, el hecho de que ellas adopten una postura en la cual digan y decidan quién tiene razón o no, es una muestra de los avances que se han venido haciendo respecto a la igualdad y equidad de género.

L. Solo trato de ayudarte.

Este juego psicológico es entendido por Sáez (2001: 144) como “Entrometerse en asuntos ajenos”. La forma en la cual se expresaría en una relación de noviazgo es mediante una intromisión constante por parte de alguno de los miembros de la pareja en cuanto a la vida del otro sujeto se refiere. Esta acción hace referencia a un aporte constante de consejos u opiniones que no son solicitadas. Una vez aclarado en qué consiste este juego psicológico, se presenta la información obtenida:

Según lo refiere uno de los hombres:

A.M.A.S.: “Ahhh, sí sí, sí; casi siempre es igual, opino en cosas que ella me dice, aunque, si estamos hablando, yo se los doy sin que ella me lo pida.”

Si bien es innegable que la mayoría de las personas opinen en situaciones relacionadas con la pareja, las causas por las que lo hacen los hombres y las mujeres son completamente diferentes. En el caso de ellos, como lo menciona Myers (citado por García; 2013), una de las principales características de su género consiste en mantener y aumentar su dominio social.

En el caso del juego psicológico en cuestión, la manera en la que este aumenta su dominio en la relación es mediante el aporte de opiniones, las cuales en ocasiones no son solicitadas, sin embargo, el varón lo hace con la excusa de querer ayudar a la pareja cuando, en el fondo, aumenta el dominio que tenga sobre ella, aunque sea de una manera sutil.

En el mismo sentido, una de las mujeres puntualiza:

M.G.P.C.: “Ser metiche.”

Para comprender de mejor manera el caso de las mujeres, se revisará lo propuesto por Carapia (2014), quien menciona que los atributos que se dan a la mujer son: la delicadeza, ternura y preocupación, en ocasiones no tanto por ella misma, sino por los demás, lo cual les genera un sentimiento de preocupación por su prójimo, lo que a su vez provoca, consciente o inconscientemente, un deseo de ayudar a los demás.

M. Déjame hacerlo a mí.

Este juego psicológico lo define Sáez (2001: 144) como “anticiparse a los errores cometidos”. La forma en que se manifiesta en una relación de noviazgo es la siguiente: se trata de un momento/situación en la cual algún miembro de la pareja realice un análisis concreto de una situación específica, para intentar cubrir todos los escenarios posibles y no cometer errores de ningún tipo. Una vez aclarado en qué consiste este juego y cómo se manifiesta, se procede a presentar la información que se recabó:

Los hombres expresan lo siguiente:

M.A.Z.: “Pienso en todo lo que pueda provocar un comentario o acción que haga ella o yo.”

A.M.A.S.: “Solo que sea grave, también igual, si es un problema así medio fuerte, sí me pongo a pensar y analizar, hasta el hecho de pensar: ¿y si terminamos por esto?”

V.F.P.T.: “Sí, en la mayoría de las cosas que puedan surgir.”

L.A.R.R.: “Mmm, consecuencias, efecto, sí, causa-efecto sí, bastante, es lo que más hago en mi vida.”

El hecho de que los hombres sean racionales tiene que ver con los hemisferios cerebrales. Para comprender esto de una mejor manera, se procederá a revisar lo mencionado por Nieto (2020), quien menciona que, a diferencia del cerebro de la mujer, que utiliza de manera conjunta ambos hemisferios, en el caso del hombre no es así, ya que su cerebro suele utilizar en mayor medida el hemisferio dominante (izquierdo).

Utilizando como referencia lo mencionado por Nieto (2020), es posible comprender la razón por la que los hombres suelen ser más relacionales la mayor parte del tiempo, y eso es debido a que en ellos el hemisferio dominante es el izquierdo, lo que da como resultado el mayor grado de racionalidad y frialdad en el momento de la toma de decisiones o de actividades que requieran un análisis más concreto y detallado.

Por parte de las mujeres, una de ellas refiere lo siguiente:

A.P.N.P.: “Mmmm, sí, analizo todo, porque digo: si hago esto, pues va a pasar; mejor no, pero si hago esto, tal vez se resuelva más fácil”.

En el caso de la mujer, el hecho de que realice actividades de índole masculina, como el análisis racional de algo en concreto, tiene relación con lo que menciona Beltrán (2014), acerca de que el ánimo de la mujer es la causa de que esta realice las conductas/acciones que normalmente se atribuyen a los hombres.

Es por eso que, después de haber analizado los resultados, es posible comparar y complementar la información obtenida con la aportada por Beltrán (2014) lo que permite comprender que, cuando las mujeres tienden a realizar cosas que normalmente los hombres realizan, es debido a la influencia que tiene su parte masculina en ella, y que, en esos momentos, esa parte masculina se está manifestando.

N. Soy profesional.

Finalmente, el último juego psicológico analizado en esta investigación Sáez (2001: 144) lo define como “ayuda profesional que a veces falla”; ahora que se tiene la definición del autor, se mencionará la forma en cómo se puede presentar este juego psicológico en una relación de noviazgo: este se presenta en situaciones que se caracterizan porque algún miembro de la pareja le pidió ayuda al otro para solventar un problema, pero la estrategia no funcionó, por lo que la persona que prestó la ayuda culpa a la persona que la solicitó. En los sujetos de estudio, la información obtenida es la siguiente:

En el caso de los hombres:

A.M.A.S.: “Si alguna vez no ha querido hablar y arrastramos el problema, sí la he llegado a culpar.”

Para poder comprender esto, es necesario revisar lo dicho por Calabria (2004: 62): “El que manda es el que aporta”. Teniendo en cuenta la naturaleza del juego psicológico, el hombre es el que sugiere las alternativas y culpa a los demás en caso de que sus soluciones no sean las adecuadas; en esos casos es cuando toma sentido la frase del autor, puesto que, si el hombre realiza una mayor cantidad de aportaciones que la mujer, este automáticamente entenderá que puede imponer sus condiciones y que obtendrá una mayor cantidad de derechos y beneficios, además de que, con eso, incrementará el grado de dominio que pueda tener sobre su pareja.

En el mismo sentido, una de las mujeres expresa:

A.L.M.C.: “Depende de la situación, a veces sí.”

En el caso de las mujeres, es completamente diferente a los hombres, si bien ellos lo hacen para imponer sus condiciones y aumentar su dominio, en las mujeres no es así y, para explicar eso, se utilizará lo mencionado por Morales (referido por García; 2013), quien señala que las mujeres son emocionales, comprensivas, cariñosas y sensibles a las necesidades de los demás.

Teniendo como referencia lo citado por García (2013), se comprende que, no por el hecho de que las mujeres en ocasiones culpen a sus parejas de que algo salga mal, ellas dejarán de aportar o buscar soluciones alternas, y es ahí donde radica la

principal diferencia en comparación al hombre: en lugar de buscar dominio, ellas lo que hacen es buscar el bienestar del hombre, mostrarse abiertas y comprensivas para su pareja.

Finalmente, después de presentar y analizar la información obtenida, es posible percatarse de lo siguiente:

La complejidad de los juegos psicológicos utilizados está relacionada con el tiempo que tenga la relación: a mayor tiempo, mayor complejidad en los juegos. En el caso de la pareja número 2 (A.M.A.S. y A.P.N.P.) cuya relación es la de menor tiempo (6 meses), los juegos psicológicos que utilizan suelen ser más sutiles y menos complejos a diferencia de las demás parejas, como la número 1 (M.A.Z. y M.G.P.C.) cuya relación excede los 4 años de duración y en la cual se presentan juegos tendientes a empezar y dejar inconclusos encuentros sexuales, inclusive juegos en los que los miembros buscan provocar conflictos o excusarse en ellos para evitar tener contacto con su pareja.

Para terminar, es necesario mencionar que, como se mencionó en este apartado, en ocasiones, serán los hombres o las mujeres los que tengan la iniciativa para realizar las actividades, esto puede variar, lo que da como resultado que la dinámica de la relación esté sujeta a que los diferentes juegos psicológicos puedan llevarse a cabo.

3.4.2. Juegos psicológicos utilizados en los que coinciden ambos miembros de las parejas

En este apartado se presentarán los resultados obtenidos mediante la aplicación de la técnica e instrumento de recolección de datos, en los cuales se podrá observar los juegos psicológicos en los que coinciden ambos miembros de la pareja, el número de casos en los cuales los hombres utilizan una mayor cantidad de juegos psicológicos y el número de veces en los que las mujeres son las que utilizan una mayor cantidad de este tipo de juegos.

Para comenzar, se mostrarán los juegos psicológicos en los que coinciden los miembros de la pareja (ver Anexo 2).

La pareja número 1, conformada por M.G.P.C. y M.A.Z., tiene una duración de 4 años 6 meses; ellos coinciden en los siguientes juegos psicológicos: Alcohólico, Ahora te agarré y Tribunales.

La pareja número 2, conformada por A.M.A.S. y A.P.N.P., tiene una duración de 7 meses; ambos coinciden en los siguientes juegos psicológicos: Pata de palo, Alcohólico, Tribunales y Déjame hacerlo a mí. Son una de las dos parejas que menos juegos psicológicos utilizan, con un total de 13.

La pareja número 3, conformada por A.L.M.C. y V.F.P.T., su duración es de 6 años 2 meses; ellos presentan coincidencia en los siguientes juegos psicológicos: Sí, pero..., Dame una patada, Abrumado, Alcohólico, Si no fuera por ti y ¿Por qué esto ha de ocurrirme a mí? Son la pareja que más juegos psicológicos utiliza, con un total de 17.

Finalmente, en la pareja número 4, integrada por L.A.R.R. y L.I.R.M., su relación tiene 4 años; en cuanto a juegos psicológicos se refiere, coinciden en los siguientes: Para de palo, Sí, pero... y Ahora te agarré, además de ser la segunda pareja que menos juegos psicológicos utiliza, con un total de 13.

En cuanto a quién utiliza una mayor cantidad de juegos psicológicos, los resultados obtenidos son los siguientes: Del 100% de la muestra, en un 50% (parejas 1 y 3) las mujeres son las que utilizan más juegos psicológicos que los hombres, lo que quiere decir que ellas son las que llevan la mayoría de la iniciativa en la relación y que, a pesar de todas las limitaciones que se les han impuesto a lo largo del tiempo, han logrado desarrollar técnicas y estrategias para aumentar su protagonismo y tener un mayor peso en ámbitos de toma de decisiones a nivel personal y social, igualdad con el género masculino y reconocimiento, tal como lo relata la Secretaría Confederal de Mujer e Igualdad de CCOO (2017).

Mientras que el 50% restante (pareja 2 y 4) es a la inversa: el hombre utiliza una mayor cantidad de juegos psicológicos que la mujer. En estas relaciones el hombre tiene mayor peso a la hora de tomar decisiones o tener la iniciativa para realizar las actividades, lo anterior puede sustentarse con la información propuesta por Estrada, Gonzáles y Mendieta (2016), quienes mencionan que el hombre, a lo largo de la historia, ha sido criado bajo un paradigma en el cual ellos no solamente son superiores, sino que son percibidos socialmente como los proveedores, los jefes del hogar y los encargados de la toma de decisiones, lo que, con el paso del tiempo, ha dado como resultado en ellos un mayor control y poder en cuanto a relaciones sociales se refiere.

3.4.3. Juegos psicológicos utilizados por los hombres

Por un lado, en cuanto a los juegos psicológicos más utilizados por los hombres, tomando en cuenta los 4 sujetos de la muestra masculina, el 100% ha puesto alguna clase de distancia después de un conflicto, para evitar sentir todo lo que este produzca mediante alguna clase de alejamiento, para pensar y que se tranquilice la situación, además de que tienden a analizar la mayoría de los escenarios posibles ante una situación concreta para tratar de evitar la mayor cantidad de errores posibles con su pareja (Anexo 3).

Después de leer la información anterior, es posible percatarse que los hombres que conforman la muestra tienden a ser más racionales que emocionales, lo cual tiene su explicación en la información presentada por Moratalla (2013), quien especifica que las personas de oriente viven el enamoramiento y las relaciones de pareja de diferente manera que las de occidente. En cuanto a la racionalidad se refiere, el hipotálamo del hombre segrega la hormona de la vasopresina, la cual, entre algunos de sus varios efectos, potencia la testosterona del individuo, lo que le permite tener una mayor capacidad de raciocinio ante situaciones concretas.

Por el otro lado, lo que menos tienden a hacer los hombres es a evitar cualquier tipo de interacción con sus parejas, en especial la del tipo sexual (Anexo 3), puesto que, al momento de presentarse un encuentro de esta índole, los hombres en ningún momento lo detienen, dejan que este fluya hasta que llegue su conclusión. La explicación a este fenómeno es sencilla, y está relacionada también con la hormona de la vasopresina que menciona Moratalla (2013), puesto que, además de tener el

efecto de amplificar la capacidad de raciocinio del hombre, en cuanto a encuentros potenciales sexuales se refiere, la vasopresina amplifica el efecto de la testosterona, lo que le permite al hombre estar más alerta para la detección de estímulos o potenciales estímulos de índole erótica.

Finalmente, es importante mencionar que la mayor cantidad de juegos psicológicos utilizados por un hombre es de 9, mientras que, la menor cantidad de juegos psicológicos usados por un hombre es de 6.

3.4.4. Juegos psicológicos utilizados por las mujeres.

Tomando en cuenta los 4 sujetos de la muestra femenina, el 100% (ver Anexo 4) está al acecho constante de fallas que pueda cometer su pareja, para recriminárselo posteriormente, por lo que, para entender de una mejor manera al porqué de este fenómeno, se utilizará la información de dos autores. El primero de ellos, Moratalla (2013), hace referencia a que esto tiene su origen en que en el hipotálamo de la mujer, a diferencia del hombre, se produce la hormona de la oxitocina, lo cual provoca que domine en ellas la parte emocional en lugar de la parte racional; para complementar lo anterior, está el aporte realizado por Sáez (2017), quien menciona que la mujer tiene una mejor y mayor capacidad para almacenar información que contenga una mayor carga emocional, ya sea tanto positiva como negativa, de ahí que ella esté recriminando constantemente algo a su pareja.

En el mismo sentido, lo que menos hacen las mujeres, con un 25% es lo siguiente (Anexo 4): si bien todas las mujeres de la muestra entrevistada tienen, además del trabajo, diferentes ocupaciones, casi en la totalidad de los casos, han

sabido sobrellevar esta condición, para no descuidar la relación o que esta se vea afectada. Lo anterior tiene su explicación, con fundamento en Sáez (2017), quien menciona que las mujeres son capaces de hacer más tareas a la vez debido a que tienen más conexiones nerviosas entre la zona motora del cerebro.

En lo que concierne a provocar conflictos de manera intencional para no tener ningún tipo de contacto con su pareja o, en su defecto, excusarse en un conflicto pasado para no estar con la pareja, se tomará como referencia la información propuesta por Rodríguez (2014), para explicar este fenómeno. La autora menciona que la mujer es más expresiva en sus emociones; aplicando esto a la información obtenida, permite comprender que, cuando algo le moleste a la mujer, ella lo manifestará de una manera explícita.

En cuanto a la conducta consistente en dar pauta al inicio de un encuentro de índole sexual, para que en el momento en que la pareja esté correspondiendo a sus estímulos, rechazarla, y en lo concerniente a dar opiniones, aunque su pareja no se los pida, esto tiene su explicación en la información propuesta por Moratalla (2013) y Sáez (2017): ambos autores coinciden en que la mujer tiene más estimulada y desarrollada el área emocional, dando lugar a que le otorgue un mayor peso al lado emocional y un peso menor al lado sexual.

El hecho de pensar en todos los posibles escenarios que pueda traer consigo una situación concreta, para evitar cometer errores con su pareja, se origina debido a que la mujer no tiene tan desarrollada el área del cerebro que se encarga del raciocinio, además de que la hormona que se encarga de eso es la vasopresina.

Para concluir este apartado, es importante mencionar que la mayor cantidad de juegos psicológicos utilizados por una mujer es de 10, mientras que, la menor cantidad de juegos psicológicos utilizados por una mujer es de 4.

CONCLUSIONES

Durante el desarrollo de la presente investigación, se realizaron distintos procedimientos que permitieran analizar los juegos psicológicos que se utilizan en una relación de noviazgo, además del cumplimiento de los 6 objetivos particulares planteados al principio de la investigación. A continuación, se enlistan tales objetivos y la manera en que se dio cumplimiento a estos.

El primer objetivo particular planteado consiste en la definición del término juego psicológico desde una perspectiva teórica. Esto fue abordado y cumplido en el capítulo número 1, entendiendo que para Berne (1966: 52), “un juego es una serie de transacciones ulteriores, complementarias, que progresan hacia un resultado previsto y bien definido”.

El segundo objetivo particular consistió en la mención de algunas de las clasificaciones de juegos psicológicos que se conocen en la actualidad. Este también se abordó y se cumplió durante el desarrollo del capítulo 1, en el cual se utilizaron las clasificaciones de dos teóricos. En primer lugar, se retomó la clasificación propuesta por Berne (1966), que incluye: juegos de vida, maritales, de reunión, sexuales, del hampa, consultorio y buenos; la segunda clasificación es la que realizó Sáez (2001), por el número de jugadores, símbolos utilizados, tipo clínico, zonas psicoanalíticas, psicodinámicos e instintivos.

En el tercer objetivo particular, se abordó de manera teórica el concepto que se tiene acerca del término de noviazgo, para lograr esto, se utilizaron los conceptos propuestos por tres teóricos. El primero de ellos fue el concepto de Vargas e Ibáñez

(citados por Bernal; 2018), la segunda definición de noviazgo es la aportada por Sánchez (2016) y la tercera, es la propuesta por Guzmán (2003: 4).

En el cuarto objetivo particular, se buscó mencionar los aspectos que influyen en la elección de pareja; para su cumplimiento, se utilizó la información brindada por Balabarca (2006), en la que se mencionan los distintos aspectos que influyen: nivel de inteligencia, nivel de abstracción, capacidad de decisión, apego a los padres, respeto a los padres, tipo de personalidad, ambiciones a medio y largo plazo, cuidado de la apariencia personal, valores, intereses en la vida, hábitos personales, asimilación de roles, habilidades verbales, inteligencia emocional y sociabilización. Estos factores se abordan en el capítulo número 2 de la presente investigación.

En lo que se refiere al quinto objetivo particular, se hace mención a la identificación de los juegos psicológicos que se pueden presentar en una relación de noviazgo, dicha tarea se llevó a cabo mediante la realización de una entrevista a la muestra seleccionada. Los resultados obtenidos pueden observarse en el capítulo 3 (apartado 3.4.1).

En lo que al sexto objetivo particular corresponde, menciona la influencia que tienen los juegos psicológicos en la relación de noviazgo. Después del análisis de los resultados, fue posible identificar dos vertientes principales: la primera, fue que dependiendo del tiempo que tenga la relación, será la complejidad de los juegos psicológicos, o sea, a mayor tiempo de relación, mayor complejidad en los juegos psicológicos, mientras que, a menor tiempo de relación, menor complejidad en los juegos psicológicos (capítulo 3, apartado 3.4.1); la segunda vertiente indica que el

inicio de los juegos está vinculado con el miembro de la pareja que tenga la iniciativa, en ocasiones será el hombre o la mujer (capítulo 3, apartado 3.4.1), de manera que en algunos casos sean los hombres o las mujeres quienes utilicen una mayor cantidad de juegos psicológicos que sus contrapartes (capítulo 3, apartado 3.4.2).

Para el cumplimiento del objetivo general de la investigación, que habla acerca de identificar cuáles son los juegos psicológicos utilizados con mayor frecuencia por estudiantes universitarios que oscilan entre los 20 y 25 años de edad, que se encuentran en una relación de noviazgo con al menos seis meses de duración, los juegos psicológicos reconocidos son los siguientes: Dame una patada, Pata de palo, Abrumado, ¿Por qué esto ha de ocurrirme a mí?, Alcohólico, Ahora te agarré, Sí, pero..., Si no fuera por ti, Seducción, Alboroto, Tribunales, Solo trato de ayudarte, Déjame hacerlo a mí y Soy profesional (capítulo 3).

Finalmente, gracias a que el objetivo general pudo cumplirse, es posible dar respuesta a la pregunta de investigación: ¿Cuáles son los juegos psicológicos utilizados con mayor frecuencia por estudiantes universitarios que oscilan entre los 20 y 25 años de edad, que se encuentran en una relación de noviazgo con al menos seis meses de duración? Teniendo en cuenta que el noviazgo se trata de un fenómeno que se encuentra en constante cambio debido al contacto constante que tienen los miembros de la pareja entre sí, da como resultado una variedad de interacciones entre ellos, por ejemplo: el estrechamiento del vínculo y la comunicación, el aumento de las muestras de cariño y la aparición de diversos juegos psicológicos, siendo los siguientes los más comunes: Alcohólico, Ahora te agarré, Sí, pero..., Si no fuera por

ti, Seducción, Alboroto, Tribunales, Solo trato de ayudarte, Déjame hacerlo a mí y Soy profesional.

Las naturalezas de los juegos psicológicos son diferentes: los que utilizan los hombres son más racionales (Anexo 3) mientras que la naturaleza de los juegos psicológicos que usan las mujeres es más emocional (Anexo 4). En ocasiones, los hombres y las mujeres coinciden en los juegos psicológicos que utilizan (Anexo 2). En suma, es innegable que todos los integrantes de la muestra han utilizado algún juego psicológico por lo menos una vez a lo largo de su relación.

BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez-Gayou Jurgenson, Juan Luis (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa; fundamentos y metodología*. México: Editorial PAIDÓS.
- Balabarca, Yván (2006). *Noviazgo de éxito*. Perú: Editorial Imprenta Unión.
- Bernal Suárez, Karla Margarita (2018). *Estrategias de poder en el noviazgo*. Tesis de licenciatura. Universidad Don Vasco, A.C.
- Berne, Eric (1966). *Juegos en que participamos: sociología de las relaciones humanas* (16va edición). México: Editorial Diana.
- Carapia Chávez, Julia del Carmen (2004). *Perspectiva de género*. México: Plaza y Valdés Editores.
- García Estrada, Alba Rocío (2013). *Diferencias entre hombres y mujeres en estereotipos de género y autoconcepto*. Tesis de licenciatura. Universidad Don Vasco, A.C.
- Guzmán Martínez, Elsa Carolina (2003). *Noviazgo entre adolescentes*. México: Instituto Aguascalentense de las Mujeres.
- Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos y Baptista Lucio, Pilar (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). México: McGraw-Hill.
- Kertész, R.; Kerman, C.; Savorgnam, J. A. y Slipak, B. (1997). *Introducción al análisis transaccional: Los juegos psicológicos*. Argentina: Editorial Paidós.
- Massó Cantarera, Francisco (2007). *Análisis Transaccional I: Cómo nos hacemos personas*. Perú: Editorial CCS.
- Mogyoros Marcushamer, Érica y Rodríguez Estrada, Mauro (1991). *La pareja*. México: Editorial Trillas.
- Pinto Tapia, Bismarck (2012). *Psicología del amor*. La Paz, Bolivia: Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana San Pablo.
- Rage, Ernesto (1996). *La pareja; elección, problemática y desarrollo*. México: Editorial Plaza y Valdés.
- Rossi, Luisa (2004). *Relación de pareja; retos y soluciones*. México: Editores Textos Mexicanos.
- Sáez Alonso, Rafael (2001). *Los juegos psicológicos según el análisis transaccional; dos no juegan si uno no quiere*. Madrid: Editorial CCS.

Sáez Alonso, Rafael (2011). *Terapia transaccional; una psicología satisfactoria y sorprendente de las relaciones humanas*. Madrid: Editorial CCS.

Sánchez Aragón, Rozzana (2016). *La pareja en México; desentrañando su naturaleza comunicativa y emocional*. México: Dirección General de Asuntos de Personal Académico de la Facultad de Psicología UNAM.

MESOGRAFÍA

- Almeida, Romina (2020). *Ellas tienen más memoria emocional, recuerdan lo bueno y lo malo*. México. Recuperado de:
<https://www.expreso.ec/buenavida/mente/memoria-emocional-recuerdan-bueno-malo-6406.html>
- Beltrán, Pedro (2014). *Jung: El ánimo y animus*. Alicante España. Recuperado de:
<http://www.efemeridespedrobeltran.com/es/eventos/junio/jung.-el-anima-y-el-animus.-hoy-26-de-julio-de-1875-nace-carl-jung>
- Estrada Rodríguez, José Luis; González Viñada, Braulio y Mendieta Ramírez, Angélica (2016). Perspectiva de género en México: Análisis de los obstáculos y limitaciones. *Opción*, vol. 32, núm. 13, pp. 12-36. Universidad del Zulia. Maracaibo, Venezuela. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/310/31048483002.pdf>
- Hardy, Ellen y Jiménez, Ana Luisa (2001). Masculinidad y género. *Revista Cubana de Salud Pública*, v.27 n.2, Ciudad de La Habana, Cuba. jul.-dic. 2001. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662001000200001
- Maya, Esther (2014). *Métodos y técnicas de investigación*. Universidad Nacional Autónoma de México. México, Distrito Federal. Recuperado de:
https://issuu.com/antonio8092/docs/maya__e.__1997__metodos_y_tecnicas__
- Mejía Jervis, Tatiana. (2020). *Guion de entrevista*. Lifeder. Recuperado de:
<https://www.lifeder.com/guion-de-entrevista/>
- Morales Toc, Dulce María (2016). *Afecto y relación de pareja*. Tesis de licenciatura. Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de:
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Morales-Dulce.pdf>
- Moratalla López, Natalia (2013). *Las mujeres son más viscerales y los hombres más racionales (también en el amor)*. España. Recuperado de:
https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2013-02-14/las-mujeres-son-mas-viscerales-y-los-hombres-mas-racionales-tambien-en-el-amor_583755/.
- Nieto, María Consuelo (2020). *El cerebro emocional de la mujer*. Colombia. Recuperado de: <https://encolombia.com/libreria-digital/lmedicina/ecmg/fasciculo-9/ecmg9-elcerebro/>.
- Rodríguez Adair, Ángeles (2014). *Mujeres y hombres: ¿Quién es más emocional?* México. Recuperado de: <https://www.utel.edu.mx/blog/rol-personal/mujeres-y-hombres-quien-es-mas-emocional/>.

- Rodríguez Camón, Elisabet (2020). *¿Qué es la frustración y cómo afecta a nuestra vida?* Barcelona España. Recuperado de:
<https://psicologiaymente.com/psicologia/frustracion>.
- Sáez, Elvira (2017). *¿Pensamos y sufrimos igual las mujeres y hombres?* Madrid, España. Recuperado de: <https://www.enfemenino.com/testimonios/diferencias-emocionales-mujeres-y-hombres-s2448510.html>
- Secretaría Confederal de Mujer e Igualdad de CCOO (2017). *¿Qué significa el «empoderamiento» de las mujeres?* España. Recuperado de:
<https://tribunafeminista.elplural.com/2017/02/que-significa-el-empoderamiento-de-las-mujeres/>
- Torres, Arturo (2016). *Los arquetipos según Carl Gustav Jung*. Barcelona, España. Recuperado de: <https://psicologiaymente.com/psicologia/arquetipos-carl-gustav-jung>
- Universidad Don Vasco (2020). *Identidad*. Recuperado de:
<http://www.udv.edu.mx/identidad/>
- Valderrama Cárdenas, J.; Solva Giraldo, E.; Rubiano Ramírez, Y.; Layne, M.; Pinilla Ospina, M.; Venegas, E.; Molina Quintero, M.; Cañas Jaramillo, J.; Romero Vargas, B. y Carrillo Ávila, A. (2018). *Juegos psicológicos en los procesos de reconciliación*. Trans-Pasando Fronteras, (11). Recuperado de:
https://www.researchgate.net/publication/324547511_Juegos_psicologicos_en_los_procesos_de_reconciliacion

ANEXOS

ANEXO 1

Juegos Psicológicos

Nombre:

Tiempo de relación:

Edad:

1. ¿Quién tuvo la iniciativa de comenzar la relación?
2. Compárteme, ¿cuáles han sido los cambios más significativos que has identificado en tu relación desde que comenzó hasta la actualidad?
3. ¿Quién es el que normalmente tiene la iniciativa para realizar las cosas?
4. ¿Qué tan fundamental crees que eres para tu pareja?
5. ¿Cómo suelen surgir los conflictos entre ustedes?
6. Cuando algo sale mal en la relación, ¿qué explicación le dan a ello?
7. Compárteme, ¿te consideras una persona ocupada?
8. ¿Consideras que esas ocupaciones repercuten de alguna manera en tu relación?
9. Cuando ocurre algún conflicto en la pareja, ¿únicamente piensas en eso y en todo lo que provocó, sin pensar en nada más?
10. ¿Cómo es tu percepción de las cosas después de haber tenido algún conflicto con tu pareja?
11. Durante un conflicto entre ustedes, ¿de qué manera actúas tú?
12. Después de un conflicto, ¿de qué manera actúas?

13. ¿De qué manera tomas las propuestas hechas por tu pareja a la hora de resolver un conflicto?
14. ¿Te consideras una persona a la cual le gusta tener siempre la razón?
15. ¿Qué es lo que haces al saber que tu pareja cometió un error?
16. ¿Cuál es tu postura al saber que tu pareja cometió un error y esta lo acepta?
17. Cuando tu pareja aporta una solución, ¿siempre le encuentras un defecto?
18. ¿Te gusta hacerle saber a tu pareja que tú estás bien y él/ella cometió un error?
19. ¿Tu pareja tiene la culpa cuando no puedes hacer algo?
20. ¿Qué tanto porcentaje de los conflictos son causados por ti y qué tanto porcentaje por tu pareja?
21. ¿Qué tan receptivo te consideras ante las insinuaciones de tu pareja para comenzar un encuentro sexual?
22. ¿Te consideras una persona “microondas”?
23. ¿Te excusas en conflictos recientes o pasados para no convivir con tu pareja?
24. ¿Buscas provocar desacuerdos/conflictos de manera intencional para evitar convivir con tu pareja?
25. ¿Han tenido conflictos por intervenciones externas a su relación (terceros)?
26. En un conflicto ocasionado por un tercero, ¿tiendes a buscar culpables?
27. ¿Tiendes a opinar en todo aquello que esté relacionado con tu pareja?
28. ¿Tiendes a dar opiniones/puntos de vista constantemente independientemente si te los piden o no?
29. ¿Tiendes a pensar y analizar la mayoría de los escenarios y soluciones ante los posibles problemas que puedan presentarse?
30. Cuando ayudas a tu pareja y las cosas no resultan bien, ¿la culpa es de él/ella?

ANEXO 2

Los juegos psicológicos en los que coinciden los miembros de cada pareja son los siguientes:

| Número de Pareja | Miembros de la pareja | Juegos psicológicos en los que coinciden ambos miembros |
|------------------|------------------------|--|
| 1 | M.G.P.C. y M.A.Z. | <ul style="list-style-type: none">• Alcohólico• Ahora te agarré• Tribunales |
| 2 | A.M.A.S. y A.P.N.P. | <ul style="list-style-type: none">• Pata de palo• Alcohólico• Tribunales• Déjame hacerlo a mí |
| 3 | A.L.M.C. y V.F.P.T. | <ul style="list-style-type: none">• Sí, pero...• Dame una patada• Abrumado• Alcohólico• Si no fuera por ti• Por qué esto me ocurre a mí |
| 4 | L.A.R.R. y L.I.R.M. | <ul style="list-style-type: none">• Pata de palo• Sí, pero...• Ahora te agarré |

Juegos psicológicos utilizados por la muestra masculina

| Juego psicológico | Porcentaje de la muestra que lo utiliza |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Alcohólico. • Déjame hacerlo a mí. | 100% de la muestra. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Pata de palo. • Abrumado. • Tribunales. | 75% de la muestra. |
| <ul style="list-style-type: none"> • ¿Por qué esto me está ocurriendo a mí? • Ahora te agarré. • Sí, pero... • Si no fuera por ti. | 50% de la muestra. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Dame una patada. • Alboroto. • Solo trato de ayudarte. • Soy profesional. | 25% de la muestra. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Seducción. | 0% de la muestra. |

Juegos psicológicos utilizados por la muestra femenina

| Juegos Psicológicos | Porcentaje de la muestra que lo utiliza |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Ahora te agarré. | 100% de la muestra. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Dame una patada. • Pata de palo. • Alcohólico. • Sí, pero... • Tribunales. | 75% de la muestra. |
| <ul style="list-style-type: none"> • ¿Por qué esto ha de ocurrirme a mí? • Si no fuera por ti. | 50% de la muestra. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Abrumado. • Seducción. • Alboroto. • Solo trato de ayudarte. • Déjame hacerlo a mí. • Soy profesional. | 25% de la muestra. |

**JUEGOS PSICOLÓGICOS
EN EL NOVIAZGO**

