



Universidad Nacional Autónoma de México
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DIVISIÓN DEL SISTEMA DE UNIVERSIDAD ABIERTA

***¿ME QUIERE, NO ME QUIERE? RELACIONES DE PAREJA EN TIEMPOS DE
MILLENNIALS***

TESIS
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

ALEJANDRO GARCÍA SÁNCHEZ,
MARÍA FERNANDA GARCÍA LIMÓN HIDALGO

DIRECTORA: MTA. PAULA CHAVEZ SANTAMARÍA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

REVISORA: ESTHER GONZÁLEZ OVILLA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

JURADO:
DR. GERMÁN DE LEÓN ÁLVAREZ DÍAZ
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM
DRA. MARÍA DEL CARMEN MONTENEGRO NÚÑEZ
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM
DRA. ZURAYA MONROY NASR
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

CIUDAD DE MÉXICO

NOVIEMBRE 2022



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

ÍNDICE

Introducción	5
Capítulo I: Caras vemos, estilos afectivos no sabemos	7
Capítulo II: ¿Qué onda con los <i>millennials</i> ?	32
Capítulo III: Planteamiento del problema y objetivos	48
• Planteamiento del problema	48
• Justificación	49
• Preguntas de investigación	49
• Objetivos.....	49
Capítulo IV: Metodología.....	51
• Diseño de estudio.....	51
• Componente cuantitativo.....	52
• Componente cualitativo.....	57
Capítulo V: Resultados.....	67
• Componente cuantitativo.....	67
• Componente cualitativo.....	74
Capítulo VI: Discusión y conclusiones.....	85
Referencias.....	90
Anexos.....	99

INTRODUCCIÓN

La manera de vincularse ha cambiado a lo largo de los últimos años en diferentes aspectos y de acuerdo con los diferentes estudios revisados, no ha habido información reciente que nos ayude a entender la forma de relacionarse de las nuevas generaciones. Sin embargo, la generación actual de los *millennials* tiene mucho que decir al respecto.

Desde la psicología, se ha estudiado la formación del primer vínculo desde etapas tempranas, mediante la teoría de apego. Investigaciones subsecuentes sobre la misma línea, han encontrado que en etapas de desarrollo posteriores, específicamente en la adultez, el sostenimiento y transformación de este vínculo de apego inicial existe, pero se trasladada a la pareja como figura principal.

El tipo de apego en la infancia que se va trasladando en cierto estilo afectivo de la madurez, marca la pauta en la forma de relacionarse e influye de manera específica en las relaciones de pareja, conocer que existe un devenir del vínculo con el otro, desde la infancia hasta la adultez aporta comprensión sobre la manera en que el adulto contemporáneo configura sus relaciones.

Para entender mejor sobre la influencia en la forma de relacionarse en pareja de los *millennials*, es importante poder identificar la manera en que los estilos afectivos se presentan, su estructura, sus combinaciones y/o su predominancia permite. Es por ello que en el primer capítulo, revisaremos tanto la teoría del apego como la teoría de los estilos afectivos, para identificar como influyen en la forma de relacionarse en pareja, para después a través de un componente cuantitativo explorar su predominancia e influencia en los *millennials* mexicanos actuales.

Sin embargo, centrarse exclusivamente en el estilo afectivo, no aporta una visión completa de las dinámicas relacionales. Por lo que en el segundo capítulo, se describirán las condiciones actuales y los factores psicosociales de la generación *millennial*, para que más adelante a través de un componente cualitativo conozcamos los significados de dichos factores con la finalidad de describir sus peculiaridades, idiosincrasia, contexto y condiciones.

CAPÍTULO I

Caras vemos, estilos afectivos no sabemos

Capítulo I: Caras vemos, estilos afectivos no sabemos.

En la niñez, gracias a los procesos sociales y a las interacciones tanto individuales como grupales, los seres humanos establecen y construyen vínculos afectivos que permiten el aprendizaje de los modos de relación con los otros, posibilitando la inclusión en la cultura a través de la incorporación de roles, comportamientos, emociones y pensamientos propios de su contexto social. La formación de los vínculos tiene raíces en experiencias afectivas tempranas, lo cual implicará diferencias en las dinámicas de formación e interacción en toda relación, incluyendo la relación de pareja.

El primer vínculo que se establece es entre madres e hijos y éste afecta la manera en cómo se desarrollan las relaciones posteriores del individuo. Esto es así, porque el niño al tener una relación muy próxima con un cuidador aprende a identificar señales emocionales y a regular su sistema emocional. La manera en que lo aprenden a regular dependerá de la proximidad, seguridad y disponibilidad del cuidador primario. La base de esa relación ofrece sentimientos de seguridad o inseguridad que acompañan a las próximas relaciones, ya que el vínculo es un proceso psicológico que afecta el desarrollo del individuo a lo largo del ciclo de vida.

Este tipo de vinculación se puede estudiar desde la teoría del apego, establecida por Bowlby (1969), quien observó cierto tipo de interacción entre madres y bebés. Años después Ainsworth (1978) clasificó en tres estas interacciones, para que a posteriori M. Main y Solomon (1986) añadieran un cuarto tipo de interacción, quedando la siguiente clasificación: apego seguro, apego ansioso o ambivalente, apego evitativo y apego desorientado o desorganizado.

Diversos estudios han respaldado la idea inicial de Bowlby y Ainsworth (1988) quienes consideran que la naturaleza de estos primeros vínculos marca drásticamente nuestra forma de relacionarnos en el curso de nuestra vida, tanto con los otros, como con el ambiente circundante. Esta interacción, este vínculo inicial, forma las bases, los patrones internos de regulación para la expresión de las emociones, y las próximas relaciones de apego en la infancia y adolescencia.

Hazan y Shaver (1987) y Shaver, Hazan y Bradshaw (1988) comenzaron con una segunda línea de investigación sobre el apego adulto, estableciendo tres tipos: seguro, ansioso - ambivalente y evitativo. Más adelante Bartholomew (1991, 1997) plantea una interesante versión actualizada de los estilos de apego en adultos en cuatro categorías:

Apego adulto	Seguro	Miedoso	Preocupado	Ausente
	Persona que siente bienestar con la intimidad y la autonomía. Se caracteriza por un bajo nivel de dependencia, y un bajo nivel de evitación. Son personas con un equilibrio entre las necesidades afectivas y la autonomía personal.	Persona que evita la relación porque teme la intimidad. Reconoce que necesita a los demás, pero le aterra la proximidad. Posee un alto nivel de dependencia y un alto nivel de evitación.	Persona que tiende a mantener relaciones ansiosas y ambivalentes en situaciones de proximidad, en general muy dependiente. Se caracteriza por un alto nivel de dependencia, bajo nivel de evitación.	Persona que niega la necesidad de apego, mostrándose muy evitativa. Muestra una autosuficiencia defensiva, no cree en las necesidades afectivas. Posee un bajo nivel de dependencia y un alto nivel de evitación.

Tabla 1. Apego adulto
Fuente: Bartholomew (1991, 1997)

Dichos autores coinciden en señalar que el objetivo principal del apego es la búsqueda de protección y seguridad emocional. Sostienen que el desarrollo del sistema de apego tendría como último objetivo reemplazar a los padres como principal figura de apego, por un vínculo de pareja estable. Los estudios indican que la búsqueda de un vínculo de apego se mantiene activo a lo largo del desarrollo cumpliendo funciones similares a las de la infancia. A lo largo de la edad adulta, suele ser la pareja la que cumple las funciones de figura de apego principal.

Un acercamiento al estudio de las relaciones de pareja desde la teoría del apego fue realizado por Shaver, Hazan y Bradshaw (1988), quienes conceptualizan el amor romántico como la integración de tres sistemas de conducta: el sistema apego, el sistema de cuidados y el sistema sexual/reproductivo (Figura 1).



Figura 1. Componentes del amor
Fuente: Shaver, Hazan y Bradshaw (1988)

El sistema de apego como lo hemos mencionado anteriormente es el encargado de poner en funcionamiento los modelos mentales construidos durante la infancia (Shaver, Hazan y Bradshaw, 1988). Estos modelos son creencias, expectativas, sentimientos y memorias conscientes e inconscientes sobre la sensibilidad y responsabilidad del cuidador, y sobre la valía de uno mismo para recibir cuidado y atención (Collins y Read, 1990).

Generalmente a lo largo de nuestro desarrollo, el sistema de apego construido en la infancia es estable, debido principalmente a la resistencia al cambio de los modelos mentales de relación con los otros. Esta enorme influencia viene determinada por varias razones. La primera de ellas, y posiblemente la más importante, es que los modelos mentales de uno mismo y de los demás, son un componente central de la personalidad, del sentimiento de identidad personal y del concepto de uno mismo.

En segundo lugar, los modelos mentales están automatizados, por lo que una vez que son activados, se desencadenan una serie de conductas sobre aprendidas que operan fuera de la consciencia, aunado al hecho de que se autorrefuerzan, esto quiere decir que cuando nos llega una información capaz de desestructurar nuestro modelo adquirido es rechazada instantáneamente, mientras que la que cumple nuestras expectativas se asimila enseguida, perpetuando así su modo de enfrentarse a las relaciones.

Aun así, siempre existe posibilidad de modificación: “Existe una serie de factores promotores del cambio de los modelos mentales como son los cambios en el entorno relacional, transiciones, terapias o situaciones que propicien la autorreflexión sobre las relaciones pasadas” (Cavero, 2008).

Dentro del entorno relacional, es justamente a través de las relaciones íntimas donde hay mayores posibilidades de que se realice una transformación, ya que con la pareja puede llegar un nuevo aprendizaje, ya sea a partir de eventos negativos o positivos, que den oportunidad a otras formas de vincularse, permitiendo la creación de un nuevo modelo mental.

El fundamento de la posibilidad al cambio está sustentado neurológicamente por la plasticidad neuronal, una flexibilidad cognitiva que permite adaptarse a nuevas circunstancias durante el ciclo de vida. El sistema de apego debido a su temprana aparición en el desarrollo y su papel

central en la formación de los modelos mentales influenciará la forma en que se expresan los otros dos componentes de la relación.

Hablando del sistema sexual, podemos encontrar que "Es el encargado de facilitar la reproducción. Este sistema por sí solo no implica un vínculo afectivo, sin embargo, generalmente la sexualidad nos lleva a una mayor intimidad y posibilidad de acercamiento que pueden facilitar, o sumar a la formación de una relación de apego" (Shaver, Hazan y Bradshaw, 1988).

En cuanto al sistema de cuidados la pareja atiende y responde a las necesidades y señales del otro miembro de la relación (Shaver y Hazan, 1988). Este reside en el mantenimiento del vínculo de apego a través de dos mecanismos principales: cubrir las necesidades de apoyo y transmitir seguridad al otro.

Basándose en las teorías antes mencionadas y derivado de los modelos mentales, Cavero (2008) propone cuatro diferentes estilos afectivos en las relaciones de pareja, los cuales son comportamientos prototípicos relacionados con los distintos tipos de apego adulto. El estilo huidizo alejado, el estilo huidizo temeroso, el estilo preocupado y el estilo seguro.

En el estilo huidizo alejado podemos encontrar personas con un esquema de pensamiento que minimizan las necesidades afectivas como mecanismo de control ante el posible rechazo de los demás y que basan su autovaloración en el perfeccionismo. Las personas con este estilo suelen ser los más escépticos a la idea del amor, negando algunas veces su existencia y usando la racionalización como base de sus relaciones. Son personas que evitan el compromiso a largo plazo, mostrando desconfianza a lo íntimo y evitan conductas que puedan implicarlos emocionalmente con la otra persona. Pueden mostrar hostilidad, frialdad, escasa expresividad emocional y poca intimidad en sus relaciones. Todos estos aspectos señalan las dificultades que presenta una persona huidiza a la hora de formar un vínculo afectivo.

El estilo huidizo temeroso presenta un modelo mental que combina la necesidad de afecto con la evitación y con una elevada inseguridad y desconfianza en sí mismo y en los demás. Se piensa que el temeroso se comportará de forma similar al estilo alejado en sus relaciones

interpersonales donde no exista un vínculo de apego al inicio de la relación, pero una vez consolidado el vínculo mostrará una actitud más extremista, en el sentido de exclusividad. Las personas con este estilo combinan la evitación y la ansiedad por las relaciones. Esto conduce a evitación emocional como consecuencia al rechazo potencial de los demás y genera cuidado compulsivo. El temeroso se comporta negando las relaciones íntimas evitando mostrar vulnerabilidad. Sin embargo, a pesar de que parece muy similar al estilo huidizo alejado, su gran necesidad de aprobación los lleva a acaparar a la pareja confirmando su ansiedad por las relaciones.

Por su parte, las personas con estilo preocupado presentan principalmente inseguridad en ellos mismos y con respecto a la accesibilidad hacia la otra persona. Con el objetivo de satisfacer sus necesidades afectivas, son altamente demandantes en una relación íntima, mostrando un excesivo miedo al abandono y ansiedad al rechazo. Las personas preocupadas manifiestan una excesiva necesidad de contacto y atención, además de idealización hacia sus parejas. Presentan emociones extremas muy intensas como celos y preocupaciones obsesivas, dependencia, altibajos emocionales y deseos de exclusividad. Reflejan una temprana apertura emocional y un compulsivo cuidado hacia la pareja. A pesar de esto pueden separarse más fácilmente y enamorarse de nuevo en poco tiempo.

Las personas preocupadas muestran una elevada activación del sistema de apego, mostrando intensamente sus necesidades afectivas con la finalidad de lograr la cercanía de la otra persona. En cuanto a la sexualidad, suelen utilizarla para obtener la proximidad que necesitan.

Las personas con estilo seguro presentan mucha seguridad estabilidad emocional, capacidad de regular sus emociones y un mayor nivel de independencia, lo cual influye positivamente al momento de relacionarse con los otros. Son personas que creen en el amor romántico y en las relaciones a largo plazo, además de tener expectativas positivas sobre el amor y el matrimonio. Tienen alta capacidad para intimar, para confiar, y para ver la relación de pareja de un modo optimista, lo cual hace que la satisfacción y la duración de la relación sea mayor en comparación a los otros tipos de estilos. Forman relaciones caracterizadas por la satisfacción, la longevidad, la confianza, el compromiso, la cercanía y la interdependencia. En relación con la sexualidad aparece en función a las necesidades de la pareja y de las

circunstancias del momento. Por otra parte, presentan una mayor flexibilidad cognitiva y tolerancia que les ayudan a resolver los conflictos que surgen en la relación.

Un aspecto muy importante de las relaciones es el análisis de las combinaciones de pareja en función del estilo afectivo de cada uno de sus miembros.

Este análisis realizado por Cavero (2008), nos revela que la unión entre una mujer con estilo afectivo preocupado y un varón con estilo huidizo, es probable que resulte conflictiva e insatisfactoria, pero sumamente longeva. Esto no sucede así, si la mujer resulta tener un estilo afectivo huidizo y el hombre un estilo afectivo preocupado, debido principalmente a los roles de género dominantes, ya que ver a una mujer dependiente es mucho más común socialmente que ver a un hombre con estas características.

El vínculo entre dos personas con estilo afectivo preocupado, suelen provocar dinámicas disfuncionales, debido a que los dos demandan mucha atención, pero el origen de esa atención puede ser tan diferente que ninguno ve satisfecha sus necesidades y por tanto sus expectativas no serán cumplidas.

La combinación entre un estilo afectivo preocupado y un estilo afectivo seguro suele ayudar al primero, ofreciéndole los suficientes cuidados y atenciones, pero aminorando la carga de expectativas tan grandes y necesidad de atención constante que de otro modo terminaría traduciéndose en dependencia.

El vínculo formado entre dos personas con estilo afectivo huidizo es muy difícil de crear, porque estas dos personas evitarán el compromiso. Si logran concretar algo suele ser en la unión de metas externas, ya que al faltar intimidad el crecimiento como pareja se deja de lado, esto propicia en apariencia una relación estable, pero esto sucede debido a la evitación de problemas, sin embargo, es probable que la relación termine debido a conflictos e insatisfacción, producto de la falta de intimidad y atención.

La relación entre una persona con estilo huidizo y otra con estilo afectivo seguro, crea en la huidiza conducta de ambivalencia, no porque sea inseguro, sino porque el huidizo tiene formas de interacción tan limitadas, que produce que demande en forma mayor conductas afectivas en el otro.

De esto se puede inferir que dos personas con estilo seguro tendrán una mayor satisfacción, intimidad y resolución de conflictos, que las combinaciones de los otros estilos.

La manera en la que una pareja vive su relación no es solo determinada por el estilo afectivo que cada uno de los miembros tiene, sino por otras características particulares, como por ejemplo su historia de aprendizaje, sus experiencias previas en otras relaciones, diferentes factores psicológicos, del contexto cultural y social. La suma de estos factores serán determinantes en las dinámicas de interacción que se generen y el ajuste y calidad de la relación de pareja (Tabla 2).

Factores psicológicos		Factores sociales	
Intimidad	Compromiso	Individualidad	Educación y crianza
Cuidados de la relación	Conflictos	Expectativas sociales	Manifestaciones de afecto
Sexualidad	Calidad de la relación	Idealización del amor	Manejo del tiempo libre
Contacto corporal	Satisfacción	Economía y tareas del hogar	Comunicación

Tabla 2. Factores psicológicos y sociales
Fuente: Caverio 2008

Factores psicológicos

La intimidad, la sexualidad, el contacto corporal y los cuidados en la relación están sumamente interrelacionados: “La intimidad es la relación dimensional en la que los mundos internos de dos personas se pueden comunicar fisiológicamente, permitiendo compartir contenidos como sensaciones, emociones y pensamientos. Este intercambio fluye en dos direcciones, de adentro hacia afuera y de afuera hacia adentro” (Bolognini, 2015).

Desde temprana edad, la forma de intimar se va desarrollando, ya que los niños tienen una necesidad absoluta de intercambio con una persona que les dé lo necesario para sobrevivir. Este intercambio crea una especie de código formado a partir del estilo de apego desarrollado con sus progenitores. Si este código no fue lo suficientemente desarrollado desde la infancia, es posible que siendo adultos existan dificultades en el proceso de intimar con los otros, inclusive pueden aparecer contratiempos en algunos procesos, como por ejemplo en la seducción.

Si bien la necesidad de intercambio íntimo nace en la infancia, sigue presente a lo largo de la vida, como un modo de alimentar, oxigenar y movilizar constantemente el mundo interno de las personas. La forma de intimar puede tener variaciones a lo largo de la vida. Así cuando un adulto se relaciona en pareja, esa necesidad originada desde pequeño es lo que le permite intimar, pudiendo mirar, tocar, ser tocado, abrazar, ser abrazado, comunicar emociones, expresar sonidos, escucharlos, etc.

El factor de la intimidad contempla cuatro componentes clave: el contacto corporal, la sexualidad, las emociones y la comunicación. Cada persona, dependiendo de su desarrollo, le dará un valor e importancia diferente a cada uno. De esta manera se puede observar, que hay quien valora la intimidad en el contacto corporal, otros que la valoran sintiéndose en el mismo estado afectivo y otros que sienten la intimidad únicamente cuando pueden expresar sus ideas con libertad y en concordancia con el otro.

Así podemos observar que cada estilo afectivo, tiene una manera diferente de afrontar la intimidad, por ejemplo, las personas con estilo huidizo que se caracterizan por la falta de expresividad emocional y frialdad, generalmente se alejan de sus parejas. Las personas con estilo preocupado, aunque poseen una mayor autoapertura, generalmente hacen intentos inapropiados y prematuros hacia la intimidad. El estilo seguro se siente cómodo con la intimidad y generalmente promueve conductas o situaciones que la generen.

En referencia a los cuidados en la relación, éstos son un conglomerado de comportamientos y actitudes cuya meta es favorecer la seguridad y el bienestar. En una relación de pareja, los cuidados de la relación facilitan el sentimiento de seguridad emocional y gratitud. Por el contrario, la carencia de estos suele generar distanciamiento y sufrimiento.

Los cuidados en la relación se aprenden a partir de la relación de apego en la infancia y ejercen influencia en la vida adulta. En relación con los estilos afectivos, el estilo huidizo suele carecer de cuidado a la pareja, pues tiene incapacidad para entender las señales de ésta, debido a su

baja proximidad, sensibilidad y su ineficaz búsqueda de apoyo, mostrando baja expresividad, amabilidad y conciencia sobre los otros.

El estilo preocupado, resulta intrusivo e ineficaz, debido a que se sobreimplica en la relación, le es difícil olvidarse de sus propios sentimientos y su necesidad de atención, a pesar de estar motivado a ofrecer su apoyo. El estilo preocupado manifiesta una tendencia excesiva a la búsqueda de cuidados propios. Por lo que muestra baja sensibilidad y cooperación con la pareja.

Las personas con estilo seguro muestran una gran capacidad para ofrecer apoyo a las necesidades del otro, por lo que reflejan una mayor sensibilidad y eficacia en la calidad del cuidado. Las cualidades del cuidado responsivo características de este estilo, son consideradas como las más atractivas a la hora de plantearse una relación a largo plazo (Baldwin *et al*, 1996; Pietromanco y Carnelly, 1994; Zeifman y Hazan, 1997), en parte debido a que promueve la búsqueda de proximidad de la pareja y la apertura emocional.

En cuanto a la sexualidad, ésta es la encargada del proceso reproductivo. El acercamiento sexual no implica el comienzo de un vínculo o relación de pareja, pero sí otorga un acercamiento de mayor intimidad, que puede llegar a iniciar en el futuro algún tipo de relación.

Las personas con estilo huidizo se sienten incómodas con la conducta sexual como expresión de intimidad, por lo que priorizan el sexo en contextos no relacionales y tienden a tener relaciones sexuales esporádicas, valoran el sexo sin amor, las fantasías sexuales fuera de la pareja y en general optan por conductas sexuales sin compromiso, por lo que muestran una relación negativa con la intimidad y la cercanía emocional como motivación sexual.

En las personas con estilo preocupado sucede lo contrario, la conducta sexual aparece relacionada con la búsqueda de proximidad, estando orientada a la intimidad más que a la relación meramente sexual. Si el sexo ocurre con frecuencia, generalmente es sólo una estrategia para mantener implicada a la pareja, pues en el interior hay inseguridad y necesidad de aprobación, lo que provoca una menor satisfacción sexual, debido a que utilizan el sexo para cubrir sus necesidades de apego no resueltas.

Las personas con estilo afectivo seguro se asocian tanto a relaciones sexuales satisfactorias, como a un contacto corporal íntimo de larga duración, con menor probabilidad de infidelidad o relaciones sexuales fuera de la relación de pareja.

El compromiso es un factor esencial en las relaciones de pareja. Rusbult (1993) lo definió como un estado psicológico que representa una orientación a largo plazo, que incluye sentimientos de apego a la pareja y el deseo de mantener una relación. El compromiso implica componentes emocionales y cognitivos, que influyen directamente en un amplio rango de conductas que son esenciales para el crecimiento y mantenimiento de la relación. Estos componentes son: amor, valoración cognitiva positiva, condiciones externas estables y el esfuerzo personal.

Aunque se mantengan sentimientos positivos de amor, la valoración cognitiva positiva requiere estar presente. Esto es así porque la valoración busca que se analicen varias circunstancias dentro de la relación, como por ejemplo: que los pros sea superiores y más amplios que los contras, que las inversiones que se realicen sea seguras, que exista un sentido positivo de lo que es la pareja, que exista un autoconcepto positivo dentro de cada miembro, que los eventos negativos se vean como parte de una relación duradera y que la atracción hacia la probabilidad de una relación alternativa sea reducida.

En cuanto a las condiciones externas estables, Angela Hernández (1999) establece que este componente recae sobre el mantenimiento de la salud física y mental, los problemas económicos, las familias políticas, y los vínculos estables con personas externas a la relación.

Para Markman y Stanley (1992), no sólo el amor, las valoraciones positivas y las condiciones externas afectan, si no que las conductas que realiza cada individuo dentro de la relación también son importantes. El nivel de dedicación personal, el grado de sacrificio e inversión, la forma de vincular metas y la manera de encontrar el bienestar común, pueden ser lo primordial para que una pareja dure. Para esto desarrolló seis dimensiones que influyen en cómo cada uno invierte en la relación de pareja:

a) Agenda de la relación: Las pretensiones y expectativas sobre la duración de la relación.

- b) Lugar de la relación: El nivel de prioridad dentro de la jerarquía en la pareja.
- c) Identidad de la pareja: El grado en que se ve a sí mismo, como parte de un conjunto.
- d) Satisfacción con el sacrificio: El nivel de retribución personal que siente un individuo al realizar actividades que le gustan o benefician casi exclusivamente al otro miembro de la relación.
- e) Monitoreo alternativo: Si existe una atracción a otros individuos ajenos a la relación, la dedicación personal a su pareja disminuye drásticamente.
- f) Meta compromiso: El grado de compromiso que cada individuo siente en la relación, ya sea por la visión personal adquirida de identidad de pareja, por moralidad sobre la disolución de la misma, o por la necesidad de sentirse casado debido a un factor estructural.

En general, la disposición personal a seguir se ve influenciada por el estilo afectivo de cada miembro de la pareja, pues se ha encontrado que cada estilo ve y responde diferente al compromiso.

Las personas con estilo huidizo debido a su tendencia a evitar aspectos emocionales presentan un menor grado de implicación en la relación (Shaver y Brennan, 1992), mostrándose, en general, más distantes y menos propensos a la apertura emocional.

Las personas con un estilo preocupado desean un compromiso exclusivo, sin embargo, dificultan el proceso debido a sus constantes demandas basadas en su insatisfacción personal y una percepción errónea sobre la implicación y compromiso de la pareja hacia ellos.

En el estilo seguro, se puede observar a personas que muestran un mayor compromiso hacia la pareja, por lo que generalmente se encuentran en relaciones estables. Lo que refleja una gran capacidad de confianza y satisfacción.

Otro factor importante dentro de las relaciones de pareja es el conflicto. Como definición el conflicto es la tensión que mantiene un individuo al estar sometido a dos o más fuerzas que se excluyen mutuamente y que da como resultado la percepción que el interés actual con el otro resulta incompatible.

Las principales causas del conflicto son variadas, entre ellas se pueden destacar:

- a) La falta de comunicación que puede ser tanto causa como efecto de una relación en pareja insatisfactoria. “La comunicación está en el corazón del conflicto y en el de su resolución” (Mayer, 2000).
- b) Los problemas sexuales pueden ser el origen del conflicto, debido a una expresión de la intimidad negativa.
- c) La infidelidad suele desencadenar una crisis, debido al sentimiento de poco compromiso y engaño de algún miembro de la pareja.
- d) La violencia doméstica es una fuente de muy conflictos graves familiares.
- e) Las crisis vitales desestructuran la forma en cómo se van desarrollando las relaciones, creando conflictos y dando paso a cambios inminentes. Tienen causas variadas, una nueva manera de ver el mundo, cambios en lo laboral o transitar una nueva etapa de desarrollo con responsabilidades y expectativas diferentes.

En los conflictos no hay etapas ni modos de proceder correctos o incorrectos. Por lo tanto, más allá de enumerar las causas o categorizarlos, algo fundamental que suele ayudar a transitarlos, es tener una visión sobre la función de la pareja, aunado a una perspectiva explicativa de los motivos psicológicos que llevan a unirse desde un nivel psicodinámico, además de la evaluación de las maneras de resolver dichos conflictos.

Sobre la función de una pareja a nivel psicodinámico, para Joseph Campbell (1989) la mayoría de las personas creen erróneamente que las relaciones de pareja están para aportar felicidad. Él considera en cambio que las relaciones de pareja son un “lugar” en el que se da la transformación de la personalidad:

Creo que uno de los problemas en el matrimonio es que las personas no se dan cuenta de lo que es. Ellos piensan que es una larga historia de amor y no lo es. El matrimonio no tiene nada que ver con ser feliz. Tiene que ver con ser transformado, y cuando se realiza la transformación es una magnífica experiencia. Pero usted tiene que

presentar. Usted tiene que ceder. Usted tiene que dar. No se puede dictar simple y llanamente (Joseph Campbell, 1989, p. 78).

Mirándolo así, en lugar de evocar la felicidad y la armonía eterna, se entiende que como condición para vivir este proceso transformativo a veces pueda aparecer el dolor y el conflicto.

Para Adolf Guggenbühl-Craig (2001) en una relación, cada persona es espejo de lo más profundo del otro, en tal caso no todas las relaciones son dignas o adecuadas para soportar la transformación interior, pues un encuentro a tal profundidad requiere fortaleza para confrontar nuestras inhibiciones, represiones y aspectos que pasan desapercibidos por uno mismo, pero se dejan ver a través del otro, pudiendo traer consigo sufrimiento y dejando territorio fértil para un cambio totalmente transformador en la experiencia.

De hecho, se puede afirmar que frecuentemente el tipo de experiencia transformadora tiene su semilla en la elección de pareja: “Al principio de una relación a menudo es precisamente las cualidades compensatorias de la pareja que fascinan y atraen. Pero cuando les pedimos a los socios, en la terapia de pareja, lo que inicialmente les atrajo el uno hacia el otro, a menudo afirman que los inicialmente fascinantes rasgos son exactamente las cosas que lo irritan ahora” (Roesler, 2016).

Desde esta perspectiva, como última instancia, el emparejamiento viene a confrontar esa transformación que se busca indirectamente. De la unión surge un tercero que no es la suma de dos, es una especie de sistema o vínculo que estructura la relación, el cual contiene una organización única, estructurada, compleja y muy difícil de descifrar. Siendo un sistema único porque con nadie más se comparten exactamente las mismas sensaciones.

Si se ve a la pareja, no como la suma de dos personas, sino como algo nuevo, como un tercero que se forma, como un sistema único de fuerzas que busca mantenerse en equilibrio, se entiende que una crisis traerá la oportunidad de reestructurar ese sistema, aportando una mirada más amplia, alentadora y global de los conflictos en la relación de pareja.

Siendo así, al principio de la relación, una parte de este sistema, es decir, un miembro de la relación, acepta el lugar que el otro le ha dado en la relación, porque en él hay partes de sí mismo que le permiten identificarse con eso, pero llega un punto en que la desilusión de esas

cualidades ocurre, siendo muy posible que esos rasgos que le atraían ahora le resulten molestos, ya sea porque uno mismo ya no necesita esa imagen debido a que uno ha cambiado, o porque ha cambiado el otro, o porque los dos han cambiado, todo eso suele originar conflicto.

Ya que todas las parejas experimentan desilusión y conflictos la mayor importancia no recae en cómo se originan, sino con que eficacia se resuelven.

Para Gottman (1994) y Holman y Jarvis (2003), existen dos tipos de parejas: por un lado las parejas armoniosas, por otro lado las parejas conflictivas. Las cuales no se distinguen por la cantidad de conflictos que tienen, sino por la manera en cómo reaccionan a las discusiones.

Para ser una pareja armoniosa se debe tener una actitud positiva. Es necesario mantener la intención de que exista un diálogo constante, en donde el diálogo se enfoque más en los beneficios de la relación, que en los sacrificios personales.

También es necesario abordar el conflicto en un momento adecuado y con el suficiente tiempo, esperar el momento de mayor tranquilidad que permita llegar a un consenso y que sea suficiente. Es importante también que las demandas se hagan sobre conductas concretas, expresando mutuamente lo que se espera del otro.

Según múltiples autores, como Romero (2005), aceptar que cada uno tiene responsabilidad en el fracaso de una relación en pareja es el mejor camino, lo cual puede llevar a tomar acuerdos y responsabilidades propias que lleven a una solución, o de ser necesario al cese del vínculo, el cual conlleva a un proceso de elaboración de un duelo y pérdida importante.

El estilo afectivo también influye en la forma de buscar soluciones a un conflicto, según su estilo, cada persona aprende a encarar y tratar de resolverlo de manera diferente. Esto es así porque según Kobak y Duemmler (1994) el conflicto es capaz de activar el sistema de apego en la edad adulta.

Por lo que podemos observar, que las personas con un estilo huidizo, debido a su distancia emocional, utilizan la evitación de los conflictos, además de la minimización o desvalorización de la pareja. Son muy restrictivos a la hora de reconocer y expresar sus estados negativos,

impidiéndole mostrar empatía hacia la otra persona. Rholes, Simpson y Stevens (1998) informaron de la existencia de diferencias de género en lo que respecta a la resolución de conflicto dentro del grupo huido, en su estudio fueron los hombres alejados quienes presentaron unas estrategias de resolución de conflicto menos efectivas, con menor calidez y apoyo.

En el estilo preocupado, las personas reflejan elevada ansiedad ante situaciones que los hagan sentir inseguros, lo cual se relaciona con el sentimiento de abandono percibido durante su desarrollo. Dentro del conflicto utilizan estrategias hostiles y falta de negociación. Generalmente estas personas tienen una visión más negativa de su pareja tras una discusión o conflicto, independientemente de si hubo resolución o no. Estas personas muestran expresión de sentimientos negativos para regular su necesidad afectiva. El estilo preocupado utiliza en mayor medida la violencia dentro de sus relaciones. Por lo que la violencia de género es mucho más frecuente en este estilo y en una relación formada por dos personas preocupadas, es común la violencia extrema y el abuso en la pareja (Bartholomew *et al.*, 2001).

Las personas con estilo afectivo seguro utilizan estrategias asertivas de resolución de los conflictos, las cuales son más constructivas e integrales, percibiendo como beneficiosas para la relación las situaciones de conflicto esporádicas, evitando relaciones abusivas. Además, son capaces de reconocer el estrés y buscan apoyos significativos en otras personas.

Los factores de satisfacción y calidad de la relación están relacionadas de forma directamente proporcional, lo que quiere decir que a mayor satisfacción de pareja, mayor calidad en la relación.

Para Cavero (2008) la satisfacción en pareja está asociada al sentimiento de amor, al saldo positivo en la interacción, al refuerzo de conductas positivas, a la percepción de reciprocidad, al acuerdo en áreas de la relación y a las habilidades personales.

El sentimiento de amor está relacionado con atender las emociones, sentimientos y sensaciones producidas a partir del concepto de amor romántico, esto debido a la importancia que les da la sociedad a estas nociones. El sentimiento de amor, producto de la idea del amor

romántico va cambiando conforme la pareja transita diferentes fases. En la primera fase es más fisiológico, hasta que a los tres años aproximadamente, se va orientando hacia emociones más estables, lo que lleva a enfocarse en la seguridad emocional, el apoyo instrumental y los cuidados.

En cuanto al saldo positivo en la interacción, se refiere a que en las primeras fases se tiende a idealizar a la pareja, en fases más avanzadas la rutina diaria hace que algunos reforzadores pierdan fuerza y que los aspectos negativos vayan teniendo más peso, cayendo en cierta desilusión. Por lo que es importante no descuidar aspectos rutinarios que provocan satisfacción en la relación, para que al final el balance sea positivo.

En el refuerzo de conductas positivas se busca que una conducta agradable no sea ignorada o castigada, sino gratificada para que pueda ser repetida. Los reforzadores pueden ser la afectividad, expresiones verbales y acciones que faciliten la vida de la pareja, siendo la afectividad el reforzador más valioso.

En cuanto a percepción de reciprocidad, consiste en sentir que lo que se da, es recibido en igual proporción. Cuando la valoración suele ser negativa, se pueden utilizar diferentes técnicas, que consisten en identificar, fomentar y autoregistrar los comportamientos agradables del otro.

Los acuerdos en áreas de la relación son importantes, ya que a mayor acuerdo, mayor nivel de satisfacción y entendimiento. Lo interesante es llegar a acuerdos cuando surgen desencuentros, de manera que ninguno de los dos sienta que pierde demasiado en beneficio del otro.

Las habilidades personales como la empatía, la comunicación y el manejo de expectativas son fundamentales para la satisfacción de una relación, porque cuando haya malentendidos, con las habilidades adecuadas probablemente se resolverán de la manera más asertiva.

Por lo consiguiente, en lo que respecta a la calidad de la relación, se ha señalado que la seguridad en el apego es la variable que mejor explica la calidad de las relaciones íntimas (Feeney, 1999). La cual se traduce en términos de satisfacción, que explica que las necesidades sean cubiertas por ambas partes.

El estilo huidizo y preocupado son los estilos que muestran menor satisfacción debido a su poca accesibilidad y a su elevada ansiedad ante el posible abandono, respectivamente.

Las personas con estilo seguro muestran un mayor apoyo mutuo, orientación hacia la pareja y cohesión (Feeney y Noller, 1991), aunado a mayores niveles de confianza, intimidad, sensibilidad, sentimientos e ideas compartidas (Mikulincer y Nachshon, 1991; Simpson, 1990; Simpson *et al.*, 1992). Las personas seguras sienten una mayor satisfacción y estabilidad emocional dentro de la pareja.

Factores sociales

La individualidad es entendida como la priorización de los logros personales frente a los de la relación, como, por ejemplo: solvencia económica, éxito laboral, valorización de la libertad personal y anteposición de los propios deseos.

Es evidente que toda relación implica cierto sacrificio de la individualidad y el hecho de que existan influencias que sobrevaloren estos aspectos pueden tener repercusiones negativas en la relación. En este sentido, diversos estudios indican que en las culturas con tendencias individualistas existe un menor sentimiento de interdependencia con los demás (Hinde, 1984; Lewis, 1999).

Para Arnold-Cathalifaud, M., Thumala, D., & Urquiza, A. (2007), en la sociedad occidental actual, la individualidad dentro de los lazos sociales ha colapsado a favor de un individualismo que impide desarrollar acciones cooperativas. En este tipo de sociedad, los miembros se coordinan por indiferencia, buscando únicamente bienestar material. Se ha confundido el interés por conservar una individualidad a través del individualismo.

Si bien biológicamente, para autores como Garretón y Salinas (2007) en última instancia la cooperación es una consecuencia de intenciones y actos egoístas para perpetuarse un individuo dentro de un ecosistema. Lo importante no es la motivación intrínseca, sino las acciones cooperativas concretas.

Lo paradójico, es que, mostrar un individualismo tan extremo, concierne el orden de todos los acuerdos sociales, afectando en última instancia lo que se esperaba conservar: la auto

realización personal. Pues al no coordinarse con eficacia los lazos sociales de cualquier índole, el fracaso de éstos conlleva sufrimiento y estancamiento personal.

Esta influencia colectiva sobre los lazos sociales incluye la relación de pareja, donde el ensimismamiento de los intereses sólo ocasiona desorganización, la cual ni permite lograr los deseos personales ni los deseos comunes de una pareja.

Para Calderón (2016), otro error sería caer en el punto contrario al individualismo: desvivirse por el otro. Las relaciones de pareja en ocasiones desdibujan la individualidad, al tener un sentimiento en el que un individuo se desborda por el otro en cuanto a sus necesidades. Esta noción de entregar la individualidad al otro suele estar fundamentada en una noción de amor romántico la cual tiene que ver con cierto nivel de idealización del otro.

Sin embargo, para esta autora, no es ideal que las relaciones de pareja tengan fundamento en el amor romántico cargado de idealizaciones, dado que esto puede ocasionar la necesidad de querer imponer una transformación en la personalidad del otro, la cual puede ocurrir, pero sin forzarla, pues de ser así se perdería la individualidad.

En cambio una relación de pareja basada en su realidad acepta al otro tal como es. Si bien compartir con otro es un encuentro consigo mismo que transforma a las dos partes implicadas, el que cada miembro de la pareja tenga la capacidad de pensar que quiere de sí, que logros personales busca conseguir, como afectarán estos el vínculo, y en general como buscará equilibrar esos deseos personales con los de la pareja, es algo que cada individuo debería conservar.

Por lo tanto, una individualidad equilibrada busca aumentar el sentimiento de interdependencia tan ausente en la cultura occidental, promoviendo la cooperación y colaboración, evitando caer en el individualismo, pero también busca fomentar la capacidad de cada individuo a que realice sus logros personales sin la necesidad de sacrificar todo su potencial personal en favor de la relación.

En cuanto a los estilos afectivos, el estilo seguro suele equilibrar tanto individualidad como sus necesidades afectivas.

El estilo preocupado suele buscar sacrificar sus necesidades personales por su pareja debido a su dependencia tan alta, lo que suele traducirse en un bajo nivel de individualidad, tanto de sí mismo, como en la búsqueda de que su pareja tampoco tenga una alta individualidad.

El estilo huidizo tiene una autosuficiencia muy elevada y orientación al logro, por lo que suele caer en el individualismo y suponer las relaciones interpersonales como supeditadas a fines materiales.

Es importante abordar que el concepto de individualidad está muy ligado a la autoimagen de cada miembro en la pareja. Pues para que la individualidad se pueda desarrollar equilibradamente es necesario una autoimagen positiva.

La autoimagen pertenece a la autoestima y es una valoración propia, de cómo se ve la persona a sí misma. Para Calderón (2016) un error frecuente, en relación con la autoimagen de cada miembro de la pareja, consiste en ver en el otro lo que el individuo espera de sí mismo, lo cual suele acarrear sobreexigencias descomunales, que suelen hacerse muy visibles en el proceso de consolidación de la pareja.

Según la investigación de Moguer Gutiérrez, M. (2022). La autoimagen y la valoración positiva de otros, nace a partir del estilo de apego en la infancia. Encontrando que el estilo seguro suele mostrar mayor confianza en sí mismo y en los demás, con una predisposición a la intimidad sintiéndose cómodo, con autonomía, autoestima alta, y ausencia de problemas graves con los demás.

En cambio el estilo preocupado si bien también manifiesta una imagen positiva de los demás, tiende a tener una autoimagen muy pobre de sí misma, una necesidad constante de aprobación por parte de los demás y sentimientos desbordantes de ansiedad hacia las relaciones, que se expresan mediante dependencia.

Por último, el estilo huidizo, percibe tanto una imagen negativa de otros, como una autoimagen negativa, que lo hace evitar las situaciones relacionales.

Otro factor importante para mencionar son las expectativas sociales. Todas las personas están conectadas a estas, porque a través de ellas el ser humano mira hacia el futuro, anticipa e

intenta predecir sus acontecimientos. Este aspecto permite regular la interacción en los grupos, comunidades y la sociedad

Para Popovych, Blynova, Zhuravlova, Toba, Tkach y Zavatska, (2021), las expectativas sociales son un proceso constante de construcción y reflejo de ideas sociales, situadas en un individuo a modo de proceso psíquico, estado mental y ciertas propiedades, las cuales conforman la base de la personalidad y que permiten definir las estrategias de la vida y visión de vida a seguir reflejo de la realidad social.

Las expectativas sociales en cuanto a los temas relacionales definen qué se entiende por una relación, que se espera de la misma y cómo se debe actuar cuando alguien se encuentra en una.

La construcción de las relaciones de pareja gira en torno a las expectativas formadas a través varios factores: la educación proveniente de la familia, del aprendizaje del entorno, la experiencia directa y la comparación.

La familia suele esperar que se cumplan ciertas metas y papeles de cada uno de los miembros, además socialmente se suele esperar que la siguiente generación continúe el legado tradicional sin alterarlo, los amigos y el entorno también aportan ciertas perspectivas de lo que puede alcanzar una persona en comparación a otros miembros. Es todo este cúmulo de fuerzas, aunado al criterio propio sobre lo que se puede alcanzar, lo que dimensiona en expectativas y metas.

Hace no mucho tiempo los roles de género estaban claramente diferenciados, sin embargo, en la actualidad la idea social de igualdad entre sexos está generando un cambio en los roles de relación. Las generaciones actuales han sido criadas bajo los roles tradicionales; negar que existen diferencias de género, y enfrentarse a una convivencia creyendo en ello, genera una serie de demandas y tensiones que originará desajustes que pueden derivar en conflictos e insatisfacción en la relación.

Otro de los factores sociales que influyen a las relaciones de pareja, es la idealización del amor, es decir, la idea del amor romántico que existe en nuestra sociedad, la cual se ha vuelto un requisito indispensable para la consolidación y mantenimiento de la relación de pareja. Con

esta idea, cuando la fase de enamoramiento termina, la posibilidad de que se desarrolle un sentimiento de pérdida aumenta, lo que puede llevar a infravalorar a la pareja. Además, encontramos mucho valor a lo novedoso, por lo que la rutina es vista de manera negativa, a pesar de que es una faceta necesaria para la estabilidad emocional.

Otro factor importante que influye en la relación de pareja es el manejo de los aspectos económicos y tareas domésticas, puesto que cuando la convivencia y los planes aumentan, las dificultades económicas pueden generar disfunciones que se desarrollen en efectos negativos. Ya que estas dificultades pueden retrasar o cambiar planes que tiene la pareja y por ende la necesidad de generar más dinero, lo que fomenta más horas de trabajo y menor horas de convivencia donde se pueda coincidir. Está comprobado que: las dificultades económicas afectan a la satisfacción marital a través de las interacciones disfuncionales que estas generan (Conger *et al.*, 1990).

En cuanto a las tareas domésticas su importancia reside en la sensación de equidad dentro de la relación. No obstante, a pesar del ideal cultural de la igualdad de roles, a la hora de compartir las tareas domésticas, las investigaciones señalan que estas tareas siguen realizándolas, principalmente, las mujeres (Bittman y Pixley, 1997).

A pesar de que el contexto social ha ido cambiando y algunos hombres tienen una mayor implicación en este tipo de tareas, las mujeres sienten una elevada insatisfacción relacionada con la falta de conciencia que los hombres muestran en el cuidado de esta área de la relación. Para la mujer, es importante sentir que su pareja contribuye en la tarea primera, por la sensación de equidad que genera y segunda, por la repercusión positiva que tiene el percibir que la pareja es sensible y capaz de ponerse al lado de sus necesidades y deseos.

Otro de los factores importantes que influye en las relaciones de pareja es la educación y crianza de los hijos, cuando una pareja decide tener hijos, su dinámica sufre un cambio radical, lo que implica que los miembros evolucionen, cambien y, en consecuencia, la relación cambie. Se considera que el nacimiento de los hijos supone un descenso importante en el nivel de satisfacción de la relación (Gottman y Notarius, 2000) al contrario, otros autores han señalado incluso un aumento en la misma (Feeney, Hohaus, Noller y Alexander, 2001, 2003).

En lo que parece que los autores si están acuerdo, es en el hecho de que, con la llegada de los hijos, la pareja ha de reajustar su vida relacional. Aun cuando los hijos son una fuente de satisfacción para los padres, la pareja experimenta un descenso en el número y calidad de actividades agradables al tiempo que se incrementa el número de responsabilidades personales.

Además con respecto a la crianza de los hijos, pueden existir diferencias cuando cada miembro de la relación mantiene estilos distintos de educación. La clasificación de Torío, Peña y Rodríguez (2008) analiza cuatro estilos de crianza: democrático, autoritario, negligente e indulgente. Por lo que es importante que la pareja llegue a un acuerdo, ya que de lo contrario se pueden generar mayores conflictos entre la pareja que desgaste la relación y en consecuencia, su relación con el hijo o hijos.

Existen dos penúltimos factores sociales más, que tienen mucha importancia, las manifestaciones de afecto y el manejo del tiempo. Pues se han encontrado que un buen manejo de éstas tiene un impacto positivo en la salud de cada miembro de la pareja.

Las manifestaciones de afecto consisten en la predisposición a recibir, dar y valorar apoyo emocional. El beneficio es tal, que las manifestaciones de afecto adecuadas proveen mayor autoestima, autoidentidad, valoración, y gratificación de necesidades afiliativas, permitiendo a la persona resignificar situaciones estresantes. Tiene mayor importancia si provienen de personas significativas, ya que proporcionan soporte emocional, compañía, retroalimentación y cuidados ante situaciones adversas y de responsabilidad.

Para poder dar y recibir, es importante considerar los aspectos propios de cada situación, la relatividad necesaria en la forma de proceder, además de los factores personales, como son la personalidad, el rol, la cantidad de recursos disponibles, las creencias, la actitud, la disponibilidad, la duración y las circunstancias contextuales en las que se puede recibir el apoyo.

En cuanto a la disponibilidad para dar y recibir manifestaciones afectivas, la renuencia a aceptar apoyo muchas veces tiene que ver con el hecho de que aceptar ayuda implica

reciprocidad que no se está dispuesto a devolver o con la inutilidad falsamente percibida en este tipo de conductas.

Otra explicación es que simplemente cada persona en una relación está acostumbrada a actuar y responder a cierto tipo de manifestaciones de afecto aprendidas a lo largo del desarrollo. En esto el estilo afectivo tiene mucho que decir, pues Goncen y Aragón (2019) encontraron que el estilo huidizo siente mayor incomodidad ante la presencia, cercanía y afecto de su pareja en comparación al estilo seguro.

En toda relación de pareja, uno de los indicadores más fiables del grado de satisfacción conjunta es el número y calidad de las actividades de ocio compartidas, es decir el manejo del tiempo. Las parejas con un mayor número de interacciones positivas manifiestan una mayor satisfacción y una menor consideración del divorcio o separación, que aquellas en las que prevalecen las interacciones negativas.

Tener actividades y proyectos en común refuerza la unión entre dos personas, además de promover la satisfacción, la relajación, la comunicación y el entendimiento, ya que al estar alejado del hogar, lugar donde ocurren la mayoría de los conflictos, puede permitir abordar las situaciones desde otra perspectiva.

En cuanto a la comunicación, su importancia recae en que es el factor principal a través del cual, la pareja expresa sus sentimientos, se llega a la resolución de conflictos y mejora la calidad de la relación. Las habilidades comunicativas se han asociado con la satisfacción y la duración de la relación (Burleson y Denton, 1997).

Fernandes y Peixoto (2021) encontraron que el tipo de comunicación que se establece a temprana edad es clave para la configuración del estilo de apego, lo que tiene efectos sobre el desarrollo de las habilidades comunicativas y sobre la forma de interactuar con los demás en el futuro. Estableciendo que los patrones de apego en la niñez se trasladan a patrones en la edad adulta, específicamente en las relaciones de pareja.

Encontrando así, que los individuos con estilo afectivo seguro presentan mayor accesibilidad, receptividad, empatía y compromiso. Pudiendo transmitir mejor la información, fomentando

más asertivamente la expresión emocional y teniendo apertura en la autenticidad de la comunicación.

Mientras que el estilo preocupado, sí sabe expresar y vocalizar sus emociones, pero debido a su dependencia e inseguridad, suelen expresar con mucha más facilidad las emociones negativas que les provocan inestabilidad emocional, como rabietas y corajes. Suele resultar tanta la ansiedad que suelen dejar de lado la perspectiva del otro teniendo poco espacio para la escucha.

Las personas con estilo huidizo son sumamente reservadas a revelar intenciones y expresar sentimientos. Teniendo una comunicación verbal escasa, menor elocuencia especialmente en expresiones de alegría, simpatía, sonrisas y miradas, en general tienen menor capacidad de escucha de la que aparentan.

Como se puede observar en el análisis realizado, las vinculaciones en la edad adulta se pueden explicar estudiando los modelos mentales de apego aprendidos en la niñez, los cuales establecen diferentes estilos afectivos que combinados con los factores psicológicos, sociales y generacionales influyen en el resultado de las manifestaciones de la relación en pareja.

CAPÍTULO II

¿Qué onda con los *millennials*?

Capítulo 2: ¿Qué onda con los *millennials*?

En el siguiente apartado se abordará la etapa de vida del adulto joven desde la perspectiva psicosocial, analizando los componentes biológicos, psicológicos y sociales.

Según Erik Erikson (1985) cada etapa de vida o estadio psicosocial está representada por un conflicto, una crisis o un asunto específico a resolver, de no solucionar correctamente el conflicto de cada estadio existe la posibilidad de que emerja cierta patología en el individuo, por el contrario, si este conflicto llega a buenos términos sirve como oportunidad para el desarrollo individual. En la adultez el conflicto dialéctico característico es el de la necesidad de aislamiento contra la necesidad de intimidad el cual se abordará más adelante.

Tanto para Erikson (1985) como para autores más recientes como Córdova (2020), la marca biológica de la adultez recae en el detenimiento del proceso de crecimiento de la talla, aunque si bien el cuerpo ya no crece en estatura, dado que los tejidos pierden la posibilidad de realizar hiperplasia o división celular, aún pueden crecer mediante hipertrofia o crecimiento de cada célula. Eso da cierta estabilidad al cuerpo que se traduce en una mayor resistencia inmunológica a infecciones.

Además, en esta etapa se llega a la madurez reproductiva, que no es lo mismo que la fertilidad en la adolescencia, pues la madurez reproductiva garantiza con mayores posibilidades de éxito llevar el embarazo a buen término y que la descendencia pueda sobrevivir.

A nivel neurocerebral, lo que se conoce, es que, a partir de los veinte años, la materia blanca sigue incrementándose, pero disminuye la materia gris, en el sistema frontolímbico, el cual se encarga de regular las emociones y el comportamiento, lo que conduce a la mielinización, una especie de protección a la neurona, lo que favorece una mejor capacidad de autorregulación emocional a partir de esa edad.

Para Neugarten y Datan (1996/1999), además existen otros factores que inciden en el curso del ciclo vital: las expectativas sociales relacionadas con la edad y las influencias históricas. Todo esto forma una especie de reloj social que marca las expectativas sobre en qué momento

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

debe vivirse algo. Las expectativas sociales tienen que ver con los ritos de paso que están marcados por generaciones anteriores muchas veces marcados por los mitos de cierta cultura en particular. Las influencias históricas se relacionan con acontecimientos que marcaron a una generación, por ejemplo, la guerra de Vietnam, la llegada del hombre a la Luna, la guerra fría o la caída de las torres gemelas.

En el sentido de las expectativas sociales, autores como Javier delgado (2018), consideran que la adultez en el México del Siglo XXI se ha aplazado muchos años, para él la salida del hogar, la primera unión y el primer hijo son características fundamentales, que, para él como parte de una generación anterior, ve como asignaturas obligatorias de cumplir para quien quiera llamarse adulto en el sentido completo de la palabra. Estas características básicamente tienen que ver con la capacidad del nuevo adulto joven de gozar de solvencia económica que le dé independencia de los padres y de formar una familia bajo un modelo tradicional que ha perdurado durante generaciones.

En los aspectos psicológicos, es difícil hablar en términos de una personalidad homogénea para una generación, pues ésta se va moldeando según de vivencias individuales, sin embargo, se habla de ciertas cualidades psicológicas que se esperan en un adulto joven, entre ellas se mencionan como principales la capacidad de responsabilizarse y el criterio.

Retomando la teoría de Erickson (1985) en esta etapa se vive el conflicto entre la intimidad contra el aislamiento, la primera se entiende como la capacidad de desarrollar una relación sexual saludable donde exista una pareja, con quien compartir los ciclos de procreación, trabajo y ocio, donde haya confianza, lazos fuertes, al mismo tiempo que sacrificio y compromisos significativos. En oposición a esto expresa el aislamiento afectivo, distanciamiento, individualismo, egocentrismo sexual como la fuerza que no permite entrar en intimidad y responsabilidad. Entonces para resolver el conflicto, debe surgir el equilibrio justo entre intimidad y aislamiento. De la sana resolución, nacen principios de orden social que se expresan mediante relaciones sociales de integración, solidaridad y compromisos responsables, los cuales se ven más fácilmente en asociaciones de nivel social, cultural, deportivo, político o religioso, como por ejemplo el matrimonio.

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

Córdoba (2020) coincide con Erikson en definir al matrimonio como parte sustancial de la adultez. Pero también destaca un hecho de importancia, actualmente el matrimonio y la formación de una familia se ha ido aplazando cada vez más, en comparación a épocas anteriores en occidente, debido a múltiples condiciones socioeconómicas y psicológicas que permiten garantizar con más tardanza la sobrevivencia de la descendencia.

Desde la psicología podemos observar que a esta etapa o estadio es nombrada adulto joven, pero para el presente trabajo nosotros utilizaremos el término *millennial*, ya que a pesar de que el término fue propuesto por la mercadotecnia, este tipo de concepción es rica en datos y gracias a esto podemos conocer la conducta en el contexto real de nuestra sociedad, definir intereses, estigmas, expectativas, autoconcepto y un acercamiento a las formas de vinculación.

Los *millennials* son aquellos nacidos entre 1980 y 1995, es decir los que hoy tienen entre 27 y 42 años de edad, los cuales se hicieron adultos jóvenes con el cambio de milenio. Los *millennials* son los hijos de los últimos “*Baby Boomers*” y de los primeros “X”.

Los *baby boomers* son aquellos nacidos entre 1946 y 1964, recién terminada la segunda guerra mundial. Esta generación se caracteriza por su dedicación y hasta adicción al trabajo y están motivados por la búsqueda de estatus y calidad de vida. Ellos fueron criados por madres jóvenes, en su mayoría amas de casa, tradicionalistas, conservadoras y son miembros de familias numerosas.

La generación X son aquellos nacidos entre 1965 y 1980, el X de la actualidad es un profesional maduro, bien preparado, con responsabilidades y que compone gran parte del mercado laboral. En su mayoría son los padres de los *millennials*.

Los *millennials*, son una generación que creció con el cambio, fueron educados analógicamente, pero crecieron con lo digital, lo cual llevó a poner todas las expectativas sociales sobre ellos. Se esperaba que los *millennials* cambiaran el mundo, a través de la educación y la tecnología.

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

Los *millennials* fueron educados para tener un proyecto de vida tradicional, la carrera, el trabajo, la familia, los hijos, la casa y el coche, pero durante su crecimiento se dieron cuenta que su futuro no iba por ahí, querían todo lo que les prometieron, pero se encontraron con otra realidad.

La sociedad en la que viven no se los permite, el mercado laboral es muy precario y no pueden empoderarse como individuos y formar una familia. Se dan cuenta que es probable que tengan que trabajar más que sus padres y que nunca tendrán un plan de pensiones como ellos. La posibilidad de obtener una vivienda propia cada vez es más lejana y su independencia también por lo que sus padres los apoyan económicamente y cuidan de ellos sin ningún condicionante.

Los *millennials* son la generación más preparada de la historia y las certezas que veían en sus padres y abuelos, ya no son una realidad. Los trabajos no son seguros y por lo tanto su proyecto de vida tampoco.

La imposición del neoliberalismo como eje económico en México y el mundo, desdibujó las oportunidades de una generación que se gestó en medio una de las más dramáticas crisis económicas en nuestro país. Ante la desaparición de garantías de desarrollo sostenido, los *millennials* se desenvuelven en la precariedad económica y buscan en los estudios universitarios la posibilidad de tener un mejor nivel de vida.

Es la generación de la doble crisis, la de la burbuja inmobiliaria (2007) y la de la pandemia por Covid-19 (2020) y se enfrenta a una paradoja: ser la mejor preparada y más digitalizada de la historia, y la que más difícil lo tiene para acceder y mantenerse en un mercado de trabajo que, en un principio, parecía diseñado a medida por y para ella.

En cuanto al panorama y contexto en el que vivimos hoy en día, analizaremos diferentes factores socioculturales que nos ayudaran a tener un acercamiento a las costumbres y creencias que existen en nuestra sociedad.

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

Durante mucho tiempo, en México, el matrimonio ha servido como el pilar para la construcción de una familia. Sin embargo, en los últimos años, el matrimonio ha dejado de ser la única forma de conformación familiar, ahora existen alternativas mucho más heterogéneas.

El INEGI define a la familia como “el ámbito en el que los individuos nacen y se desarrollan, así como el contexto en el que se construye la identidad de las personas por medio de la transmisión y actualización de los patrones de socialización” (2015).

El concepto de familia implica aspectos biológicos, sociales y jurídicos. Varía de una cultura a otra y aún dentro de cada cultura tiene sus diferencias, además de que hay que tener en cuenta su complejidad y los diferentes cambios que ha tenido a través del tiempo. Desde la psicología podemos entender a la familia como una unidad de personas en interacción.

En México existen diferentes composiciones familiares, las cuales podemos clasificar de la siguiente forma:

1. Las familias tradicionales son aquellas en las cuales están presentes el papá, la mamá y los hijos. Dentro de ellas, podemos encontrar tres tipos: a) las familias con niños, b) las familias con jóvenes y c) las familias extensas. Estas últimas se refieren a las familias donde existe un miembro más de otra generación, como por ejemplo los abuelos o los nietos. “En su conjunto estos tres tipos de familias representan exactamente la mitad de los hogares en México.” (Romo, 2016).

2. Las familias en transición son aquellas que no incluyen ninguna de las figuras tradicionales, como los padres o los hijos. Dentro de este tipo de familias, podemos encontrar familias con madres solteras, las familias compuestas de parejas jóvenes sin hijos, las familias conocidas como nido vacío, las familias unipersonales y las familias co-residentes. Estas últimas siempre han existido, pero comenzaron a crecer durante las décadas de los sesenta y setenta, debido a fenómenos sociales, como el empoderamiento de las mujeres, la liberación sexual y la planificación familiar. “Estas familias representan el 42% de los hogares en México.” (Romo, 2016).

3. Las familias emergentes son aquellas que incluyen padres solteros, familias de parejas del mismo sexo y las familias reconstituidas, que son aquellas que se forman cuando uno o los dos han tenido relaciones previas. “Las familias emergentes están formando tendencia y representan el siete por ciento de los hogares en México” (Romo, 2016).

Según el consejo nacional de población “la composición de las familias y hogares mexicanos se ha transformado en décadas recientes como resultado de cambios demográficos y sociales” (2020).

Algunos de los factores que han producido esta transformación es la reducción en la reproducción, el aumento de la esperanza de vida, la inclusión sexual, el rol laboral de la mujer y el fenómeno migratorio: “La función reproductiva de la familia es uno de los aspectos que más se han puesto en cuestión en las últimas décadas” (Grau y Fernández, 2015) ya que a partir de los movimientos sociales como la lucha de las mujeres y de la comunidad LGBT+T, la reproducción parece no ser más un requisito para formar una familia.

Estas transformaciones dan como resultado, cada vez más notable y constante, parejas que deciden no tener hijos, las cuales tienen como preferencia los proyectos individuales y de la pareja en relación con el trabajo, la formación académica, planes turísticos, entre otros. Lo cual redefine los vínculos familiares y los objetivos que las familias pueden tener. A su vez, una de las transformaciones importantes que también podemos observar son las parejas jóvenes que no quieren contraer matrimonio, prefieren solamente vivir en unión libre.

Otro de los cambios importantes que podemos encontrar en las nuevas generaciones está relacionada con roles de género y actividades familiares.

Con la palabra o concepto sexo nos referimos a las diferencias biológicas de los seres humanos, las cuales nos definen como hombres o mujeres. En cambio, cuando hablamos de género nos referimos al conjunto de ideas, creencias y atribuciones sociales, de cada cultura con base en la diferencia sexual. De esto surgen los conceptos de masculinidad y feminidad,

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

los cuales dictan nuestro comportamiento: “Los roles de género son conductas estereotipadas por la cultura, por tanto, pueden modificarse dado que son tareas o actividades que se espera realice una persona por el sexo al que pertenece” (Inmujeres, 2004).

Con esto podemos decir en resumen que la división más primitiva se refiere a que las mujeres están destinadas a tener a los hijos, a lo doméstico y a los cuidados del esposo, mientras que los hombres se encargan de ser proveedores, fuertes, poderosos y poco vulnerables.

A lo largo del tiempo, la cultura mexicana ha sido testigo de diferentes cambios políticos, económicos, culturales y sociales, los cuales han traído modificaciones y la construcción de nuevas identidades.

En esta nueva cultura, tanto hombres como mujeres van experimentando una combinación de los modelos tradicionales y no tradicionales. Los cambios en este nivel suelen ser lentos y a largo plazo, sobre todo cuando se trata de sentimientos e ideas profundamente arraigados a lo largo de siglos. Sin embargo, lo que está ocurriendo es una transición. Se trata de vivir en contra del dominio de los roles predeterminados y bajo nuevas formas en lo social mismas que favorecen la idea de que ambos pueden alternar entre un rol y otro.

La incorporación de la mujer en el ámbito del trabajo remunerado ha tenido un impacto económico muy importante, lo cual constituye uno de los puntos fundamentales de la sociedad contemporánea. Ya que con ello se hace más necesaria la participación del hombre en el ámbito doméstico. Los hombres dejan de ser cada vez más la figura proveedora de las familias actuales y con ello la autoridad de ambos se comparte, las jerarquías cambian y las relaciones son más democráticas y justas, lo cual en consecuencia empieza a traer cambios en la estructura familiar.

Debido a estos cambios, podemos observar que hay una reducción en el tamaño del promedio familiar, el gradual desplazamiento de la figura del hombre como proveedor y la consecuente ampliación del número de hogares con mujeres que realizan trabajo fuera de casa, así como el incremento de separaciones y divorcios, ya que muchos hombres se encuentran en crisis

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

al no poder ser proveedores principales de sus hogares, debido a los cambios sociales y a la crisis financiera, que los lleva a sufrir desempleo o disminución laboral.

El hombre podría adaptarse al cambio y modificar sus acciones para lograr equidad y equilibrio dentro de la relación, para lograr una convivencia ideal entre los géneros. Logrando poco a poco el puente entre la tradición y la modernidad.

La masculinidad madura, permitiría hacer uso de sus facultades masculinas en beneficio de la pareja, generando relaciones más libres de prejuicios sociales y con expresiones libres de sentimientos.

Es irrefutable la transformación gradual de las identidades tradicionales, en particular el de la masculinidad, que abre paso a la reformulación de nuevas formas de expresión de esta identidad. Se hace evidente que las diferencias entre los géneros se van reduciendo a lo estrictamente biológico, lo podemos observar en los estereotipos de género en la infancia:

La Consulta Infantil y Juvenil 2018 (INE, 2018) captó la percepción de la realidad cotidiana de niñas, niños y adolescentes en torno a varios temas, entre estos, los relacionados con la igualdad de género. Los resultados muestran que seis de cada diez niños y niñas opinan que las niñas son las que pueden jugar con muñecas. Sin embargo, los datos también dan cuenta de pasos hacia la igualdad, donde cuatro de cada diez niños y tres de cada diez niñas consideran que el jugar con muñecas es una actividad que pueden realizar ambos.

Respecto a habilidades como ser fuerte o inteligente, se observa que una alta proporción manifestó que ser más inteligente es igual para ambos sexos (arriba del 80%). Asimismo, los niños encuentran que ellos son más fuertes en 31% y sólo el 3% de ellas piensa que las niñas lo son.

Referente al tema sobre las tareas del hogar, poco más del 70% de las y los infantes manifestaron que las tareas del hogar las pueden hacer ambos sexos por igual, sin embargo, existe un 12.3% de niñas que opinan que es una actividad que sólo pueden realizar las

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

mujeres y 21.3% entre los niños. Lo que muestra la existencia de estereotipos de género aún en las generaciones más jóvenes.

En la actualidad, los *millennials* son los protagonistas de estos cambios, transformaciones y nuevas formas de pensar y actuar. La generación *millennial* está adaptándose al cambio, proponiendo nuevas estructuras familiares, diferentes formas de vinculación y diferentes objetivos de vida.

El término generación define al conjunto de personas que nacen en un rango de fechas, tienen aproximación a educación e influjos culturales y sociales semejantes. (Howe y Strauss, 2009). Los que nacen entre 1980 y el año 1995; hoy representan el 34.9% de la metrópoli en México, según proyecciones (CONAPO, 2018). Esta generación es conocida como generación Y o generación *millennial*.

El hecho de que los *millennials* sean los personajes principales en las nuevas formas de vinculación, exhorta a definir sus características propias y el contexto en el que se desenvuelven, ya que conociendo éstas, es como se puede entender más su idiosincrasia y las razones de los cambios en su forma de relacionarse.

Los *millennials* representan la revolución digital, ya que crecieron con el internet modificando la cultura y la sociedad, lo cual se ve reflejado en nuevas formas de pensar, sentir y actuar.

Los *millennials* han crecido con un nuevo modelo, donde los cambios de paradigma impulsan distintas actitudes y objetivos. Ellos tienen la opción de elegir entre las formas antiguas y las novedosas de estos nuevos tiempos. Esto significa que estas personas jóvenes, son definidas por el cambio y que, en su proceso de toma de decisiones y de construcción de proyectos de vida, podrán optar por lo que viene de antes, por lo que se abre como novedoso, o por otra cosa más que aún se está por inventar.

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

Es aquí donde radica su poder de transformación y uno de los principales efectos de la era digital, ya que, ante el riesgo de la homogeneización que implica la globalización, está activa la diversidad.

En cuanto a los aspectos familiares, la mayoría tuvo una niñez con padres protectores y construyeron su entorno a partir del reconocimiento. Asimismo, la gran mayoría vivió bajo estabilidad económica, con acceso a los medios masivos, tecnología y múltiples actividades deportivas y culturales. Son audaces en sus relaciones personales y capaces de brincar al abismo ya que están acostumbrados a la incertidumbre.

Desde los aspectos sociales, podemos encontrar que estos jóvenes al formarse a partir de un amplio reconocimiento social pueden ser impacientes, hiperactivos, además de gustar de la colaboración y el trabajo en equipo. Los *millennials* utilizan la tecnología para comunicarse e influir en los demás. En su mayoría son egocentristas y pretenden establecer acciones que rompan con la visión tradicional en todos los aspectos, tanto en su vida personal como en el empleo. Además, gustan de participar en las causas sociales para incidir en la vida pública y las protestas.

En cuanto a la innovación son nativos digitales, dominan la tecnología y utilizan dispositivos móviles con múltiples aplicaciones. Pero también son críticos, exigentes y en términos de consumo, muy indecisos y volátiles en sus preferencias. Están acostumbrados al consumo colaborativo. Además, no les interesan los medios de comunicación masiva, por lo que las noticias llegan a su vida de manera viral en redes sociales. Para ellos, el celular es lo más importante, lo emplean para prácticamente cualquier cosa.

Son el segmento más amplio de usuarios de *smartphones* y lo emplean en todas y cada una de sus actividades diarias, especialmente en las relacionadas con el consumo y en las relacionadas con las relaciones interpersonales (pareja, amigos y conocer personas).

Culturalmente hablando, esta generación tiene en la cabeza temas ecológicos y de cuidado del ambiente. Buscan alimentación saludable, además de planes de ejercicio para cuidar su

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

salud. En cuanto a la religión la mayoría no profesa alguna y por lo general prefieren a nivel político opciones de izquierda. Son idealistas y sueñan con hacer grandes cosas en su vida, así como dejar un impacto en la sociedad.

En cuanto al trabajo esta generación prefiere trabajar desde casa, no se siente cómoda con los horarios de oficina, por eso buscan opciones de home office o en su caso son emprendedores que buscan abrir sus propios negocios. Por lo general duran poco tiempo en un empleo gracias a las grandes expectativas que generan hacia el trabajo.

Además, los *millennials*, no esperan únicamente tener buenas ganancias como las generaciones anteriores, también esperan tener autonomía, horarios flexibles, jerarquía para tomar decisiones y que la empresa coincida con su visión ambiental y social.

A pesar de que las empresas han hecho esfuerzos por adaptarse a los requerimientos de la nueva generación, algunas con muchos años trabajando de la misma manera no han podido o querido innovar respecto a esas nuevas necesidades. Todo ello ha desembocado en un nuevo tipo de empleo realizado de forma autónoma llamado *freelance*, el cual “se trata de un trabajador que ofrece su actividad profesional a terceros que denomina clientes, obteniendo libertad de horarios, de cobro, de volumen y resultados” (Gerencie.com, 2017).

Lo que busca el *freelance* es encontrar su valor, contribuyendo de una manera sobresaliente y algo exclusiva en el mercado laboral.

En México, donde el desempleo se ha vuelto una condición estructural, donde se han degradado las condiciones laborales en los últimos años, mediante la tercerización, la subcontratación, contratos temporales, etc. El *freelance* se ha vuelto una alternativa de desenvolverse profesionalmente sin necesidad de aceptar ese tipo de condiciones.

En este sentido, según la Organización Internacional del Trabajo (OIT, Junio 2021) dentro del rango de 18 a 30 años, en México 12.5% de los trabajadores son *freelance*, 8.7% son

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

desempleados y 47.7% trabajan en condiciones de nulas prestaciones y/o mal remuneración económica.

A pesar de ser la generación más escolarizada, son una generación con ingresos bajos, Giui J. Jordar P. y Alos R. (2016) explican que 29% de los jóvenes de esta generación se encuentran en riesgo de pobreza, o de exclusión social, por el hecho de disponer de ingresos inferiores al 60% de la media. Esto explica que aproximadamente la mitad de ellos viven actualmente con sus padres, y que los que se han marchado, tengan que compartir departamento con gente de su edad.

Debido a esta razón los *millennials* se sienten poco aptos para el matrimonio y para tener hijos, el hecho de formar una familia implica hacerse cargo de nuevos gastos, los cuales perciben inalcanzables con los sueldos que reciben.

El censo del Instituto Nacional de Geografía y estadística (INEGI) realizado en 2020, reveló que las parejas mexicanas ya no quieren casarse. Según los datos de 2010 a 2020, los matrimonios en México disminuyeron. De cada 100 personas de 12 años o más, solo el 35.4% están casadas, 34.2% están solteras, 18.3% viven en unión libre y el resto están separados, divorciados o enviudados. El INEGI señala que el porcentaje de matrimonios tuvo una caída de 5.1% y el porcentaje de las personas que viven en unión libre aumentó un 3.9% respecto al censo realizado en 2010.

Con respecto a los hijos, las principales razones por las que no quieren tenerlos es porque sienten que hay una fuerte desolación frente al futuro por los distintos problemas que ha sufrido el mundo, como por ejemplo el cambio climático, el desempleo, el desabasto, las crisis económicas, la violencia, etc.

Esta generación se caracteriza por una tendencia al individualismo y hasta cierta forma al egoísmo, hoy en día muchos *millennials* solo piensan en su beneficio y no en compartir lo mucho o poco que tienen con un hijo/a o pareja, quieren romper los patrones que siguieron sus padres y ahora solo piensan en ahorrar para su vejez.

Otra de las razones es que priorizan su vida profesional ya que están haciendo realidad el hecho de dedicarse a lo que les gusta y apasiona, les importa más subir de puesto, hacer crecer su negocio y tener mejores remuneraciones, aunque implique trabajar más horas y sacrificar su vida personal.

Hay evidencias de que algunas personas de esta generación tienen miedo a la maternidad o paternidad al venir de hogares fallidos, con problemas de violencia, esto les ha provocado que no se sientan con la suficiente capacidad de hacerse cargo de un bebé o tienen el temor de cometer los mismos errores en la educación de sus hijos.

En México según una encuesta realizada por la firma De Las Heras Demotecnia, el 52% de los *millennials* son solteros sin hijos, el 16% es casado, el 13% vive en unión libre y el 10% está en una relación de noviazgo. Además, de los que tienen ingreso, el 54% admite que prefiere gastar su dinero en viajes u otras experiencias recreativas antes que en posesiones, el 34% de los *millennials* resalta que no tiene prisa en comenzar una vida adulta como la de sus padres, lo que deja claro que no querer tener hijos, ser padres, va más allá de una moda o una tendencia, ya que el 75% de los jóvenes aún dependen económicamente de sus papás para cubrir los gastos de estudio o de mantenimiento.

En cuanto a las relaciones, los *millennials* han desarrollado e inaugurado diferentes formas de relacionarse con los otros, debido a que más allá de tener hijos y de elegir no contraer matrimonio, los *millennials* no buscan comprometerse, enamorarse, ni perder su libertad.

“El miedo a estar en pareja, al compromiso, o a enamorarse, también denominado filofobia surge principalmente por desconocimiento. Confundimos el compromiso con la esclavitud, y la esclavitud es únicamente vivir bajo los mandatos del miedo” (García, 2020).

Según Elizabeth Landau, autora de *Scientific American*, la causa es el miedo. También influyen la alta cantidad de alternativas que existen en la actualidad para llevar a cabo una relación amorosa. Cuando las oportunidades crecen, también lo hacen las expectativas y la decisión se vuelve muy complicada.

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

La introducción de las redes sociales como nuevas formas de comunicarnos, también ha cambiado la manera de entablar y mantener una relación. A través de aplicaciones y redes sociales se establecen nuevos vínculos. Es una especie de amor a la carta, porque basta con hojear un par de perfiles, de fotografías, de intereses mutuos y esto llega a dar pie a entablar una relación. El problema de esto es que las relaciones suelen ser efímeras en comparación a otras generaciones donde la interacción nacía y se mantenía cara a cara, sin necesitar de más estímulos.

La mayoría de los vínculos no trascienden ni apuntan a la perdurabilidad. Esto es así, porque al entrar a una aplicación de citas y tener una inmediatez de opciones de personas, no hay necesidad de entregar mucho a cambio, de mirar a futuro, ni de interesarse demasiado por el otro, sólo existe una egoísta necesidad de satisfacer nuestras necesidades en el aquí y el ahora, sin compromiso, porque siempre está la posibilidad de huir, de dar otro clic, y encontrar a alguien más, con quien buscar satisfacer esas necesidad o explorar nuevas formas, que aparentan ser intrigantes, llenadoras, pero finalmente insatisfechas.

Asimismo, hoy en día podemos encontrar diferentes formas en que se relacionan los *millennials*, algunas de ellas son el poliamor, parejas diversas, LAT, parejas *dinky* y el amor líquido.

En el poliamor, las personas tienen la capacidad de amar a varias personas a la vez, sin sentir que solo deben entregar su compromiso a una. Se trata de parejas que mantienen relaciones sexuales y afectivas con varias personas.

En las parejas diversas se incluyen las heteroflexibles, como swingers y todo lo que sea fuera de la norma. Son parejas heterosexuales que se permiten tener otros vínculos sin restricciones por géneros.

Living apart together, son relaciones serias y estables, pero sin vivir juntos, ni compartir un mismo espacio, es decir, viven en domicilios separados.

Capítulo II: ¿Qué onda con los *millennials*?

Las parejas *Dinky*, son las parejas con doble sueldo sin hijos en donde se priorizan los gastos en diversión, viajes, tecnología y proyectos profesionales en lugar de tener hijos.

En cuanto al amor líquido, este concepto fue creado por el sociólogo Zygmunt Bauman en 2003, quien habla de relaciones efímeras, rápidas, sin compromiso, donde es muy fácil, gracias a las redes sociales pulsar sólo el botón de “eliminar” para que todo siga su curso.

Cómo se puede observar en el análisis realizado sobre los factores psicosociales de esta generación, los *millennials* han cambiado y desafiado las expectativas sociales, ellos viven y se dirigen hacia diferentes objetivos que cambian el proyecto de vida esperado. Los *millennials* se encuentran en un contexto complicado que, sumado a los diferentes factores analizados, genera, en conclusión, la renuncia a formar una familia tradicional y a la búsqueda de relaciones de compromiso y durabilidad.

CAPÍTULO III

Planteamiento del problema y objetivos

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

A través de los años, la psicología ha estudiado la construcción de vínculos afectivos que permiten el aprendizaje de los modos de relación con los otros.

El primer vínculo que se establece es entre madres e hijos y éste afecta la manera en cómo se desarrollan las relaciones posteriores del individuo. Este tipo de vinculación se puede estudiar desde la teoría del apego, establecida por Bowlby (1969), quien observó cierto tipo de interacción entre madres y bebés. Años después Ainsworth (1978) clasificó en tres estas interacciones, para que a posteriori M. Main y Solomon (1986) añadieran un cuarto tipo de interacción, quedando la siguiente clasificación: apego seguro, apego ansioso o ambivalente, apego evitativo y apego desorientado o desorganizado. Lo cual implicó una revolución en la manera de entender la conformación de la vinculación a edades sumamente tempranas.

Años más tarde Shaver, Hazan y Bradshaw (1988) estudiaron el impacto de la teoría de apego en la vida adulta. Confirmando los postulados de Bowlby (1969) sobre como la naturaleza de los primeros vínculos marca un patrón de regulación y expresión emocional frente al otro en etapas posteriores. Sin embargo, el cambio que se encontró es que en la adultez, la figura central de apego ya no es la madre o el cuidador, sino la pareja.

Cavero (2008) estudió la teoría de apego centrándose en la adultez, proponiendo cuatro estilos afectivos que utiliza el adulto para relacionarse en pareja: estilo seguro, estilo preocupado, estilo huidizo alejado y estilo huidizo temeroso.

Actualmente y a partir de la revisión teórica anteriormente expuesta, la psicología enfrenta una falta de información e investigación relacionada con las vinculaciones en nuestro grupo de estudio: Los *millennials*. Los cuales son los nacidos entre 1980 y 1995, es decir los que hoy tienen entre 27 y 42 años, los cuales se hicieron adultos jóvenes con el cambio de milenio.

Las investigaciones son de años anteriores o muy alejados de nuestro contexto actual, por lo que no se reportan actualizaciones sobre las vinculaciones en la actualidad y como los estilos

Capítulo III: Planteamiento del problema y objetivos

afectivos, los factores psicosociales y sus significados influyen en la forma en que los *millennials* deciden relacionarse en pareja y como esto se encuentra transformando las vinculaciones, el trabajo y los objetivos de vida de esta generación.

JUSTIFICACIÓN

El término *millennial*, es un término acuñado por la mercadotecnia para conocer las preferencias de consumo de una generación. Sin embargo y a pesar de que no se incorpora a los marcos de la psicología, el término *millennial* representa la identidad de un grupo para nuestra sociedad y se utiliza como identificación y referencia para los adultos jóvenes del contexto actual.

Por lo que es relevante estudiar desde modelos vigentes como los estilos afectivos, los factores psicosociales y sus significados influyen la manera en que los *millennials* se relacionan en pareja y conocer la diversidad de las vinculaciones que se están desarrollando a partir de esta generación.

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son los estilos afectivos de los *millennials* y cómo influyen en las relaciones de pareja? ¿Cómo los factores psicosociales y sus significados influyen en cómo los *millennials* se relacionan en pareja?

OBJETIVOS

Objetivo general: Explorar los factores psicosociales, sus significados y los estilos afectivos que influyen en las formas en las que los *millennials* se relacionan en pareja.

OE1: Identificar como los estilos afectivos influyen en cómo se relacionan los *millennials* en pareja.

OE2: Describir las condiciones actuales y factores psicosociales de la generación *millennial*.

OE3: Conocer los significados que tienen los *millennials* sobre los factores psicosociales - intimidad, sexualidad, compromiso, expectativas sociales, comunicación y proyecto de vida- y como influyen en las relaciones de pareja.

CAPÍTULO IV

Metodología

DISEÑO DE ESTUDIO

La presente investigación se desarrolló bajo un diseño exploratorio, con enfoque multimetódico denominado método secuencial por Morse (2003). Se utilizaron dos componentes, uno cuantitativo y uno cualitativo, los cuales desarrollaremos más adelante. Cada componente se utilizó de manera separada sin que fuera necesario aplicar una y después otra, sino que se utilizaron de manera independiente y en un mismo momento.

De acuerdo con C. R. Bolívar, “Morse (2003) define dos tipos de diseños multimétodo: el simultáneo y el secuencial. En el primer caso, la aplicación de una estrategia está subordinada a la otra; mientras que, en el segundo, cada estrategia se utiliza de manera independiente y posteriormente se validan los resultados mediante el procedimiento de triangulación”.

El estudio fue exploratorio, pues se investigó un tema no abordado con anterioridad desde la psicología, ya que había sido estudiado principalmente desde la mercadotecnia y el cual nos permitió generar nueva información sobre las vinculaciones de esta generación.

El enfoque fue multimetódico ya que utilizó dos procedimientos de manera independiente en una orientación epistemológica en común para la indagación del mismo fenómeno, estos procedimientos son el componente cuantitativo no experimental, descriptivo y transversal, así como por otra parte el componente cualitativo descriptivo.

Esta combinación permitió mayor alcance en la información, obteniendo un cuadro más completo en cuanto al objetivo general a estudiar.

A grandes rasgos, el abordaje de componente cuantitativo consistió en un proceso estructurado que permitió medir y analizar con métodos estadísticos tanto características sociodemográficas como estilos afectivos presentes en la generación, pretendiendo encontrar ciertas regularidades que generen conocimiento en cuanto al fenómeno de estudio.

En lo respectivo al abordaje de componente cualitativo, este permitió explorar con mayor profundidad los significados de ciertos factores psicosociales que influyen en como los *millennials* se reaccionan en pareja, mediante datos descriptibles y demostrables, que si bien no están fundamentados en la estadística, siguen siendo un procedimiento empírico

pertenciente a una conducta observable y verificable que explora e indaga sobre el fenómeno relacional *millennial*.

En los dos componentes, tanto en el cuantitativo como en el cualitativo cabe resaltar el uso de herramientas electrónicas mediante internet, recurso que no podríamos despreciar ya que este ha aportado un gran número de nuevos recursos, fuentes, instrumentos e información mediante la interconectabilidad de hipervínculos en la red.

Se utilizaron los multimedios (como la aplicación de zoom que permite conectividad mediante videoconferencias) y/ los hipermedios (como los cuestionarios web). Esto, ya que han traído grandes cambios en la investigación y claras ventajas destacables como el bajo costo, la accesibilidad y rapidez de la información, la facilidad de registro y reproducción y la facilidad de análisis debido a la organización de la información arrojada.

A continuación, se desarrollarán más a detalle las características metodológicas anteriormente mencionadas de forma independiente, así como sus componentes.

COMPONENTE CUANTITATIVO

El componente cuantitativo es no experimental debido a que observamos a los *millennials* en su ambiente natural para su análisis, es decir, no realizamos manipulación de variables, ni generamos situaciones nuevas, si no que nos enfocamos en situaciones y el contexto ya existente. Como señala Kerlinger, “La investigación no experimental o ex-post-facto es cualquier investigación en la que resulta imposible manipular variables o asignar aleatoriamente a los sujetos o a las condiciones”. De hecho, no hay condiciones o estímulos a los cuales se expongan los sujetos del estudio. Los sujetos son observados en su ambiente natural, en su realidad (1979).

En la investigación no experimental las variables independientes ya han ocurrido y no pueden ser manipuladas, el investigador no tiene control directo sobre dichas variables, no puede influir sobre ellas porque ya sucedieron, al igual que sus efectos.

Nuestro diseño cuantitativo es transversal ya que la recolección de datos no analiza cómo cambian las variables a través del tiempo, si no que analiza las variables en su momento

actual, es decir, en la duración del estudio. Además dentro del diseño transversal, pertenece a lo correlacional, ya que también se investigó la relación que existe entre las variables que se estudiaron, estilos afectivos, y factores psicosociales.

TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Los instrumentos utilizados fueron:

- Cuestionario sociodemográfico

Se desarrolló un cuestionario que recogiera información sociodemográfica sobre los participantes, así como tipo de relación y expectativas sociales. Donde incluye los siguientes temas (Tabla 3).

Cuestionario sociodemográfico	
Edad	Condiciones laborales
Estado civil	Vivienda
Sexo de nacimiento	Condiciones económicas
Género	Planes de retiro
Preferencia sexual	Relación actual
Nivel de estudios	Tipo de relación
Ocupación	Uso de aplicaciones de citas
Trabajo actual	Número de hijos
Tipo de contratación	Planes de hijos a futuro
Horario de trabajo	Planes de matrimonio
Satisfacción salario	Expectativas sociales

Tabla 3. Cuestionario sociodemográfico
Elaboración propia a partir de componente cualitativo, 2022

El cuestionario sociodemográfico se compone de 29 ítems, de los cuales 21 fueron de respuesta abierta, 6 de opción múltiple y 2 respuestas cerradas dicotómicas de afirmación o negación. El objetivo fue conocer las condiciones actuales y las características sociodemográficas de los participantes recogiendo respuestas sobre hechos y opiniones de sus vidas en el momento actual. Se dio prioridad a las preguntas que permitieran una respuesta abierta, para que ellos mismos definieran los hechos de su vida bajo sus propias definiciones.

- Cuestionario de apego adulto

El instrumento "Cuestionario de Apego Adulto de Melero y Cantero (2008), basado en Bartholomew (1994)", se compone por 40 ítems agrupados en 4 escalas y tiene como objetivo agrupar a los sujetos según los cuatro tipos de apego adulto: Huidizo alejado, preocupado, seguro, y huidizo temeroso.

Cada ítem es evaluado en una escala tipo Likert del 1 al 6 (desde completamente en desacuerdo a completamente de acuerdo).

- La primera escala, Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo, agrupa 13 ítems y evalúa necesidad de aprobación, autoconcepto negativo, preocupación por las relaciones, dependencia, miedo al rechazo y problemas de inhibición conductual y emocional.
- La segunda escala, Resolución hostil de conflicto, rencor y posesividad, agrupa 11 ítems y evalúa ira hacia los demás, resentimiento, facilidad a la hora de enfadarse, posesividad y celos.
- La tercera escala, Expresividad emocional y comodidad con la intimidad, agrupa 9 ítems y evalúa sociabilidad, facilidad para expresar emociones y confianza en los demás a la hora de expresar y solucionar los problemas interpersonales.
- Por último, la escala Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad, agrupa 7 ítems y valora la priorización de la autonomía frente al establecimiento de lazos afectivos, la evitación del compromiso emocional y la sobrevaloración de la independencia personal.

En relación con los índices de consistencia interna, fue evaluado mediante el coeficiente α de Cronbach, la primera escala, obtuvo un índice de 0,86; la segunda escala "obtuvo un índice de 0,80; la tercera escala obtuvo un índice de 0,77; y la cuarta y última escala obtuvo un índice de 0,68. En cuanto a la validez de constructo del instrumento: la varianza total explicada fue del 40%" (Melero y Cantero, 2008).

PARTICIPANTES

Para nuestro estudio se definió un grupo basado en la edad de la generación *millennial*, es decir hombres y mujeres mexicanos de 27 a 42 años de edad. El cual fue estudiado durante tres meses, julio, agosto y septiembre de 2022.

En referente a la selección de los participantes, la estrategia fue el sondeo a partir de las técnicas anteriormente mencionadas. En sus inicios el sondeo se consideró como una encuesta preliminar o exploratoria, sin embargo en la actualidad ha evolucionado y se considera tan formal como cualquier otra técnica de recolección de datos.

El sondeo se utiliza generalmente para conocer la opinión pública y preferencias de cierto tema en un subgrupo representativo, en este caso los *millennials*: “La opinión de los grupos sociales puede ser reconstruida mediante múltiples métodos y técnicas. Hoy por hoy el sondeo de opinión, constituye uno de los medios más adecuados para estructurar los puntos de vista de los diferentes segmentos de la sociedad” (Suazo Miranda y Gordillo 1993).

De acuerdo con Peña (1988): “La potencialidad predictiva de los sondeos de opinión resulta incuestionable: no se trata de métodos mágicos que permitan una certidumbre sobre el futuro, sino de guías analíticas que permiten sustentar científicamente la construcción de escenarios potenciales y la reconstrucción de la realidad presente”.

PROCEDIMIENTO

Consistió en cuatro fases: La primera fue creación del formulario, la segunda la invitación a participar y la convocatoria, la tercera la aplicación de las técnicas y la cuarta, la obtención de la base de datos (Figura 2).



Figura 2. Procedimiento cuantitativo
Elaboración propia, 2022

1. Se realizó un formulario utilizando *Google forms* con ambas técnicas de recolección de información. Lo probamos para su correcto funcionamiento y se hizo la corrección de errores existentes.
2. Se hizo la invitación a participar en la convocatoria, la cual publicamos en diferentes redes sociales, *Facebook, Instagram y Twitter*, donde se compartió aproximadamente en cinco ocasiones, tanto en historias como en los muros, se explicó brevemente la finalidad del formulario, el tiempo aproximado de duración, la confidencialidad y el uso de los datos, así como los requisitos necesarios para su respuesta. Para la invitación se redactó el siguiente mensaje: “Buen día, estamos realizando nuestra tesis, por lo que solicitamos puedan ayudarnos a contestar el siguiente cuestionario, es únicamente para mexicanos de 27 a 42 años de edad, es confidencial, no pide datos que pueda identificarlos y la duración es de 10 minutos aproximadamente, agradecemos mucho su participación”.
3. Se aplicó el cuestionario, el cual quedó abierto en la red durante un periodo de tres meses, específicamente de julio de 2022 a septiembre de 2022.
4. Se obtuvo la base de datos, se realizó una revisión de la calidad de la información, se homologó, se codificaron las respuestas, para proceder al análisis de los resultados.

PLAN DE ANÁLISIS DE INFORMACIÓN

Se analizó mediante estadística descriptiva, la cual es: “la rama de la estadística que formula recomendaciones de cómo resumir, de forma clara y sencilla, los datos de una investigación en cuadros, tablas, figuras o gráficos” (Rendón-Macías, Villasís-Keever y Miranda-Novales, 2016).

Se utilizó como herramienta el programa Excel, ya que tiene la ventaja de poder utilizar ecuaciones para cada grupo de información. El análisis se llevó a cabo identificando variables cualitativas y cuantitativas. Las primeras tuvieron un análisis mediante tablas de frecuencia y gráficas y las segundas mediante indicadores de frecuencias como media, moda y mediana.

Además del análisis por variables, se realizaron análisis bivariados que nos permitieron estudiar de manera descriptiva la relación entre variables. En específico, variables del cuestionario sociodemográfico, con variables del cuestionario de apego. (Tipo de apego vs edad, sexo, estado civil y contexto familiar).

COMPONENTE CUALITATIVO

De acuerdo con Flick: “La investigación cualitativa suele ser la expresión para muchos enfoques utilizados en las ciencias sociales, que reciben el nombre de reconstructivos, hermenéuticos o interpretativos” (2015).

Cada vez se usa más en investigaciones de índole psicológica, pues cada vez aparecen más en revistas, artículos, tesis, libros, manuales, etc. Aunque el componente cualitativo mantiene un proceso de expansión en la investigación que lo mantiene en constante configuración, tiene rasgos, problemas en común y cierta idoneidad que lo representa e identifica. Taylor y Bodgan (1986) consideran la investigación cualitativa como “aquella que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable.

Se eligió este componente debido a que ofrece un acercamiento al fenómeno desde una visión “nouménica”, en palabras más sencillas, permite describir fenómenos exteriores desde el “interior del mismo”, lo que al final se traduce en desmenuzar la manera como las personas construyen el mundo en términos significativos aportando en nuevos entendimientos del fenómeno.

La manera de abordar “desde el interior” del componente cualitativo, se da de diferentes formas, ya sea mediante el análisis de las experiencias, informes, historias y conocimiento cotidiano; o mediante las interacciones del grupo; o mediante las huellas que dejan las transcripciones de la experiencia.

Para Flick (2015), explicar fenómenos sociales “desde el interior” de varias maneras diferentes:

1. Analizando las experiencias de los individuos o de los grupos. Las experiencias se pueden relacionar con historias de vida biográficas o con prácticas (cotidianas o profesionales); pueden tratarse analizando el conocimiento cotidiano, informes e historias.
2. Analizando las interacciones y comunicaciones mientras se producen. Esto se puede basar en la observación o el registro de las prácticas de interacción y comunicación, y en el análisis de ese material.
3. Analizando documentos (textos, imágenes, películas o música) o huellas similares de las experiencias o interacciones. (pp.12)

En sí, nos permitió tener un mayor contacto con los sujetos del grupo de estudio y lograr explorar los significados que tienen los *millennials* sobre los factores seleccionados dentro de su contexto actual. Un diseño únicamente cuantitativo no hubiera permitido explorar de la misma manera estas cuestiones, consiguientemente resulta importante, porque los significados permiten a los individuos mantener una orientación dentro del mundo exterior, preparándolos para un intercambio de su subjetividad con el otro, de modo que una codificación pertinente posibilite la transformación y generación de una realidad social.

Es importante mencionar que este abordaje de componente cualitativo tiene un pilar en la capacidad del observador y su actitud, entendiendo actitud como una predisposición organizativa, ya que de éstas depende la captura de la información buscada. En parte porque en los entornos virtuales es necesario el conocimiento del ciberespacio por parte del entrevistador del mismo modo que el sujeto analizado, el tenerlo, permitió en nuestra investigación la creación la atmósfera de socialización adecuada para el estudio.

En parte también, porque la actitud del investigador determina la apertura al objeto de estudio el cual suelen ser personas, lo que significa que la gestión de los investigadores debe permitir a los sujetos analizados mantener cierta naturalidad que dé espacio a la expresión auténtica de sus particularidades, experiencia e interacciones.

Otro pilar es la capacidad de transcribir el conocimiento generado en campo a texto, el cual requiere más trabajo y metodología de lo que aparenta, pues necesita de una sistematización adecuada y muy bien planificada. En resumidas cuentas: “la investigación cualitativa se sitúa entre el uso de métodos y la adopción de una actitud” (Flick, 2015).

TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Utilizamos como técnica de recolección el grupo focal, el cual consiste en realizar una entrevista grupal, cuya característica principal recae en el uso explícito de la interacción de los participantes para recolectar información que no serían tan accesible si las interacciones y el diálogo fueran realizados individualmente, esta elección fue hecha así, apoyada en la investigación de Barbour (2007) quien menciona que cuando se quiere estudiar la interacción en un grupo sobre una cuestión específica, los grupos de discusión son la alternativa más adecuada.

Flick (2015) menciona que esta técnica que ha incrementado su uso en los últimos años de manera virtual, la cual requiere establecer con antelación la composición de los grupos, su tamaño, la calidad de la grabación del debate y la calidad de la transcripción, para una correcta aplicación y posterior generalización interna que permita interpretar rigurosamente la información. En este punto aclara que la planificación debe contemplar el informe sobre los grupos, en donde mediante un análisis sistemático se pueda interpretar más allá de lo expresado literalmente.

Existen diferentes retos al realizar esta técnica, como la correcta habilidad por parte del entrevistador para moderar la interacción grupal, un buen equipo de grabación y transcripción, el largo tiempo que requiere la planificación, la transcripción y el análisis.

El grupo focal se hizo mediante la plataforma de videollamadas llamada Zoom. Para Orellana y Sánchez (2006) entre las principales ventajas de esta aplicación se encuentran: la riqueza de los datos verbalizados, ya que las personas en estos entornos tienden a ser más abiertas que en situaciones presenciales, a preservar más el anonimato, el tiempo de respuesta que suele ser mejor dando pie a respuestas mejor pensadas, brindar mayor confianza y seguridad al entrevistado porque la presión del entrevistador se reduce, permitir ampliar los horarios

habituales, y la ventaja de que el registro tiende a digitalizarse además de organizar la dinámica e interacción mediante ajustes virtuales. Una gran ventaja es que “ofrece información respetando las opciones y los términos utilizados por los participantes mismos” (Calvente y Rodríguez, 2000).

El objetivo del grupo focal fue conocer los significados que tienen los *millennials* sobre los factores psicosociales (intimidad, sexualidad, compromiso, expectativas sociales, comunicación y proyecto de vida) que influyen en las relaciones de pareja. El grupo focal nos dio la oportunidad de profundizar, debatir y conocer cómo piensan los *millennials* y conocer los significados de los factores anteriormente mencionados, que serán aquellas categorías de análisis que se desarrollarán más adelante.

Para llevar a cabo los grupos focales realizamos una guía, en donde se analizó que características debían tener los participantes, cuantos serían adecuados por grupo, que número de grupos serían necesarios, los temas, el orden a trabajar, además de la dinámica necesaria para lograr nuestro objetivo y conocer los significados anteriormente mencionados. La dinámica del grupo focal tuvo un orden establecido, en cada uno de los factores comenzamos con una pregunta detonadora, para después contrastar con la definición teórica obtenida en el marco teórico, para después realizar las preguntas de apoyo y obtener sus significados, como se muestra en la tabla 4 que aparece a continuación:

Tabla 4. Guía grupo focal
Elaboración propia a partir de componente cualitativo 2022

Factor Psicosocial	Aplicación
Intimidad	<p>Pregunta detonante: ¿Para ti que significa la intimidad en una relación de pareja?</p> <p>CONTRASTAR CON DEFINICION TEÓRICA</p> <p>Preguntas de apoyo</p> <p>¿Que les parece esta definición?</p> <p>¿A partir de esto qué importancia tiene para ti la intimidad?</p> <p>De todos estos tipos de relación que nos mencionaron ¿en cuales se presenta?</p> <p>¿Qué manifestaciones crees que tú haces para reflejar esto que hablamos de la intimidad?</p>
Sexualidad	<p>Pregunta detonante: ¿Para ti que significa la sexualidad en una relación de pareja?</p> <p>CONTRASTAR CON DEFINICION TEÓRICA</p> <p>Preguntas de apoyo</p> <p>¿Que les parece esta definición?</p> <p>¿A partir de esto qué importancia tiene para ti la sexualidad?</p> <p>De todos estos tipos de relación que nos mencionaron ¿en cuales se presenta?</p> <p>¿Qué manifestaciones crees que tú haces para reflejar esto que hablamos de la sexualidad?</p>

Cotinuación Tabla 4. Guía grupo focal
Elaboración propia a partir de componente cualitativo 2022

Factor Psicosocial	Aplicación
Compromiso	<p>Pregunta detonante: ¿Para ti que significa el compromiso en una relación de pareja?</p> <p>CONTRASTAR CON DEFINICION TEÓRICA</p> <p>Preguntas de apoyo</p> <p>¿Que les parece esta definición?</p> <p>¿A partir de esto qué importancia tiene para ti el compromiso?</p> <p>De todos estos tipos de relación que nos mencionaron ¿en cuales se presenta?</p> <p>¿Qué manifestaciones crees que tú haces para reflejar esto que hablamos del compromiso?</p>
Expectativas sociales	<p>Pregunta detonante: ¿Para ti que significan las expectativas sociales en las relaciones de pareja?</p> <p>¿Que se les viene a la mente como expectativas sociales?</p> <p>CONTRASTAR CON DEFINICION TEÓRICA</p> <p>Preguntas de apoyo</p> <p>¿Que les parece esta definición?</p> <p>¿A partir de esto qué importancia tiene para ti las expectativas sociales?</p> <p>De todos estos tipos de relación que nos mencionaron ¿en cuales se presenta?</p> <p>¿Qué manifestaciones o como han influido en tus relaciones?</p>
Comunicación	<p>Pregunta detonante: ¿Para ti que significa la comunicación en las relaciones de pareja?</p> <p>CONTRASTAR CON DEFINICION TEÓRICA</p> <p>Preguntas de apoyo</p> <p>¿Que les parece esta definición?</p> <p>¿A partir de esto qué importancia tiene para ti la comunicación?</p> <p>De todos estos tipos de relación que nos mencionaron ¿en cuales se presenta?</p> <p>¿Qué manifestaciones crees que tú haces para reflejar esto que hablamos de la comunicación?</p>
Proyecto de vida	<p>Pregunta detonante ¿Cuál es tu proyecto de vida?</p> <p>Preguntas de apoyo</p> <p>¿Qué recursos necesito para alcanzar este proyecto de vida?</p> <p>¿Qué tipo de relación de pareja necesitarías para alcanzar este proyecto de vida?</p> <p>¿Qué implica esta relación de pareja?</p> <p>¿Qué componentes debe tener esta relación de pareja?</p> <p>¿Crees que los factores que hemos platicado son importantes para este tipo de relación?</p>

PARTICIPANTES

Los participantes fueron elegidos a conveniencia, de manera personalizada, en donde los entrevistados fueron seleccionados de acuerdo con la proximidad, alcance, disponibilidad, así como su facilidad de acceso para poder conectarse vía la herramienta de videoconferencia. Además, se establecieron los siguientes criterios de selección para conformar los grupos focales:

- Paridad de género: 50% mujeres y 50% hombres.
- Edad: que estuvieran entre 27 a 42 años.
- Nacionalidad: que fueran mexicanos.

PROCEDIMIENTO

El procedimiento consistió en cuatro fases, la primera fue el diseño de la guía del grupo focal, la segunda la invitación a participar y convocatoria, la tercera su aplicación y cuarta la transcripción de las sesiones (Figura 3).



Figura 3. Procedimiento cualitativo
Elaboración propia, 2022

1. Se diseñó la guía del grupo focal a partir del establecimiento de categorías y respectivas preguntas detonadoras que permitieron explorar los significados de los factores psicosociales que influyen en las relaciones de pareja.
2. Se enviaron invitaciones personalizadas y una vez aceptada la participación se les envió un formulario de pre-registro de datos generales y sociodemográficos. Se conformaron tres grupos focales acordando los horarios de realización según la disponibilidad los participantes de manera que no interfiriera con sus actividades académicas, laborales y/o familiares, ya que algunos trabajaban, otros estudiaban y algunos otros tienen familia.
3. Se realizó la aplicación de los tres grupos focales, mediante la herramienta de videoconferencia *zoom*, todos los grupos se aplicaron durante dos semanas. La primera y la segunda sesión se realizaron con un espacio de una semana, mientras que entre la segunda y la última sesión hubo un intermedio de tres días. Cada sesión tuvo una duración aproximada de dos horas, en horario no laboral. El total de participantes fue de 17 personas, 9 hombres y 8 mujeres. Durante cada una de las sesiones, se les solicitó a los participantes la autorización para audiograbar las sesiones, para poder realizar el paso posterior. Fue un espacio con un ambiente receptivo y de confianza. (Tabla 5).

4. Se transcribieron de las sesiones, siguiendo de manera fidedigna las conversaciones que se establecieron a lo largo de la dinámica grupal.

Nombre	Fecha	Horario	Duración	Plataforma	Participantes
Grupo focal 1	25/08/22	19:00hrs México GMT-5	1 hora 45 mins.	Zoom	4 mujeres y 2 hombres
Grupo focal 2	03/09/22	10:30hrs México GMT-5	1 hora 55 mins.	Zoom	4 mujeres y 1 hombre
Grupo focal 3	06/09/22	20:00hrs México GMT-5	2 horas 10 mins.	Zoom	1 mujer y 5 hombres

Tabla 5. Resumen de grupo focal
Elaboración propia a partir de componente cualitativo 2022

PLAN DE ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Se realizó un análisis de contenido, el cual es “una técnica de interpretación de textos, ya sean escritos, grabados, pintados, filmados... el denominador común de todos estos materiales es su capacidad para albergar un contenido que leído e interpretado adecuadamente nos abre las puertas al conocimiento de diversos aspectos y fenómenos de la vida social” (Abela, 2002).

El análisis de contenido se utiliza cuando se necesita implementar una estrategia que nos permita adentrarnos al sentido de un contenido: “Cuando nos estamos refiriendo al análisis de contenido de un texto a lo que se está aludiendo en realidad, de una forma un tanto paradójica, no es al texto mismo, sino a algo que estaría localizado fuera de él y que se definiría y revelaría como su “sentido” (Abela, 2002).

Al sistematizar la información de manera objetiva, replicable y válida se permite la producción, interpretación y observación imparcial de los datos: “El análisis de contenido se basa en la lectura como instrumento de recogida de información, lectura que a diferencia de la lectura común debe realizarse siguiendo el método científico, es decir, debe ser, sistemática, objetiva, replicable, y valida” (Abela, 2002).

Dicho análisis se realizó a partir del establecimiento de categorías, en este caso las categorías fueron los factores psicosociales que se exploraron mediante la guía de entrevista del grupo

focal: intimidad, sexualidad, compromiso, expectativas sociales, comunicación y proyecto de vida. En la tabla 6 se muestran las definiciones de cada una de ellas.

Tabla 6. Categorización
Elaboración propia a partir de componente cualitativo 2022

Categoría	Definición
Intimidad	"La intimidad es la dimensión relacional en la cual los mundos internos de los seres humanos pueden comunicarse fisiológicamente entre ellos e intercambiar contenidos, sensaciones y pensamientos" (Bolognini, 2015).
Sexualidad	"El sistema sexual es el encargado de facilitar la reproducción. Este sistema por sí solo no implica un vínculo afectivo, sin embargo, generalmente la sexualidad nos lleva a una mayor intimidad y posibilidad de acercamiento que pueden facilitar, o sumar a la formación de una relación de apego" (Shaver, Hazan y Bradshaw, 1988).
Compromiso	"Es un estado psicológico que representa una orientación a largo plazo, que incluye sentimientos de apego a la pareja y el deseo de mantener una relación. El compromiso implica componentes emocionales y cognitivos, que influyen directamente en un amplio rango de conductas que son esenciales para el crecimiento y mantenimiento de la relación. Estos componentes son: amor, valoración cognitiva positiva, condiciones externas estables y el esfuerzo personal" (Rusbult, 1993).
Expectativas sociales	"Las expectativas sociales son un proceso constante de construcción y reflejo de ideas sociales, situadas en un individuo a modo de proceso psíquico, estado mental y ciertas propiedades, las cuales conforman la base de la personalidad y que permiten definir las estrategias de la vida y visión de vida a seguir reflejo de la realidad social" (Popovych, I., Blynova, O., Zhuravlova, A., Toba, M., Tkach, T., y Zavatska, N. 2021).
Comunicación	"Es el mecanismo principal a través del cual, la pareja expresa sus sentimientos, se llega a la resolución de conflictos y mejora la calidad de la relación. Las habilidades comunicativas se han asociado con la satisfacción y la duración de la relación" (Burleson y Denton, 1997).
Proyecto de vida	"El Proyecto de Vida se comprende entonces como un sistema principal de la persona en su dimensionalidad esencial de vida, un modelo ideal-real complejo de la dirección perspectiva de su vida, de lo que espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y las posibilidades internas y externas de lograrlo; define su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada" (Ovidio D'Angelo, 1999).

De cada una de estas seis categorías, mediante el análisis de contenido, se obtuvo información rica entorno a los significados y percepciones de cada uno de los participantes, este análisis de contenido permitió identificar puntos de convergencia y aquellos diferentes que sobresalieron por sus características peculiares. En cada grupo focal se pudo extraer una

visión de cada categoría y de los tres grupos en conjunto se pudo obtener una perspectiva general bastante interesante, la cual será presentada a continuación.

CAPÍTULO V

Resultados

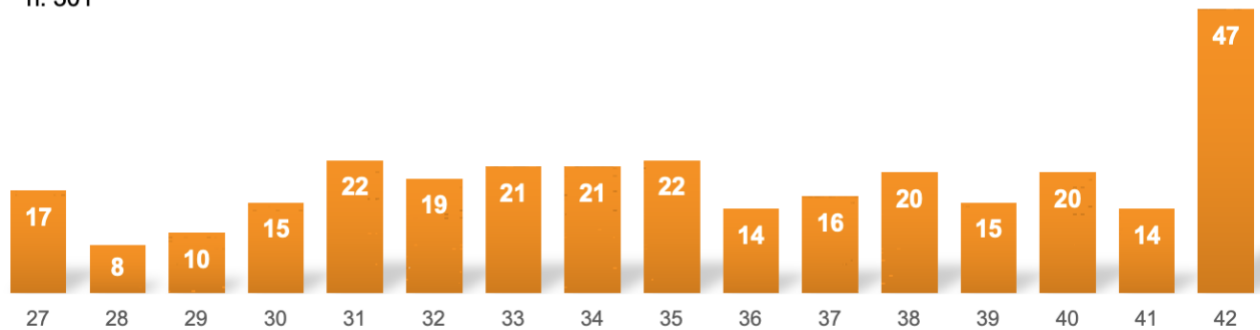
COMPONENTE CUANTITATIVO

En este apartado se presentan los resultados del componente cuantitativo, el cual se estudió a través del cuestionario de datos sociodemográficos y el cuestionario de apego adulto.

El total de participantes fue de 301 personas mexicanas de 27 a 42 años. Donde la mediana de edad fue de 35 años y la moda de 42 años (Gráfica 1).

Moda: 42
 Mediana: 35
 Media: 35.47
 n: 301

Edad

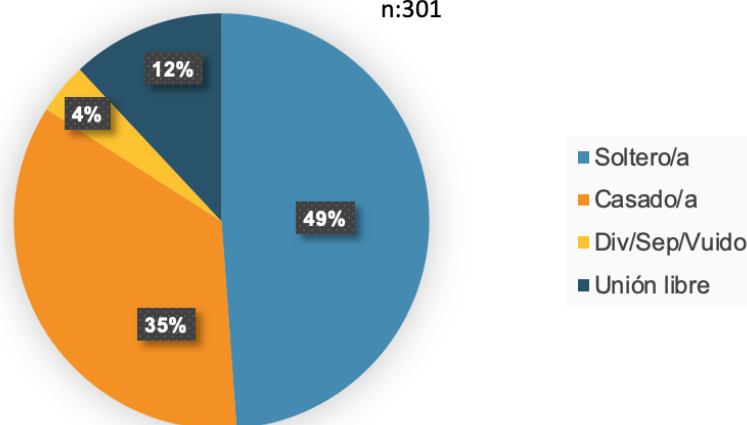


Gráfica 1. Edad
 Elaboración propia a partir del cuestionario sociodemográfico, 2022

Del total de participantes, el 87% fueron mujeres y el 13% hombres. En cuanto al estado civil, el 49% es soltero, el 35% es casado, el 12% vive en unión libre y el 4% restante son divorciados, separados o viudos (Gráfica 2).

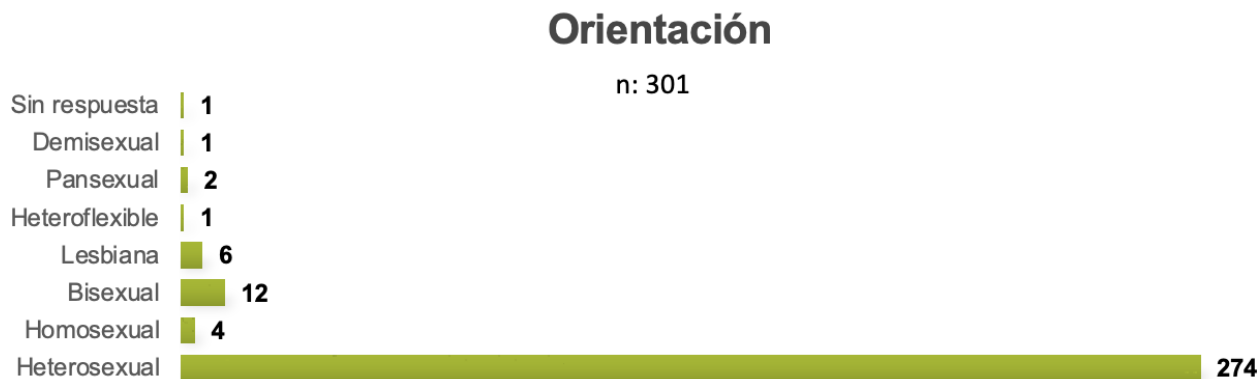
Estado Civil

n:301



Gráfica 2. Estado civil
 Elaboración propia a partir del cuestionario sociodemográfico, 2022

En los participantes pudimos observar la diversidad de género, siendo el 91% heterosexual y el 9% restante con una orientación diferente (Gráfica 3).



Gráfica 3. Orientación sexual
Elaboración propia a partir del cuestionario sociodemográfico, 2022

En cuanto al nivel de estudios, el 60% de los participantes tiene licenciatura concluida, el 30% tiene un posgrado y el 10% restante tiene preparatoria y secundaria. Referente a la ocupación, el 80% de las personas tiene un empleo por contrato o independiente, el 10% es desempleado, el 7% se dedica al hogar y el 3% es estudiante (Gráfica 4).



Gráfica 4. Ocupación
Elaboración propia a partir del cuestionario sociodemográfico, 2022

Del 100% de las personas que trabajan, el 54% de las personas están satisfechos con el salario que perciben, mientras que el 46% no lo está, en cuanto a las condiciones laborales, el 75% esta satisfechos y el 25% no lo está.

Referente a las horas trabajadas, el 67% de las personas trabajan 8 horas al día, el 14% medio tiempo y 19% trabajan más de del tiempo completo, en un rango de 10 a 14 horas al día.

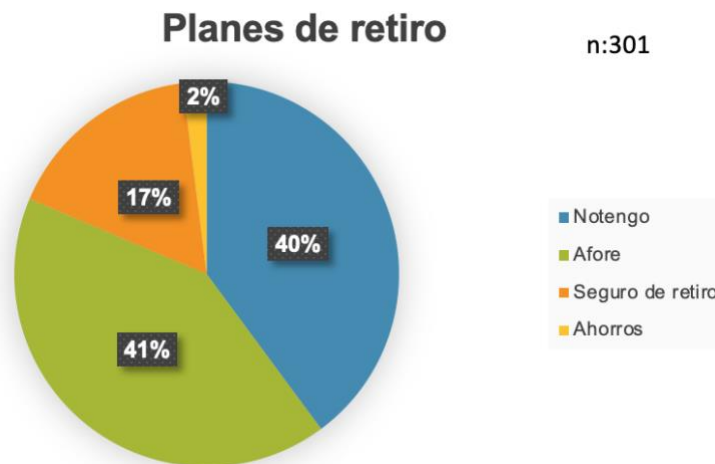
En cuanto al tipo de vivienda, el 42% tiene una vivienda rentada, el 29% cedida y/o de un familiar, el 25% propia y 4% vivienda hipotecada. Del 100% de los participantes, el 27% vive con Pareja/esposo (a) e hijo (s), el 25% con Pareja/Esposo (a), el 19% vive con sus padres y/o hermanos, el 11% vive solo, el 10% solo con hijo (s), el 5% con familia nuclear y creada y el 3% con *roomies* (Gráfica 5).



Gráfica 5. Con quien viven
Elaboración propia a partir del cuestionario sociodemográfico, 2022

Con respecto a la posibilidad de adquirir una vivienda, el 71% piensa que no existen las condiciones adecuadas para adquirirla, mientras que el 29% piensa que sí.

En cuanto a los planes de retiro, el 41% de los participantes tiene afore, el 40% no tiene ningún plan, el 17% tiene seguro y el 2% tiene ahorros (Gráfica 6).



Gráfica 6. Planes de retiro
Elaboración propia a partir del cuestionario sociodemográfico, 2022

Del 100% de los participantes, el 72% se encuentra en algún tipo de relación, mientras que el 25% no la tiene y el 3% tal vez la tenga. Del 72% que, si la tiene, la nombran o llaman de la siguiente manera (Gráfica 7).

Nombres a tu relación

n: 301

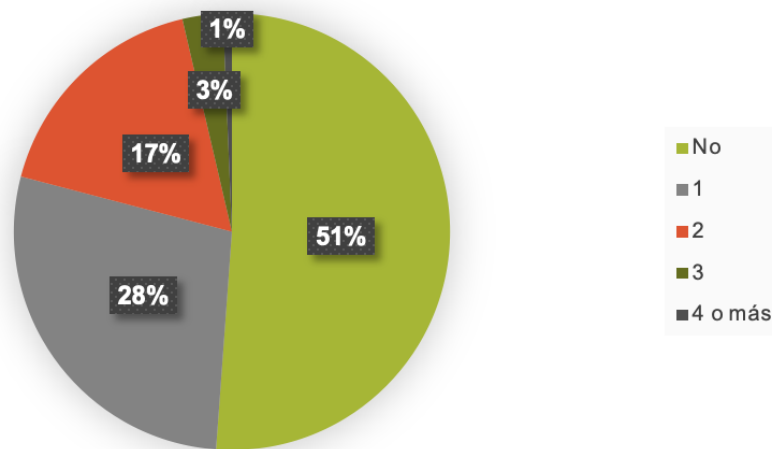


Gráfica 7. Tipo de relación
Elaboración propia a partir del cuestionario sociodemográfico, 2022

En cuanto al matrimonio y a los hijos, el 32% de los participantes si le gustaría casarse algún día, el 31% ya está casado, el 22% tal vez le gustaría y al 15% no le gustaría. Del 100% de los participantes, el 51% no tiene hijos y el 49% tiene entre 1 o 4 hijos como se muestra en la gráfica 8.

Cantidad de hijos

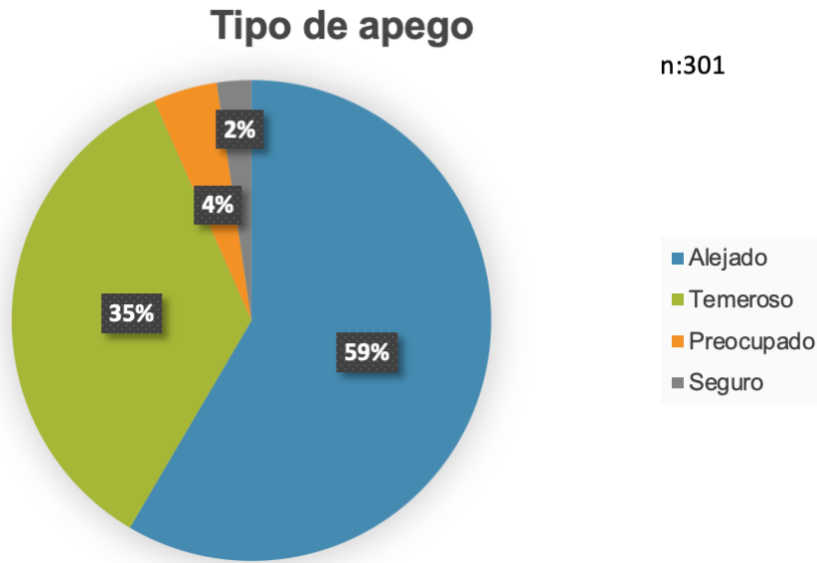
n: 301



Gráfica 8. Cantidad de hijos
Elaboración propia a partir del cuestionario sociodemográfico, 2022

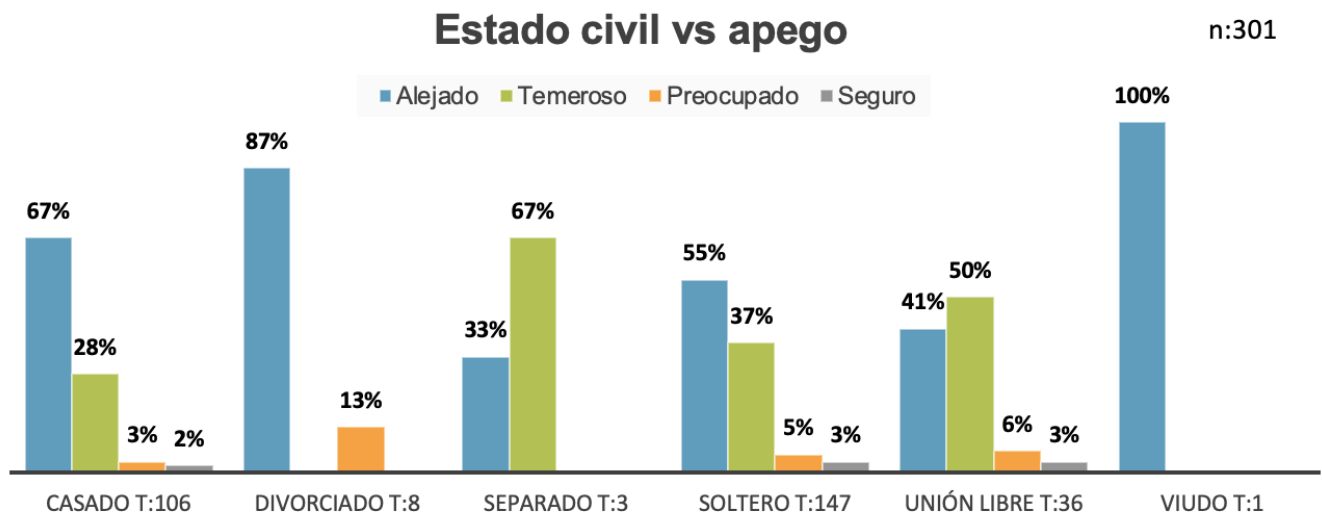
Del 51% de los que no tienen hijos, al 45% si le gustaría tener, al 42% no le gustaría y al 13% tal vez le gustaría tener.

En cuanto al cuestionario de apego adulto, se encontró que del 100% de los participantes, el 59% tiene un apego huidizo alejado, el 35% un apego huidizo temeroso, el 4% un tipo de apego preocupado y el 4% un tipo de apego seguro (Gráfica 9).



Gráfica 9. Tipo de apego
Elaboración propia a partir del cuestionario apego, 2022

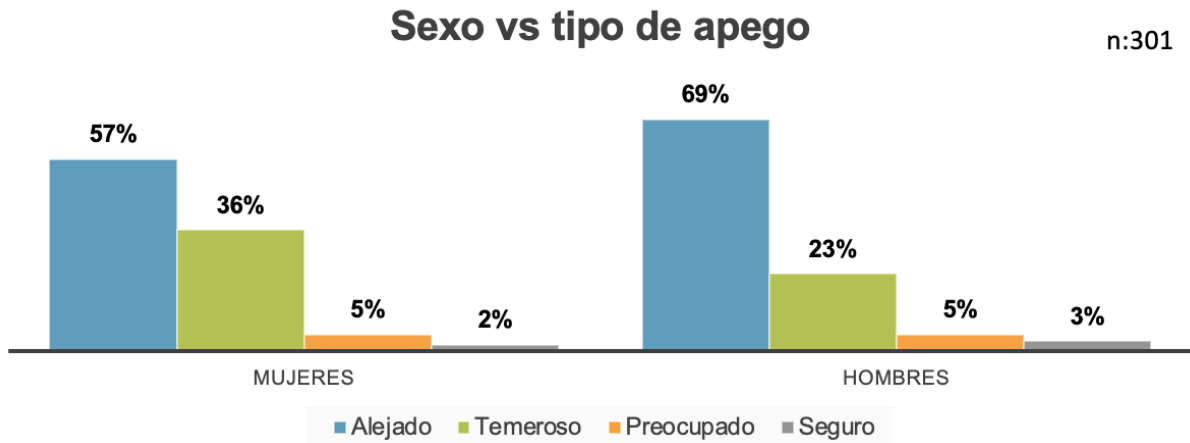
En la Gráfica 10 es posible visualizar los diferentes tipos de apego en relación con el estado civil de los participantes.



Gráfica 10. Estado civil vs tipo de apego
Elaboración propia a partir del cuestionario apego, 2022

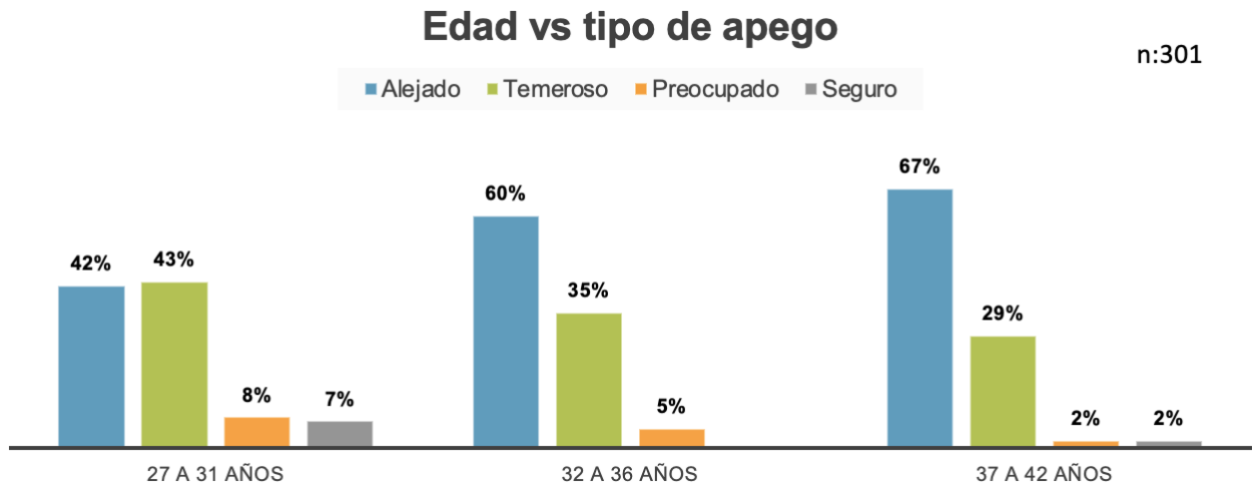
Resumiendo, que, del total de casados, predomina el apego alejado, seguido por el temeroso, en los divorciados predomina el apego alejado, seguido por el preocupado, en los separados predomina el apego temeroso, seguido por el alejado, en los solteros predomina el alejado, seguido por el temeroso, en los que viven en unión libre predomina el temeroso, seguido por el alejado y en los viudos predomina el alejado (Gráfica 10).

En cuanto al tipo de apego por sexo de nacimiento, encontramos que tanto las mujeres como los hombres tienen predominancia en apego huidizo alejado (Gráfica 11).



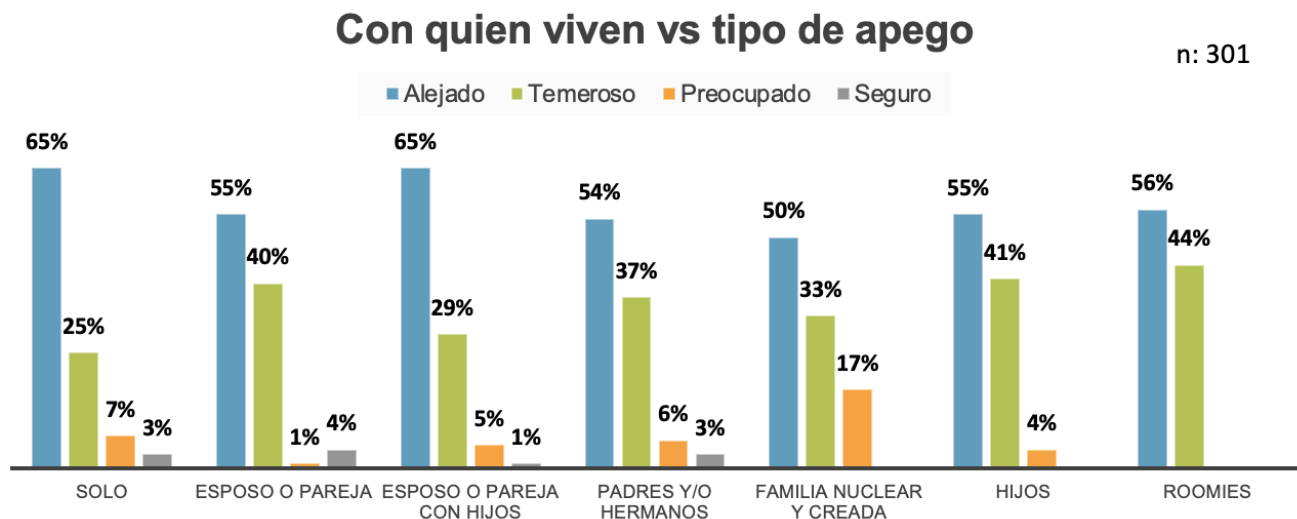
Gráfica 11. Sexo vs tipo de apego
Elaboración propia a partir del cuestionario apego, 2022

En relación con los rangos de edad, los participantes de 27 a 31 años tienen predominancia en apego huidizo temeroso, mientras que los participantes de 32 a 42 años tienen predominancia en apego huidizo alejado (Gráfica 12).



Gráfica 12. Edad vs tipo de apego
Elaboración propia a partir del cuestionario apego, 2022

En cuanto a con quien comparten vivienda, se encontró lo siguiente relacionado con el tipo de apego (Gráfica 13).



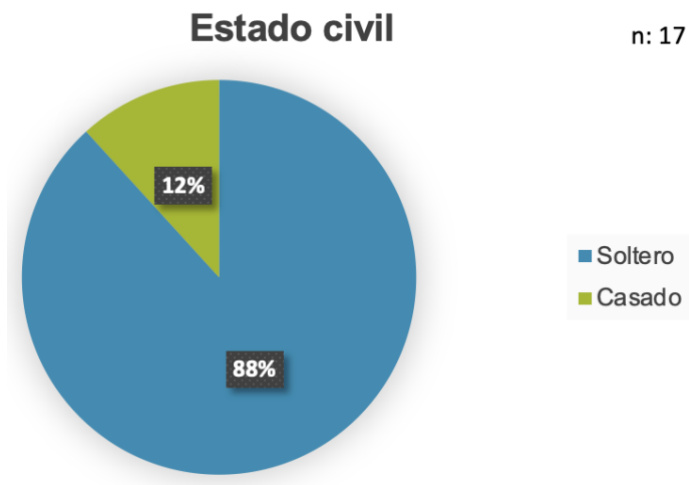
Gráfica 13. Sexo vs contexto familiar
Elaboración propia a partir del cuestionario apego, 2022

Para cerrar el análisis del componente cuantitativo a continuación se resumen algunos de los aspectos de mayor relevancia

- En este grupo de estudio, la predominancia en el tipo de apego es de huido alejado, independientemente de su estado civil, sexo, edad y contexto familiar.
- La mayoría se encuentra soltero en estado civil, pero más del 50% viven en pareja, ya sea en matrimonio o en unión libre.
- Con relación al trabajo, la mayoría se encuentra satisfecho tanto con el salario percibido como con las condiciones laborales, así como en la cantidad de horas trabajadas.
- En cuanto a los planes de retiro, 40% no tienen ningún plan, por lo que es un tema de importante relevancia para este grupo.
- Referente al tipo de relación, las personas que se encuentran en una, además de esposo y/o pareja, también lo nombran novio (a), concubino (a), informal y amigo (a).

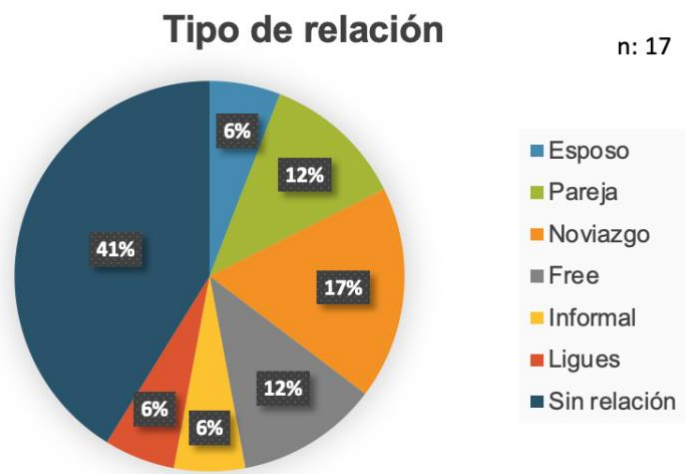
COMPONENTE CUALITATIVO

En este apartado se presentan los resultados del componente cualitativo, el cual se estudió a través de tres grupos focales. Los cuales nombraremos como “GF1”, “GF2 y “GF3”. En los cuales participaron 17 personas de 27 a 42 años de edad. El 53% de los participantes fueron hombres y el 47% mujeres. La mayoría de los participantes se encontraban en la edad de 27 años (41%), seguido por los de 35 años (17%). En cuanto al estado civil, el 88% de los participantes son solteros y el 12% casados (Gráfica 14).



Gráfica 14. Estado civil
Elaboración propia a partir de los grupos focales, 2022

En cuanto al tipo de relación. Del 100% de los participantes, el 41% no se encuentra en una relación y el 59% que si se encuentra la nombran de la siguiente manera (Gráfica 15).



Gráfica 15. Tipo de relación
Elaboración propia a partir de los grupos focales, 2022

Resultados por grupo focal

En un primer momento se presentarán los resultados de cada uno de los grupos para después presentar los resultados de las categorías establecidas.

GF1: Para los participantes de este grupo, la intimidad significa estar a solas o tener tiempo privado en pareja. Piensan que es fundamental para que la relación funcione, ya que a través de ella se forman vínculos y se llegan a acuerdos. En cuanto a la sexualidad piensan que es un factor muy importante en parejas formales, ya que si no sucede en parejas esporádicas no pasa nada. En referencia al compromiso, su idea no coincide mucho con la definición teórica, ya que piensan que el compromiso es ser leal, establecer acuerdos al inicio, el tiempo que le dedicas en tu día a día y a lo que inviertes en la relación.

Para ellos el compromiso se presenta en todos los tipos de relación, lo piensan más como un nivel de involucramiento y piensan que existen grados dependiendo del tipo de relación que se establezca. En cuanto a las expectativas sociales, ellos piensan que son muy importantes para el desarrollo de la vida, pero sólo dos de ellos piensan que no influyen ni han influido en sus relaciones. Para este grupo la comunicación tuvo un peso muy importante para las relaciones de pareja, piensan que es esencial y fundamental para que la relación funcione. Para este grupo el proyecto de vida no va en función a la pareja, no es el objetivo primordial. A algunos les gustaría tener una, pero no es su prioridad. Piensan que su ideal de pareja para acompañarlos en su proyecto de vida debe tener involucramiento, comunicación y los factores que mencionamos durante el grupo focal.

GF2: Para los participantes de este grupo, la intimidad es mostrarte tal cual eres y estar en sintonía con tu pareja. En cuanto a la sexualidad para ellos no es solo sexo y va a modificarse de acuerdo con el tipo de vínculo que se tenga. Para ellos la intimidad se transforma en un vínculo más profundo con la sexualidad y permite que se genere apego. En referencia al compromiso lo enfocaron en cumplimiento de acuerdos, normas, reglas y está presente en cualquier tipo de relación.

Hablando de expectativas sociales, ellos piensan que si han influido en sus relaciones y que son importantes, aunque tres de ellos piensan que no son tan importantes. Para este grupo,

la comunicación es muy importante y es la base de las relaciones de pareja. En cuanto al proyecto de vida, ninguno incluyo a la pareja, aunque a algunos si les gustaría tenerla en algún futuro para compartir. Su proyecto de vida está más enfocado a ellos mismos, al crecimiento profesional y económico.

GF3: Para los participantes de este grupo la intimidad es compartir emociones de manera profunda y mostrarte tal cual eres con tu pareja, para ellos la intimidad es compartir aquello que no compartirías con cualquier persona. En cuanto a la sexualidad, comentaron que era muy importante para las relaciones, pero que era más importante la sexualidad con uno mismo y la autoexploración. En referencia al compromiso, para ellos significa cumplir los acuerdos, normas y reglas establecidas en la relación y existe en cualquier tipo de relación, además de que se expresa con promesas.

En cuanto a las expectativas sociales, ellos piensan que aunque no deberían influir en las relaciones de pareja y algunos las ven poco importante, compartieron que dichas expectativas han influido en sus relaciones pasadas y actuales. Para este grupo la comunicación es la base y el pilar de las relaciones, sin comunicación no hay relación. En cuanto al proyecto de vida, cuatro personas quieren tener hijos y tres quieren casarse, por lo que ven necesario tener una pareja para lograrlo. Para este grupo fueron muy importantes las condiciones económicas para alcanzar sus objetivos.

Resultados por categorías

En este apartado se presentarán los resultados generales y particulares de cada una de las categorías establecidas.

1. Intimidad

Para los participantes, la intimidad es confianza, compartir o contarle de manera profunda a la otra persona lo que no compartirías con alguien más. Para ellos la intimidad es mostrarte tal cual eres y estar en sintonía. Piensan que es fundamental, la base y el pilar de una relación. Piensan que sin intimidad no hay relación, ya que a través de ella se forman vínculos y se llegan a acuerdos. Creen que existe en todo tipo de relaciones pero algunos piensan que en diferentes grados, dependiendo de la relación que se establezca entre las personas que la

integran. Piensan que la intimidad se manifiesta con comunicación, mostrando importancia, dedicando tiempo, compartiendo lo íntimo, los miedos, los gustos y las preocupaciones, a través del contacto físico y sexual. En cuanto a la definición teórica presentada, la mayoría estuvo de acuerdo, pero algunos participantes les pareció extraño que se incluya el término fisiológico dentro de la definición (Figura 4).



Figura 4. Intimidad
Elaboración propia a partir de los grupos focales, 2022

2. Sexualidad

Para los participantes, la sexualidad es una forma de expresión a través del contacto físico. Es una conexión con contacto corporal, donde se involucra el cuerpo. Es conocer al otro sexualmente, sus gustos, fetiches y fantasías, incluido el coito. Piensan que la sexualidad es importante en las relaciones pero es más importante la sexualidad con uno mismo, el conocimiento y la autosatisfacción. Ellos creen que es cuando la intimidad se transforma en algo más profundo y que existe en cualquier tipo de relación, pero que es más importante en las relaciones formales ya que te permite familiarizarte con tu pareja y crear vínculos y apego.

Piensen que se manifiesta con miradas, contacto corporal, mensajes, caricias y el acto sexual. En cuanto a la definición, algunos no estuvieron de acuerdo, ya que piensan que la sexualidad va más allá del sexo (Figura 5).



Figura 5. Sexualidad
Elaboración propia a partir de los grupos focales, 2022

3. Compromiso

Para los participantes el compromiso se basa en el establecimiento y cumplimiento de acuerdos, reglas y normas establecidas al inicio de la relación. Implica lealtad, fidelidad y responsabilidad. El compromiso es el grado de inversión o involucramiento puesto en la relación. Consideran que el compromiso es muy importante, ya que es la base de las relaciones, si no hay compromiso, no hay relación. Entre más seria es la relación, más compromiso hay. Creen que el compromiso existe en todo tipo de relación, pero en diferentes grados. Entre más formal, mayor grado de compromiso. Piensan que se manifiesta con comunicación, confianza, cumplir acuerdos y promesas, respeto, honestidad, empatía, escucha y tiempo dedicado. En cuanto a la definición, la mayoría estuvo de acuerdo, pero

algunos comentaron que no les hacía sentido la duración de "a largo plazo", comentaron que podía haber compromiso en corto o mediano, dependiendo de los acuerdos establecidos. Dentro de la definición se incluye al amor como un componente del compromiso, pero en ninguno de los grupos fue contemplado por los participantes, la mayoría piensa que sí, que el amor va relacionado con el compromiso, que es implícito y que motiva a seguir los acuerdos. Pero otros comentaron que no es necesario el amor para comprometerse (Figura 6).



Figura 6. Compromiso
Elaboración propia a partir de los grupos focales, 2022

4. Expectativas sociales

Para los participantes, las expectativas sociales son las que marcan como tendría que ser una relación. Son ideas de personas fuera de la relación y que marcan un proyecto de vida tradicional, el cual es casarse, tener hijos y relaciones de pareja estables. Ellos piensan que estas expectativas generalmente provienen de amigos, familiares y de la sociedad y que pueden modificar las percepciones del amor. Ellos piensan que las expectativas son importantes porque somos seres sociales y dan estructura a la sociedad, pero que a ellos les

gustaría que no fueran importantes en su vida, pero en realidad sí lo son y sí influyen o han influido en sus relaciones de pareja. En cuanto a su influencia, ellos creen que si han influido en querer formalizar relaciones o ponerles un título, han influido en a veces hacer cosas que no quieren hacer y que pueden llegar a ser violentas, además de influenciar la decisión de seguir o no seguir. En cuanto a la definición todos estuvieron de acuerdo (Figura 7).



Figura 7. Expectativas sociales
Elaboración propia a partir de los grupos focales, 2022

5. Comunicación

Para los participantes, la comunicación es expresarte y compartir tus sentimientos e intereses, sirve para llegar a acuerdos y conocer lo que se ofrece y lo que se espera de la relación. La comunicación va ligada a la intimidad y es esencial para que las relaciones funcionen. Gracias a la comunicación se puede transmitir sentimientos, decir y escuchar lo que les gusta y lo que no les gusta. Ellos piensan que la comunicación lo es todo y es el pilar de las relaciones, ya que sin comunicación no hay pareja, ya que es fundamental. Creen que la comunicación existe

en cualquier tipo de relación y se manifiesta expresando los intereses, escuchando al otro, dedicando tiempo, teniendo empatía y de manera corporal, verbal y visual. En cuanto a la definición, todos estuvieron de acuerdo, excepto dos personas que piensan que debió agregarse la palabra "buena" comunicación (Figura 8).



Figura 8. Comunicación
Elaboración propia a partir de los grupos focales, 2022

6. Proyecto de vida

Para los participantes, el proyecto de vida está enfocado en ellos mismos, en el área laboral y en la salud mental, física y emocional. La mayoría de los participantes no incluyeron a la pareja en su proyecto de vida, pero algunos de ellos si quieren casarse y tener hijos. Para los que no incluyeron a la pareja, comentaron que aunque no la ven necesaria, sí les gustaría y están abiertos a tener una relación y alguien con quien compartir. Ellos piensan que la pareja para su proyecto de vida debe de tener los factores que platicamos durante toda la sesión. En

cuanto a los recursos necesarios, creen que necesitan desarrollar la parte emocional, tener estabilidad económica, compromiso, disciplina, paz mental y tranquilidad (Figura 9).



Figura 9. Proyecto de vida
Elaboración propia a partir de los grupos focales, 2022

Experiencias de los moderadores.

Como pudimos observar en los resultados anteriormente mencionados, los participantes tienen una idea del compromiso diferente a la definición, ya que para ellos el compromiso significa cumplir y establecer acuerdos dentro de la relación, así como el grado de involucramiento o grado de inversión dentro de la misma. También se percibió una idea negativa sobre el amor, ya que la mayoría comentó que el amor es algo muy exagerado, muy rosa y algo idealizado sobre las relaciones de pareja, aunque piensan que es necesario para poder comprometerte en las relaciones. En cuanto a su proyecto de vida, la mayoría no tiene contemplado a un compañero para sus objetivos o planes, aunque durante la dinámica,

logramos percibir que si les gustaría y están abiertos a la posibilidad. Notamos que para ellos las condiciones económicas son importantes y que pueden cambiar el curso de sus metas.

En cuanto a las relaciones de pareja, pudimos observar que para los participantes es importante la profundidad en las relaciones, ya que lo expresaron en diferentes factores, como compromiso, intimidad, comunicación. Para ellos es importante mostrarse tal cual son con la otra persona y contarle cosas profundas de cada uno, por lo que más que la superficialidad, les interesa más la profundidad.

También fue interesante percibir que dentro de cada factor psicosocial elegido existe una complejidad muy grande, ya que al intentar explicar sus percepciones por parte de los participantes, se notó muchas causas variadas y entremezcladas que afectan lo que significa cada factor para cada uno de ellos, llegando inclusive a notarse contradicciones entre las mismas personas y entre cada grupo de estudio, las cuales se contraponían entre los significados que expresaban, entre la manera como lo manifestaban y entre lo que decían que llevaban a la práctica. Notamos también que las expectativas sociales siguen influyendo en esta generación, que, aunque la mayoría comentó que no les gustaría que así fuera, muchos siguen pensando en ellas al elegir a una pareja para relacionarse.

CAPÍTULO VI

Discusión y conclusiones

Capítulo VI: Discusión y conclusiones

A continuación, se discutirán los resultados más relevantes de nuestro estudio en función con nuestros objetivos y las preguntas de investigación propuestas.

Nuestro objetivo general fue explorar los factores psicosociales, sus significados y los estilos afectivos que influyen en las formas en las que los *millennials* se relacionan en pareja, lo cual logramos a través del componente cuantitativo con el cuestionario sociodemográfico y el cuestionario de apego adulto, así como con el componente cualitativo con el grupo focal.

De acuerdo con nuestra primera pregunta de investigación: ¿Cuáles son los estilos afectivos de los *millennials* y cómo influyen en las relaciones de pareja? Pudimos observar que en los *millennials* de nuestro estudio predomina el estilo afectivo huidizo alejado, seguido del estilo huidizo temeroso. Para Cavero (2008), las personas con un estilo huidizo alejado y temeroso tienden a implicarse con más cautela en las relaciones, debido a que muestran desconfianza y temor al rechazo.

A pesar de estas características, el 78% de las personas de nuestro estudio se encuentra en algún tipo de relación, lo que implica que el estilo afectivo no impide relacionarse en pareja. Pero nos dimos cuenta de que si puede influir en el estado civil, ya a que la mayoría se encuentra soltero, pero más del 50% vive en pareja, ya sea en matrimonio o en unión libre.

Cavero (2008) indica que los vínculos entre personas con estilo huidizo son difíciles de crear, ya que estas personas evitarán el compromiso, por lo que si logran concretar algo, suele ser con poca intimidad y pocas probabilidades de tener una relación estable, esto es debido a la evitación, lo que propicia el probable término de la relación por conflictos e insatisfacción, producto de la falta de intimidad y atención.

En cuanto al matrimonio, podemos notar, como indica Córdoba (2020), que actualmente el matrimonio y la formación de una familia se ha ido aplazando cada vez más, en comparación a épocas anteriores en occidente.

En cuanto a la relación de edad y estilo afectivo, dentro del grupo de estudio, los de menor edad (27-31 años) tienen un estilo afectivo huidizo temeroso, mientras que los de mayor edad (32-42 años) tienen un estilo afectivo huidizo alejado. Lo que muestra cambios en los modelos mentales dentro de la misma generación. Por lo que coincide con lo que Cavero (2008) afirma

Capítulo VI: Discusión y conclusiones

sobre la posibilidad de modificación a través de las dinámicas relacionales o situaciones que propicien la autorreflexión.

De acuerdo con nuestra segunda pregunta de investigación: ¿Cómo los factores psicosociales y sus significados influyen en como los *millennials* se relacionan en pareja? Pudimos encontrar algunos datos sociodemográficos interesantes en nuestra población. En referencia a la vivienda, encontramos que en nuestra población 24% de los *millennials* comparte vivienda con sus padres, a diferencia del estudio de Giui J. Jordar P y Alos R. (2016) donde se indica que el 50% de los *millennials* aún vive con sus padres.

Otro dato importante es que el 40% de las personas de nuestro grupo no tiene planes para el retiro y el 71% piensa que no existen las condiciones adecuadas para tener una vivienda. Ya que como indica el estudio de Giui J. Jordar P y Alos R. (2016), a pesar de que los *millennials* son la generación más escolarizada, son una generación con ingresos bajos, ellos explican que 29% de los jóvenes de esta generación se encuentra en riesgo de pobreza, o de exclusión social, por el hecho de disponer de ingresos inferiores al 60% de la media.

En cuanto a este punto, del 100% de las personas que trabajan en nuestro estudio, el 54% de las personas están satisfechos con el salario que perciben, mientras que el 46% no lo está.

En relación con los significados de los factores psicosociales estudiados, pudimos encontrar diferencias importantes entre las definiciones que nos brinda la psicología y los significados que expresaron los *millennials* de nuestro grupo. Para los *millennials* la intimidad es confianza, compartir de manera profunda, mostrarte tal cual eres y estar en sintonía, ellos piensan que la intimidad va más allá del cuerpo y de lo fisiológico a diferencia de la propuesta de acuerdo con la psicología: "La intimidad es la dimensión relacional en la cual los mundos internos de los seres humanos pueden comunicarse fisiológicamente entre ellos e intercambiar contenidos, sensaciones y pensamientos" (Bolognini, 2015).

Por lo que para los *millennials* la intimidad significa algo distinto y la manifiestan diferente. Cavero (2008), planteo que las personas con estilo huidizo con relación a la intimidad se caracterizan por la falta de expresividad emocional y que generalmente se alejan de sus

Capítulo VI: Discusión y conclusiones

parejas. Pero a diferencia del significado de nuestro grupo, para ellos la intimidad no solo es la expresión emocional, si no mostrarte tal cual eres en confianza con el otro.

En cuanto a la sexualidad ellos consideran que va más allá del sexo y la reproducción, además le dan mayor importancia a la sexualidad hacia uno mismo y a la autosatisfacción. Por lo que no están de acuerdo con la definición desde la psicología ya que para ellos significa algo más: "El sistema sexual es el encargado de facilitar la reproducción. Este sistema por sí solo no implica un vínculo afectivo, sin embargo, generalmente la sexualidad nos lleva a una mayor intimidad y posibilidad de acercamiento que pueden facilitar, o sumar a la formación de una relación de apego" (Shaver, Hazan y Bradshaw, 1988).

En cuanto al compromiso, los *millennials* tienen un significado muy distinto, ya que para ellos, se basa en el establecimiento y cumplimiento de acuerdos, lo ven como el grado de inversión o involucramiento puesto en la relación, y creen que existe en todo tipo de relación independientemente de los títulos o la duración.

En cuanto al amor hubo diferencias entre los participantes, ya que algunos consideran que debe existir amor para comprometerse y otros no. Por lo que no coinciden con la definición: "Es un estado psicológico que representa una orientación a largo plazo, que incluye sentimientos de apego a la pareja y el deseo de mantener una relación. El compromiso implica componentes emocionales y cognitivos, que influyen directamente en un amplio rango de conductas que son esenciales para el crecimiento y mantenimiento de la relación. Estos componentes son: amor, valoración cognitiva positiva, condiciones externas estables y el esfuerzo personal" (Rusbult, 1993).

En cuanto a comunicación y expectativas sociales están de acuerdo con la definición, sin embargo lo que concierne a la segunda, les gustaría que no influyeran en sus relaciones de pareja, ya que compartieron que las expectativas han influido en formalizar relaciones, ponerles un título, hacer cosas que no quieren y en la decisión de seguir o no, así como lo indicaron Neugarten y Datan (1996/1999), ya que afirman que hay factores que inciden en el curso del ciclo vital, entre ellos, las expectativas sociales relacionadas con la edad y las influencias históricas. Ya que ellas forman una especie de reloj social que marca las expectativas sobre en qué momento debe vivirse algo. Las expectativas sociales tienen que

Capítulo VI: Discusión y conclusiones

ver con los ritos de paso que están marcados por generaciones anteriores muchas veces marcados por los mitos de cierta cultura en particular.

En referencia al proyecto de vida, observamos los participantes de nuestro grupo de estudio, lo tienen enfocado en ellos mismos y que la mayoría no incluyeron a la pareja en él. Ya que no la ven como necesaria para cumplir sus metas, piensan que los recursos que necesitan son estabilidad económica, desarrollar la parte emocional, paz y tranquilidad.

Como pudimos observar en nuestra investigación, los factores psicosociales, sus significados y los estilos afectivos pueden influir en las formas en que los *millennials* se relacionan en pareja, ya que el estilo afectivo define el comportamiento y los significados de los factores psicosociales marcan algunas pautas en el desarrollo de las dinámicas de relación, además de que las condiciones y el contexto actual influyen en sus decisiones.

Los *millennials* tienen un contexto cultural distinto a las anteriores generaciones ya que la economía, la tecnología y el concepto de individualidad se han ido modificando y por ende los objetivos individuales de cada persona. De acuerdo con la investigación del contexto actual, existen nuevas dinámicas y formas de relacionarse en pareja que los *millennials* han establecido, sin embargo, de acuerdo con nuestros resultados, la mayoría de los *millennials* actualmente vive en pareja o se encuentra en algún tipo de relación, predominando el noviazgo, el matrimonio o la pareja, lo cual implica cierto grado de compromiso e intimidad de acuerdo con su definición.

Los *millennials* tienen definiciones diferentes a los autores anteriormente mencionados y eso puede resultar en que no entren o cumplan el marco de referencia, pero es importante destacar que ellos están cumpliendo su propio esquema y por ende sus propios objetivos de vida.

Nuestra investigación fue exploratoria y descriptiva en un tiempo determinado, la cual da pauta a seguir investigando sobre esta generación, ya que el grupo de estudio nos dio información relevante y concluyente, la cual se puede explorar en un grupo de estudio más amplio y representativo.

REFERENCIAS

Abril Calderón, (2016) D. P. Vínculos desvinculantes, transformación de una pareja o reivindicación de una individualidad. Análisis a 4 proceso de vinculación y desvinculación.

Ainsworth, M.D.S. (1969). Object relations, dependency and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development*, 40, 969-1025.

Arcentáles, Y. (2021). Nivel de habilidades sociales según el tipo de apego en adultos jóvenes residentes en la ciudad de Quito. Tesis de Licenciatura. Universidad Central Del Ecuador.

Arias, S. (2007). Terapia sistémica aplicada a los problemas de pareja (Bachelor's thesis, Universidad del Azuay).

Arnold-Cathalifaud, M., Thumala, D., & Urquiza, A. (2007). Colaboración, cultura y desarrollo: entre el individualismo y la solidaridad organizada. *Revista Mad. Revista del Magíster en Análisis Sistémico Aplicado a la Sociedad*, (2), 15-34.

Arocena, F. A. L., & Ceballos, J. C. M. (2017). Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. *Enseñanza e investigación en psicología*, 22(1), 66-75.

Ayuso de Dios, M. (2016). El compromiso y el perdón en las relaciones de pareja.

Bartholomew, K. (1997). Adult attachment processes: Individual and couple perspectives. *British Journal of Medical Psychology*, 70(3), 249-263.

Bartholomew, K. y Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 224-226.

Bauman, Z. (2015). *Modernidad líquida*. Fondo de cultura económica.

Bautista Saucedo, C. F. (2021). Millennials: el arquetipo del héroe como modelo de imagen pública.

Bleichmar, H. (1999). Del apego al deseo de intimidad: las angustias del desencuentro. *Aperturas psicoanalíticas*, 2, 16-36.

Bolívar, C. R. (2008). El enfoque multimétodo en la investigación social y educativa: una mirada desde el paradigma de la complejidad. *Teré: revista de filosofía y socio-política de la educación*, (8), 13-28.

Bolognini, S. (2015). Vínculos y intimidad. *Revista Peruana de Psicoanálisis*, 16, 11-20.

Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto.

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 39, 350-373.

Burleson, B. R., & Denton, W. H. (1997). The relationship between communication skill and marital satisfaction: Some moderating effects. *Journal of Marriage and the Family*, 884-902.

Campbell, J. (1989). *This business of the gods: In conversation with Fraser Boa*. Caledon, East Ontario: Windrose Films, 78.

Campbell, L., Simpson, J.A., Kashy, D.A. y Fletcher, G.J.O. (2001). Ideal standards, the self, and flexibility of ideals in close relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 447-462.

Cavero, R. (2008). *La relación de pareja. apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación*. Tesis Doctoral. Universidad De Valencia.

Consejo Nacional de Población. (s/f). La composición de las familias y hogares mexicanos se ha transformado en décadas recientes como resultado de cambios demográficos y sociales. gob.mx. Recuperado el 2 de marzo de 2022, de <https://www.gob.mx/conapo/articulos/la-composicion-de-las-familias-y-hogares-mexicanos-se-ha-transformado-en-las-recientes-decadas-como-resultado-de-cambios-demograficos?idiom=es>.

Córdova, D. D. (2020). Ciclos de vida biológicos y culturales, una propuesta integradora. *Revista de Antropología y Sociología: Virajes*, 22(2), 132-160.

D'Angelo Hernández, O. (1999). Investigación y desarrollo de proyectos de vida reflexivo-creativos. *Revista cubana de psicología*, 16(1), 31-38.

De las Heras Demotecnia (2019). Millennials parte 1/3: Identidad Millennial. demotecnia.com.mx. Recuperado el 18 de marzo de 2022, de <https://www.demotecnia.com.mx/millennials-parte-1-3/>

De Oca, Y. P. A. M., Medina, J. L. V., López-Fuentes, N. I. G. A., & Escobar, S. G. (2013). Los roles de género de los hombres y las mujeres en el México contemporáneo. *Enseñanza e investigación en psicología*, 18(2), 207-224.

Diamond, M. (2003). Componentes básicos de la sexualidad humana. *revista Sexología y sociedad*, 9(23), 16-25.

El Instituto De Investigaciones Sociales. (s/f). Los once tipos de familias en México. Amai.org. Recuperado el 2 de marzo de 2022, de <https://amai.org/revistaAMAI/47-2016/6.pdf>

Erikson, E. H. (1985). El ciclo vital completado. In *El ciclo vital completado* (pp. 141-141).

Española, R. A., & Madrid, E. (2001). *Diccionario de la lengua española* (Vol. 22). Madrid: Real academia española.

Feeney, J. A. (1999). Adult romantic attachment and couple relationships.

Fernandes, J. B. D. P., & Peixoto Junior, C. A. (2021). Apego y comunicación: considerando el desarrollo infantil desde la perspectiva de la etología y el psicoanálisis. *Psicologia USP*, 32.

Flick, U. (2015). *El diseño de la investigación cualitativa* (Vol. 1). Ediciones Morata.

Figueroa Vergara, V. (2021) Expectativas y prácticas sociales del amor a partir de Instagram en mujeres jóvenes entre los veinte y treinta años en Bogotá.

Goikoetxea, I., & Mateos Cachorro, A. (2011). Crecimiento y desarrollo: una perspectiva evolutiva.

Goncen, G. D. Z., & Aragón, R. S. (2019). Efectos del Apego, Afecto y Capacidad de recibir Apoyo en la Salud de la Pareja. *Revista Psicologia e Educação On-Line*, 2(1), 64-74.

González, T. T., & García, A. O. (2009). El Compromiso y la Estabilidad en la Pareja: Definición y Dimensiones dentro de la Población Mexicana. *Psicología Iberoamericana*, 17(1), 38-47.

Hernández Córdoba, Á. (2005). La familia como unidad de supervivencia, de sentido y de cambio en las intervenciones psicosociales: intenciones y realidades. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*, 3(1), 57-71.

Linares Bravo, B. C., Nazar Beutelspacher, A., Sánchez Ramírez, G., Zapata Martelo, E., & Salvatierra Izaba, B. (2017). La no maternidad en México. El rol del género y la desigualdad socioeconómica [versión electrónica]. *Poblacion y salud en mesoamerica*, 15(1).

López, D. M. O., & Gómez, M. C. S. (2006). Técnicas de recolección de datos en entornos virtuales más usadas en la investigación cualitativa. *Revista de investigación educativa*, 24(1), 205-222.

Melero, R., & Cantero, M. J. (2008). Los estilos afectivos en la población española: un cuestionario de evaluación del apego adulto [versión electrónica]. *Clinica y salud*, 19(1), 83-100.

Melges, F. T., & Bowlby, J. (1969). Types of hopelessness in psychopathological process. *Archives of general psychiatry*, 20(6), 690-699.

Mercado, I. & Reyes, Y. (2020). Desapego de la juventud al modelo de familia tradicional y de la pareja: Un enfoque hacia la política. Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma del Estado de México Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Moguer Gutiérrez, M. (2022). Apego y personalidad y su influencia en las relaciones interpersonales.

Mojica, N. F., & Ascanio, M. E. R. (2022). Análisis e Interpretación de la discriminación y perspectiva de género de la Consulta Infantil & Juvenil 2018. *Interconectando Saberes*, (14), 157-168.

Mónaco, E. (2021). Pareja y bienestar en jóvenes de la generación millennial: un programa de educación emocional para unas relaciones afectivas saludables. Tesis doctoral. Universidad De Valencia.

Morris, D., & Campioli, P. (1972). *Comportamiento íntimo*. Plaza & Janés.

Onetto, F. C., & Ladino, M. T. (2017). No quiero tener hijos (as)... continuidad y cambio en las relaciones de pareja de mujeres profesionales jóvenes. [versión electrónica]. *Revista Latinoamericana*, Volumen 16, No 46, 2017, p. 193-220

Popovych, I., Chervinskyi, A., Kazibekova, V., Chervinska, I., & Machynska, N. (2021). Estudio empírico de la tipología de expectativas sociales del individuo. *Revista Amazonia Investiga*, 10(43), 112-122.

Roesler, C. (2016). El significado de los conflictos en las parejas: Un enfoque de terapia de pareja basado en Jung. *1. Fides et Ratio-Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 11(11), 37-53.

Rojas-Solís, J. L., & Flores, A. I. (2013). El noviazgo y otros vínculos afectivos de la juventud mexicana en una sociedad con características posmodernas [Dating relationships and other affective linkages in Mexican youth within a society with postmodern characteristics]. *Uaricha. Revista de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*, 10(23), 120-139.

Román Reyes, P., & Padrón Innamorato, M. (2009). Aspectos comparativos de los hogares con y sin jóvenes en México: una primera aproximación a partir de la información del II Censo de Población y Vivienda / Comparative Aspects of Households with and without Youths in Mexico: An Initial Approach on the B [versión electrónica]. *Estudios demograficos y urbanos*, 24(1), 79.

Romero, P. H. (2005). ¿Por qué riñen las parejas? Análisis relacional de los conflictos en los procesos de mediación en separaciones y divorcios. *Revista redes*, (15).

Romo, H. L. (2016). Los once tipos de familia en México. *AMAI*, 47, 26-31.

Rubin, J. Z., Pruitt, D. G., & Kim, S. H. (1994). *Social conflict: Escalation, stalemate, and settlement*. McGraw-Hill Book Company.

Rusbult, C. E., & Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of social and personal relationships*, 10(2), 175-204.

Safrany, K. A. R., & Len, A. O. Q. (2005). Vínculo y desarrollo psicológico: la importancia de las relaciones tempranas.

Sánchez, F. L. (2003). Apego y relaciones amorosas. *Información Psicológica*, (82), 36-48.

Sánchez Herrero, M. (2011). Apego en la infancia y apego adulto: influencia en las relaciones amorosas y sexuales.

Scolni, M., & Goris Walker, G. (2011). El bienestar psicológico en adultos mayores y jóvenes, su relación con los vínculos. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR.

Shaver, P. R., & Hazan, C. (1988). A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5(4), 473-501.

Shaver, P.R., Hazan, C. y Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioural systems. En R.J. Sternberg y M. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 68-99). New Haven, CT: Yale University Press.

Stanley, S. M., & Markman, H. J. (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 595-608.

Universidad Nacional Autónoma de México. (s/f). Evolucionó el concepto de familia.. Unam.mx. Recuperado el 20 de febrero de 2022, de https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2021_414.html

Vallejo, G. A. B., Quintero, C. S. G., Restrepo, M. C. D., & Muñoz, D. S. V. (2020). Perspectivas investigativas en torno a las parejas sin hijos y su relación con el concepto de "familia": Un estado del arte [versión electrónica]. *Interdisciplinaria Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 37(2), 175-193–194.

Vista de La familia mexicana: su trayectoria hasta la posmodernidad. Crisis y cambio social. (s/f). Ibero.mx. Recuperado el 2 de noviembre de 2022, de <https://psicologiaiberoamericana.ibero.mx/index.php/psicologia/article/view/93/242>

Zapiain, J. G., Ortiz, M. J., & Lope, J. G. (2011). Experiencia sexual, estilos de apego y tipos de cuidados en las relaciones de pareja. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 27(2), 447-456.

ANEXOS

CUESTIONARIO COMPONENTE CUANTITATIVO

Cuestionario para personas de 27 a 42 años

¡Hola, muchas gracias por ayudarnos con tus respuestas!

Este cuestionario es de respuestas cortas y no te quitará más de 15 minutos.
Es completamente confidencial y no te pediremos ningún dato que pueda identificarte.

En las preguntas abiertas puedes contestar lo que tu quieras, solo te pedimos que sea lo más honesto posible.

***Obligatorio**

1. ¿Cuál es tu edad? *

2. ¿Cuál es tu estado civil? *

3. ¿Cuál es tu sexo de nacimiento? *

4. ¿Cuál es el género con el que te identificas? *

5. ¿Cuál es tu preferencia sexual? (Ej. Heterosexual, homosexual, lesbiana, etc.) *

6. ¿Cuál es tu nivel de estudios? *

Selecciona todas las opciones que correspondan.

- Primaria
- Secundaria
- Preparatoria
- Licenciatura
- Posgrado

7. ¿Cuál es tu ocupación? *

8. ¿Actualmente estás trabajando? *

Marca solo un óvalo.

- Sí *Ir a la pregunta 9*
- No *Ir a la pregunta 13*

Trabajo

9. ¿Cuál es tu tipo de contratación? (Si aplica)

10. ¿Cuántas horas trabajas al día? *

11. ¿Te sientes satisfecho con el salario que percibes? *

12. ¿Te sientes cómodo con las condiciones de trabajo? ¿Por qué? *

Social

13. ¿Con quién vives? *

14. ¿Tu casa es? *

Marca solo un óvalo.

Rentada *Ir a la pregunta 15*

Propia (Tú eres el dueño) *Ir a la pregunta 16*

Cedida y/o de un familiar *Ir a la pregunta 15*

Hipotecada *Ir a la pregunta 15*

Otros: _____

15. ¿Consideras que las condiciones económicas posibilitan la adquisición de una vivienda? *

Marca solo un óvalo.

Si *Ir a la pregunta 16*

No *Ir a la pregunta 16*

16. ¿Tienes planes para tu retiro? *

Marca solo un óvalo.

- No tengo
- Tengo afore
- Tengo seguro de retiro
- Otros: _____

17. ¿Actualmente te encuentras en una relación (es)? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No
- Tal vez

18. Solamente si aplica: ¿Cómo llamas o nombras a tus relación (es) actual? (Ej. novio/a, free, informal, etc.)

19. ¿Usas aplicaciones para citas? ¿Cuales? *

20. ¿Tienes hijos? ¿Cuántos? *

Marca solo un óvalo.

- No *Ir a la pregunta 21*
- 1 *Ir a la pregunta 22*
- 2 *Ir a la pregunta 22*
- 3 *Ir a la pregunta 22*
- 4 ó más *Ir a la pregunta 22*

21. ¿Si no tienes hijos te gustaría tener? Sí, No. ¿Por qué? *

22. ¿Te gustaría casarte? *

Marca solo un óvalo.

- Sí
- No
- Tal vez
- Ya estoy casado/a
- Otros: _____

23. ¿Sientes presión social de personas de otras generaciones? ¿Porqué? *

Parte
2

A continuación encontrarás una serie de afirmaciones, selecciona la número que corresponda al grado en que cada una de ellas describe tus sentimientos o tu forma de comportarte en tus relaciones.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

24. Tengo facilidad para expresar mis sentimientos y emociones *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

25. No admito discusiones si creo que tengo razón *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

26. Con frecuencia, a pesar de estar con gente importante para mi me siento solo/a y falto de cariño

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

27. Soy partidario/a del ojo por ojo y diente por diente *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

28. Necesito compartir mis sentimientos *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

29. Nunca llego a comprometerme seriamente en mis relaciones *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

30. Si alguien de mi familia o un amigo/a me lleva la contraria, me enfado con facilidad *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

31. No suelo estar a la altura de los demás *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

32. Creo que los demás no me agradecen lo suficiente todo lo que hago por ellos *

Marca solo un óvalo.

1 - Completamente en desacuerdo

2 - Bastante en desacuerdo

3 - Algo en desacuerdo

4 - Algo de acuerdo

33. Me gusta tener pareja, pero temo ser rechazado/a por ella *

Marca solo un óvalo.

1 - Completamente en desacuerdo

2 - Bastante en desacuerdo

3 - Algo en desacuerdo

4 - Algo de acuerdo

5 - Bastante de acuerdo

6 - Completamente de acuerdo

34. Tengo problemas para hacer preguntas personales *

Marca solo un óvalo.

1 - Completamente en desacuerdo

2 - Bastante en desacuerdo

3 - Algo en desacuerdo

4 - Algo de acuerdo

5 - Bastante de acuerdo

6 - Completamente de acuerdo

35. Cuando tengo un problema con otra persona, no puedo dejar de pensar en ello. *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

36. Soy muy posesivo/a con todas mis relaciones *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

37. Tengo sentimientos de inferioridad *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

38. Valoro mi independencia por encima de todo *

Marca solo un óvalo.

1 - Completamente en desacuerdo

2 - Bastante en desacuerdo

3 - Algo en desacuerdo

4 - Algo de acuerdo

5 - Bastante de acuerdo

6 - Completamente de acuerdo

39. Me siento cómodo/a en las fiestas o reuniones sociales *

Marca solo un óvalo.

1 - Completamente en desacuerdo

2 - Bastante en desacuerdo

3 - Algo en desacuerdo

4 - Algo de acuerdo

5 - Bastante de acuerdo

6 - Completamente de acuerdo

40. Me gusta que los demás me vean como una persona indispensable *

Marca solo un óvalo.

1 - Completamente en desacuerdo

2 - Bastante en desacuerdo

3 - Algo en desacuerdo

4 - Algo de acuerdo

5 - Bastante de acuerdo

6 - Completamente de acuerdo

41. Soy muy sensible a críticas de los demás *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

42. Cuando alguien se muestra dependiente de mi, necesito distanciarme *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

43. Cuando existe una diferencia de opiniones, insisto mucho para que se acepte mi punto de vista

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

44. Tengo confianza en mi mismo *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

45. No mantendría relaciones de pareja estables para no perder mi autonomía *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

46. Me resulta difícil tomar una decisión a menos que sepa lo que piensan los demás *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

47. Soy renconoroso/a *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

48. Prefiero relaciones estables a parejas esporádicas *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

49. Me preocupa mucho lo que la gente piense de mí *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

50. Cuando tengo un problema con otra persona, intento hablar con ella para resolverlo *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

51. Me gusta tener pareja, pero al mismo tiempo me agobia *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

52. Cuando me enfado con otra persona, intento conseguir que sea ella la que venga a disculparse

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

53. Me gustaría cambiar muchas cosas de mí mismo *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

54. Si tuviera pareja y me comentara que alguien del sexo contrario le parece atractivo, me molestaría mucho

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

55. Cuando tengo un problema, se lo cuento a una persona con la que tengo confianza *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

56. Cuando abrazo o beso a alguien que me importa, estoy tenso/a y parte de mí se siente incomodo/a

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

57. Siento que necesito más cuidados que la mayoría de las personas *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

58. Soy una persona que prefiere la soledad a las relaciones sociales *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

59. Las amenazas son una forma eficaz de solucionar ciertos problemas *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

60. Me cuesta romper una relación por temor a no saber afrontarlo *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

61. Los demás opinan que soy una persona abierta y fácil de conocer *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

62. Necesito comprobar que realmente soy importante para la gente *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

63. Noto que la gente suele confiar en mí y que valoran mis opiniones *

Marca solo un óvalo.

- 1 - Completamente en desacuerdo
- 2 - Bastante en desacuerdo
- 3 - Algo en desacuerdo
- 4 - Algo de acuerdo
- 5 - Bastante de acuerdo
- 6 - Completamente de acuerdo

¡LISTO, TERMINAMOS! ¡Muchas gracias por tus respuestas!

