



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

---

---

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA  
PSICOLOGÍA**

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ANTE EL  
CONFLICTO EN LA RELACIÓN DE PAREJA**

**T E S I S  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA  
P R E S E N T A :  
IXCHEL ANDREA RODRIGUEZ FLAMENCO**

**JURADO DE EXAMEN**

**DIRECTORA : MTRA. JULIETA MONJARAZ CARRASCO**

**COMITÉ : MTRA. SARA GUADALUPE UNDA ROJAS**

**DRA. ALBA ESPERANZA GARCÍA LÓPEZ**

**LIC. EDUARDO ARTURO CONTRERAS RAMÍREZ**

**MTRA. ALEJANDRA LUNA GARCÍA**



**MÉXICO.D.F.**

**OCTUBRE 2015**



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.



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

---

---

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA**

**PSICOLOGÍA**

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ANTE EL  
CONFLICTO EN LA RELACIÓN DE PAREJA**

**T E S I S**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:**

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**P R E S E N T A:**

**IXCHEL ANDREA RODRIGUEZ FLAMENCO**

**JURADO DE EXAMEN**

**DIRECTORA : MTRA. JULIETA MONJARAZ  
CARRASCO**

**COMITÉ : MTRA. SARA GUADALUPE UNDA ROJAS  
DRA. ALBA ESPERANZA GARCÍA LÓPEZ  
LIC. EDUARDO ARTURO CONTRERAS  
RAMÍREZ  
MTRA. ALEJANDRA LUNA GARCÍA**



**MÉXICO.D.F.**

**OCTUBRE 2015**

## **AGRADECIMIENTOS**

De manera especial quiero agradecer a mis asesores; Mtra. Sara Guadalupe Unda Rojas, Dra. Alba Esperanza García López, Lic. Eduardo Arturo Contreras Ramírez, Mtra. Alejandra Luna García por su entrega, por su constante retroalimentación, por el interés mostrado en mi trabajo, por el privilegio de su guía.

Gracias especialmente a mi directora de tesis Mtra. Julieta Monjaraz Carrasco por creer en mí y por el apoyo a mi formación, no solo como alumna sino también como ser humano, he aprendido muchísimo del valor, la convicción y la lucha, del amor, gracias a ustedes y a la Universidad Nacional Autónoma de México por brindarme este espacio donde he palpado la pluralidad de ideas, donde he sido testigo de la inquietud del hombre por un mundo mejor.

A todas aquellas personas que con su ayuda han colaborado al presente trabajo y al proceso de mi formación como universitaria, como ciudadana y sobre todo como humana, gracias por las lecciones.

A mi familia; mis padres y hermano gracias por mostrarme su amor, por darme lo mejor que tienen, por apoyarme y acompañarme en el camino, en los tropiezos y en las victorias, gracias infinitas por el amor incondicional, por su presencia .

Gracias

## Índice

RESUMEN.....	1
INTRODUCCIÓN.....	2
I. PAREJA .....	4
1.1 Contexto .....	4
Familia .....	5
Familia de origen .....	6
1.2 Teoría Bio-Psico-Socio-Cultural de la relación de pareja.....	9
1.3 Definición de pareja.....	10
Matrimonio .....	11
1.4 Historias de amor.....	12
1.5 Elección de pareja .....	14
Atracción interpersonal .....	17
Triangulo del amor .....	22
1.6 Ciclo de acercamiento-alejamiento .....	25
II. CONFLICTO.....	29
2.1 Clasificación del conflicto .....	32
2.2 Satisfacción en la pareja.....	41
Satisfacción sexual .....	42
2.3 Infidelidad .....	44
2.4 Comunicación .....	46
Estilos de comunicación.....	48
Redes sociales y pareja .....	52
2.5 Tareas del hogar.....	55
2.6 Manejo de poder en la pareja .....	57
2.7 Crianza de los hijos .....	59
2.8 Economía en la pareja .....	61

III.	AFRONTAMIENTO .....	66
	3.1 Estrategias de afrontamiento.....	66
	3.2 Perspectivas teóricas .....	68
	3.3 Estrés y estrategias .....	69
	3.4 Tipos de estrategias .....	71
	3.5 Modelo de afrontamiento de Lazarus y Folkman.....	74
	3.6 Estilos de manejo de conflicto de Levinger .....	75
	3.7 Díaz Guerrero estilos de vinculación .....	76
IV.	METODOLOGÍA .....	77
	4.1 Justificación .....	77
	4.2 Marco interpretativo.....	78
	4.3 Objetivo general .....	79
	4.4 Tipo de estudio.....	79
	4.5 Escenario.....	79
	4.6 Participantes.....	79
	4.7 Procedimiento.....	79
V.	RESULTADOS.....	83
VI.	DISCUSIÓN.....	95
VII.	CONCLUSIÓN.....	97
VIII.	REFERENCIAS .....	98

## **RESUMEN.**

Las relaciones humanas son fuente de investigación por su naturaleza dinámica, y se han desarrollado formas de estudio que pretenden describir su desarrollo, un ejemplo, es el ciclo de acercamiento-alejamiento propuesto por Díaz Loving (2010) el cual describe las etapas por las cuales atraviesa una relación de pareja, como parte de este desarrollo se presenta el conflicto y como respuesta a este fenómeno, las estrategias de afrontamiento; permiten manejar, responder, disminuir, controlar o solucionar demandas específicas. Este trabajo tiene como objetivo conocer las estrategias de afrontamiento ante el conflicto utilizadas por una pareja mexicana de 15 años de matrimonio.

## INTRODUCCIÓN

La relación de pareja es una entidad basada en la relación entre dos personas y se comporta como una unidad en la que existen costumbres, usos y leyes que las definen, mismos que han sido desarrollados y pasados de una generación a otra.

De acuerdo con Alberoni (1992) la pareja comienza cuando dos personas deciden unirse para conformar un nuevo sistema. Como parte de esta construcción se incluyen temas como el contexto donde los miembros de la pareja se han desarrollado, sus familias de origen las cuales son la base sobre la que se replica la forma de la familia, los roles, papeles y normas, de igual manera las anteriores relaciones de pareja de cada persona, la que los hace proporcionar sentido a la relación.

Dentro de la construcción de una relación de pareja se incluyen la atracción interpersonal, la intimidad, la pasión y el compromiso contenidos en el triángulo del amor (Sternberg, 1988) y se desarrolla en un ciclo dinámico de acercamiento-alejamiento (Díaz, 2010), las etapas que describe este ciclo permite establecer y categorizar el tipo de relación e información que los miembros de una pareja están procesando desde la percepción hasta la interpretación del otro como un estímulo. Cada relación implica sentimientos, emociones, atribuciones, deseos, esperanzas que se generan y persisten a través del tiempo como un constante flujo. Dentro del ciclo existe la etapa del conflicto, donde se expresan sentimientos y conductas que abarcan un continuo, de la felicidad al enojo, de la tranquilidad a la angustia, de la alegría a la tristeza.

En las relaciones íntimas existen siempre ocasiones en las que es probable o incluso inevitable experimentar incompatibilidad, desequilibrio o desconexión en el poder, amor, afecto e interés, lo que provoca gran malestar en los involucrados. Cuando el conflicto es recurrente, y el mantenimiento ya no resulta placentero, funcional para uno o los dos miembros de la pareja, se da pie a la etapa de conflicto. Por lo general esta situación puede llevar a la gente a buscar ayuda externa, y en ocasiones profesional para resolver el conflicto. Es aquí donde las estrategias de afrontamiento permiten manejar, responder, disminuir, reducir, controlar o solucionar las demandas específicas

externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Lazarus , 1982).

Las estrategias generalmente están enfocadas a la definición y solución del problema (Contreras y cols, 2007) los cuales están relacionados con mayor bienestar psicológico y estados afectivos positivos, y los enfocados en la evitación (Cooper, 2003), los cuales son poco eficaces y suelen predecir estados afectivos negativos.

El presente trabajo tiene como objetivo comprender las estrategias ante el conflicto, que son utilizadas en el día a día por una pareja de 15 años de relación.

El primer capítulo hace un recorrido sobre la definición de pareja, matrimonio y el contexto en el cual se desarrolla donde surgen temas como la familia de origen, historias de amor, la elección de pareja y como explicación de ella la atracción interpersonal, el triángulo del amor, la teoría de los filtros, la teoría bio-psico-socio-cultural de la relación de pareja y el ciclo de acercamiento- alejamiento.

En el segundo capítulo se retoma el ciclo de acercamiento-alejamiento en la etapa de conflicto, por lo cual se hace una definición, clasificación y mención de la previa investigación del tema, de acuerdo con el análisis de las áreas de conflicto que pueden propiciar el divorcio, Gonzáles y Espinoza (2004) señalan a la insatisfacción sexual, la infidelidad, la falta de comunicación, la distribución inapropiada de las actividades del hogar, la distribución inequitativa del poder, los hijos y los problemas económicos, por ello se realiza un breve desarrollo de cada uno de los elementos antes mencionados.

En el tercer capítulo, se lleva a cabo el desarrollo del afrontamiento y las estrategias ante el conflicto, desde su definición hasta el desarrollo realizado por investigadores como Lazarus y Folkman (1986), Leviger (1989) y Díaz Guerrero (1994).

En el cuarto capítulo se desarrolla el método, tipo de estudio, escenario, participantes, procedimiento y resultados del presente trabajo.

## **I. PAREJA**

### **1.1. Contexto**

La pareja es una unidad social y su estudio amerita el conocimiento del contexto donde los miembros han sido formados, para fines de esta investigación, es preciso revisar el contexto mexicano, un contexto pluricultural, desde el cual se puede entender la dinámica de relación.

Las mujeres han pasado de jugar un papel exclusivamente individual a uno colectivo, el cual les proporciona poder económico, sexual e intelectual y les permite tomar decisiones y solucionar problemas mientras que los hombres, aunque en menor medida, han empezado a incursionar en el hogar y en el cuidado de los hijos, lo que ha exigido el reacomodo de roles y patrones de comportamiento (Rocha, 2004).

En un estudio realizado por Gonzáles y Espinosa (2004) se encontró que en la actualidad hombres y mujeres se dedican a la generación de recursos económicos y solo un 10% se consagran al hogar.

En un estudio de la UNAM, Tenorio (2010), comparo parejas “modernas” con parejas “tradicionales”. Encontró que los conceptos y los objetivos de una pareja han cambiado. Las parejas llamadas tradicionales declararon que:

- a) la pareja debe durar aunque las personas no estén del todo satisfechas con lo que obtienen de ésta
- b) la satisfacción emocional en la pareja no es un punto esencial
- c) cada uno tiene un papel específico, bien delimitado y estricto en la pareja y éste depende primeramente del género
- d) los roles o papeles en la pareja son adquiridos por tradición cultural o familiar;
- e) los factores institucionales como la religión, el matrimonio y los hijos se consideran muy importantes

f) los familiares y amigos tienen gran peso en la formación y perdurabilidad de las parejas

g) la sexualidad es accesoria a la unión, pues no se considera la satisfacción como primordial y de hecho no son temas muy discutidos en la pareja.

En contraste, las parejas modernas expresaron que:

a) la satisfacción personal es muy importante para que perdure la pareja

b) la satisfacción sexual tiene un papel central

c) existe la idea de que debe haber equidad en la pareja, al menos en el discurso;

d) el componente afectivo es muy importante

e) es menos importante estar casado por la iglesia o por el civil, es más importante tener un vínculo emocional fuerte con la pareja

f) la relación no se concibe como “para siempre desde un inicio”

g) el papel que desempeña cada uno en la relación puede ser negociado y flexible

h) las tareas no se distribuyen sólo por género

i) la unión es independiente de las instituciones como la familia, los hijos, el matrimonio.

## **Familia**

La sociedad, al convertirse en una compleja red de relaciones entre los individuos, tiene que valerse de una vía segura que facilite que todo aquel individuo que llegue a integrarse a ella pueda hacerlo de modo adecuado, recibiendo todos y cada uno de los elementos que conforman su cultura (Vázquez y Santos, 1997).

De tal manera que la familia es la encargada de transmitir de generación en generación los valores aceptados socialmente. Es en ella donde inicia el desempeño de diversos roles que determinan la relación con los demás, tanto dentro como fuera de la misma.

Así pues, generalmente en la conformación de una nueva pareja las familias de origen de sus miembros –al menos dentro de la sociedad mexicana– influyen en el proceso de desarrollo de manera tal que establecen ritmos de funcionamiento para el matrimonio, la maternidad, la paternidad e incluso la crianza y educación de los hijos (Vargas e Ibañez, 1996, citado en Garrido y cols., 2008).

En un intento de distinguir y definir los grupos familiares que se dan actualmente, el Dr. Dukeiro Ruiz Amaya (2005), los clasifica de la siguiente manera:

- Familia nuclear o completa: compuesta por el esposo (padre), la esposa (madre) y los hijos. Estos hijos pueden ser los descendientes biológicos o los adoptivos.
- Familia fruto de las relaciones de hecho: no amparadas ni por ley civil ni eclesiástica, generalmente porque existe de por medio algún impedimento en uno o ambos miembros de la pareja.
- Familia fruto de la unión libre: en la que su relación es tan fuerte que no sienten la necesidad de que alguna institución los salvaguarde o proteja.
- Familia de madre soltera: fruto de encuentros casuales o accidentales entre varón y mujer.
- Familia extensa o consanguínea: compuesta por más de una unidad nuclear porque comprende también a los abuelos, tíos, primos y hasta nietos que viven bajo un mismo techo.
- Familia monoparental: compuesta por uno de los padres y sus hijos. Esta familia puede tener diversas causas: o porque los padres se han divorciado y los hijos quedan con uno de ellos, o por muerte de uno de los cónyuges.

### **Familia de origen**

Cuando se habla de una nueva pareja cabe mencionar que los antecedentes de la familia de origen es un importante factor que influirá en ella, y como menciona Padilla Gámez y cols. (2013) es la base sobre la cual se replicará la forma de la familia de origen, tomará algunos aspectos o se constituirá de manera totalmente diferente, ya que está es donde se transmiten los roles, papeles, normas, reglas, etc., que dicta la cultura, (Garrido Garduño y cols., 2008) y los que posteriormente se reproducen y al

convivir con la pareja, se reestructuran y modifican de acuerdo a las circunstancias de la diaria convivencia, la cual marca límites, intimidad y poder en las interacciones (Garrido Garduño y cols. 2007).

En México, todavía se mantienen ciertas premisas y patrones conductuales derivados de lo que LAS familias de origen y extensas dictaminan qué es lo adecuado para relacionarse con los demás, sin embargo las actitudes hacia el matrimonio en parte han cambiado; en estos días ya no es visto como la única y mejor opción para vivir en pareja, ya que ésta se forma en un contexto y en una situación en particular (Giddens, 2001), en donde la sociocultura da la pauta al desarrollo de la pareja. Es entonces que las actitudes hacia esta condición se encaminan en dos direcciones: la modernidad y la tradicionalidad.

Así, un aspecto inherente es la influencia que la familia refleja en las ideas y actitudes de la pareja moderna, debido a que cada miembro proviene de un núcleo familiar único. Existen familias que se describen como tradicionales o modernas en mayor o menor medida. En este sentido, las premisas socioculturales que formula Díaz Guerrero (2003) proporcionan la visualización acerca de cómo algunos mandatos se han transformado pero otros siguen vigentes.

Como se mencionó antes a través de la familia se transmiten los roles, papeles, normas, reglas, etc., que dicta la cultura. En este proceso, la información se trasmite de diferentes formas tanto para hombres como para mujeres (Garrido Garduño, Reyes Luna, Torres Velázquez & OrtegaSilva, 2008).

En un contexto tradicional a las mujeres se les educa para buscar hombres exitosos, protectores, trabajadores, estables y buenos proveedores; en cambio a los hombres se les forma para emparejarse con mujeres tradicionales, educadas, buenas madres, amas de casa y que finalmente puedan ser buenas administradoras de sus recursos. Al respecto, Díaz-Loving, Rocha Sánchez y Rivera Aragón (2007) mencionan que estas diferencias, más que biológicas, provienen de una serie de construcciones socioculturales emanadas de procesos de socialización y endoculturación, que trazan la

línea que debería seguir cada sexo, estableciendo y propiciando comportamientos, actividades, preferencias, gustos y deseos diferentes.

De tal forma se supone que estas diferencias impactan en la manera en que se comportan hombres y mujeres; es decir, los hombres se asumen como trabajadores, responsables, inteligentes, fuertes y realizan actividades productivas y públicas, en tanto las mujeres se perciben como cariñosas, amorosas, maternales, comprensivas y se dedican al proceso de crianza y cuidado de los hijos y la familia.

Sin embargo, la investigación psicológica ha demostrado que la mayoría de las diferencias son relativas y tienen que ver con la forma de pensar, hacer, sentir, etc., de una sociocultura particular. En este sentido, las diferencias biológicas producen estereotipos y patrones de socialización que son traducidas en diferencias conductuales y sociales.

Se supone que estos patrones tradicionales se están transformando con el paso del tiempo, dada la inserción de las mujeres en el ámbito laboral y académico, lo cual ha permitido la adquisición y desarrollo de características tradicionalmente bosquejadas como “masculinas”, de igual manera se observa que los hombres han empezado a incursionar en actividades tradicionalmente “femeninas”, participando más en el hogar y en el cuidado de los hijos, lo que ha exigido también el reacomodo de roles y patrones de comportamiento (Rocha, 2004).

No obstante, lo que se observa es que la cultura tiene su ritmo y que los cambios tardan en gestarse. Ya que, al parecer, todavía se siguen reproduciendo las expectativas de cómo ser mujer y cómo ser hombre, y lo que se espera en cada caso. Así, en el ámbito de la pareja se pueden observar diversas problemáticas dado el doble mensaje, entre lo que la sociocultura dictamina que es lo adecuado y lo que las nuevas generaciones viven en su cotidianeidad.

## **1.2 Teoría Bio-Psico-Socio-Cultural de la relación de pareja**

En este trabajo se retomara el planteamiento de la teoría bio-psico-socio-cultural de la relación de pareja planteada por Díaz Loving (1996, 2002 ) en la cual existen procesos intervinientes como la atracción interpersonal, el triángulo del amor y el ciclo de acercamiento – alejamiento que permiten las dinámicas de una relación de pareja.

Los componentes de esta teoría son el Bio-cultura, el Sociocultural y el individual explicados a continuación.

El componente Bio-cultural está vinculado primordialmente a las necesidades básicas del ser humano, como son: la necesidad de apego, afecto, cuidado, cariño, compañía, amor y socialización la cual es producto de la herencia biológica por medio del establecimiento del vínculo emocional en edades tempranas que sirven como guía de patrones conductuales y afectivos necesarios para la sobrevivencia.

El aspecto sociocultural es el medio que provee, normas reglas y papeles determinados y aceptados socialmente; de esta manera el sujeto mediante las experiencias, los hábitos adquiridos, y el sentir; percibe a las personas, selecciona, interpreta, procesa y usa la información a su alcance.

El componente individual es producto de la socialización, de las premisas socio-culturales, las cuales desembocan en el desarrollo de valores, creencias, actitudes y capacidades que los individuos utilizan en sus relaciones. Triandis (1994) menciona que existen dos tipos de culturas, la colectivista que gira en torno de la familia, la pareja, el afecto, la preocupación por las necesidades y metas grupales, miran su beneficio en función del beneficio de otros y la cultura individualista que incluye enfocarse en las metas, necesidades e intereses personales, así como en un sentido de independencia y falta de preocupación por los otros.

En los seres humanos existe un proceso llamado componente evaluativo- cognoscitivo, el cual esta sujeto a las historias de apego, la internalización de las normas socioculturales, la personalidad, entre otros, a partir de esto es que el sujeto evalúa a la

persona y su relación considerando las características del contexto cognitiva y afectivamente para poder establecer, mantener o terminar una relación interpersonal.

El sistema de valoración afectiva consiste en el sentimiento y actitudes subjetivas de un individuo sobre una persona y/o situación, en función de gusto o disgusto; que facilitará el sistema de evaluación cognitivo y la formalización de estrategias de afrontamiento.

A partir de emitida una conducta y una vez dinamizados los componentes biológicos, socioculturales, la valoración afectiva y cognitiva, el sujeto puede encontrar a partir de su análisis, la disposición conductual (aproximación, rechazo, ataque) que genere la estrategia más conveniente para responder al estímulo, de acuerdo con estrategias aprendidas a partir de experiencias previas y similares,

Este sistema ha sido útil para describir fenómenos como el gusto, atracción y el amor. La perspectiva Bio-psico-socio-cultural reconoce, que la realidad humana es dinámica y cambiante, por tanto es necesario tomar en cuenta aspectos históricos y longitudinales de evolución y desarrollo de las culturas, en los individuos y en las parejas.

### **1.3 Definición de Pareja**

De acuerdo con Díaz Loving y cols. (2010) la pareja es una institución, que surge con base en un sistema de normas y reglas de conducta, tomando en cuenta la cultura y la herencia social, y se deriva del pensamiento común, colectivo y religioso de un pueblo que lo transmite de generación en generación a través del proceso de socialización.

La pareja comienza cuando dos personas deciden unirse para conformar un nuevo sistema, lo cual lograrán mediante cambios en la relación con los demás, a esta situación Alberoni (1992, citado por Díaz Loving, 2010), la denomina estado naciente, y consiste en la salida de la vida cotidiana y el ingreso a un estado en el que rigen otras leyes y la lógica es diferente. De tal manera que el vivir juntos comprende la organización de un sistema de aprendizaje, donde a partir de una serie de ensayos y errores la pareja aprenderá como convivir, sin perder de vista que cada uno proviene de un sistema diferente, lo que intervendrá en la construcción de un sistema nuevo, condicionándolo de diversos modos (Díaz-Loving, 2010. p. 271).

## **Matrimonio**

Desde la perspectiva jurídica, la institución del matrimonio es la unión de un hombre y una mujer con el propósito de realizar comunidad de vida, con respeto entre ambos, igualdad y ayuda mutua, con la posibilidad de procrear hijos.

De acuerdo a Jara (2005), se plantea lo siguiente:

- La esposa enamorada y el marido frío.

En el cual el marido es un hombre que necesita a una mujer que se dedique a él, que lo admire y con quien pueda asumir funciones directrices, es más independiente; ella aparece dependiente, humilde y dispuesta a renunciar a todo por su pareja, tiene una marcada necesidad de afecto y necesita un hombre en quien pueda apoyarse. Ambos buscan aprobación y validación permanente porque padecen de baja autoestima, pero la diferencia radica en la forma como se las arreglan con este conflicto básico.

- La esposa maternal y el marido desamparado.

El marido busca a alguien que lo cuide, lo proteja y acoja, aparece como un hombre cariñoso, poco competitivo; ella busca a alguien de quien preocuparse, cuidar y salvar, es humilde, sin exigencias, sacrificada, sin más deseos que ser compensada con agradecimiento. Las mujeres suelen pertenecer a las profesiones “auxiliadoras” como las asistentes sociales, las enfermeras y los profesionales de la salud ella está motivada a entregarle todo el cuidado que necesite, además de sentirse muy bien por hacerlo

- El marido bonachón y la esposa infantil.

Él quiere ser “madre” de su esposa y está demasiado dispuesto a sacrificarse en el matrimonio, es atento, bueno, responsable y confiable, suele fijarse en mujeres desamparadas o sumidas en complicaciones y ella aparece como egocéntrica, emocionalmente expresiva, necesitada de protección y afecto de los demás, lo hace sentirse fuerte, estimado y superior.

- Los “ni contigo, ni sin ti”.

Estas parejas al inicio de la relación mantienen un cierto equilibrio entre los deseos de dependencia y las aspiraciones de autonomía. Aparecen como personas independientes, exigentes consigo mismas, algo desconfiadas y muy preocupadas de la reciprocidad y la justicia. Más profundamente son personas dependientes, que temen la autonomía y el ser abandonadas por otro. En los casos más disfuncionales, cada uno siente temor a ser abusado por el otro, para lo cual tiende a exagerar su postura de dominación.

La relación de pareja a lo largo del tiempo ha adoptado posiciones más liberales en cuanto a normas, roles, preferencias, interacciones, etc.

#### **1.4 Historias de amor**

Sternber (1995) expone en su trabajo sobre historias de amor, que estas se forman a través de las experiencias previas, y no necesariamente reflejan la realidad, si no la construcción de lo que se entiende como real, los constructos que hacemos a partir de la convivencia con alguien, son cambiantes, pero tienen una estructura fija en el sentido que toda historia tiene inicio, intermedio y final, al igual que guiones, tramas y actores, el guion representa la situación resumida de la relación, tienen un nivel superficial y uno profundo que revela la verdadera situación y no solo lo que parece que paso, la trama es el significado de los acontecimientos, bastante subjetivo por cierto, los tramas son la parte que se modifica de las historias ya que es resultante de las lecciones aprendidas en anteriores relaciones. Las historias son una combinación de porciones de historias pasadas, y ese resultado es el que forma el comportamiento y entendimiento de la relación actual.

Toda historia de amor responde a dos personas, por lo que se reconoce que existen dos versiones de este mundo íntimo. Las historias se desarrollan, y en la medida en que los protagonistas se mantienen dentro de la relación de parejas, sus historias van remplazándose por nuevas historias, las cuales pueden ser mejores o peores que las anteriores, pero permanecen como historias (Sternberg, 1995).

Sin embargo, las personas que mantienen una relación necesitan configurar una historia compartida, esto es, una historia de amor de pareja, la cual estará interpuesta con las historias propias de sus integrantes. Estas historias individuales pueden ser semejantes o pueden diferir, lo que puede representar un problema en la vida de la pareja.

La pareja le asigna significado a las historias de amor, al ser una forma de construir el amor, así como la forma en que está estructurada la relación de pareja (Salgado, 2003). Estar en una relación es tener una historia que contar, es la realidad sobre la que se crea y recrea la relación. Cuando se habla a otras personas sobre la pareja se muestran los eventos en forma de historia: quién, cuándo, dónde y por qué. Estos actos tienen un alto significado que brindan un sentido a la pareja, al igual que son una forma directa de acercarnos a la memoria de los protagonistas de la pareja a través de los recuerdos y olvidos de acontecimientos vivenciales de la pareja (Duck, 2000).

Se han realizado pocos estudios sobre las historias de amor. En la literatura se encuentran sólo los trabajos de Sternberg (1994, 1995; 1996; 1999), quien reconoce que todos/as desarrollamos una historia de amor. Con el estudio de las narrativas sobre el amor se puede observar como éstas influyen en la vida afectiva de los protagonistas de la relación. Las personas desarrollan historias a lo largo de la vida, las cuales se convierten en marcos de referencia respecto a cómo es el amor, cuáles son sus prioridades en una relación amorosa y de qué manera se expresa, sobre todo en lo que atañe a la sexualidad de la pareja.

Según Sternberg (1999) en las historias de amor, como en toda historia, existe una estructura en la narrativa: inicio, intermedio y final. En esta estructura se interrelacionan los diversos elementos que la componen, creando una versión única de la historia de la pareja.

Por otra parte, en su conceptualización de las historias de amor Sternberg establece que: (1) los actores de la historia pueden tener múltiples historias, (2) las historias difieren en cuanto al contenido y la significancia que le brindan a ésta sus protagonistas, (3) las historias producen satisfacción en la pareja, (4) las historias

cambian según la etapa de vida de la relación de pareja, así como la satisfacción que ésta le produce y, (5) las historias son interpretaciones subjetivas. Añade que las historias pueden influir en la selección de la pareja, al cumplir un papel complementario. Se elige la persona que represente la historia de amor que más nos guste, o bien que sea compatible con su propia historia (Salgado, 2003; Sternberg, 2000). La atracción gira en torno a personas que en la convivencia permiten elaborar historias similares a la noción de amor que se tiene, produciendo satisfacciones.

### **1.5 Elección de pareja**

De acuerdo con Buss (2006, citado en Valdez Medina, 2008) la elección de pareja se constituye como la base natural de la reproducción y dependen en gran parte de las normas y reglas que impone la cultura y de las necesidades y bases psicológicas de cada persona, a partir de esta perspectiva biológica-evolutiva Buss (2006), Díaz-Loving y Sánchez (2002) y Valdez, han encontrado que por su parte los hombres buscan a una mujer que les sea atractiva físicamente, que muestre buena salud y que posea una forma física de “reloj de arena” (pechos abundantes para amamantar adecuadamente a las crías y caderas amplias que aseguren la protección del feto ante cualquier amenaza o incidente desfavorable que pudiera llegar a sufrir); mientras que las mujeres se orientan a la elección de un hombre proveedor, que consiga recursos y que estén dispuestos a invertir sus recursos en ellas y su descendencia.

Para autores como Swenser; Sluzki, (cit en Hernández, 2000) y Anderson, (cit en Diosdado y cols , 2001) en la selección de pareja se buscan aquellas personas que prometen satisfacer nuestras necesidades. La máxima gratificación es cuando los patrones de necesidades de ambos son similares por lo que la complementariedad y la semejanza son importantes desde este enfoque.

Una de las influencias más determinantes para la elección de pareja es la experiencia que tuvimos en nuestra familia; así como la calidad de relación de nuestros padres, su relación con nosotros y con su propia familia de origen.

De acuerdo con Novatti ( 2005) nos vemos profundamente afectados por los modelos de conducta impuestos según el sexo (masculino o femenino) y que han evolucionado a través de muchas generaciones.

Lidz (1985) menciona que en la antigüedad la elección de pareja era una decisión tomada por los casamenteros o los padres con el propósito de pactar por conveniencia la economía de la familia.

Este autor menciona también que existen algunos factores que llevan a los jóvenes a verse atraídos y decidir elegir a una pareja; estos factores son:

- La influencia de los padres en las decisiones personales.
- La búsqueda de la independencia afectiva de la familia.
- La identificación con grupos o pares del mismo sexo, que compiten por ser el mejor para conquistar al otro sexo, a manera de demostrar su capacidad.

Por otro lado Elsner (2005 .) asegura que a pesar de que actualmente la elección de pareja es más libre en la actualidad, el individuo se ve limitado por diversos factores que restringen esta libertad de elección, estos factores son:

- 1) Por un lado el fuerte peso de la socialización, lo que influye en algunos al limitarnos a escoger a un determinado tipo de hombre o mujer, señalados como atractivos por su grupo.
- 2) Tendencia a elegir a partir de los patrones transmitidos por los padres acerca de lo que “debe y no debe” gustarle en una pareja. De esta forma, se tiende a elegir de acuerdo a esos patrones.
- 3) La definición del papel de la mujer en la elección. Al hombre se lo ha incentivado a una conducta activa de acercamiento sexual, en cambio a la mujer se le ha reforzado una conducta más pasiva. La mujer ha estado limitada a ser elegida, el hombre en cambio ha podido elegir.

De igual manera Sánchez (citado en Tinajero, 2005.) propone algunos aspectos que se deben tomar en cuenta para la elección de pareja:

- Haber alcanzado cierto grado de madurez física, psicológica y social. La madurez psicológica implica el reconocimiento y aceptación de la responsabilidad de la vida en común, así como poder romper los lazos emocionales que los vinculan con la familia de origen. La madurez social se refiere a que los miembros de la pareja cumplan con los roles que la sociedad demanda.
- Tener intereses en común para que logren un óptimo desarrollo y amoldamiento como pareja.
- Compartir aspectos de tipo religioso, social y filosófico.
- Tener similitud en los antecedentes educativos y culturales, pues genera una mejor comunicación acerca de los acontecimientos diarios.
- Contemplar expectativas económicas semejantes.
- Tener una postura similar con respecto a la sexualidad, como parte vital del ser humano. Compartir valores como honestidad, fidelidad, veracidad, etc.
- Situar la relación con la familia política, lo que implica establecer los límites del nuevo hogar con respecto al paterno.

Igualmente Lamaire (1986, citado en Tinajero, 2005) describe dos rasgos básicos con respecto a la elección de pareja:

- En primer lugar, es una elección que implica reciprocidad: el que elige es elegido. En esta elección busca complementariedad y satisfacción, pues ambos deben obtener una ventaja psicológica de esa relación.
- En segundo lugar, lo que se espera de la persona elegida es también lo que se espera de la relación: seguridad y satisfacción a largo plazo.

## **Atracción interpersonal**

Como se menciona anteriormente la elección de pareja comprende diversos puntos como la influencia cultural y las necesidades personales, e incluso los factores limitantes como son la geografía, las expectativas y los gustos en común.

Álvarez- Gayou (1996 citado por Valdez Medina, 2005 ) retoma los gustos en común, denominándolo nivel de atracción intelectual, que implica la posibilidad de una comunicación abierta entre ambos individuos no necesariamente verbal, también se incluyen los intereses en común, las ideas y metas; de igual manera reconoce otros dos niveles más de atracción; nivel de atracción física que muestra el hecho de que exista un gusto físico por la otra persona, y que los acercamientos y relaciones físicas sean gratificantes para ambos; y el nivel de atracción afectiva que consiste en que para que una pareja armónica exista y se desarrolle debe de existir sentimientos de amor o cariño entre ambos, todo esto para el mantenimiento e inicio de la relación de pareja

Siguiendo con esta idea Morales (1999), ha establecido cuatro criterios básicos de la atracción interpersonal, cada uno de ellos representa un obstáculo que es preciso superar para desarrollar amistad con otro individuo, estos criterios pueden ser resumidos de la siguiente manera:

- La proximidad (en términos de cercanía física), características físicas (atractivo físico)
- La semejanza de características individuales (incluyendo las pertenencias a grupos y a otras identidades sociales, tales como los antecedentes educacionales o la clase social),
- La reciprocidad que son las actitudes, valores comunes
- La compatibilidad de personalidades y necesidades.

## **A. El principio de proximidad**

Se refiere que la mayoría de nuestras amistades y relaciones amorosas son personas con quienes interactuamos con cierta frecuencia. No somos conscientes hasta qué punto nuestro entorno físico modula nuestro comportamiento. Esto implica que nos relacionemos con quienes están más cerca (Chóliz, 2004). Principalmente se refiere a la cercanía geográfica, ya que es más probable que se conozcan, salgan juntos y se enamoren dos personas que vivan cerca o trabajen juntos. La distancia elimina muchos candidatos potenciales que podrían ser nuestra pareja ideal, pero a los que tendremos pocas o ningunas probabilidades de conocer. Además, existe un efecto de la exposición repetida que hace que nos agraden más aquellas personas que vemos con más frecuencia.

Hay dos tipos de factores que influyen en que las personas coincidamos unas con otras:

- Factores sociales o institucionales.
- Las características personales del individuo.

La elección de los amigos e incluso de la pareja se basa más en la proximidad física (cercanía) de lo que quisiéramos creer. El efecto de proximidad consiste principalmente en que la frecuencia de los contactos aumenta cuanto más cerca estés de la persona atraída que en la persona alejada, varios experimentos indican que nos sentimos atraídos hacia aquellas personas con quienes tenemos contacto frecuente.

Sin embargo, es necesario tomar en cuenta que el contacto frecuente también se ha hecho común hoy día gracias a los chat de internet, los cuales favorecen la amistad y el enamoramiento a distancia. Anteriormente, entre más lejos vivan dos personas, menor es la posibilidad de que se conozcan, en la actualidad ya no es así (Coon, 2008).

Sin embargo, varios estudios han demostrado que una exposición prolongada a un estímulo, o una actitud inicial negativa hacia el estímulo invierten este efecto, es decir, las actitudes hacia el estímulo empeoran (Zajonc, 1968 citado en Morales et al., 1999).

En cuanto a las características físicas o el atractivo físico, se hace referencia a la belleza física de la persona, tal como se define en su cultura, es necesario mencionar que los rasgos que asociamos a la belleza tienen sus límites; en realidad, el atractivo físico no guarda relación alguna con la inteligencia, el talento o las capacidades, como lo creen muchas personas (González, 2004).

Una persona con apariencia física agradable resulta más atractiva que otra con apariencia física menos agraciada. Las características físicas son importantes en los primeros encuentros o cuando el contacto es superficial, estas características influyen en que exista o no posteriores contactos.

Se considera que cuando nos encontramos con desconocidos, el primer proceso que ocurre consiste en decidir si dicha persona tiene o no algún interés para nosotros. Si no lo tiene tal persona es ignorada lo cual lo denominamos como ignorancia cognitiva (Morales et al., 1999).

En nuestra sociedad, existen creencias acerca de qué características de las personas van asociadas entre sí (Teorías implícitas de la personalidad). "Lo que es bello, es bueno". Y el efecto halo: Tendencia a suponer que quienes tienen una buena cualidad también tendrán otras cualidades buenas (Eagly cols., 1991 citado en Morales et al., 1999). A veces, lo atractivo va asociado a características negativas (Mujeres muy atractivas: vanidosas y materialistas).

## **B. Principio de semejanza o similitud**

Se refiere a que cada uno de nosotros puede ser parecido o diferente a los demás en muchas dimensiones o aspectos como son: edad, procedencia geográfica, actitudes, valores, atracción física, personalidad y aficiones. Las personas tienden a emparejarse con quienes son similares en religión, ideología, nivel educativo, profesión y clase social. La similitud de ideas es un factor muy relevante, y factores tales como la similitud de profesiones o de nivel educativo son unos de los indicadores más claros de igualdad de ideas; aquellas parejas más semejantes muestran un mayor nivel de satisfacción, mientras que cuando hay importantes diferencias aumentan las

probabilidades de divorcio. Conforme aumenta la semejanza en las ya mencionadas también aumenta la atracción de las personas (Morales, 1999).

Debido a esto ¿Por qué nos sentimos atraídos hacia otras personas parecidas a nosotros? Se debe a que:

- Nos ayudan a validar nuestro autoconcepto y forma de ver el mundo.
- Nuestra interacción suele ser más agradable al compartir gustos e intereses.
- Y al compartir intereses y ambientes, es más probable que tengamos interacciones con personas semejantes a nosotros.

Algunos estudios han demostrado lo siguiente: las parejas (casadas y no casadas) se parecen en edad, escolaridad, raza y religión. Analizando los resultados, la correlación entre sus actitudes y opiniones es de 0.5, mientras que las de capacidades mentales es de 0.4 y de 0.3 en nivel socioeconómico, altura, peso y color de los ojos, son similares (Orduña, 2006).

En general hay mayor probabilidad de escoger como pareja a alguien parecido a uno, que a alguien muy diferente. Es necesario mencionar que los rasgos de personalidad tienden a coincidir en los matrimonios más estables según investigaciones realizadas por Kim, Martin & Martin, (1989), por el contrario, el riesgo de divorcio, es mayor entre las parejas con notables diferencias de edad y escolaridad (Tzeng, 1992).

En cuanto a los rasgos psicológicos, existe una serie de autores que sostienen que, nos sentimos atraídos por aquellos que tienen las características que nos gustaría tener a nosotros (yo ideal) por lo que el principio de semejanza no actúa en todos los casos, ya que en algunas ocasiones se busca la complementariedad, o esta última es el resultado de la atracción interpersonal, sin embargo, no existe demasiada evidencia a favor del principio de complementariedad que sostiene que nos sentimos atraídos por personas que presentan rasgos complementarios a los nuestros (Morales, 1999).

Como se puede ver, la relación entre atracción y semejanza no está tan clara ya que por ejemplo, tener rasgos físicos semejantes no hace que nos atraiga más una persona, lo que sí ocurre es que tiendan a unirse individuos con un nivel de atractivo semejante, esto recibe el nombre de hipótesis del emparejamiento (González, 2004).

### **C. La reciprocidad**

No basta percibir al otro como atractivo y con características deseables, además el sujeto debe percibir signos de que esa atracción es recíproca. Cuando se observa la reciprocidad suele aumentar el deseo hacia el otro y el enamoramiento va a precipitarse.

Si un individuo no está dispuesto a hablar más que del clima o sucesos ajenos a su persona, no le será posible conocer y relacionarse con otras personas, seguramente, en algún momento tendrá que empezar a compartir sus ideas y sentimientos privados y manifestarlos frente a los demás. Este proceso llamado autorrevelación, es indispensable para establecer relaciones íntimas, su ausencia se relaciona con ansiedad, tristeza y soledad (Coon, 2008).

Es preferible manifestar nuestros sentimientos ante personas que nos agradan, lo cual requiere cierto grado de confianza, dicho proceso en su forma moderna origina la reciprocidad “favor por favor” (Coon, 2008).

De igual manera, nos sentimos atraídos por aquellas personas a las que creemos agradar, es decir, respondemos positivamente a quienes les gustamos, además la reciprocidad ejerce mayor efecto en la atracción que la semejanza de actitudes. Morales et al (1999).

Para una visión más amplia Feingold (2005) propone un proceso de cinco filtros, que elimina a los candidatos inaceptables a lo largo de las diferentes etapas de una relación. Estos filtros incluyen a la proximidad, la semejanza y la reciprocidad ya antes mencionados por lo cual :

D. La proximidad

E. La similitud

F. La reciprocidad

G. El atractivo: La atracción física es uno de los atributos más visibles del otro, que se observa muy pronto y que sirve para discriminar parejas potenciales. Aunque también hay un atractivo personal basado en rasgos menos visibles (carácter o forma de ser), hace falta más tiempo para conocer esas características, y en muchos casos sólo se consideran cuando se ha pasado la primera prueba del atractivo físico. Además de esos rasgos físicos son importantes características personales como la inteligencia, el sentido del humor, el liderazgo y la competencia.

H. La complementariedad: Cuando una pareja potencial posee características que resultan atractivas, y la atracción es recíproca, debe también poseer algunas características o recursos que no tenemos, y que pueden complementar los nuestros. El otro es percibido como una posibilidad de expansión de nuestro Yo.

La persona que supera todos los filtros anteriores tendrá más posibilidades de convertirse en pareja, aunque existe lo que podríamos denominar un último filtro que es la disponibilidad. Las personas tienden a casarse con quien están emparejados en el momento adecuado, por ejemplo, cuando empiezan a adquirir estabilidad en el trabajo.

### **Triángulo del amor**

Otros componentes que incluidos y dinamizados que posibilitan la relación de pareja son la pasión, la intimidad y el compromiso, que de acuerdo con Sternberg (1988) son la base del triángulo del amor.

Estos tres componentes conforman un triángulo equilibrado aunque no siempre las personas buscan la perfección del mismo, dependiendo de sus necesidades el triángulo puede modificarse para que estas sean cubiertas.

La intimidad se refiere a todos aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión; esto quiere decir que este ingrediente también está presente en las relaciones de amigos, estará presente en el amor romántico y desde luego en el amor consumado.

El siguiente ingrediente de esta teoría es la pasión, que es la expresión del deseo y las necesidades tales como: autoestima, entrega, pertenencia, sumisión y satisfacción sexual, por lo general la pasión tiende a interactuar con la intimidad y a alimentarse entre sí. El ingrediente pasión estará presente en el amor a primera vista, el amor consumado y el amor romántico.

El compromiso es un componente fluctuante en las relaciones pues es la decisión de amar a la otra persona. Este componente se puede desarrollar y mantener en a corto o largo plazo; y no siempre aparece de manera simultánea con la pasión y la intimidad pues el querer a otra persona no siempre implica un compromiso y viceversa. Este último ingrediente lo podemos encontrar en el amor vacío (donde ambas personas están en la relación solo por los beneficios secundarios), en el amor-compañerismo y en el amor consumado.

Puede ser que para alguien el componente pasión e intimidad sea de mayor relevancia que el compromiso, por ejemplo.

El triángulo también puede modificarse con el tiempo, dependiendo a la evolución de la relación, a las necesidades y expectativas de cada miembro. De la misma manera cada uno de nosotros formamos durante nuestra vida un triángulo ideal y muchas veces la pareja entra en conflicto cuando su ideal y su real no coinciden.

Al hablar de sentimientos, comparándolo con las acciones podemos decir que el sentimiento se encuentra en los dos miembros de la pareja, sin poder medir con exactitud quien siente más o menos, lo que si se muestran y siempre están presentes son las acciones ya que estas son variadas, según la personalidad de cada uno, como por ejemplo existen persona muy expresivas que no les es suficiente decirlo, o expresar el amor una vez, por lo que necesitan tener diferentes detalles con la persona amada, con este tipo de acciones ambas partes deben de estar conformes, tanto en las acciones que reciben como en la que les son dadas a las personas y así lograr una estabilidad (Sternberg, 2000).

Si bien cada uno de los tres componentes del amor tiene un curso diferente. Los cambios en cada componente provocan indudablemente cambios en la relación amorosa:

- Intimidad

La emoción en las relaciones íntimas se experimenta solamente como resultado de la interrupción de las interacciones estereotipadas (libretos) entre los miembros de la pareja. La ejecución de una acción esperada, no nos hará sentir ninguna emoción en particular, pero si nuestra pareja no ejecuta una acción esperada, seguramente sentiremos alguna emoción en relación a ello. Se necesitan producir frecuentes interrupciones y rupturas en la relación para que dos personas lleguen a conocerse.

- Pasión

El componente pasional aparenta tener un gran peso en el despertar psicológico y físico. De acuerdo con la teoría de Solomon, podemos experimentar el surgimiento de la pasión inmediatamente después de conocer a otra persona hacia la cual nos sentimos atraídos, físicamente o en otro sentido. Este despertar pasional se incrementa rápidamente, pero también alcanza rápidamente la cima.

- Compromiso

El nivel de este componente, empieza de cero, antes de conocer a la persona y luego aumenta. Generalmente si la relación es duradera, el aumento del compromiso en el componente decisión compromiso, será gradual al principio y luego más rápido. Si la relación continúa durante largo tiempo, el compromiso generalmente se nivelara. Si la relación comienza a debilitarse, el compromiso empezara a declinar, y si la relación fracasa, el compromiso puede desaparecer por completo.

A pesar de que dos personas estén en la misma relación, la percepción que tienen de está no será la misma, es por eso que los sentimientos y las actitudes pueden ser divergentes.

Existen muchas fuentes de discrepancia entre los sentimientos de una persona por otra y el modo en que la otra persona percibe esos sentimientos. Una de las fuentes es la imposibilidad de expresar el amor a través de las actitudes. Otra fuente es que los actos hechos por una persona para demostrar amor pueden no ser percibidos por la otra persona. Los componentes del amor se expresan por acciones particulares.

De acuerdo con la teoría de autopercepción, nuestros pensamientos y sentimientos son afectados por nuestras acciones y viceversa. Al actuar de cierta forma se generan acciones relacionadas, formando una red de acciones. La manera en que actuamos influye en lo que piensa y siente el otro por nosotros. Nuestras acciones influyen sobre las acciones del otro.

La teoría del amor implica a los miembros y la forma en que expresan su amor ya que sin la expresión el más grande amor puede morir; las relaciones son dinámicas y decaen con el tiempo si no son mantenidas o mejoradas.

Este es un tema que se retomara en el ciclo de acercamiento- alejamiento donde Díaz Loving (1996) plantea el establecimiento, desarrollo, mantenimiento y disolución de una relación interpersonal en términos de un ciclo -basado en el tiempo- de acercamiento - alejamiento que es llamado así, dada la percepción personal del nivel cercanía o lejanía de la pareja.

### **1.6 Ciclo de acercamiento- alejamiento**

La propuesta teórica de Díaz ( 2010 ) es el ciclo de acercamiento-alejamiento de la pareja, el cual permite establecer y categorizar el tipo de relación e información que los miembros de una pareja están procesando desde la percepción hasta la interpretación del otro como un estímulo. Cada relación implica sentimientos, emociones, atribuciones, deseos, esperanzas que se generan y persisten a través del tiempo como un constante flujo dinámico. Las etapas que describe en este ciclo son las siguientes, de las cuales se ha realizado importante investigación:

1) Etapa Extraño/Desconocido. Desde la perspectiva de Sánchez (2000) esta etapa es definida como el inicio de la relación, donde no existe relación como tal, se evalúa al

otro a partir del físico, lo que puede o no despertar atracción posterior, hay curiosidad e interés por conocer al otro, no hay sentimientos ni emociones positivas, predomina la desconfianza, pena, timidez, temor, incomodidad e inseguridad.

2) Etapa de Conocido. Aquí se percibe, evalúa y categoriza con base del grado de familiaridad o reconocimiento a la persona como alguien que podría convertirse en un conocido o mantenerse como extraño. Es aquí que el sujeto pese a las ventajas y desventajas de intimar decide si quiere continuar y hacer de ésta una relación más cercana, alejarse de ella o simplemente mantenerla en el nivel de conocido.

3) Etapa de Amistad, comprende mayor intimidad y cercanía excluyendo aspectos románticos pasionales o sexuales. La intimidad se refleja en el apoyo afectivo, el conversar, la capacidad de contar cosas personales y profundas, la confianza, la seguridad que se siente con el otro, temas y preferencias en comunes, el dar apoyo, estar dispuesto a compartir aspectos económicos y emocionales, estos componente tiende a aumentar con tiempo de duración de la relación debido a la reciprocidad de autorevelaciones y del número de episodios, metas, amistades, emociones, lugares, etc. compartidos.

4) Etapa de atracción, se acentúa un interés de conocer al otro, de interactuar entre ambos incluyendo aspectos pasionales y sexuales.

5) Etapa de pasión, hay una respuesta fisiológica que incluye síntomas fisiológicos tales como la excitación, shock, reacciones químicas, transpiración, dolor estomacal, incremento de la respiración y del pulso cardiaco así como una interpretación cognoscitiva de intensidad que define a la relación como una relación más cercana.

6) Etapa de Romance, se caracteriza por tener afecto e ilusión en la relación de pareja. Está vinculada a lo que los teóricos llaman romanticismo y devoción; y se conjunta con la etapa de pasión, esta etapa ha sido caracterizada por los mexicanos con: comprensión, amor, detalles, etc.

7) Etapa de Compromiso, en la cual este elemento se presenta de dos maneras, una a corto plazo que consiste en la decisión de amar a otra persona y a largo plazo la cual

motiva a la pareja a mantener su amor pese a las posibles dificultades que puedan surgir, debido a que se cree en lo especial de la relación.

8) Etapa de Mantenimiento, involucra enfrentar y resolver los problemas que se presentan por la rutina, la llegada de los hijos, el sustento económico y emocional de la familia, el envejecer juntos etc, con el fin de prevenir el declive, y el termino de la relación.

9) Etapa de Conflicto, aquí hay tensión dentro de la relación que no pueden manejar, lo cual conlleva a sentimientos de frustración, enojo, irritación y temor.

Díaz Loving (2002) explica qué dentro de la relación de pareja existe un dinamismo constante, donde se expresan sentimientos y conductas que abarcan un continuo, de la felicidad al enojo, de la tranquilidad a la angustia, de la alegría a la tristeza. No obstante, dentro de todo este movimiento en las interacciones de conflicto se invierte una gran cantidad de tiempo y energía, ya que en las relaciones íntimas existen siempre ocasiones en las que es probable o incluso inevitable experimentar incompatibilidad o un desequilibrio poder, amor, afecto e interés, lo que provoca gran malestar en los involucrados.

Cuando el conflicto es recurrente, y el mantenimiento ya no resulta placentero funcional para uno con los dos miembros de la pareja, se desarrolla de lleno la etapa de conflicto. Por lo general esta situación puede llevar a la gente a buscar ayuda externa, y en ocasiones profesional para resolver el conflicto.

10) La etapa de Alejamiento se suele presentar como producto de las heridas que han surgido en la relación al mismo tiempo aparecen mayores sentimientos de frustración y temor al interactuar (Díaz Loving y Andrade Palos, 1996 citado en Díaz Loving 2004) en esta etapa contraria a la de la atracción, todo aquello que parecía unir y acercar a la pareja, ahora parece alejarla. La evaluación de la interacción se presenta sin aspectos positivos y atractivos y a su vez fortalecen los aspectos negativos, incluyendo en algunos casos hasta el hostigamiento físico y/o psicológico, este sentir y problemática de la pareja, es precisamente lo que da la pauta hacia la siguiente etapa.

11) Etapa del Desamor, se presentan aspectos puramente negativos por lo cual los miembros de la pareja consideran que su relación está teñida por el desamor, situación en la cual se busca activamente evadir y evitar al otro miembro de la pareja.

Diversos autores se han enfocado en abordar temas relacionados con la decadencia, disolución y ruptura en las relaciones sentimentales, sugiriendo que la felicidad conyugal tiende a declinar a través del tiempo, algunos factores mencionados son la desaparición del romance, disminución de la compatibilidad, dudas personales, cambios de poder drásticos en la relación, la falta de comprensión, comunicación y empatía.

12) Etapa de separación, el compromiso ya no es con la relación, ahora es individual y consiste en lograr la separación, se pone especial énfasis en los defectos del otro, se corta la comunicación con el otro ya que el compañero que toma la iniciativa cree ya haber hecho intentos por mejorar.

13) Etapa de olvido, no es poco común que se presentan intentos por reintegrar a la pareja, sobre todo al comparar la situación de soledad, o de la nueva relación, con una reevaluación positiva de la antigua vida de pareja.

## II. CONFLICTO

Hasta aquí se trató de las etapas de una pareja y como el objeto fundamental de este trabajo es el conflicto y las estrategias utilizadas por la pareja, se tratara el conflicto como la complejidad conformada por un conjunto de factores predisponentes. Algunos derivados de las características psicológicas de las personas y de su interacción; y otras de circunstancias facilitadoras exógenas, asociadas a la dinámica del entorno en que se desarrolla la relación.

Peterson (1983) definió el concepto de conflicto como un proceso interpersonal que se produce siempre que las acciones de una persona interfieren con las de la otra. Están vinculados a una lucha provocada por la incompatibilidad de las metas, escasa recompensa, e interferencia de otras partes en los logros de las metas de la pareja (Hocker & Wilmot, 1991). Para Paco (2001) es aquella situación de disputa o divergencia en que hay una contraposición de intereses (tangibles), necesidades y/o valores en pugna entre dos o más partes”.

De acuerdo con la perspectiva de Kriesberg (1998), algunos factores que influyen en la ocurrencia del conflicto son: divergencia de ideales, creencias o valores, competencia por la distribución de recursos escasos, divergencia de intereses o metas, características de los adversarios, factores psicológicos, relación entre los adversarios, contexto social, relaciones de poder, hostilidad y finalmente estructura social.

Dentro de los factores psicológicos (Stephan 2008) se encuentran la insatisfacción, antagonismo, enojo, sentimientos de desconfianza, injusticia y falta de respeto, acompañados de una percepción de "nosotros contra ustedes", la incomunicación y mal entendimiento, condicionados por las experiencias previas, que cuando han sido adversas puede llevar al prejuicio y estereotipos negativos, lo que puede llevar a la deshumanización o deslegitimación del otro grupo.

La hostilidad se ha señalado como un factor relevante en el conflicto. Coser (1956) diferencia entre conflicto y sentimientos hostiles. Mientras el conflicto necesariamente cambia los términos de la relación y se da en la interacción, los sentimientos hostiles pueden dejar la relación intacta ya que sólo representan una predisposición para la

acción. Coser (1956), asevera que una condicionante para que los sentimientos de hostilidad lleven al conflicto, es la inequidad de la distribución de los derechos que se consideran legítimos. A esta inequidad o negación Bartos y Wehr (2002) le llaman conciencia de injusticia.

En estas condiciones ambos participantes buscan cambiar el estado actual, específicamente buscan que la contraparte cambie y/o coopere, donde ambos se enfrascan tanto en oposiciones como negociando soluciones y asimétricas donde la parte opositora, presenta más altos niveles de solución de problemas que la defensora, tienen más control y serán más difíciles de persuadir para actuar diferente.

El conflicto es diferente para cada individuo, aun así existen áreas generales como son el trabajo, la familia y las relaciones personales.

Incluso si el contexto ha sido diferente o aunque hayan vivido las mismas experiencias no se percibirán de la misma manera. Aun mas, la misma elección de pareja no se vivirá de la misma manera debido a lo que llamamos historias de vida .

Las historias de cada individuo llegan a ser un elemento importante, ya que son experiencias, modelos o premisas, las cuales son establecidas por otras personas, que se han encontrado en interacción con el individuo, por ejemplo; los padres, abuelos, amigos, etc. Las historias de pareja varían con el transcurso del tiempo ya que las personas crean historias retrospectivas, es decir aquellas historias que se crean después de terminar una relación y las relaciones prospectivas que son las reevaluaciones de las relaciones anteriores pero con la diferencia de corregir los errores que se han cometido anteriormente, igualmente las historias se evalúan de acuerdo a su inicio, intermedio y final.

Algunas parejas son expertas en negociar sus diferencias y aquellos que no manejan el conflicto eficientemente frecuentemente encuentran que sus desacuerdos con la pareja se vuelven más intensas y dominantes (persistentes) viéndose eventualmente como desagradables, o "contrarios" (Huston, Niehuis y Smith, 2000).

De acuerdo con Lemaire (1986) los conflictos son necesarios y obligatoriamente el punto de partida en un desentendimiento o una ruptura. En este proceso incluso simples conversaciones se convierten en una reunión de debates competitivos, luchas de poder y motos menosprecios. Lejos de promover la clarificación y comprensión, las palabras se convierten en armas, las discusiones, en batalla. Muy a menudo son el instrumento mediante el cual la pareja reestructura su funcionamiento.

De acuerdo con Meza (2010), el conflicto no necesariamente es malo o negativo, puede propiciar la creatividad, la reflexión, la toma de decisiones, y el establecimiento de metas alcanzables entre los cónyuges.

Como se abordó con anterioridad las parejas atraviesan varias en el ciclo de acercamiento-alejamiento (Díaz Loving, 2010) donde se encuentra la etapa de conflicto, la cual se caracteriza por una intensa carga afectiva, donde se presentan un gran número de emociones y conductas, que van desde lo que se puede considerar como positivo hasta lo negativo, además de que cuando las parejas atraviesan por este período, todo su contexto se ve afectado.

Sánchez Aragón (1995) considera al conflicto como un ciclo constante que es parte de las relaciones interpersonales y resultado de la falta de entendimiento. Se menciona que la percepción individual sobre el nivel de cercanía-lejanía de la pareja es subjetiva y no necesariamente concuerda entre los miembros. Dependiendo del grado de acercamiento-alejamiento en que se encuentra la relación, cada miembro va a evaluar tanto afectiva como cognitivamente las conductas del otro de manera distinta.

Los múltiples malentendidos desgastan los cimientos de la relación y adquieren mayor importancia entre sus miembros, si prevalece el conflicto no se desea estar con la pareja, no hay intereses en ella, se trata de vencer al otro y lastimarlo. Se considera que el conflicto interpersonal es inevitable, que se requiere de entereza para enfrentarlo.

Durante el conflicto surgen una serie de emociones y sentimientos negativos asociados al debilitamiento del amor y su efecto en el individuo en sí mismo y en la interacción.

En el primer término se observan consecuencias tales como: la angustia, el dolor, la tristeza, la frustración, la preocupación, la culpa y el arresto mental. En el segundo término se observa: el enojo, el desagrado, la desconfianza, la desesperación, el rencor, el odio y el temor. Entre las conductas propias en esta etapa se pueden observar: comunicación inadecuada lo que lleva grandes discusiones a veces innecesarias, agresividad y pleitos o peleas (Díaz Loving y Sánchez Aragón, 2000).

Anaya y Bermúdez (2002) encontraron que si el conflicto es manejado constructivamente hay crecimiento y enriquecimiento. La manera de enfrentar dichos problemas es de suma importancia para algún funcionamiento la pareja es decir, la manera en que el cónyuge afronte el conflicto propiciará un ambiente positivo o negativo, según sea el caso y aportará al desarrollo u obstaculización en la pareja.

## **2.1 Clasificación del conflicto**

A lo largo de la historia se ha realizado gran cantidad de investigaciones del conflicto vinculado a diversos factores, por ejemplo la investigación de Sowell, en 1990, donde se distingue entre el conflicto de visiones y el conflicto de intereses: las visiones constituyen percepciones de cómo funciona el mundo, son conformadas como un mapa, estos pueden ser morales, políticas, económicas, religiosas o sociales. La visión es un acto de intuición o sentimiento antes de elaborar un razonamiento sistemático.

Los conflictos de intereses predominan en el corto plazo, pero los conflictos de visiones dominan la historia. Cuando el conflicto de intereses las partes involucradas suelen entender cuál es el problema en disputa y que pueden ganar o perder.

Este tipo de conflictos tienen que ver los fines concretos que los adversarios persiguen, pero al mismo tiempo, con las interpretaciones que éstos hacen de lo que está en disputa (Sowell, 1990).

Deutsch (1973) basándose en el tipo de intercambio entre las partes, distingue entre el conflicto destructivo o competitivo y el conflicto constructivo que se basa en intercambios de cooperación. El manejo constructivo del conflicto, según Deutsch (1973), es más probable en las parejas cuyo poder está equitativamente repartido.

Para Suárez (1996) existen formas de clasificar los conflictos, de acuerdo con la presencia de ciertos elementos claves en los mismos, a saber:

- I. En función del elemento "agresividad"
  - 1) agresivos
  - 2) no agresivos
  
- II. En función del elemento "interés por el otro"
  - 1) cooperación: está asociado con alto interés por uno y por el otro.
  - 2) Acomodación: un bajo interés por uno y un alto interés por el otro.
  - 3) Competencia: alto interés por uno y bajo interés por el otro.
  - 4) Evitación del conflicto: bajo interés por los dos.
  
- III. En función del elemento "conducción"
  - 1) en la conducción destructiva de conflictos:
    - A. Dominación, una de las partes se impone.
    - B. Capitulación, una de las partes cede.
    - C. Inacción, una de las partes se muestra pasiva, o aparentan hacer nada.
    - D. Retirada, una de las partes decide abstenerse de continuar participando en el conflicto.
    - E. Competición, ambas partes desean imponerse, aunque signifique su destrucción.
  - 2) Conducción constructiva de conflictos, que implica la sobrevivencia de las relaciones con la obra activas entre las partes.
  
- IV. En función del elemento "partes intervinientes"
  - 1) negociación, si sólo intervienen las partes interesadas:
    - A. Modelo al distributivo o convergente
    - B. modelo interactivo, o de ganancia mutua (suma no cero).
  - 2) intervención de una tercera parte:
    - A. la mediación, contribuye a que las partes puedan negociar

- B. el arbitraje, donde un tercero asume un papel de árbitro y toma las decisiones que deberán observar las partes.
- C. La ubicación, un proceso formal en que alguien se constituye como una autoridad legal para las partes.

V. En función del elemento "flexibilidad"

- 1) no flexibles. Se trata de historias cerradas, que impiden la participación de terceros y donde cada parte sólo esté interesada en sí misma de manera rígida, lo que dificulta la aparición de alternativas.
- 2) Flexibles, son historias abiertas, hay interés por sí mismo y por el otro, permiten la intervención de terceros que estén directa o indirectamente involucrados en el conflicto.

VI. En función del elemento "contenido"

- 1) conflicto de objetivos, se refiere a los intereses que persiguen cada una de las partes.
- 2) Conflicto de valores que defienden cada una de las partes y en los que basa su punto de vista y su comportamiento.
- 3) Conflicto de creencias, son conocimientos que se asumen como verdaderos y que por lo tanto "legitiman" desde la razón, la posición de cada una de las partes del conflicto.
- 4) Conflicto de principios, se refiere a las pautas implícitas o explícitas para la adopción de decisiones que cada parte sume.

VII. En función de "la forma como se ha construido el conflicto"

- 1) Disputas incompatibles, se fundan en opiniones diferentes y contradictorias sobre el tema del conflicto.
- 2) Conflictos morales, son aquellos en los cuales además de estar de acuerdo con el tema, se está en desacuerdo también en la forma de tratar dicho desacuerdo, (se está en desacuerdo, de estar en desacuerdo). Estos conflictos pueden subdividirse en dos tipos:

- A. Incompatibles, además de tratarse de posiciones incomparables, las partes al tratar su diferencia, no están de acuerdo acerca de que se está discutiendo.
- B. Inconmensurables, aquí también las posiciones contrarias , pero las partes llegan a estar de acuerdo en el tema de sus diferencias.

Por otro lado y con base en uno de los axiomas de la teoría de la comunicación de Watzlawick y colaboradores (1967), es posible reconocer la existencia de dos tipos de conflictos:

- A. Los conflictos o desacuerdos de contenido que se refieren a las contradicciones o puntos de vista diferentes en relación a un tema específicos.
- B. Los conflictos de relación, estos por lo general se establecen a nivel de metacomunicación y por lo tanto definen y clasifican a los primeros. Son desacuerdos o confrontaciones en términos de la relación que intentan establecer sus protagonistas. ¿Quién tiene el derecho a definir las reglas que regulan su relación? En consecuencia, muchos de los desacuerdos en los contenidos, serán resueltos desde la forma en que se resuelvan los desacuerdos de la relación.

De acuerdo a la visión ecosistémica (Torres 2007), en particular lo relativo a los diálogos generativos y restrictivos.

- A. Conflictos simples, restrictivos o monológicos. Los miembros de la pareja optan por reforzar la homeostasis e imponer el orden en su relación. Se evita así, la oportunidad de cambio. En la construcción de este tipo de conflictos, los miembros de la pareja, parten de una epistemología de causalidad lineal, simple y egocéntrica donde “el otro es el causante de los problemas”, porque “es tonto, se hace o es malo”, y yo tengo la razón y estoy en lo justo; la poca o nula autorreflexión les impide verse como coautores de sus problemas.

Cada uno de los miembros de la pareja mantiene la certeza de poseer de manera exclusiva la verdad, de conocer lo que realmente pasa en su relación y por lo tanto, de que la razón le asiste. Este "realismo ingenuo" y egocéntrico alimenta la estabilidad de la relación y el conflicto, dificultando la construcción de nuevos discursos alternativos.

En este tipo de conflicto predomina una visión reduccionista de un todo complejo, o una explicación holista (donde la importancia de los elementos se diluye en una totalidad abstracta). La primera reduce la explicación del todo a las propiedades de la partes conocidas aisladamente; mientras que la segunda, reduce las cualidades de las partes a las propiedades del todo. En estas condiciones, la conflictividad queda definida como la dificultad que tiene la pareja para diferenciar, conciliar y hacer sobrevivir sus intereses como pareja (Morin, 2001).

La forma y las premisas en que se sientan y construyen este tipo de conflictos en las parejas, generalmente propician una experiencia de víctima, (las personas se sienten impotentes ante la magnitud de sus conflictos), tensión, angustia, desesperanza, frustración con sin descartar la violencia como forma de acallar sus divergencias.

Los conflictos simples también se les pueden reconocer como conflictos restrictivos o monológicos. En un monólogo, dice Anderson (1997) "los participantes nos ofrecen la oportunidad de estar en conversación. Nueva y apertura al otro, predomina una perspectiva a costa de la otra y provoca la ruptura de la conversaciones y del diálogo".

En los conflictos restrictivos o monológicos cada participante defiende a ultranza sus puntos de vista e intentan convencer al otro de que sólo sus intereses son los legítimos o que sus creencias son las correctas, mientras que las de su contraparte carecen de dichos fundamentos. Con el tiempo puede generarse una

escalada contribuye a amplificar dichas divergencias, al tiempo que el espacio conversacional se hace cada vez más restringido y la problemática más insostenible e irresoluble, hasta convertirse en lo que Anderson (1997) denominar realidades competitivas.

- B. Conflictos complicados. La complicación que de acuerdo con Morin (2001) representa uno de los elementos constitutivos de la complejidad, consiste en entrelazamiento extremo de las retroalimentación es. Se trata de un proceso recursivo en el cual los productos y los efectos son, al mismo tiempo, causas y productores de aquello que los produce.

Esta clase el conflicto se expresan en interacciones que suelen ser rígidamente redundante, estas acciones recíprocas que modifican el comportamiento de la naturaleza de sus miembros (Morín, 2001) se entrelazan y adquieren la forma de una escalada progresiva un círculo vicioso que Bateson (1979) denomina cismogénesis el cual puede conducir al desenfreno y colapso del sistema. En este mismo sentido Caillé (1992) afirman que los sistemas desventurados se caracterizan porque la interacción entre sus miembros y el absoluto del sistema (en este caso la pareja) adopta la forma de una circularidad rígida, donde las normas parecen haber quedado petrificadas.

Se trata de discursos antagónicos atrapados en el pasado, que hacen difícil reconocer el presente y pensar en el futuro. Cuando hay una pobre coordinación de acciones consensuales (Maturana, 1994) se dificulta la posibilidad de un acuerdo incluyente constructivo un factor relevante en la construcción de este tipo de conflictos, y que se refiere a la dificultad que tienen los miembros de la pareja para reconocer o marcar distinciones entre los datos y elementos que forman parte de los diferentes niveles de organización (tipos lógicos) una tendencia a hacer generalizaciones a partir de actos aislados, una necesidad de control, así como en la elaboración de juicios de valor negativos acompañados emociones destructivas.

Esta dificultad para reconocer y manejar sus diferencias, que se traduce en falta de información, hace difícil que la pareja genere alternativas auto correctivas a sus conflictos. Un ejemplo característico de este tipo de conflictos es el que se construye a partir de la confusión entre los niveles de contenido y de relación, cuando en una pareja un desacuerdo de opinión, creencia o interés es llevado al terreno de la relación ("si me quisieras, estaría de acuerdo en lo que digo").

- C. Conflictos complejos, generativos o dialógicos. Un conflicto complejo, generativo o dialógico, involucra una acción conjunta, interdependiente, creativa (generativa de nuevas opciones y oportunidades), es construido a través de la conversación. Anderson (1997) le llama conversación dialógica, al proceso generativo mutuo en el cual emergen nuevos sentidos: diferentes maneras de entender, explicar y puntuar las experiencias vividas. Este tipo de conflictos no necesariamente acuerdo. Lo que se requiere es que emerjan invenciones y opiniones diferentes que generen la posibilidad de promover enlaces novedosos que sirvan, como "un recurso para ayudar a los participantes a adquirir un sentido de multiplicidad a través de la construcción del reconocimiento de la diversidad-la del otro y la propia-" (Schnitman y Schnitman, 2000).

La configuración de este tipo de conflictos se sustenta en las siguientes premisas: la forma en que se nombra e interpreta lo que está en disputa, juega un papel importante en la definición de los conflictos; no existe una única y verdadera explicación a sus problemas; la causalidad circular de la interacción sitúa a los participantes como co-constructores de la calidad de su relación; las personas poseen una capacidad auto reflexiva y les permite, a través de la conversación, construir acuerdos. La socialización cálida y afectuosa y especialmente a la expresión de lazos más íntimos entre padres e hijos, lleva una baja conflictividad sin recurrir a la violencia (Ross, 1995).

En la medida en que predomine una conversación reflexiva, abierta y ética (el reconocimiento y la inclusión legítima del otro y de sus intereses en mi realidad),

se podrá construir una convivencia dignamente humana, sin ocultar, negar o intentar imponer nuestras diferencias. Sólo en estas condiciones se podrá lograr que el lenguaje constituya humano (Maturana, 1993) y se cancelen las experiencias negativas (frustración, impotencia, rabia, malestar y violencia) asociadas a los conflictos interpersonales destructivos.

Los conflictos, frecuentemente, se distinguen por la forma como se conducen (negociación, guerra, lucha prolongada o corta). De donde Kriesberg (1998) destaca dos dimensiones; el grado de regulación y el nivel de severidad la regulación comporta reglas sobre cómo conducir el conflicto y los procedimientos para asentar la disputa, lo que se logra con la institucionalización de las reglas como expresa tradiciones o reforzada o sensibles.

Las reglas son bastante efectivas y los participantes están de acuerdo con ellas y las legitiman de tal manera que si las violaran les harían sentir culpable el grado de severidad del conflicto está determinado por el grado de maltrato sufrido por las partes involucradas el maltrato puede ser desigual, prolongado, pueden ser derivado de coerción violenta o no, físico o psicológico, puede ser unidireccional o autoinfligida o se puede extender a quienes no están involucrados en el conflicto.

La severidad con que se conducen los conflictos se afecta por el grado de regulación, aunque no la determina. Generalmente, la regulación del conflicto tiende a disminuir su severidad.

De acuerdo con Rapaport (cfr. Peterson, 1983) describió los conflictos en términos de debates, juegos y riñas, y no es de extrañar que en el la relación de pareja la cual es una institución compuesta por dos personas con un sistema de normas y reglas aparezcan todas esas formas. La más positiva es el debate, porque permite un intercambio de opiniones y posibilita tomar una decisión conjunta. La siguiente son los juegos, donde la competencia es grande y se negocia para maximizar la ganancia, y finalmente las peleas, que es una situación en la que cada uno de los cónyuges desafía al otro y quiere ser el vencedor absoluto en la contienda.

Bernal (2005) indica que el conflicto de pareja, como todo tipo de conflicto, presenta un costo emocional que se intensifica en función de su duración; cuanto antes se planteen las posibles soluciones, menor será el sufrimiento de las personas implicadas en él y menor su repercusión en otras áreas de la vida del sujeto.

De acuerdo con Sternberg (1989 citado en Ramirez 2004 ) los problemas más comunes en las relaciones matrimoniales son: el aburrimiento en la relación, las peleas, la falta de comprensión de un cónyuge hacia el otro, la falta de buena comunicación, la atracción de uno de los dos cónyuges hacia otras personas, la falta de compromiso en la relación, pensar que ya no se tiene nada en común, demasiada exigencia de uno hacia el otro, falta de estar en compañía, ideas y valores contrarios, concepción distinta sobre la convivencia y el amor, y falta de apoyo.

En un intento por delimitar el conflicto, Schaap, Buunk y Kerskstra (citado en Noller y cols, 2000), mencionan que durante el conflicto surgen dos tipos de preocupaciones; por uno mismo y por la relación, las que derivan en agresividad, solución de los problemas, tranquilidad, evitación y compromiso.

De acuerdo con Gonzáles y Espinoza (2004) la insatisfacción sexual, la infidelidad, la falta de comunicación, la distribución inapropiada de las actividades del hogar, la distribución inequitativa del poder, los hijos y los problemas económicos son los principales generadores de divorcio.

Para Strauss (1979) el factor clave en la relación es la búsqueda de maneras para manejar y resolver los conflictos. Estos conflictos usualmente surgen de la insatisfacción en una o varias áreas de la relación de pareja, con el fin de mirar de manera más detallada se retoma la satisfacción en la pareja.

## 2.2 Satisfacción en la pareja

Desde la literatura, se puede mencionar tres modelos principales para conceptualizar a la satisfacción en las relaciones interpersonales (Morales, 2008):

1. Unidimensional: Considera únicamente una dimensión valorativa equivalente a placer – displacer. Así, la satisfacción es el resultado de un balance de aspectos no sólo positivos sino también negativos en la relación de pareja.

2. Bidimensional: Dicta que la felicidad no puede ser unidimensional sino un estado complejo resultante de dos dimensiones totalmente independientes entre sí: satisfacción e insatisfacción. Así la felicidad marital es el producto del balance entre esas dimensiones.

3. Multidimensional: Se define a la satisfacción como una actitud multidimensional hacia la relación y hacia la pareja donde existen aspectos diferenciales como la interacción, la expresión de afectos, la organización y estructura diádicos.

A partir de estas teorías y modelos han surgido varios intentos por describir y conceptualizar lo que es la satisfacción marital entendiéndola ya sea, como un constructo global en el cual el individuo hace una evaluación general de su relación, o como un constructo factorial en donde la persona evalúa su relación según diversos componentes.

De acuerdo con Hicks y Platt (1970 en Vera, Laborin & Dominguez, 2000) la satisfacción marital es un concepto subjetivo que indica las percepciones y vivencias que el sujeto ha tenido con su contexto lo cual construye estructuras donde se compara lo que el sujeto quiere, lo que debe y lo que realmente es. Pick y Andrarde (1988 en Moral, 2008), lo consideran como la actitud mutidimensionas hacia el conyuge y la relación, donde hay aspectos de interacción, la expresión de afectos, los aspectos de organización y estructura organizados en diadas.

Vera, Laborin y Dominguez (2000), la definen como la calidad de la relación en gran medida, donde se estima tanto la estabilidad como la felicidad de la pareja, lo que les brinda la capacidad de desarrollarse como una familia ante la sociedad.

Para Acevedo y cols. (2007), las parejas se muestran satisfechas cuando muestran capacidades para resolver y manejar problemas donde cada miembro de la pareja participa con un papel activo sosteniendo conversaciones donde comuniquen sus perspectivas asu compañero.

La interacción en la pareja sucede desde que se selecciona a la misma y es, desde ese momento, que se crean expectativas en torno hacia esa persona. Este proceso de elección envuelve diferentes motivaciones (Padilla 2000 en Reyes 2006):

1. Conscientes. Satisfacción de expectativas personales, compañía o amor.
2. Preconscientes. Satisfacción de deseo, creencias, fantasías que no se reconocen y se traen a la consciencia bajo un arduo trabajo de memoria.
3. Inconscientes. Necesidades y deseos contradictorios e irracionales los cuales son las bases verdaderas de la relación provocando desde remedios a problemas personales o de interacción hasta el desgaste de la relación debido a la insatisfacción de dichas necesidades o deseos (dominio, poder o dependencia).

## **2.2 Satisfacción sexual**

Como parte de las áreas involucradas en el conflicto en la pareja, la sexualidad constituye una función básica del ser humano que implica factores fisiológicos, emocionales y cognitivos, y que guarda una estrecha relación con el estado de salud y con la calidad de vida del individuo (Arrington, Cofrancesco y Wu, 2004; Frohlich y Meston, 2002; McCabe y Cummins, 1998; Taleporos y McCabe, 2002).

Hudson (1982 citado en Moral de la Rubia, 2010 ) menciona que la sexualidad en el matrimonio está determinada por el afecto, comunicación y satisfacción con el conyugue y no solo por la satisfacción de las necesidades físicas

De acuerdo con Reyes y cols, (1998, citado en Moral de la Rubia 2010), la satisfacción sexual se refiere a lo que una persona percibe y evalúa de su vida sexual con base en aspectos como la frecuencia de los encuentros sexuales, satisfacción de sus

necesidades, estilo de comunicación en pareja, tipo de actividad sexual realizada, cumplimiento de las expectativas y satisfacción con su realidad de pareja en general.

Para Polanco (1998), la satisfacción sexual se relaciona con la flexibilidad de roles dentro de la relación de pareja y con la congruencia entre los roles ideal y actual en la relación sexual. Para lograr una vida sexual satisfactoria los hombres necesitan lo mismo que las mujeres: autoconocimiento, opciones, técnica, honestidad y amor.

Sánchez (1993) señala que la búsqueda del placer posee dimensiones sociales, políticas e ideológicas. La experiencia sensual y sexual se vive a través de las categorías de un discurso del deseo; discurso que es dominante en algunas sociedades, y que se encuentra determinado por los requerimientos económicos de modo de producción.

De acuerdo con Toro (1986) el placer sexual tiene dos componentes principales;

- 1) uno organico o somatico relacionado con la anatomía y la fisiología corporal
- 2) psíquico o psicológico el cual es producto de la cultura y del medio espacial y temporal donde la persona se ha desarrollado.

La satisfacción sexual es evaluada en términos del grado de bienestar y plenitud, o la ausencia de los mismo, experimentados por una persona en relación con su actividad sexual (Carrobles y Sanz, 1991 citado en Carrobles y cols, 2011) la usencia de la satisfacción sexual puede dar lugar a problemas que se suelen presentar en forma de queja referida al nivel de deseo y a la frecuencia y la apetencia de las mismas por parte de la pareja. Asimismo, los problemas de satisfacción sexual pueden estar relacionados con la variedad de actividades sexuales realizadas con la pareja, que pueden percibirse como monótonas y rutinarias.

En un estudio que compara la satisfacción sexual de los mexicanos García-Rodríguez (2005 ) observo que los hombres valoran más la excitación-placer y las mujeres la intimidad-amor, aunque los dos consideran que ambas deben estar presentes para la satisfacción.

### **2.3 Infidelidad**

Tal como lo menciona Romero y cols. existe una diferencia entre el adulterio y la infidelidad, la infidelidad implica la violación del pacto realizado entre los miembros de la pareja y el adulterio se refiere a los términos legales del contrato matrimonial (Aparicio, 2001).

Además existen múltiples definiciones de la infidelidad las cuales son específicas en algunos aspectos tales como; el coito consumado; para Levin (2007) la infidelidad es la falta de compromiso marital de exclusividad sexual, mas no de exclusividad emocional.

Williamson (1977) considera a la infidelidad como el hecho de engañar al conyuge, violando una clausula del contrato inicial, ya que la infidelidad tiene que ver con el sentido de propiedad privada, por lo que la relación extramarital resulta ser una aventura amorosa en la cual se incluye el romance y la pasión que se pudo haber perdido en la relación de pareja estable.

Para Shekel (1978 citado en Estrada 1998) en un sentido estricto la infidelidad se debe considerar como todo aquello que nos aporte un goce fuera del matrimonio o fuera de nuestro único amor.

Para Brown (1991) una infidelidad es mantener oculta una relación de tipo sexual con otra persona. Dentro de esta línea Mellody, Wells Milley y Miller (1992) consideran que es hacer algo fuera de lo que dos personas han acordado como fidelidad, ya sea tener sexo o involucrar energía emocional en otra relación, Buss y Shakerlford (1997) y Wiederman y Allgeier (1993) clasifican la infidelidad en dos tipos; la sexual (coito) y la emocional (enamoramamiento).

Por su parte Shakerlford y cols. (2000) define; la infidelidad sexual como la actividad sexual con alguien más, además de la pareja estable y la infidelidad emocional como cuando uno de los miembros de la pareja centra sus fuentes de amor romántico, como tiempo y atención en alguien más

Affi y cols. (2001) definen la infidelidad como la conducta romántica y sexual que se da fuera de una relación convenida de pareja entre miembros casados o no y que

cohabitan o no, y quienes tienen una expectativa de mantener una relación formal con exclusividad sexual en las relaciones iniciales, representando una transgresión.

La mayoría de los matrimonios consideran la infidelidad como la deslealtad mas grande , es inaceptable y puede conducir a un daño permanente que justifica el divorcio. Se identifica la infidelidad como una de las causas más frecuentes del divorcio en la pareja (40- 60%), lo que amplifica la tensión natural que conlleva un proceso de divorcio y contribuye a la depresión clínica (Cano & O'Leary, 2000; Fan & Lui, 2004; Snyder, 2005; Sweeney & Horwitz, 2001).

De acuerdo a algunos estudios la infidelidad puede afectar negativamente la autoestima de la persona que ha sido traicionada (Boekhout, Hendrick, & Hendrick, 2003); Gordon y cols , (2004) afirman que el receptor de la infidelidad experimenta al menos temporalmente síntomas de estrés postraumático, después del descubrimiento del acto de infidelidad; inclusive la infidelidad es relacionada con la adquisición de enfermedades de transmisión sexual (Hirsch, Higgins, Bentley, & Nathanson, 2002

En un estudio realizado con población mexicana por Romero (2007) la comunicación pobre y los problemas maritales no resueltos, están vinculados de manera importante con las aventuras amorosa, tal como lo menciona Diaz-Loving y cols. (1988), entre menos comprensión exista, habrá mayor probabilidad de que se presente la infidelidad, de igual manera las muestras de afecto, la frecuencia y la satisfacción sexual intensifican y/o aceleran los procesos psicológicos que llevan a involucrarse en una relación extramarital. De igual manera cuando la relación primaria tiene problemas de comunicación, insatisfacción de cualquier tipo y falta de amor y compromiso resulta complicado restablecer el equilibrio y es factible el surgimiento de la infidelidad como elemento compensatorio o como pretexto para salir de la relación (Brown, 1991).

## 2.4 Comunicación

Tradicionalmente se ha considerado a la comunicación como un proceso simbólico y transaccional, es decir, un trayecto en donde la conducta verbal y la no verbal funcionan como símbolos creados, los cuales permiten compartir significados, interactuar, al mismo tiempo que profundizar en el conocimiento propio y de otras personas (Satir, 1986) de ahí su relevancia en lo que a la relación de pareja se refiere, .

Así, la comunicación abarca una amplia gama de signos que representan cosas, sentimientos e ideas, lo que - por ejemplo- permite a las parejas usar los besos, la comida especial y bromear como símbolos de amor; o el silencio y la distancia como muestras de enojo. De igual forma, durante la comunicación cada uno de los miembros de la díada impacta en el otro al compartirle información de índole personal (auto-divulgación) o no personal, lo que crea una realidad particular a cada pareja (Derlenga, 1984).

De esta manera, la comunicación representa el medio idóneo para que una persona exprese apertura y obtenga a la vez retroalimentación acerca de sí misma, apoyo, aceptación y confirmación de que es un individuo digno para establecer una relación íntima exitosa.

Este mecanismo, actúa como una entidad facilitadora en la emisión de ciertos comportamientos dirigidos a organizar la relación (toma de decisiones, manejo de conflicto), pues a través de ella, se asignan funciones y papeles y con ello se crea una visión conjunta del mundo (Fitzpatrick, 1988).

Inmersos en el proceso de la comunicación, se encuentran dos elementos que en forma conjunta determinan la interacción, la afectividad y el conocimiento que se genera en la relación de pareja. Estos factores son:

- el contenido que comprende los temas o áreas de interés sobre los cuales la pareja se comunica, su frecuencia o cantidad y
- el estilo de comunicación, que refleja la o las maneras en que esa información es transmitida (Nina Estrella, 1991).

En este contexto, es de particular interés para la Investigación psico-social, conocer cómo funciona el proceso de comunicación, y con ello lograr identificar los patrones o redundancias que a través del tiempo y del espacio se mantienen (Watt y VanLear, 1996) cuando las personas intercambian información relevante para ellas; de tal modo que –a futuro- sean predecibles.

Los patrones pueden ser genéricos a un grupo social o idiosincrásico a un individuo o diada, sin embargo, cuando se hace referencia a pautas socio-culturales, estos patrones son relativamente estables y muestran continuidad y cambio sólo de una generación a otra, aunque dependen del grado de intimidad y tipo de relación que se tenga con la otra persona. A pesar de que se conceptualiza a la estabilidad y el cambio como formas opuestas de un fenómeno, cabe mencionar que no necesariamente lo son y que quizá puedan ser vistos como complementarios, en donde el patrón de comunicación se vea modificado pero a la vez guarde los elementos que lo crearon.

El estudio de los patrones de comunicación se remonta al trabajo pionero de McLeod y Chaffee en la Universidad de Wisconsin en los 60's (Tims y Masland, 1985), en donde el enfoque se centraba en cómo el ambiente de comunicación del niño podía determinar su punto de vista de la realidad social.

La idea que surge , es que el niño aprende su estilo de comunicación a través de la interacción repetida con amigos, maestros y especialmente con los padres. Una vez establecido, este estilo se mantiene y define el marco de referencia y la estructura de las interacciones interpersonales que ayudan a definir la personalidad, el modo de percibir, reaccionar y enfrentar situaciones de la vida.

Esta concepción temprana de estilos de comunicación fue influenciada fuertemente por trabajo realizado por sociólogos, quienes veían a las relaciones familiares como dimensiones de poder ya sean democráticas o autocráticas. Con base en dichas nociones, se desarrollaron una medida enfocada en la armonía familiar, la toma de decisiones jerárquica vs. igualitaria, el pluralismo y la preocupación por las consecuencias sociales.

A pesar de que ellos esperaban que todos estos aspectos se fusionaran en una forma de ser de la familia, los resultados enfatizaron la presencia de uno u otro estilo de comunicación en distintas familias, y notaron que éste variaba dependiendo de con quien se comunicaba. Cabe mencionar, que en esos momentos no se prestó atención a la relación que guardaban dichos patrones con rasgos de personalidad o características sociodemográficas que autores recientes le han brindado (p.e. Noller, 1982; Ojeda García, Sánchez Aragón, Díaz Loving y Rivera Aragón, 1996).

### **Estilos de Comunicación**

Al buscar identificar no un patrón, sino su diversidad en la dinámica de la comunicación de familias o parejas, los estudiosos del área empezaron a proponer tipologías que ilustran la gama de posibles maneras de intercambiar información con otra persona. Entre los primeros paradigmas de clasificación, Miller, Nunnally y Wackman (1976), describen cuatro diferentes estilos de comunicación verbal.

- 1) El primer estilo posee las características de ser sociable, amigable, juguetón, optimista, una forma es esencial para intercambiar información en forma convencional y de acuerdo a expectativas sociales. Usualmente, las intenciones del transmisor son, el ser agradable y amable, deseando comunicar positivamente tópicos específicos sin involucrar mucho de sí mismo.
- 2) El segundo estilo, tiene la intención de forzar un cambio en la otra persona; generalmente, su comunicación incluye juicios que indiquen que algo es correcto o no, y acciones que señalen lo que se debería hacer o no. Esta forma tiene la particularidad de persuadir o desear controlar lo que está sucediendo o lo que sucederá, por lo que sus características son ser demandante, persuasivo, competitivo, controlador, directivo, ofensivo y prejuicioso, además de que tiende a etiquetar a los demás y a implicar que los demás están equivocados.
- 3) El tercer estilo es reflexivo, explora y mira hacia lo que ha sucedido en el pasado para anticipar el futuro. Es un patrón especulativo en el que la persona elabora, investiga, desea y es propositiva. Generalmente, este estilo se expresa en el

ámbito cognoscitivo e interpretativo, pero mostrando poca emoción al tomar partido en discusiones o actividades.

- 4) Finalmente, el estilo cuatro expresa la intención de tratar un tema de manera abierta y directa, por lo que quien hace uso de este estilo, está en contacto con los pensamientos, sentimientos, intenciones propias, de su pareja y de las implicaciones a la relación en forma honesta y responsable. Las características de este comunicador son ser: consciente, activo, congruente, responsable, comunicador, comprensivo y cooperativo.

Poco tiempo después, Norton (1978), plantea una tipología de nueve estilos los cuales incluyen un “dominante” que tiende a hacerse cargo de las interacciones sociales (“tengo la tendencia de dominar conversaciones informales cuando estoy con otras personas”); un “dramático” que manipula a los demás a través de la exageración, las fantasías, historias, metáforas, ritmo de la voz y otros elementos que resaltan el contenido de la comunicación (“frecuentemente exagero verbalmente para enfatizar un punto”) y un contencioso, que es aquel que le gusta discutir por todo, co-varía con el dominante y tiende a tener componentes negativos (“muy frecuentemente insisto que otros documenten o presenten algún tipo de prueba de lo que están diciendo”).

Entre los 6 estilos restantes esta el “animado”, quien provee de contacto visual frecuente, usa muchas expresiones faciales, gestos y movimientos corporales y posturas para exagerar el contenido de su comunicación. Generalmente luce atractivo y confiable (“mis ojos tienden a reflejar en alto grado lo que estoy sintiendo cuando hablo con alguien”). El “impactante” que es una persona que es fácilmente recordada por el estímulo de comunicación que proyecta (“dejo en la gente una impresión de mí que tienden a recordar”).

El “relajado” que proyecta un estilo variable, abre la puerta a análisis complejos y ricos (“como regla suelo ser calmado cuando hablo”) y el “atento” que tiende a escuchar y es empático (“me gusta escuchar cuidadosamente a la gente”). Los últimos dos estilos son el “abierto” que es caracterizado por ser platicador, amable,

comunal, no reservado, extrovertido y franco (“prefiero ser honesto y abierto con una persona aún si la lastimo”) y el “amistoso”, que se representa en un estilo variable que va de no ser hostil a ser profundamente íntimo (“habitualmente reconozco verbalmente las contribuciones de otras personas”).

Al continuar con la revisión de los estilos de comunicación propuestos en la literatura, se encuentra la propuesta de, Hawkins, Weisberg y Ray (1980), quienes proponen y definen cuatro estilos de comunicación -convencional, controlado vs. especulativo y sociable.

- 1) El estilo “controlado” minimiza la importancia del otro, no le da oportunidad de verbalizar y tiene alta divulgación emocional que va acompañada de significados implícitos para el otro.
- 2) El estilo “convencional” también inhibe al otro, tiene baja divulgación lo que provoca la evasión de temáticas importantes y la superficialidad en temas como una fiesta, el clima, etc. lo cual sirve para mantener la relación temporalmente sin enterarse del punto de vista del otro.
- 3) El estilo “especulativo” es abierto hacia la exploración del otro buscando información sobre creencias, emociones, ideas, etc. Este estilo también es analítico, su discurso implica la actitud abierta y respetuosa hacia los puntos de vista alternativos, pero es bajo en auto-divulgación, especialmente de sus sentimientos.
- 4) Por último, el estilo “sociable” también se interesa en el otro, lo respeta y escucha además de que brinda información personal con facilidad.

Satir (1986), plantea seis estilos de comunicación que se definen y funcionan de la manera que se describe a continuación.

- 1) “Aplacar”, es un estilo que consiste en una tendencia clara a hablar congraciándose con los otros, tratando de complacer, de disculparse, de nunca mostrar desacuerdo para no provocar enojo en la otra persona. Es alguien que siempre necesita tener la aprobación de otros.

- 2) Es “culpar”, que se demuestra al encontrar fallas y defectos en los demás, es un dictador, mandón, se siente superior, y sus sensaciones internas están basadas en tensión muscular y presión sanguínea alta, lo que favorece el tono de la voz que luce dura, tensa y fuerte.
- 3) El tercer estilo se denomina “supra-razonar”, y se caracteriza por expresarse en forma exageradamente correcta y razonable, no demostrando ningún sentimiento por lo que parece calmado, frío, e imperturbable. Esta forma trata de enfrentar a la amenaza como si fuera inofensivo y establecer además, su propio valer empleando palabras altisonantes.
- 4) “Distraer”, es una forma de ignorar la amenaza, comportándose como si no existiera.
- 5) El “irrelevante” dirá o hará cosas que tengan poca relación con lo que digan o hagan los demás, generando una sensación de confusión, pues la voz es como un desacuerdo con las palabras.
- 6) Y finalmente “apertura” es una reacción en donde todos los elementos del mensaje van en la misma dirección, la voz dice palabras que concuerdan con todo el conjunto, creando un ambiente de intercambio sencillo, libre, honesto que a su vez favorece posibilidad de suavizar rupturas, de eliminar desacuerdos, o de salvar las brechas. El uso de este estilo inspira confianza a ambos interlocutores y les permite establecer intimidad.

Por su parte Quiroz (2001) nos muestra, que el suponer que el conyuge sabe lo que el otro está pensando es uno de los principales conflictos, genera frustración, desinterés o búsqueda de otra pareja con quien se cree que se lograra lo anterior.

La comunicación dentro de la pareja es fundamental para el funcionamiento de la misma, porque es el medio por el cual se expresan pensamientos, temores, sentimientos y se solucionan problemas (Armenta Hurtarte & Díaz-Loving, 2006). La comunicación contiene dos elementos, la información en sí misma y la forma en que se comunica. Para Norton (1983) el estilo de comunicación en cada individuo es un reflejo de su personalidad, incluso se ha argumentado que los estilos de comunicación

están fuertemente influenciados por factores genéticos los cuales los hacen resistentes al cambio (Cole & McCroskey, 2000).

Norton (1983), considera que el estilo de la comunicación es la manera en que uno se comunica, y se entiende como la forma en que se interactúa, es decir, el estilo es aquello con lo cual se le da forma al significado literal de la información que se esté brindando (Nina Estrella, 1991), asimismo, diversos autores (p.e. Miller, Nunnally & Walkman, 1976; Norton 1978; Nina Estrella, 1991, Gudykunst et al. 1996; Sánchez Aragón & Díaz-Loving, 2003) han propuesto diferentes tipologías de estilos de comunicación en la pareja. Tradicionalmente, el estudio de los patrones de comunicación que usa una pareja ha sido relacionado con la satisfacción marital (Caughlin, 2002; Caughlin y Huston, 2002), investigaciones al respecto, han demostrado una mejoría en las relaciones de pareja al utilizar estilos positivos de comunicación (Díaz-Loving & Rivera Aragón, 2010).

### **Redes sociales y pareja**

Se considera que el uso de las redes sociales virtuales se ha cremento entre la población tanto joven como adulta sigue aumentando cada día (The Wall Street Journal, 2012). Esto puede deberse a las ventajas que ofrece sobre las relaciones presenciales, debido a que resulta más fácil establecer relaciones intimas por internet pues pueden construir una identidad mejor o distinta, sobre todo cuando las personas se creen desfavorecidas por su apariencia física o de primera impresión, el autoconcepto puede mejorar, incluso las amistades emocionales digitales pueden tener mayor comunicación socioafectiva que las reales (Búrdalo, 2000; Chan y Cheng ,2010, Young, 2009; Zywica y Danowski, 2008).

Una de las ventajas mas marcadas de este medio es la de la desinhibición, puesto que se sienten libres de las limitaciones que impone la presencia directa, es decir, que se produce una especie de descorporeización que favorece la libre expresión verbal sin que se deba atender a los imperativos de la expresión no verbal. Como afirma Zanata (2007), en el ámbito virtual las conversaciones permiten acceder a un cierto grado de intimidad en menor tiempo que en el ámbito físico. Illouz (2007), por su parte, señala

que el romance cibernético anula el cuerpo, cosa que permite una expresión más completa del yo auténtico.

Las principales herramientas de comunicación por internet por las cuales se establecen relaciones íntimas son; el correo electrónico, chat, paginas generales, páginas de “encuentros”, cibersex,; las que permiten comunicación

- 1) Correo electrónico. Considerado como la herramienta primordial de la red, permite comunicarse con cualquier otro usuario de internet en el mundo e intercambiar mensajes de texto como la forma más simple de utilización (aunque también permite adjuntar documentos, imágenes, sonidos y videos). Revive la antigua tradición epistolaria, pero también tiene sus detractores, quienes sostienen que fomenta un cierto tipo de adicción a la información de último minuto y a comunicar la primera ocurrencia, sin mediación de demora o análisis.
- 2) Facebook y WhatsApp. A través de esta nueva era tecnológica, las relaciones de pareja se han vuelto vacías de sentimiento, es decir, más superficiales. Todo se resume y oculta en el WhatsApp y el Facebook, la conquista, las peleas, las reconciliaciones, y las expresiones más significativas del amor. Según Cardozo, A., y Tatiana, A. (2014) las redes sociales, las diferentes aplicaciones de chat que poseen los nuevos teléfonos de alta tecnología cumplen por su parte su objetivo en atrapar envolver y transformar, Hoy una solicitud de Facebook, un mensaje por chat (WhatsApp, Line, etc.) es suficiente para empezar un dialogo y demostrar un interés amoroso.
- 3) Páginas electrónicas generales relacionadas con la búsqueda de pareja. Cada una de las pantallas que pueden verse con un “navegador” y que corresponden a archivos enviados por el servidor donde está alojada la citada página. Así como hay páginas dedicadas a las finanzas, al ocio y al turismo, las hay —y por miles— dedicadas al tema de las relaciones de

pareja (cortejo, etiqueta, servicios, productos, consejos médicos, psicológicos, sexualidad).

- 4) Páginas electrónicas de “encuentros”. Servicios matrimoniales o de contactos basados en la computadora o anuncios personales enviados a un sitio web, que tienen un alcance mucho mayor que los publicados en un periódico local. Los cónyuges o amantes en potencia se pueden encontrar y conocer en el “éter” de la red, sin que importe su lugar de residencia.
  
- 5) Pornografía electrónica y cibersex. Igualmente la navegación por internet invariablemente cruza (o termina) en una página pornográfica, cuyo objetivo primordial es simplemente proporcionar satisfacción a todo tipo de fantasías sexuales. La mayoría incluye imágenes, videos o historias eróticas y, en general, están orientadas hacia el gran público masculino que se conecta a ellas (hetero, bi y homosexual).

En la literatura se ha estudiado con mayor frecuencia la forma e influencia de las tecnologías en la primera fase de la pareja en el acercamiento y enamoramiento, conocerse por internet en las diversas modalidades en las que las personas se pueden encontrar correos, chats, mensajes, facebook etc., entre otras (Roca, 2011; Orihuela, 2008; Valkenburg, Patti, Jochen, 2007; Bernárdez, 2006; Ardevol, 2005).

En el estudio Repercusiones en la relación de pareja del uso de medios tecnológicos y redes sociales virtuales (Alvarado-Bravo y cols. , 2013) se observó con respecto a la frecuencia y duración, todos se conectan diariamente con una duración variable entre media hora y de forma continua. En relación a los motivos revisan noticias, comentarios de su muro y la facilidad de contactarse con familiares y amigos que viven en una distinta ciudad.

En cuanto a los problemas y soluciones con la pareja se detectaron celos, desconfianza y la tendencia a la infidelidad. La desconfianza se ve reforzada con conductas de

espionaje con la clave y la cuenta de Facebook, las fotos que se suben a la red y las personas que aparecen, los comentarios de amigos o amigas, si responde los comentarios de la pareja y si no lo hace verifica si al resto de sus amigos ha respondido y finalmente las veces en que éste (a) se conecta. Las soluciones eran acuerdos para verse cara a cara. En cuanto a la imagen de perfil de la pareja intentaban mostrar una compensación con la vida real.

En el respeto por la privacidad, normalmente se intercambian las claves de Facebook y éstos entran constantemente mientras que el otro no está conectado. Y finalmente en la injerencia mutua con el perfil del otro o con las cosas que aparecen en su muro se detectaron múltiples injerencias y aquí es otra fuente de conflicto de las algunas veces llegan a solucionarse con acuerdos mutuos.

## **2.5 Tareas del hogar**

Diversos investigadores han supuesto una relación entre el empoderamiento de la mujer y la división del trabajo doméstico, asumiendo que aquel miembro de la pareja con mayores recursos o poder (entendiendo a la educación, los ingresos y la categoría ocupacional como recursos que generan poder) realizará menos labores domésticas (Huber y Spitze, 1983; Piotrowski y Repetti, 1984; Coverman, 1985; Ross, 1987; Brines, 1993; Presser, 1994; Pittman et al., 1996).

Este enfoque o planteamiento se conoce como la 'teoría de los recursos' y ha encontrado sustento empírico parcial para el efecto de un mayor ingreso de la mujer (la cual realizaría menos trabajo doméstico), pero la relación no es lineal sino curvilínea. La supuesta relación de una mayor educación y de un mayor status ocupacional y menos trabajo doméstico realizado no han encontrado mucho soporte empírico en general (Kroska, 2004).

El mayor problema de esta teoría es probablemente el supuesto de que los recursos tienen un mismo efecto sobre el trabajo doméstico de hombres y mujeres.

Por otra parte, se ha planteado que la realización de tareas domésticas es una función del tiempo disponible que tienen los individuos y de su capacidad de respuesta a la

demanda de tareas en el hogar (Blood y Wolf, 1960; South y Spitze, 1994; Silver y Goldscheider, 1994 ). Algunos autores han planteado el tiempo disponible como un recurso más, dentro de la teoría de los recursos, con la diferencia de que este recurso no libraría a quien lo posee del trabajo doméstico, sino que lo comprometería con éste.

El tercer marco explicativo es el de la perspectiva de roles de género, que centra la explicación de la distribución del trabajo doméstico en las actitudes socializadas y en lo que se considera apropiado para hombres y mujeres (Ferre, 1990; Ross, 1987; Berck, 1985; Fenstermaker, West y Zimmerman, 1991; South y Spitze, 1994). El planteamiento propuesto es que si el género es el determinante con mayor relevancia del trabajo doméstico, entonces estas actividades domésticas deben ser entendidas como una parte fundamental de la 'producción de género', de lo que significa ser masculino o femenino (Kroska, 2004). El trabajo doméstico produciría tanto bienes y servicios para el hogar, como género (Shelton y John, 1996).

Una cuarta explicación la ofrece el modelo de la ideología de género, el cual propone que individuos con actitudes más liberales o igualitarias respecto al género tenderían a una división más equitativa de las tareas domésticas que la que tendrían parejas con visiones de género más tradicionales (Greenstein, 1996; Pittman y Blanchard, 1996; Huber y Spitze, 1983).

En general, se acepta que cada una de estas teorías proporciona una explicación parcial.

En México, como en cualquier otro país, la mayor participación laboral de la mujer no es seguida por cambios en el patrón de poder o cambios evidentes en la división del trabajo doméstico (Benería y Roldán, 1987; Chant, 1991; García y Oliveira, 1994; Casique, 2000 y 2001) aunque la situación social en la que las parejas actualmente pueden negociar ha cambiado significativamente.

Ha cambiado el pacto matrimonial tradicional en el que el marido ofrecía seguridad económica a cambio de dependencia de la mujer, por un nuevo pacto conyugal, caracterizado por la importancia de la satisfacción con la relación, siendo el desigual reparto del trabajo doméstico significativo en esa insatisfacción, y por tanto, potencial

generador de conflictos (Cherlin, 2004; Meil, 2005). Si antes las dimensiones de la familia estaban fijadas, ahora se pueden negociar convirtiéndose así en una “familia negociadora”. Se ha pasado: “de estar definidas las dimensiones de la convivencia, a negociarse, en un contexto en el que los recursos diferenciales de poder tienden a igualarse y a superarse la tradicional dependencia económica, social y cultural de la mujer” (Meil, 2005: 178).

En esta nueva situación familiar la centralidad del empleo de las mujeres o el aumento de su nivel educativo, entendidos como recursos, pueden facilitar la negociación. Asimismo, que los padres tengan un empleo que les deje tiempo disponible puede facilitar su dedicación a los cuidados (Dermott, 2006 y 2008).

## **2.6 Manejo del Poder en la pareja**

Al hablar de poder en la relación de pareja, se han identificado los estilos y las estrategias de poder.

Los primeros se consideran como la forma en la que el sujeto pide a la pareja que haga lo que él quiere. A través de la literatura se ha hallado que los estilos aluden a la forma positiva, violenta o negativa y reservada de la transmisión de la comunicación (Nina, 1991). Por su parte, los medios que se utilizan para lograrlo se han denominado estrategias; de este modo, las estrategias de poder describen un proceso activo de conducta que está siendo ejercido.

En los estilos, que son la forma en la cual se le pide a la pareja lo que se desea, subyace un estilo de comunicación, que representa la manera en que se da el mensaje (Hawkins, Weinsberg y Ray, 1977), lo que coadyuva al proceso de comunicación (Norton, 1983); así, el estilo es aquello con lo cual se da forma al significado de la información que se está brindando (Nina, 1991). Desde esta perspectiva, si se toma en cuenta que el poder tiene en general una connotación de tipo negativa, es entendible el detrimento en la satisfacción en la relación.

De ahí la importancia de estudiar los estilos de poder en la relación de pareja a fin de proponer intervenciones de entrenamiento de estilos constructivos, donde la pareja

observe que el tono y la forma en la que algo se dice afecta su relación. Rivera y Díaz-Loving (2002) encuentran que existen en México dos estilos básicos de poder: el positivo y el negativo, y que las estrategias de poder están fuertemente vinculadas con la definición del concepto, ya que éste es explicado en términos de la estrategia, es decir, la forma a través de la cual se pide lo que se desea.

En interacción con los estilos y estrategias de poder y negociación utilizadas por hombres y mujeres en sus relaciones interpersonales, se debe incorporar la condición sociocultural que establece las normas y rige los roles desempeñados por los miembros de la pareja. Si se piensa que en el pasado trabajar y soportar la familia era normativamente una obligación del hombre, y estar en casa y cuidar del marido y los hijos eran los quehaceres de la mujer, cualquier cambio en esa estructura debe también influir la manera en que se ejerce el poder en la pareja. Bajo esta norma tradicional marital patriarcal, las esposas poseen poco poder para influenciar decisiones maritales dado que sus poderosos maridos tienen mucho más que decir (Bird, Bird y Scruggs, 1984; Lee y Petersen, 1983; Scanzoni, 1979; Warner, Lee y Lee, 1986).

Sin embargo, los papeles maritales y los comportamientos están cambiando gracias al aumento fenomenal de la participación de las esposas en las actividades económicas en los años recientes. De hecho, si una esposa está empleada y contribuye sustancialmente al bienestar de la familia, podrá ser más propensa a encarar conflictos maritales en cuanto a papeles, reglas y arreglos basados sobre el género tradicional y a negociar un balance igual de poder dentro del hogar. La evidencia muestra que una esposa que es coprovedora espera una distribución más equitativa de las labores en casa (Bird y cols., 1984; Geerken y Gove, 1983; Pleck, 1979; Scanzoni, 1980), y que el poder en la toma de decisiones en diferentes áreas de la vida del matrimonio aumenta con el ingreso que aporta (Allen, 1984; Scanzoni, 1980).

se puede decir que el concepto de poder dentro de la relación de pareja es importante en virtud de que permite un mejor conocimiento de la dinámica y funcionamiento del matrimonio y la familia, ya que, como mencionan García y Reyes (2004), en la actualidad las personas han cambiado la manera en que viven las relaciones de pareja

y de familia, pues en épocas anteriores las normas, valores y conductas que guiaban el comportamiento en estas situaciones eran radicalmente diferentes a como son ahora.

Así, dentro de una relación de pareja se establecen convenios y negociaciones, en donde una de las partes trata de lograr que la otra parte acepte sus ideas y resuelva sus necesidades. Por tanto, cuando se habla del grado en el cual un miembro de la pareja controla las interacciones importantes que suceden en la relación —control que determina la dinámica de las necesidades, preferencias y deseos del otro—, se está remitiendo al concepto de poder en la relación (Safilios-Rothschild, 1970) y a los estilos de negociación del conflicto ante dichas

## **2.7 Crianza de los hijos**

Rodrigo y Palacios (1998) apuntan que ser padre o madre significa poner en marcha un proyecto educativo significativo e introducirse en una intensa relación personal y emocional con los hijos.

Uno de los papeles más notorios que desarrollan los padres es el papel que desempeñan socialmente los hombres y las mujeres; es en la familia, y posteriormente en la escuela y en la convivencia social, en donde los niños se enfrentan a una serie de normas de conducta que tienen como eje rector el ser hombre o el ser mujer, por lo que en la vida cotidiana (marco en el que se producen acontecimientos definitivos), es por su repetición más que por su impacto momentáneo (Rodrigo y Palacios, 1998) donde se va desarrollando la distribución de los roles de los padres, el papel social de hombres y mujeres y una serie de desigualdades en las apreciaciones y juicios de la conducta de unos y otras, en donde se reproducen los estereotipos masculinos y femeninos asociados a lo natural.

Según González y Tovar (1994), existe una discriminación sexual manifiesta al considerar las actividades propias de cada uno de los sexos, las condiciones en las que se presentan y el valor que se les atribuye, muchas de las veces determinado por el género del actor; es decir, el valor está en función de si se es hombre o mujer, dejando de lado la igualdad que se tiene como persona.

Litton, Bruce y Combs (2000) definen a un buen padre como aquel varón que es proveedor, protector y cuidador junto con la madre. Si antes se esperaba que el padre fuera proveedor económico, ahora se espera que también suministre cuidados físicos y emocionales al niño y sea un compañero activo de la madre en su crianza.

Se ha documentado (Daniels y Weingarten, 1988; Fuller, 2000; Olavarría, 2000a; Torres, 2002) que tradicionalmente los hombres han asumido que la responsabilidad principal de ser padres es trabajar para la manutención económica de la familia, y que las funciones relacionadas con la educación y la formación de los hijos es ocupación exclusiva de la madre.

En un estudio realizado en México (Torres y cols, 2008) se observó que la mayoría de las mujeres (58%) opinan que su responsabilidad para con sus hijos e hijas es educarlos, cuidarlos, vestirlos y alimentarlos; en segundo término, consideran (29%) que es darles amor, respeto y enseñarles a que sean responsables de sus actos.

En cuanto a la responsabilidad del padre, las madres de familia dijeron que, al igual que ellas, las responsabilidades de su esposo son las de educarlos, cuidarlos, vestirlos y alimentarlos (51.6%); en segundo término, que debían dar amor y respeto a los hijos (16.13%), y finalmente, apoyarlos y comunicarse con ellos (9.67%). Por parte de los varones se obtuvo que la responsabilidad de la madre en la crianza es educar, cuidar, vestir, alimentar, dar amor (60.6%) y apoyar a los hijos y comunicarse con ellos (9.09%). y que su responsabilidad, al igual que la de las madres, que su principal responsabilidad es educar, cuidar, vestir y alimentar a los hijos (36.36%); en segundo lugar, ofrecerles amor y respeto (24.24%), y en tercer lugar apoyarlos y comunicarse con ellos (9.09%). Otras actividades que mencionan con menos del 6.1 % son “que anden bien”, “que salgan adelante y sean responsables de sus actos”, “enseñarles normas de convivencia”, “estar al frente de ellos”, “aconsejarlos”, “proveerles lo mejor”.

En otros estudios (Torres, 2004; Torres, 2005; Torres, Ortega y Garrido, 2004) se ha manifestado lo que consideran los varones que son sus responsabilidades en la crianza de los hijos: dar ejemplo, educar, lograr relaciones armoniosas, pasar tiempo juntos, disciplinar, amar, proveer lo necesario, comprender, proporcionar valores sobre los que

edifiquen su vida y ofrecer una guía espiritual. En dichos estudios se asienta asimismo la responsabilidad de proporcionar a sus hijos una educación integral, en donde se incluya la educación académica, sexual, moral y religiosa. Sin embargo, hay un adelanto mayor en la ideología (lo que se cree que se debe ser) que en la práctica (lo que se hace). Es fundamental que esta diferencia vaya disminuyendo y las nuevas generaciones de padres asuman y se comprometan día a día en la crianza de sus hijos, lo que permitirá disminuir sus temores por la posible incompetencia manifestada en la crianza y repercutirá favorablemente en los aspectos sociales y culturales de nuestro medio.

## **2.8 Economía en la pareja**

La manera como las parejas manejan los recursos económicos nos proporciona pistas sobre aspectos clave de la dinámica relacional en las parejas. Por ejemplo, la decisión de la pareja de tener una cuenta compartida para gastos o mantener cuentas separadas puede indicarnos el nivel de compromiso e integración en la relación (Heimdal & Houseknecht, 2003; Oropesa, Landale & Kenkre, 2003; Treas, 1993), así como también puede ser un indicativo del nivel de igualdad entre los cónyuges (Blumstein & Schwartz, 1991).

Pahl (1989) desarrolló la siguiente tipología en relación con la administración del dinero en parejas heterosexuales, en la cual se tiene en cuenta no sólo la manera como cada individuo aporta al presupuesto familiar, sino quién tiene la responsabilidad principal de administrar y decidir sobre el dinero (control del dinero):

1) Sistema del salario completo: existe un proveedor económico principal (generalmente el hombre) que da la mayor parte de sus ingresos para el sostenimiento del hogar, pero retiene algo de dinero para sus gastos personales. La pareja (generalmente la mujer) usa los aportes del proveedor principal y sus propios ingresos para cubrir los gastos.

2) Sistema de mesada: el proveedor principal (generalmente el hombre) da una mesada a su pareja para los gastos de mantenimiento del hogar y retiene una porción de su salario para gastos personales.

3) Sistema de fondo común o compartido: todos o casi todos los ingresos se tratan como un recurso colectivo. Los dos miembros de la pareja administran el fondo y toman parte en las decisiones.

4) Sistema de manejo independiente: cada individuo controla sus propios ingresos y asume responsabilidad por sus gastos personales y una parte de los gastos familiares. Ninguno de los dos tiene control sobre todos los ingresos del hogar. Es posible que existan arreglos mixtos dentro de este sistema, en los que hay una cuenta común para gastos familiares a la que aportan las dos personas.

Los estudios indican que en diversas sociedades el sistema más común de administración del dinero es el denominado fondo común (Heimdal & Houseknecht, 2003; Pahl, 2008; Vogler, 2005).

La mayoría de las parejas adoptan con el tiempo este sistema, aunque al inicio de su vida conyugal cada individuo haya manejado de manera independiente su dinero (Burgoyne, Reibstein, Edmunds & Dolman, 2007). A pesar de estas tendencias, en los últimos años se ha incrementado el número de parejas que adoptan un sistema de manejo independiente (o cuentas separadas) (Vogler, Brockmann & Wiggins, 2006). Estas parejas manifiestan que tener cuentas separadas les ayuda a mantener independencia en su relación (Burgoyne, Reibstein, Edmunds & Routh, 2010).

Durante siglos, el propósito central del matrimonio como institución social fue preservar los intereses económicos de las familias de los contrayentes (Coontz,

2005; Mintz & Kellogg, 1988). Este matrimonio patriarcal se caracterizó por el control masculino del dinero. A medida que la institución matrimonial ha cambiado a una unión basada en la compañía y apoyo mutuo entre los cónyuges, el fondo común o cuenta conjunta se convierte en el sistema predominante para el manejo de los recursos (Zelizer, 1989). Sin embargo, ¿qué tan equitativas son las prácticas de administración del dinero en las parejas?

Aunque tanto hombres como mujeres inician el matrimonio con la expectativa de establecer condiciones de igualdad en asuntos de dinero (Burgoyne & Routh, 2001), esto no siempre se hace realidad en la práctica (Burgoyne, 2004; Webley et al., 2001).

Estudios empíricos sugieren que diferentes factores, tanto a nivel individual como contextual, se asocian a los sistemas de manejo del dinero que desarrollan las parejas.

### **Factores Individuales**

En la investigación empírica se han identificado tres variables de los miembros de la pareja que influyen en la manera como se administra el dinero.

- 1) Una de ellas, tal vez la principal, tiene que ver con el origen de los ingresos en el hogar o la contribución relativa que hacen los miembros de la pareja al sustento económico de la familia. De acuerdo con la teoría de los recursos (Blood & Wolfe, 1969), quien aporta más ingresos a la familia probablemente mantendrá más control sobre esos recursos; en tanto que las relaciones serán más equitativas en la medida en que los esposos contribuyan por igual al sustento familiar. Aun cuando los miembros de la pareja perciban los ingresos como un bien común, ambos son conscientes de quién aporta y cuánto aporta cada uno. Esto parece cierto aun en casos en los que la pareja tiene una cuenta compartida para cubrir los gastos familiares (Burgoyne, 1990, Burgoyne & Lewis, 1994).
- 2) El segundo factor que influye en el manejo del dinero es el nivel de ingresos familiar. Se han hallado diferencias en los sistemas de administración que adoptan las parejas de acuerdo con el estrato socioeconómico. Empero, cuando los hombres son los principales proveedores tienen más probabilidad de ejercer control sobre el dinero independientemente del sistema de administración empleado por la pareja (Pahl, 1989; Wilson, 1987).

Las expectativas y creencias sobre el matrimonio –por ejemplo, creencias sobre roles de género– también inciden en la administración del dinero. En parejas con visiones

más tradicionales se encuentra mayor control de lo económico por parte del hombre, en tanto que en parejas con visiones menos tradicionales se espera una participación más equitativa de ambos miembros de la pareja (Pahl, 1989). Algunos autores afirman que estas creencias constituyen reglas de conducta institucionalizadas (Martin, 2004).

- 3) Por último, las características de la relación y las experiencias que anteceden a la misma pueden influir también en el sistema de administración del dinero. De acuerdo con Treas (2000), las parejas establecen sistemas para manejar el dinero que minimizan los costos de sus decisiones. Cuando se percibe que el matrimonio es inestable, las parejas adoptan sistemas de administración en los que sea más fácil separar sus recursos económicos en caso de una eventual separación (Burgoyne & Morrison, 1997). Asimismo, las parejas en las que uno o ambos miembros tuvieron una relación anterior que terminó en divorcio, tienden a mantener cuentas separadas (Burgoyne & Morrison, 1997; Heimdal & Houseknecht, 2003).

### **Factores contextuales**

Otros autores han señalado que es necesario considerar el papel de factores contextuales en el tipo de sistemas de administración del dinero que implementan las parejas (Lauer & Yodanis, 2011; Yodanis & Lauer, 2007). Específicamente, los sistemas que implementan las parejas están inmersos en los valores culturales e ideologías sociales (Treas, 1993) y se ven moldeados por las instituciones sociales (Brinton & Nee, 1998).

Entre estas creencias y prácticas culturales se encuentra la definición institucional del proveedor (Tichenor, 1999; Vogler & Pahl, 1993), que prima en cada sociedad. Esta se refiere a un conjunto de creencias dominantes acerca de los roles aceptables para hombres y mujeres en el matrimonio y la expectativa acerca de quién debe ser el principal proveedor económico (Blumstein & Schwartz, 1985). Quien se define institucionalmente como el proveedor tiene más poder en las decisiones sobre el

manejo del dinero. Yodanis y Lauer (2007) encontraron en 21 países que la presencia de una definición institucional en la que se considerara a ambos miembros de la pareja como proveedores económicos tenía mayor efecto en la actitud de las parejas hacia compartir la administración del dinero, que los ingresos reales aportados por (2007).

Específicamente, los sistemas que implementan las parejas están inmersos en los valores culturales e ideologías sociales (Treas, 1993) y se ven moldeados por las instituciones sociales (Brinton & Nee, 1998). Entre estas creencias y prácticas culturales se encuentra la definición institucional del proveedor (Tichenor, 1999; Vogler & Pahl, 1993), que prima en cada sociedad. Esta se refiere a un conjunto de creencias dominantes acerca de los roles aceptables para hombres y mujeres en el matrimonio y la expectativa acerca de quién debe ser el principal proveedor económico (Blumstein & Schwartz, 1985).

Quien se define institucionalmente como el proveedor tiene más poder en las decisiones sobre el manejo del dinero. Yodanis y Lauer (2007) encontraron en 21 países que la presencia de una definición institucional en la que se considerara a ambos miembros de la pareja como proveedores económicos tenía mayor efecto en la actitud de las parejas hacia compartir la administración del dinero, que los ingresos reales aportados por cada miembro de la pareja a la economía familiar. cada miembro de la pareja a la economía familiar.

### **III AFRONTAMIENTO**

Lazarus (1982, citado en Ojeda Garcia y cols. 2008) define al afrontamiento un proceso donde los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar, responder, disminuir, reducir, controlar o solucionar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.

#### **3.1 Estrategias de afrontamiento**

Se distingue entre estrategias como una modalidad de afrontamiento contingente a la situación (procedimientos concretos, específicos y cambiantes de acuerdo a las condiciones causantes) y estilo como un conjunto de estrategias de afrontamiento asociadas a varias situaciones, de ahí que el estilo es más general y estable dentro de cada persona.

De acuerdo con Sepulveda y cols. (2014) las estrategias se clasifican en escalas primarias y secundarias. Las primarias incluyen:

- a) Comportamientos relacionados con el problema, el análisis de las circunstancias, la reflexión de las posibles soluciones, la búsqueda de información, las estrategias de anticipación al desastre , control de emociones y circunstancias , y la búsqueda del apoyo social (Cruz y cols 2010).

Existen muchas estrategias de afrontamiento que puede manejar un individuo. El uso de unas u otras en buena medida suele estar determinado por la naturaleza del estresor y la circunstancia en la que se produce.

Las estrategias generalmente están enfocadas a la definición del problema y su solución de problemas (Contreras y cols, 2007) los cuales están relacionados con mayor bienestar psicológico y estados afectivos positivos, y los enfocados en la evitación (Cooper, 2003), los cuales son poco eficaces y suelen predecir estados afectivos negativos.

Existen dos grupos principales de estrategias, las que hacen referencia al análisis del entorno para modificar las presiones ambientales, los obstáculos , los recursos y

procedimientos y las que se refieren al sujeto, donde se incluyen las estrategias encargadas de cambios motivacionales o cognitivos, aprendizaje de recursos y procedimientos nuevos (Lazarus y Folkman, 1991).

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986 citado en Hernandez Altamirano y Gutiérrez, 2012).

Las estrategias utilizadas frente a una situación dependen de la percepción y la evaluación que posee; el significado que la persona le asigna (evaluación primaria), la valoración de las opciones o recursos de afrontamiento disponibles (evaluación secundaria) y la valoración de los resultados (valoración terciaria).

### **Investigación previa**

A lo largo de la relativa breve historia del estudio de las estrategias de afrontamiento, se han adquirido múltiples definiciones; uno de los problemas que ha surgido en la definición es que diversos autores han utilizado diferentes nombres para referirse a las formas para enfrentar las situaciones de conflicto; por ejemplo, Rusbult y cols (1991) hablan de categorías de respuesta a las relaciones conflictivas; otros autores (cfr. Díaz-Loving y Sánchez, 2000) se refieren a los estilos de enfrentamiento, Levinger y Pietromonaco (1989) a estilos de resolver el conflicto y Sánchez (2000) a los estilos de negociación, habiendo contemplado eso, algunas definiciones son:

Para Rodriguez, Pastor y López (1993, citado en Casas Gutiérrez, 2007), un conjunto de repuestas ante una situación estresante, ejecutadas para manejarla o neutralizarla, incluye los intentos del individuo para resistir y superar demandas excesivas con el fin de reestablecer el equilibrio.

Coles y Coles (1978) menciona que el afrontamiento va más allá de la resolución de problemas e incluye los intentos por ensayo y error, es decir surge desde un contexto estresante, es una respuesta al cambio y provoca la creatividad y la producción de nuevas conductas en diversas situaciones.

### 3.2 Perspectivas teóricas

Billings & Moos en 1982 y Lazarus y Folkman en 1986 enfatizan 4 perspectivas teóricas desde las cuales se ha construido el conocimiento entorno al afrontamiento (Colin Castillo, 2001):

- 1) Perspectiva psicoanalítica: uno de los antecedentes mas antiguos del estudio del afrontamiento proviene de esta postura, primeramente con los trabajos realizados por Freud quien relaciono el afrontamiento con los mecanismos de defensa, posteriormente Anna Freud retomo esta labor, desde la cual se considera al afrontamiento como un proceso incosciente que se desencadena en respuestas a algunos agentes estresores de origen instrapsiquico (Casullo, 1998 en Salotti,2006).
- 2) Pespectiva del ciclo de vida: fue formulada por Erikson en 1963, quien planteo que los individuos realizan una acumulación gradual de recursos personales de afrontamiento a lo largo de la vida. Este autor pone énfasis en que el manejo exitoso de las transiciones del desarrollo y la crisis que ocurren en cada punto del ciclo de la vida, representan la oportunidad de aumentar los recursos de afrontamiento que pueden ayudar a resolver las subsecuentes crisis. Dentro de los recursos de afrontamiento se reconoce la autoestima, la autosuficiencia, un sentido de poder y el locus de control interno.
- 3) La teoría evolucionista y de modificación de la conducta: desde esta perspectiva se pone énfasis en las estrategias y actividades conductuales dirigidas a la solución del problema cuya finalidad es poder aumentar el sentido de autosuficiencia y con ello, la supervivencia ndividual y de las especies.
- 4) La aproximación cultural y socio-ecologica: se enfatizan las conductas de afrontamiento como medio para establecer una adaptación al medio ambiente tanto físico como cultural . esta adaptación se facilita por la coperacion de la comunidad humana, la cual esta adaptada al ambiente y se encarga de proveer

de conductas de afrontamiento cultural a cada individuo, esto es, a través de sus métodos de enseñanza, fomentar la aparición de las habilidades necesarias para lograr la resolución de problemas, ya que a través de las redes sociales se pueden proporcionar recursos interpersonales como comprensión emocional, guía cognoscitiva y apoyo tangible.

A pesar de que estas perspectivas se complementan entre sí, la mayoría de aportes han sido de forma individual y sobretodo dirigidos al campo de la salud. Se asocio fuertemente con eventos estresantes, y enfermedades (Bautista y Ruiz, 2009). Posteriormente el estudio del afrontamiento se ha ampliado en personas sanas, ya que se considera que en la vida cotidiana, pueden presentarse diversas situaciones estresantes (Colin y Fitz, 2001).

El interés por este tema ha incrementado en los últimos años debido al ritmo de vida, debido a que las múltiples ocupaciones han generado mayores índices de estrés (Rodriguez y Ruiz Franco, 2003).

### **3.3 Estrés y estrategias**

El estrés ha sido definido como un estado de desequilibrio corporal ocasionado por la presencia de estímulos inespecíficos, denominados estresores, cuyo origen puede ser tanto interno como externo, reales o imaginarios y que causan efectos adversos sobre el individuo; cuando una situación estresante desequilibra el entorno de una persona, esta reacciona para poder volver al equilibrio, empleando estrategias de afrontamiento específicas (Navarrete y salas, 1998, en Jimenez Rodriguez y Ruiz Franco, 2003).

Cervantes y castro (en Sánchez Aguirre, 2001), realizan una clasificación de de los estresores potenciales:

- 1) primero los estresores inherentes, donde se incluyen eventos universales como los terremotos o catástrofes naturales.
- 2) Los estresores simbólicos, como la pérdida de objetos, autoestima o de figuras simbólicas.

Por su parte Lazarus (1997, en Jimenez Rodriguez y Ruiz Franco,2003), menciona 3 principales eventos generadores de estrés a nivel global:

- 1) Cambios universales: huracanes y otros desastres naturales.
- 2) Cambios que afectan a algunas personas: muerte, desempleo, separación, etc.
- 3) Ajetreos diarios: trafico, actividades excesiva o cansancio.

Lazarus y Folkman (1982, en Jimenez Rodriguez y Ruiz Franco, 2003) retoman la clasificacion de estresores, tomando en cuenta las características individuales que intervienen en el afrontamiento como las creencias, valores, preferencias , compromisos y otros; los cuales juegan un papel importante como mediadores en el impacto de un evento estresor:

- 1) Fuentes personales: determinan la importancia personal de la situación y a partir de eso se decide lo que esta en juego,. Incluye la edad, los valores, creencias, percepciones,etc.
- 2) Fuentes laborales: se refiere a los conflictos inmersos en el ámbito laboral con superiores o compañeros de trabajo, aso como exceso de trabajp, demasiadas responsabilidades o la perdida de empleo.
- 3) Fuentes sociales; aquellas situaciones generadoras de estrés en diversos ámbitos como la familia, pareja, amistades, vecinos, muerte o enfermedad de personas cercanas.

### 3.4 Tipos de estrategias

De acuerdo con LaFramboise (1993) y Ogbu (1981): las estrategias pueden organizarse en dos categorías:

a) Afrontamiento individual: involucra habilidades preescritas por la cultura principal, las características personales o los procesos internos que el individuo utiliza para su relación con el ambiente.

b) Afrontamiento general (de respuesta cultural): son las habilidades específicas que la gente desarrolla para lidiar con un nuevo ambiente, estas son compuestas por las características de la cultura tradicional y las experiencias.

Meneghan (1983) también introduce un esquema categórico para el afrontamiento, con tres amplios grupos:

1) recursos, actitudes generalizadas acerca de uno mismo y del mundo, y conductas;

2) estilos de afrontamiento, las preferencias habituales en los planes de resolución de problemas; y

3) esfuerzos de afrontamiento; las acciones específicas que se utilizan en situaciones específicas para resolver el problema.

De igual manera Mc Cubbin, Joy, (1980, citado en Rodríguez y cols. 2002). Las investigaciones han revelado que las estrategias de afrontamiento familiar no se originan en un único instante sino que se modifica progresivamente a lo largo del tiempo.

Debido a que la familia es un sistema, las conductas de afrontamiento implican el manejo de varias dimensiones de la vida familiar simultáneamente:

- 1) mantenimiento de unas condiciones internas satisfactorias para la comunicación y organización familiar,
- 2) promover la independencia y autoestima de los miembros,
- 3) mantenimiento de los límites de coherencia y unidad de la familia,

- 4) mantenimiento y desarrollo de apoyos sociales y
- 5) mantenimiento de algunos esfuerzos para controlar el impacto del estresor y la cantidad de cambio en la unidad familiar. El afrontamiento entonces es un proceso para alcanzar un equilibrio en el sistema familiar que facilita la organización y unidad y promueve el crecimiento y desarrollo individual.

Dado que el afrontamiento a un nivel familiar es más complejo, la mayoría de los investigadores se han centrado principalmente en el nivel individual .

En un intento por operacionalizar los estilos de negociación a la cultura mexicana, Díaz-Loving y Sánchez (2002) aplicaron el inventario de Levinger y Petromonaco (1989) y verificaron la consistencia de las cinco dimensiones, encontrando que ésta fue de más de .70 en todos los factores, con excepción del de evitación, que fue de .66. Posteriormente, Rivera y Díaz-Loving (2002) aplicaron nuevamente dicho instrumento y realizaron los análisis psicométricos del mismo, hallando que la estructura factorial del inventario varía y que se encuentran únicamente cuatro dimensiones: colaboración-equidad, acomodación, competencia y evitación, con consistencias internas que fluctúan de .70 a .92.

Adicionalmente, en conjunto con los estilos de negociación, una variable implícita en el conflicto es el poder ejercido en la relación de pareja, que hace referencia a quién toma las decisiones, quién plantea ideas o soluciona problemas, quién recibe mayor acuerdo y quién participa más en las discusiones.

Existen muchas definiciones sobre poder, entre ellas la de que el poder interpersonal es la habilidad de conseguir que otra persona piense, sienta o haga algo que no habría hecho en forma ordinaria y espontánea (Cartwright y Alvin, 1959).

Si se poseen los medios de afectar a otro, se tiene poder frente a frente; el uso del propio poder se llama influencia; si la propia influencia es exitosa, se le denomina control. Así el poder y sus formas (frente a frente, influencia y control) son la parte de la vida de las personas que está construida a partir de las normas de interacción social de una cultura en particular.

Cabe mencionar que hay muchas maneras de ejercer el poder (directa o indirectamente, personal o impersonalmente, unilateral o bilateralmente, verbal o no verbalmente), las cuales son caracterizadas, en su caso, por hombres, por mujeres o por ambos. Otras definiciones de poder lo caracterizan como la toma de decisiones, indicando que el poder es inherente a la aptitud para ocupar posiciones de mando (Shimanovich, 1984).

Inclusive la relación de pareja ha sido definida —en términos de poder— como una dependencia económica forzada, la cual deja a las mujeres con un rango limitado (se refiere al crecimiento personal limitado) de conducta y con un funcionamiento mínimo (alude a la limitación de la experiencia de la mujer a la esfera de actividad del hogar) (Frieze, Parsons, Johnson, Ruble y Zeliman, 1978).

Por su parte, Díaz-Guerrero y Díaz-Loving (1988) señalan que el poder es cualquier tipo de conducta a través de la cual se logra que los otros hagan lo que nosotros, queremos que se haga.

### **3.5 Modelo de afrontamiento de Lazarus y Folkman**

Folkman (2011) define afrontamiento como los esfuerzos cognoscitivos y/o conductuales que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas generadoras de estrés.

Lazarus y Folkman (1986) definen afrontamiento como “aquellos procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”.

Modelo de Lazarus y Folkman (1988) en su instrumento Modos de Afrontamiento (Ways of Coping, WOC) reconocen y evalúan una serie de ocho pensamientos y acciones que se efectúan para manejar una situación estresante, estas estrategias orientadas a la acción (manipulación orientada a modificar o alterar el problema) o a la emoción (acciones que ayudan a regular las respuestas emocionales a las que el problema da lugar) son:

- 1) Confrontación: intentos de solucionar directamente la situación mediante acciones directas, agresivas o potencialmente arriesgadas.
- 2) Planificación: pensar y desarrollar estrategias para solucionar el problema.
- 3) Distanciamiento: intentos de apartarse del problema, no pensar en él o evitar que le afecte a uno.
- 4) Autocontrol: esfuerzos para controlar los propios sentimientos y respuestas emocionales.
- 5) Aceptación de responsabilidad: reconocer el papel que uno haya tenido en el origen o mantenimiento del problema.
- 6) Escape – evitación: empleo de un pensamiento irreal improductivo o de estrategias como comer, beber, usar drogas o tomar medicamentos.
- 7) Reevaluación positiva: percibir los posibles aspectos positivos que tenga o haya tenido la situación estresante.
- 8) Búsqueda de apoyo social: acudir a otras personas para buscar ayuda, información o también comprensión y apoyo emocional.

Los aportes de Lazarus (1991) abordaron este nuevo constructo y marcaron, sin dudas, un recorrido teórico de relevancia para la Psicología. El modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1984) ha tenido gran aceptación entre los científicos, aportando una importante conceptualización del afrontamiento.

Un afrontamiento inadecuado puede llevar a un estrés crónico o a la aparición de estados negativos y psicopatológicos (Escamilla, Rodríguez y González, 2009), así como a la alteración de la toma de decisiones.

La vigencia de este modelo es resultado de la relación dialéctica sujeto –medio, posé apertura interdisciplinaria, lo cual hace posible integrar los datos y esquemas de disciplinas como la antropología, la sociología, la biología, medicina entre otras. Lo que a su vez facilita el desarrollo de estrategias de intervención que sean funcionales a más de un tipo de servicios de profesionales.

De igual manera retoma una serie de factores intervinientes en el proceso de afrontamiento; estos componentes se clasifican en internos y de personalidad.

### **3.6 Estilos de manejo de conflicto de Levinger**

En 1989 Levinger y algunos colaboradores diseñaron el inventario de estilos de manejo del conflicto con base en el modelo propuesto por Killman y Thomas donde se enaltece las características que la gente tiene para manejar los conflictos interpersonales. El modelo menciona que existen personas que son directas, ansiosas las cuales presentan miedo de dañar sus relaciones con los demás-; algunas otras intentan encontrar soluciones buenas para las partes involucradas. De acuerdo con esto, se considera que las estrategias están dirigidas en dos ejes, uno de ellos dirigidos a la preocupación por sus propios beneficios y la otra dirigida a la preocupación por los beneficios del otro; como resultado de estas dimensiones se derivan cinco estrategias:

- 1) Acomodación: es una estrategia alta en preocupación por el otro y baja en la preocupación por el yo, implica sacrificar las propias metas y proteger la relación

por medio del dar al otro, quien satisface sus necesidades a expensas de quien se acomoda. .

- 2) Evitación: involucra baja preocupación tanto por el yo como por el otro, en este caso cuando surge un conflicto la persona evitante deja que el conflicto se presente y se deje sin resolver o que la otra persona sea quien tome la responsabilidad, suelen retirarse de la situación, lo que para el otro representa a oportunidad de lograr sus metas sin oposición del contrario.
- 3) Competencia: la gente que utiliza esta estrategia pretende maximizar sus beneficios, mientras provoca altos costos para el otro y las situaciones son vistas desde una postura de ganar o perder, donde no importa usar cualquier medio para defender o ganar una posición superior ante el otro.
- 4) Colaboración: se desarrollan tácticas donde se vean beneficiados ambos sujetos, se integran las necesidades para maximizar los intereses.
- 5) Acuerdo: en este punto no solo se cede, si no que se busca una solución novedosa y conjunta a partir de un acuerdo.

### **3.7 Díaz Guerrero estilos de vinculación**

En México, Díaz Guerrero (1994), estudia los estilos de vinculación afectiva, afirma que la interacción del estilo de afrontamiento, las habilidades, premisa y rasgos es que el individuo reacciona a su medio, interacciona, se conforma o rebela ante las personas. De acuerdo con Díaz existen dos estilos a nivel universal :

- 1) Automodificador: donde el individuo genera cambios en sí para resolver el problema
- 2) Autoafirmativo: se modifica el medio ambiente físico o social para resolver las necesidades personales

De acuerdo con el autor la importancia de este aspecto radica en la personalidad del mexicano.

## **IV. METODOLOGÍA**

### **4.1 Justificación**

La pareja es una unidad social y su estudio amerita el conocimiento del contexto donde los miembros han sido formados, para fines de esta investigación, es preciso revisar el contexto mexicano, un contexto pluricultural, desde el cual se puede entender la dinámica de relación.

La pareja, de acuerdo con Díaz Loving (2010), surge con base en un sistema de normas y reglas de conducta, tomando en cuenta la cultura y la herencia social, y se deriva del pensamiento común, colectivo y religioso de un pueblo que lo transmite de generación en generación a través del proceso de socialización. A partir de esta conceptualización, se retomaran algunos puntos del contexto mexicano pretendiendo aclarar su interacción con la relación de pareja, y se retomara el modelo Bio-psico-socio-cultural de Díaz Loving (1996), así como el ciclo de Acercamiento-alejamiento de Díaz Loving (1999).

El conflicto es un fenómeno ligado a la humanidad y la socialización, sus causas más comunes, su presencia en la relación de pareja, la posibilidad de crecimiento o finiquito de la relación de pareja, y su afrontamiento. Para ello se hace uso de los modelos de afrontamiento ante el conflicto y nos centraremos en el modelo de Lazarus y Folkman (1991) y en su definición la cual considera el afrontamiento como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que desarrollan para manejar las demandas específicas externas y /o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo, independientemente de su eficacia o de cual sea su valor intrínseco”. Se reconocen las estrategias como resultado de las experiencias de vida de los participantes, su personalidad y otros factores.

A pesar de existir investigación en el área de estrategias de afrontamiento, existen pocas referentes a las estrategias de afrontamiento ante el conflicto en la relación de pareja .

Para lograr el objetivo de esta investigación se ha considerado que la duración de la relación sea de 15 a 20 años.

Este estudio pretende conocer las estrategias de afrontamiento que utilizan las parejas frente al conflicto en la relación.

## **4.2 Marco interpretativo**

El marco interpretativo retoma de la Fenomenología;

- la experiencia personal, es decir en las percepciones que las personas tienen del mundo, como lo viven.
- Los comportamientos humanos deben contextualizarse en base a sus relaciones con los objetos, las personas, los sucesos y las situaciones.

Una perspectiva fenomenológica, visualiza la conducta humana, lo que las personas dicen y hacen, como el producto de la definición de su mundo. De esta manera, una investigación fenomenológica, busca la comprensión del significado que las experiencias vividas tienen para las personas.

La obtención de la información desde marco fenomenológico, generalmente se hace por medio de entrevistas. En este sentido, la entrevista abierta, como metodología cualitativa busca capturar el proceso de interpretación, viendo las cosas desde la perspectiva de las personas, quienes están continuamente interpretándose y definiéndose en diferentes situaciones, tratando de comprender la conducta humana desde el propio marco de referencia de las personas.

Para fines de esta investigación entendemos estrategias de afrontamiento como “aquellos procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (Lazarus y Folkman, 1986); y conflicto como “aquella situación de disputa o divergencia en que hay una contraposición de intereses (tangibles), necesidades y/o valores en pugna entre dos o más partes” (Paco, 2001).

### **4.3 Objetivo general**

Conocer cuáles son las estrategias de afrontamiento ante el conflicto utilizadas por una pareja de 15 años de relación.

### **4.4 Tipo de estudio**

Cualitativo, descriptivo, de caso.

### **4.5 Escenario.**

Casa de los participantes

### **4.6 Participantes**

1 parejas con 15 años de relación, conformada por un hombre de 41 años, cuya profesión es arquitecto y una mujer de 38 años quien labora como asistente personal; padres de una niña de 5 años.

### **4.7 Procedimiento**

Se realizó una entrevista estructurada con los siguientes propósitos:

- Pregunta de verificación: se aplicó para verificar que los participantes cumplan con las características requeridas para el estudio (tiempo de permanencia)
- Guía temática: conformada por los temas a tratar durante la entrevista (familia, atracción, elección de pareja, relación de pareja, conflicto, solución de conflicto), así como las preguntas relacionadas con cada tema, es necesario especificar que entre cada inciso de la guía habrá espacios para tomar nota de algún hecho relevante, así como observaciones referentes a la conducta no verbal.
- Se realizaron tres sesiones de entrevistas individuales a los integrantes de la pareja, de aproximadamente 1 hora y media a 2 horas.

## V. RESULTADOS

### Antecedentes familiares: relación de los padres de la pareja investigada

1. Relación de los padres como pareja ¿cómo lo vivió?	
Esposa	Esposo
Mamá soltera Ausencia del padre	Buena Estable y cariñosa
Nota: la entrevistada comento que vivían con los patrones de su mamá y ellos tenían buena relación. “- ellos siempre han sido muy cariñosos y tranquilos, yo nunca los he visto pelear o gritar.....”	Cariñosa “-ella y mi papa eran muy cariñosos, siempre se han dicho apodos como amor, o gordo,”

Tabla 1. En relación a los padres de la pareja investigada, la esposa reporta que su mamá es soltera y la relación de pareja más cercana con la que convivió la fue la de los patrones de la madre, quienes tienen una relación de pareja buena, mientras que el esposo se refiere a la relación de sus padres como buena y cariñosa.

2. ¿Cómo resolvían los padres sus conflictos?			
Esposa		Esposo	
Mamá	Papá	Mamá	Papá
Comunicación		Comunicación	Comunicación
<p>Nota: en conflictos con la hija :  “-cuando algo pasa mi mamá y yo nos sentamos a hablar hasta que lo solucionamos.-”</p>	<p>Nota: el no estuvo presente</p>	<p>“- nunca se pelearon delante de mí, solo me daba cuenta que algo pasaba cuando mi mama se ponía seria, y si yo le preguntaba que pasaba, ella solo me decía que todo se arreglaría, que después lo hablarían.- ”</p>	<p>“- si en algún momento sientes que vas a explotar piensa como seria tu vida sin ella y eso te ayudara a encontrar una mejor solución.-”</p>

Tabla 2. En relación a los conflictos de los padres de la pareja investigada, la esposa reporta que debido a que su madre es soltera, nunca vio un conflicto de ese tipo, pero siempre que se daba uno entre madre e hija, se recurría al dialogo, por parte del esposo sus padres peleaban poco y si sucedía se recurría a hablar del tema.

**Experiencia de la pareja investigada ante la relación de pareja de sus padres.**

3. Experiencia del entrevistado ante la relación de pareja de sus padres			
Esposa		Esposo	
Mamá	Papá	Mamá	Papá
Afortunada		Afortunada	
“.-me siento afortunada por haber tenido una madre como la que tengo, es fuerte y sensible, luchona, y dedicada y le agradezco a la vida que así hayan sido las cosas.-”		“.-me siento muy afortunado, no conozco a otro matrimonio que sea así, siempre son cariñosos y a pesar de todo han sabido seguir adelante, la comunicación los ha mantenido juntos.- ”	

Tabla 3. La experiencia de la pareja entrevistada ante la relación de sus padres fue, por parte de la esposa de fortuna ya que considera a su madre como una mujer fuerte y sensible, luchona y dedicada, mientras que el esposo dice sentirse afortunado, no conoce a otro matrimonio que sea como el de sus padres.

4. Como fue el trato de papá y mamá hacia el entrevistado			
Esposa		Esposo	
Mamá	Papá	Mamá	Papá
Cariñosa	Nulo	Dedicada	Respetuoso
Dedicada	<p>Nota: del patrón de su mamá recibió un buen trato inclusive de la señora también.</p> <p>“.- el señor fue casi como mi padre, Don Pepe siempre fue muy lindo...me enseñaba cosas de las oficinas... hasta un poco de administración... algunas ocasiones también me llevaba al cine o al parque a comer algo...”</p>	Amorosa	Educado
Detallista		Respetuosos	Amoroso
Amorosa		<p>“.-cuando me iba bien en la escuela me llevaba al parque el fin de semana nos compraba a mi mamá y a mí un dulce y jugábamos....mis papas me enseñaron a ser cariñoso, y mi papa me decía que aunque o fuera hombre tenía que aprender a cocinar, y planchar y todos los quehaceres de la casa...”</p> <p>“.-aunque mamá decía que éramos muy jóvenes pero de cualquier manera nos apoyaron y respetaron.-”</p>	
“.- ese tiempo mi mamá me lo dedicaba, siempre ha sido muy cariñosa, y curiosa, siempre que veía algo bonito me lo compraba pero eran pequeños detallitos una bolita, un chocolate cositas así...”			

Tabla 4. El trato reportado por la esposa de parte de su mamá es cariñoso, dedicada, detallista y amoroso, del padre reporta un trato nulo, aunque del patrón de su mamá recibió un buen trato y por parte del esposo reporta que sus padres son amorosos y respetuosos.

5. Como le afecto todo lo anterior al participante			
Esposa		Esposo	
Mamá	Papá	Mamá	Papá
Aprendizaje	Aprendizaje	Aprendizaje	Aprendizaje
<p>“.-ella tuvo que asumir su papel de madre y darme lo que estuviera en sus manos,.... siempre ha sido muy organizada, y limpia....Otra de las cosas que le aprendí a mi mamá son ciertas mañas, recuerdo mucho que ... me fijaba mucho en que hacían los demás para aprender y no regarla, ella hacia lo mismo en las reuniones de los señores, ....-”</p>		<p>“.- Papá me decía que aunque o fuera hombre tenía que aprender a cocinar, y planchar y todos los quehaceres de la casa...-”</p> <p>“.-entre semana mi mama y después yo hacíamos el quehacer de la casa también me enseñaba a bailar, y a cocinar.-”</p>	

Tabla 5. La esposa de la pareja investigada reporta haber aprendido de su madre la organización y la limpieza y de su padre aprendió a no ser como él, en cambio el esposo aprendió a realizar quehaceres, a bailar, a planchar y demás labores del hogar.

6. Que aprendizajes le dejó lo anterior			
Esposa		Esposo	
Mamá	Papá	Mamá	Papá
Organización	No ser como él	Respeto	Prudencia
Limpieza		Cariñosa	Respeto
Ser cariñosa		Dedicada	Hogareño
“.-mi mamá siempre ha sido muy organizada, y limpia, yo creo que es una de las cosas que me han marcado y posteriormente me han servido.....-”	“.-y jamás quise ser como el, siempre he luchado para asumir mis responsabilidades así que...-”	“.- mi mama era muy cariñosa, decía que a la gente hay que disfrutarla cuando la tenemos, ...- mi papa me dijo “cuando tomas la decisión de pasar el resto de tu vida con alguien, esa persona merece todo tu respeto y amor, y tú debes tratar de ser la mejor persona para ella y tratar de hacerla tan feliz como ella te haga sentir, nunca le grites y si en algún momento sientes que vas a explotar piensa como sería tu vida sin ella y eso te ayudara a encontrar una mejor solución ”, así que eso hago.-”	

Tabla 6. El aprendizaje que reportaron los participantes fue, por parte de la esposa que su madre es curiosa organizada, limpia y cariñosa y por parte del esposo que sus padres son hogareños, respetuosos, prudentes y dedicados.

## Elección de pareja

7. Tiene algún modelo de cómo era el rol de la mujer y el hombre			
Esposa		Esposo	
Mamá	Papá	Mamá	Papá
Independiente	Responsable	Inteligente	Emprendedor
cariñosa	Respetuoso	Honesta	Respetuoso
Responsable		Dedicada	Responsable
<p>“.- la mujer debe ser independiente para valerse por sí misma, y ser responsable primero con ella para que después pueda serlo con los demás.... Yo creo que los hombres deben ser respetuosos y responsables, por lo menos es lo que yo busque.-”</p>		<p>“.-entre semana mi mama y después yo hacíamos el quehacer de la casa, y los fines de semana mi papa le ayudaba.-”</p>	

Tabla7. Sobre los roles de mujer y hombre los participantes reportan; por parte de la esposa que la mujer debe ser independiente, cariñosa, responsable y el hombre debe ser responsable y respetuoso, por parte del esposo la mujer debe ser honesta, dedicada, inteligente y el hombre respetuoso, responsable y emprendedor.

8. ¿Qué te atrajo de el / ella?	
Esposa	Esposo
<p>“aparte del físico es muy detallista y educado, siempre saludaba a la gente y con todos se dirigía con mucho respeto, a mi diario me saludaba, me daba un detalle que me hacía saber que se acordaba de mí son cosas que siempre me han gustado esos detalles “</p> <p>“su cuerpo definido siempre me ha gustado, no me gustan demasiado fuertes, solo definidos, inclusive me gusto que cuando salíamos caminábamos y con el tiempo y mayor confianza hacíamos ejercicio juntos ”</p> <p>“siempre ha encontrado la manera de hacerme reír, incluso en los momentos menos esperados me saca una sonrisa y me relajo ”</p>	<p>Su sencillez, siempre se ve arreglada pero sencilla, y eso para mí representa muchísima seguridad, y eso me gusta una mujer sin máscaras, además todo el tiempo trataba bien a la gente, a pesar de que hubiera conflictos en el trabajo ella es muy amable, su forma de ser me encanta ,</p>

Tabla 8 . En cuanto a lo que le atrajo a un miembro de la pareja del otro reportan; por parte de la esposa, el respeto con el que dirige a la gente, y los detalles aparte del físico, por parte del esposo, su físico, seguridad y sencillez.

9. ¿Cómo se conocieron y cómo supo que era la persona indicada?			
Esposa		Esposo	
9.1 como se conocieron	9.2 como supo que era el indicado	9.1 como se conocieron	9.2 como supo que era el indicado
Trabajo	Responsable	Trabajo	Amor 1ra vista
	Honesto	<p>“.- en un proyecto para unas oficinas en la condesa ,la conocí, ella era muy linda, aún recuerdo su mirada la primera vez, eran los ojos más grandes que había visto, me enamore, ella era secretaria del consultorio , siempre muy amable.-”</p> <p>“no creí gustarle pero con los detalles me pude acercar y al final , supe que si le atraía”</p> <p>“desde el principio ver como era de dedicada con su trabajo jo, su aspecto , su forma de ser con la gente y sus expresiones me hacían sentir como en mi hogar, y no se como se puede explicar pero te empiezas a imaginar con esa persona haciendo cosas comunes como despertar, caminar, compartir incluso los quehaceres... todo parece bien ”</p>	
<p>“.-estaban haciendo unas modificaciones al consultorio, en cuestión de espacio y estética contrataron a su empresa.-”</p> <p>“continuamente nos sorprendíamos mirándonos, cuando menos esperaba el me miraba y era muy curioso ”</p> <p>“pero con el trato la paciencia y los detalles fui pensando que tal vez podía ser algo serio, después con el trato ver cómo trata a la gente, a su familia fueron muchas las cosas que me hicieron pensar en que me gustaría compartir mi vida con él ”</p>			

Tabla 9. La pareja investigada se conoció en el trabajo ella, era secretaria de un consultorio y él es arquitecto, supieron que eran los indicados, ella porque él es honesto y responsable y él reporta haberse enamorado a primera vista, ambos retoman el comportamiento con otras personas, y la visualización de un futuro juntos como un punto importante.

## Relación de la pareja investigada

10. ¿Cómo fue su noviazgo?	
Esposa	Esposo
Tranquila	Lindo
<p>“.-Durante ese tiempo la relación fue muy tranquila, él ya sabía de mi familia “.- fue muy lindo... ella era muy cariñosa pero lo que más me encanto es que es y yo de la de él, de hecho con mis suegros me llevo bien ellos nunca se meten en la relación, aunque si se sorprendieron cuando decidimos casarnos porque teníamos poco tiempo, pero todo bien.-”</p> <p>“teníamos gustos en común, el cine , la televisión, la música, en casi todo encontrábamos cosas que nos gustaban a los dos, claro también había cosas de los mismos temas que desconocíamos pero en realidad eran pocas ”</p>	<p>“honesto si algo no le parecía en ese momento me lo decía, y al igual que mis padres tratábamos de encontrar solución a los problemas.-”</p> <p>“continuamente me sorprendía, bueno lo sigue haciendo, pero era impresionante la cantidad de cosas que compartíamos, los gustos comunes han sido muchos”</p>

Tabla 10. . La pareja reporto su relación de noviazgo como tranquila y linda, el esposo hace énfasis en la honestidad de ella, por parte de los padres de él ha habido respeto y en los gustos en común.

11. ¿Que los impulso a querer casarse?	
Esposa	Esposo
<p>“En el noviazgo nos entendimos muy bien, yo encontré en el todo lo que me hacia sentir aún mejor, todo el tiempo me sentía en mi sitio y aun lo siento”</p> <p>“no sé cómo explicarlo pero ya no nos gustaba despedirnos, esa fue una de las señales para pensar en estar juntos definitivamente, el no imaginar tu vida sin el otro, encajaba justo en mi plan de vida ”</p>	<p>“desde el principio supe que ella era la mujer de mi vida, pero con el trato y verla como era con los niños y tan detallista con todo corrobore que era la mujer de mis sueños y aun más; con quien quería pasar mi vida y la verdad no pensé en nada más ”</p>

Tabla 11. La decisión de casarse por parte de la pareja investigada fue motivada por parte de la esposa al no imaginar su vida sin el otro, encajaba en su plan de vida y se sentía en su “sitio”, por parte del hombre ella cumplía y rebasaba sus expectativas.

12¿Qué es lo que los ha mantenido juntos?	
Esposa	Esposo
Amor	Amor
Comunicación	Dedicación
Acuerdos	Comunicación
<p>“.- todo lo hablamos creo que por ello no hay grandes peleas cualquier cosa que no me gusta se la digo y el hace lo mismo.... Eso paso desde que no éramos novios ...-”</p> <p>“de él he aprendido a ser mas relajada, creo que nos complementamos ”</p>	<p>“.- siempre hablamos de lo que no nos gusta , además de la organización....yo creo que es lo que nos mantiene unidos.-”</p> <p>“ella consigue ver más de una solución a los problemas se bloquea con mayor dificultad que yo, es mi complemento ”</p>

Tabla 12. Ambos integrantes de la pareja investigada creen que lo que los ha mantenido juntos a través del tiempo es el amor y la comunicación, así como los acuerdos.

13 ¿Cómo se demuestran cariño?	
Esposa	Esposo
Detalles	Comunicación
Detalles	Detalles
Comunicación	Compromiso
“.-tratamos de cenar juntos y solos, ahí es cuando comentamos nuestro día y nos damos un tiempito para nosotros.-”	“.- cuando no podemos comer juntos, que es la mayoría del tiempo, el primero que llega a la casa hace una pequeña merienda para ambos, y ese tiempo es como la hora sagrada, es el momento para platicar nuestro día y consentirnos.-”

Tabla 13. En la relación tratan de tener detalles y comunicación, su principal detalle es cenar juntos y dedicarse ese tiempo como pareja.

14. Expectativas que se tenían de la pareja ¿Qué esperaba?	
Esposa	Esposo
Apoyo	Compromiso
Respeto	Apoyo
“.-Yo creo que los hombres deben ser respetuosos y responsables, por lo menos es lo que yo busque.-”	“.-sabía que quería a mi lado a una mujer cariñosa e inteligente... mi sueño de una familia tranquila, está cumplido...ella también apporto económicamente en la casa y pudimos comprar una...- ”

Tabla 14. En las expectativas reportadas por la pareja, del lado de la mujer se reporta el apoyo y el respeto y del lado del esposo reporta el apoyo y el compromiso.

15. ¿Cuáles han sido los principales motivos de conflicto en su matrimonio?	
Esposa	Esposo
El cuidado de Camila	Los horarios
Los cambios de horarios	El consentir a Camila
La organización de tiempos	

Tabla 15. Los principales puntos de conflicto en la pareja investigada son por parte de la esposa el cuidado de su hija, la organización de tiempos y conside con su esposo en los horarios.

16. ¿Cuáles son las áreas en las que ustedes consideran no han tenido conflicto ?	
Esposa	Esposo
En la repartición de los gastos “el cubre los gastos de la casa en su mayoría y yo le apoyo en los demás gastos como el entretenimiento”	En lo sexual “mi mujer me encanta en todos los sentidos, yo creo que eso nos impulsa a experimentar y a dedicarnos ”
En lo sexual “siempre hemos sido muy abiertos y eso nos ha permitido desarrollarnos en este tema”	En lo económico “desde un principio hablamos de eso se podría decir que yo cubro un 60 o 70 porciento de gastos pero ella contribuye bastante ”
En las labores de la casa “la organización nos ha ayudado mucho y tratamos de rolar las tareas para no aburrirnos, también a cami empezamos a darle pequeñas tareas ”	

Tabla 16. Las áreas en las que la pareja reporta no tener conflicto coinciden y son los gastos y el aspecto sexual, la esposa además reporto no tener problemas ocn las labores de hogar.

17. ¿A qué adjudican la presencia de conflicto en estas áreas ?	
Esposa	Esposo
<p>“él quiere estar siempre con nosotras a veces consiente de más a nuestra hija, pero hablamos continuamente al respecto, Cami cada día crece más y hay muchas cosas en que ponerse de acuerdo para no crearle confusión y realmente apoyarla ”</p>	<p>“Me cuesta dejarlas tanto tiempo y me llegaba a poner de malas por no poder estar mucho con ellas, pero creo que calidad es mejor que cantidad,....., y los horarios no ayudaban .. tuve que aprender a manejarlo mejor” “las cosas en sum mayoría se acomodan con el tiempo solo es no desesperarse”</p>

Tabla 17. La pareja adjudica la presencia de conflictos a los desacuerdos que llegan a tener en la crianza de su hija, y los horarios.

18. ¿A qué adjudican la ausencia de conflicto en estas áreas?	
Esposa	Esposo
<p>“con él nunca me he preocupado de dinero, no soy una mujer que está a expensas de lo que él me da y su sueldo nos permite vivir bien además que procuramos ahorrar todo el tiempo”</p> <p>“siempre nos hemos comunicado bien en lo sexual, decimos lo que nos gusta y lo que no , los dos somos abiertos en ese aspecto y yo considero que es parte de procurar a tu pareja ”</p> <p>“con respecto a los quehaceres del hogar él siempre ha sido bueno en eso y nunca he tenido la necesidad de decirle ayúdame , lo que si es que no los repartimos por áreas y es un poco más fácil ”</p>	<p>“siempre ha habido mucha química, y lo sexual no ha sido excepción, ella suele leer mucho sobre el tema y platicamos constantemente de cosas nuevas o inquietudes o de lo que nos gusta, yo creo que esa apertura es la que nos mantiene satisfechos ”</p> <p>“tengo la suerte de tener una esposa que sabe administrar el dinero yo con ella aprendi a ahorrar y gracias a ello nos hemos podido dar ciertos lujos y claro sentirnos menos apretados”</p>

Tabla 18. la pareja reporta hablar constantemente de los temas antes mencionados, y adjudican a ello su satisfacción.

19. Identificar las formas de afrontamiento ante los eventos negativos.	
Esposa	Esposo
Acuerdo	Organización
Comunicación	Comunicación
<p>“.-hubo un tiempo que él se empeñó en estar todos sus ratos libres conmigo por más mínimos que fueran y era lindo pero se comenzó a presionar demasiado, él es muy preocupón y eso comenzó a ponerlo de malas, explicarle que no era necesario que estuviera tan pegado a mí fue complicado al principio pero todo se arregló...-”</p> <p>“era muy raro verlo así, el suele ser relajado aunque tiene poca paciencia, hemos cambiado mucho juntos, somos mas abiertos y hablándonos y con apoyo hemos logrado muchas cosas ”</p>	<p>“.-si de hecho pensamos meterla a la guardería pero Itzel no estaba muy de acuerdo , después yo , así que hablamos y al final decidimos dejarla con mi suegra , mis papas no la pueden cuidar debido a su negocio pero la ven seguido.-”</p> <p>“el encontrar un punto medio fue clave, es curioso pero cuando se dan ese tipo de situaciones ella se vuelve mas flexible, justo cuando yo pierdo la paciencia ella toma el lado opuesto, no se que pasaría si los dos perdiéramos el control al mismo tiempo, en muchos puntos nos parecemos pero las diferencias nos ayudan mucho ”</p>

Tabla 19. La pareja reporta que su manera de afrontar los eventos que ellos consideran negativos es por medio de la comunicación, la organización y el acuerdo.

## VI.DISCUSIÓN

De acuerdo con los datos obtenidos en esta investigación y de acuerdo con Vargas e Ibañez (1996 ) en la conformación de una nueva pareja las familias de origen influyen en el proceso de desarrollo de manera tal que establecen ritmos de funcionamiento para el matrimonio, la maternidad, la paternidad e incluso la crianza y educación de los hijos, esto se pudo observar en la repetición de costumbres familiares de cada integrante de la pareja en el matrimonio, tales como las cenas juntos .

De igual manera las estrategias de afrontamiento de los padres de la pareja investigada, es un elemento, en cierta medida anticipador y Stenberg a esto le llama trama, que es el significado de los eventos que le dan los actores (la pareja) a la historia de la relación, esto proveniente de la interacción con los padres en la etapa infantil, y de esta manera se encontró que la estrategia de afrontamiento que los padres de la pareja investigada tenían, concuerdan con las estrategias primarias activas referidas por Cruz VB, Austria-Corrales F (2010) las cuales contemplan el análisis de las circunstancias y el control de las emociones y de igual manera coinciden con los pensamientos y acciones incluidos en el Instrumento Modos de Afrontamiento de Lazarus y Folkman (1985 ), estos son el autocontrol, la confrontación, la planificación y la aceptación de la responsabilidad.

Así mismo el impacto de la experiencia de la pareja investigada ante la relación de sus padres es de fortuna, resultado de un proceso de aprendizaje que consiste en integrar las relaciones, experiencias variables, emociones, motivos y cogniciones (Díaz Loving, 2010 ). Este aprendizaje reportado en el relato de la historia de vida que incluye la relación de los participantes tanto con la madre como con el padre, en el caso de la participante ella reporta tener un trato dedicado, amoroso y cariñoso con la madre y nulo con el padre debido a su ausencia aunque con el patrón de su madre el trato fue bueno y de apoyo, por parte del participante reporta un trato respetuoso, amoroso, delicado y de educación, de igual manera en el establecimiento de roles la esposa describe el rol femenino como independiente, trabajadora, ama de casa, cariñosa y responsable, y a pesar de la usencia de su padre , reporta un rol de hombre trabajador, responsable y respetuoso , por parte del

esposo el rol femenino es de ama de casa y trabajadora , inteligente, honesta, dedicada y el hombre trabajador, emprendedor, respetuoso y responsable, componentes que se presentan en la pareja participante.

Respecto a la elección de pareja se encontraron características reportadas en el rol de hombre y mujer, la participante supo que él era el indicado por ser responsable, el reporta que fue amor a primera vista, se conocieron en el trabajo y después de un tiempo de convivencia y debido al dinamismo de la relación d noviazgo, el cual describieron como tranquilo, lindo, honesto y con comunicación, lo cual nos lleva a las palabras Jacson (2009) que menciona que el noviazgo es una relación transitoria , en donde conocerse más es el objetivo ya que esto brinda la oportunidad de pasar a la fase de vivir juntos.

Lo que da paso a la relación de matrimonio y por consiguiente la permanencia en la misma, la cual en caso de la investigación se ha dado a partir del amor, la comunicación, los acuerdos y la dedicación, las muestras de afecto son parte importante de esta etapa, las cuales en caso se manifestaron por medio de los detalles y la comunicación, Fisher (2002), menciona que la muestra de cariño constante fortalece la relación y no permite el distanciamiento e impide de alguna manera la separación.

Finalmente la investigación realizada muestra que las estrategias d afrontamiento ante el conflicto, los roles y la elección de pareja, son en gran medida aprendidas de la relación de los padres.

De acuerdo con Díaz Loving (2002)en las relaciones de pareja existe un constante dinamismo, en el cual los sentimientos y conductas que abarcan un continuo de la felicidad al enojo, de la tranquilidad a la angustia, de la alegría a la tristeza, e inevitable en algún momento de la relación experimentar incompatibilidad o un desequilibrio que provoque malestar en los involucrados, es importante denotar que la pareja investigada ha logrado establecer la comunicación, los acuerdos y la negociación como estrategias de afrontamiento, a partir del compromiso, respeto , apoyo y responsabilidad conjunto haciendo posible a estabilidad y armonía de la relación.

Al respecto Anaya y Bermúdez (2002), mencionan que si el conflicto es manejado constructivamente y hay crecimiento y enriquecimiento. Cuestión que la pareja la reportado, ya que ven cada conflicto como una oportunidad de aprendizaje y desarrollo para su relación, en gran medida han sentido ser influenciados por las relaciones de pareja que tuvieron como ejemplo, para formar de igual manera una familia.

## **VIII. CONCLUSIÓN**

A lo largo de esta investigación, se ha visto de manera teórica y empírica que la estrategias de afrontamiento, los roles de hombre y mujer, y la elección de pareja y la iniciación y desarrollo de la misma son en gran medida resultado de las historias de vida de cada uno de los miembros de la pareja las cuales se componen de las historias de los ancestros y del sistema familiar nuclear.

De acuerdo con toda la información recabada podemos mencionar que el tipo de estrategias utilizadas por parte de la pareja investigada son; la confrontación, la planificación, el autocontrol, la aceptación de la responsabilidad y la reevaluación positiva, las cuales han ayudado a la pareja en la co-construcción de la calidad de la relación a partir del desarrollo de la creatividad, la reflexión, la toma de decisiones, el intercambio de opiniones.

También se pudo observar la presencia de marcos de referencia respecto al amor por parte de ambos participantes. En este caso la atracción se dio a partir de la convivencia laboral, los gustos en común, las ideas y metas lo que permitió el desarrollo y mantenimiento de la relación.

## REFERENCIAS

- Acevedo, V., Restrepo L. y Tovar, J. (2007) Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali. *Pensamiento Psicológico*, 3 (8), 85-107.
- Aguilar, K. (1990). *Padres positivos*. México: Pax.
- Allen, C. M. (1984). On the validity of relative validity studies of final-say measures of marital power. *Journal of Marriage and the Family*, 46, 619-629.
- Alvarado- Bravo B, G; Gutierrez Salinas Sa, Virseda Heras J, A, Toledo, Santana, J, E, (2013). Repercusiones en la relación de pareja del uso de medios tecnológicos y redes sociales virtuales. Facultad de Ciencias de la Conducta. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Anaya, C., y Bermúdez, L. (2002). Prevención del problema en la pareja: programa breve de entrenamiento premarital en habilidades de comunicación, solución de conflicto y reforzamiento recíproco. Tesis inédita de licenciatura en Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México. México.
- Anderson, H. (1997). *Conversation, language, and possibilities: A postmodern approach to therapy* (1st ed.). New York: BasicBooks.
- Aparicio B. (2001). Estrategias terapéuticas en el manejo de la infidelidad en terapia de pareja. Tesina. UNAM. Facultad de Psicología.
- Ardévol, Elisenda (2005). Catálogo de sueños: las relaciones personales en internet como producto de consumo. En Simposio Antropología de los media. X Congreso de Culturas, mercado y poder. Septiembre. Sevilla. Antropología.
- Armenta, Hurtarte. C. & Díaz-Loving, R. (2006). Comunicación y satisfacción: Analizando la interacción de pareja. *La Psicología Social en México*, México: AMEPSO, XII, 173-178.
- Arrington, R., Cofrancesco, J. y Wu, A. W. (2004). Questionnaires to measure sexual quality of life. *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care and Rehabilitation*, 13(10), 1643-1658.
- Bartos, O., y Wehr, P. (2002). *Using conflict theory*. Cambridge University Press.

- Basset, F. J. (2005). Sex Differences in Jealousy in Response to a Partner's Imagined Sexual or Emotional Infidelity with a Same or Different Race Other. *North American Journal of Psychology*, 7, 1, 71-84.
- Bateson, G. (1979): "A Note on Double Bind (1962)", en *Double Bind. The Foundation of the Communicational Approach to the Family*. New York: Grunne & Stratton,. (pp. 39-43)
- Benería, Lourdes and M. Roldán, 1987, *The cross roads of class and gender: industrial homework, subcontracting and household dynamics in Mexico City*, University of Chicago Press, Chicago.
- Berk, S., 1985, *The gender factory: the apportionment of work in American households*, Plenum, Nueva York.
- Bernal, S.T. (2005). Conflictos de pareja y el rol del mediador. *Revista de Psicología*, 3(1). Disponible en línea: <http://www.catarsisdequiron.org/home2.htm> (recuperado el 12 de mayo de 2005).
- Bernárdez R. (2006). Asunción. A la búsqueda de una habitación propia: comportamiento de género en el uso de Internet y los Chats en la adolescencia". *Revista INJUVE*.
- Bird, G.W., Bird, G.A. y Scuggs, M. (1984). Determinants of family task sharing: A Study of husbands and wives. *Journal of Marriage and the Family*, 46(2), 345-355.
- Blood, R.O. y Wolfe, D.M (1969). *Husbands and wives: The dynamics of married living*. Glencoe, Ill: The Free Press.
- Blumstein, P., & Schwartz, P. (1985). *American couples: Money, work, and sex*. New York: Pocket Books.
- Blumstein, P., & Schwartz, P. (1991). Money and ideology: Their impact on power and the division of household labor. En R. Blumberg (Ed.), *Gender, family, and economy: The triple overlap* (pp. 261 – 288). Newbury Park, CA: Sage.
- Boekhout, B. A., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (2003). Exploring infidelity: Developing the relationship issues scale. *Journal of Loss and Trauma*, 8, 283-306.
- Brines, Julie, 1994, "Economic dependency, gender, and the division of labor at home", en *American Journal of Sociology* 100(3).

- Brinton, M. & Nee, V. (Eds.). (1998). *The new institutionalism in sociology*. New York: Russell Sage
- Brown, E. (1991). *Patterns of Infidelity and their Treatment*. New York. Brunner/Mazel.
- Burdalo, B. (2000). *Amor y sexo en internet*. Madrid, Biblioteca Nueva.
- Burgoyne, C. & Morison, V. (1997). Money in remarriage: Keeping things simple and separate. *Sociological Review*, 45, 363-395.
- Burgoyne, C. Reibstein, J., Edmunds, A., & Dolman, V. (2007). Money management systems in early marriage: Factors influencing change and stability. *Journal of Economic Psychology*, 28, 214 – 228.
- Burgoyne, C. Reibstein, J., Edmunds, A., & Routh, D. A. (2010). Marital commitment, money and marriage preparation. What changes after the wedding? *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 20, 390 – 403.
- Burgoyne, C. & Routh, D. (2001). Beliefs about financial organization in marriage: The 'Equality Rules OK' norm? *Zeitschrift fuer Sozialpsychologie*, 32, 162–170.
- Burgoyne, C. (2004). Heart-strings and purse-strings: Money in heterosexual marriage, *Feminism and Psychology*, 14(1), 165–172.
- Burgoyne, C. & Lewis, A. (1994). Distributive justice in marriage: equality or equity? *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 4(2), 101–114.
- Buss, D.M. & Shackelford, T.K. (1997). Susceptibility of infidelity in the first year of marriage. *Journal of Research in Personality*, 31, 193-221
- Buss, D. (2006). *Evolutionary psychology. The science of the mind*. Upper Saddle River, NJ: Allyn & Bacon.
- Caillé, P. (1992). *Uno más uno son tres. La pareja revelada a sí misma*. Barcelona: Paidós
- Cano, A. & O'Leary, K. D. (2000). Infidelity and separations precipitate major depressive episodes and symptoms of nonspecific depression and anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 774-781.
- Cartwright, D. y Alvin, Z. (1959). A field theoretical conception of power. En D. Cartwright (Ed.): *Studies in social power* (pp. 183-220). Ann Arbor, MI: University of Michigan Press.

- Casas Gutierrez, K.,S. (2007). Estrategias de afrontamiento en personas que viven con el virus de la inmunodeficiencia humana. VIH/SIDA. Diplomado en la Psicología de la Salud. Universidad de la Sabana.
- Casique, Irene, 2000, “Determinantes de la participación del esposo en el trabajo doméstico”, ponencia presentada en la VI Reunión Nacional de Investigación Demográfica en México, México.
- Casique, Irene, 2001, Power, autonomy and division of labor in Mexican dual-earner families, University Press of America, Maryland.
- Caughlin, J. P. (2002). The demand/withdraw pattern of communication as a predictor of marital satisfaction over time: Unresolved issues and future directions. *Human Communication Research*, 28, 49-85.
- Caughlin, J. P. y Huston, T. L. (2002). A contextual analysis of the association between demand/withdraw and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 9 (1), 95-119.
- Chan, D. K. S., Cheng, G. H. L. (2010). A comparison of offline and online friendship qualities at different stages of relationship development”. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(3), 05-320.
- Cherlin, A. (2004). The deinstitutionalization of American marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66, 848-861.
- Chóliz, M. (2004). *Psicología de los motivos sociales*. Universidad de Valencia. España.
- Cole, J. G. & McCroskey, J. C. (2000). Temperament and socio-communicative orientation. Paper presented in the Annual Convention of the Eastern Communication Association, Pittsburgh. PA.
- Coles, R y Coles, J.(1978). *Women of crisis, lives and struggle and hope*. New York: Dell.
- Colin , C. (2001). Estrategias de afrontamiento que utilizan estudiantes universitarios de Ciudad Universitaria. Tesis Facultad de Psicología.
- Coser, L. (1956). *The function of social conflict*. New York: The Free Press.
- Coon, D. (2008). *Psicología*. Décima edición. CengageLearning. México, D.F.

- Contreras, F., Esguerra, G. A., Espinosa, J. C. & Gómez, V. (2007). Estilos de afrontamiento y calidad de vida en pacientes con insuficiencia renal crónica en tratamiento de hemodiálisis. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(2), 169-179.
- Coontz, S. (2005). *Marriage, a history: From obedience to intimacy or how love conquered marriage*. New York: Viking.
- Cooper, M. L., Word, P. K. & Albino, A. (2003). Personality and the Predisposition to Engage in Risky or Problem Behaviors during Adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 390-410.
- Coverman, S., 1985, "Explaining husband's participation in domestic labor: middletown, 1980", en *Journal of Marriage and the Family* 44.
- Cruz VB, Austria-Corrales F, Herrera-Kiengelher L, Vázquez-García J, Vega VCZ, Salas-Hernández J. (2010) Estrategias activas de afrontamiento: un factor protector ante el síndrome de burnout o de "desgaste profesional" en trabajadores de la salud. *Neumol Cir Torax*;69:137-142.
- Daniels, P. y Weingarten, K. (1988). The fatherhood click. The timing of parenthood in men's lives. En P. Bronstein y C.C. Pape (Eds.): *Fatherhood Today* (pp. 36- 52). New York: John Wiley & Sons.
- Derlenga, V. J. (1984). *Self-disclosure and Intimate Relationships*. En Derlenga, V. J. (Ed.) *Communication, Intimacy, and Close Relationships*. USA: Academic Press.
- Díaz-Guerrero, R. (1994). *Psicología del mexicano*. México: Trillas.
- Díaz-Guerrero, R. y Díaz-Loving, R. (1988). El amor y el poder en México. *La Psicología Social en México*, vol. II, 153-159.
- Díaz Loving, R. (1999). Una Teoría Bio-Psico-Socio-Cultural de la Relación de Pareja. En R. Díaz Loving (comp.), *Antología psicosocial de la pareja* (11 -33). México: Porrúa.
- Díaz-Loving, R.(2004). Configuration and integration of psychosocial components in mexican couple relations. *Psychosocial Research Unit National Autonomous University of México (UNAM)*.
- Díaz-Loving, R. (2010). Una teoría bio-psico-socio-cultural de la relación de pareja. *Antología psicosocial de la pareja*. México. Universidad Nacional Autónoma de México, Porrúa.

- Díaz-Loving, R.; Rivera, S. (2010). Antología psicosocial de la pareja. México: Porrúa.
- Díaz-Loving, R.; Andrade Palos, P. (1996). Desarrollo y validación del Inventario de Reacciones ante la Interacción de Pareja (IRIP). Psicología Contemporánea.
- Díaz Loving ,R; Pick, S. y Andrade P. (1988). Génesis de la infidelidad en hombres y mujeres. La psicología social en México. Vol.I. 204-212.
- Díaz-Loving, R. y Sánchez A., R. (2000). Negociando y comunicando en pareja: Relación entre estilos de comunicación y estilos de negociación. La Psicología Social en México, vol. VIII, 32-38.
- Díaz- Loving,R.; Sanchez Aragón, R.; (2002). La psicología del amor: unam vision integral de ka relacion de pareja. México: Miguel Angel Porrúa y UNAM .
- Díaz Loving, R., Rocha, T., & Rivera, S. (2007). La instrumentalidad y expresividad desde una perspectiva psico-socio-cultural. México: Miguel Ángel Porrúa.
- Diosdado, A., Argüello, F. y Flores, M. (2001). Elección de pareja. Tesis de licenciatura, FES Iztacala, UNAM.
- Doherty, W., Kouneski, E. y Erickson, M. (1998). Responsible fathering: An overview and a conceptual framework. Journal of Marriage and the family, 60(2), 277-292.
- Duck, S. (2000) handbook of personal relationships. New York: Wiley & Sons.
- Dukeiro de Jesús, R, A. (2005) Consumación del matrimonio humano Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
- Elsner, P. (2005, mayo). Hacia el encuentro del Otro (42 párrafos). Revista de Psicología en Línea (En red). Disponible en: [http://www.sepulveda.tripod.cl/hacia\\_el\\_encuentro.htm](http://www.sepulveda.tripod.cl/hacia_el_encuentro.htm)
- Escamilla, M., Rodríguez, I. y González, G. (2009). El estrés como amenaza y como reto: un análisis de su relación. Ciencia y Trabajo, 32, 96-101.
- Fan, C. S. & Lui, H. K. (2004). Extramarital affairs, marital satisfaction and divorce: Evidence from Hong Kong. Contemporary Economic Policy, 22, 442-453.

- Feingold. (2005, mayo). Enamoramiento y Elección de la Pareja (12 párrafos).Revista de Psicología en Línea (En red). Disponible en:<http://www.psicologiacientifica.com>
- Fenstermaker, West y Zimmerman 1991
- Ferre, M., 1990, “Beyond separates spheres: feminism and family research”, en Journal of Marriage and the Family 52.
- Fitzpatrick, M. A. (1988). A typological approach to communication in relationships. En B. Rubin (Ed.). Communications yearbook (pp. 263-275). New Brunswick, New Jersey: Transaction Books
- Friese, Parsons, Johnson , Ruble y Zeliman 1978
- Frohlich y Meston 2002
- Fuller, N. (2000). Significados y prácticas de paternidad entre varones urbanos del Perú. En N. Fuller (Ed.): Paternidades en América Latina (pp. 35-89). Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú/Fondo Editorial.
- García M., M. y Reyes L., I. (2004). Amor y desamor: del matrimonio al divorcio. La Psicología Social en México, vol. X, 147-154.
- García- Rodriguez, G. (2005). ¿Qué es lo que hace que las relaciones sexuales sean satisfactorias? Ponencia presentada en el Primer Foro de Parejay Familia. México: Facultad de Estudios Superiores Zaragoza y Universidad Nacional Autónoma de México.
- Garrido Garduño, Adriana; Reyes Luna, Adriana Guadalupe; Ortega Silva, Patricia; Torres Velásquez, Laura Evelia. (2007). La vida en pareja: un asunto a negociar. Enseñanza e Investigación en Psicología, julio-diciembre, 385-396
- Garrido Garduño, A.; Reyes Luna, A.G.; Torres Velasquez, L.E.; Ortega Silva, P. (2008). Importancia de las expectativas de pareja en la dinámica familiar. Enseñanza e investigación en psicología.
- Geerken, M. y Gove, W. (1983). At home and at work: The family's allocation of labour. Beverly Hills, CA: SAGE Publications.
- González, M.S. y Espinosa, S.M. (2004). Parejas jóvenes y divorcio. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 1(1), 16-32.

- González, F. y Tovar, G. (1994). Un análisis sobre la supuesta participación masculina en el trabajo doméstico. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. México: UNAM.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2004). An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30, 213-232.
- Greenstein, T., 1996, "Husband's participation in domestic labor: interactive effects of wives' and husbands' gender role ideologies", en *Journal of Marriage and the Family* 58.
- Gudykunst, W. B., Matsumoto, Y., Ting-Tooney, S., Nishida, T., Kun, K. & Heyman, S. (1996). The influence of Individualism-Collectivism, self construals and individual values on communication styles across cultures. *Human Communications Research*, 22, 4, 510-543.
- Hawkins, J., Weinsberg, C. y Ray, D. (1977). Marital communication and attachment process. *Journal of Marriage and Family*, 39, 479-490.
- Hawkins, J., Weisberg C. y Ray, D. (1980). Spouse differences in communication style: preference, perception, behavior. *Journal of Marriage and the Family*, (August): 585-593.
- Heimdal KR and Houseknecht SK. (2003) Cohabiting and Married Couples' Income Organization: Approaches in Sweden and the United States. *Journal of Marriage and Family* 65: 525-538.
- Hernandez-Rossette. (2000). Actitud y Estilos de Afrontamiento ante la Infidelidad en Hombres y Mujeres mexicanos. Tesis de Licenciatura. UNAM
- Hernández Altamirano, Sheila Viridiana, & Gutiérrez Lara, Mariana. (2012). Estilos de afrontamiento ante eventos estresantes en la infancia. *Acta de investigación psicológica*, 2(2), 687-698. Recuperado en 25 de junio de 2014, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-48322012000200007&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322012000200007&lng=es&tlng=es).
- Hirsch, J. S., Higgins, J., Bentley, M. E., & Nathanson, C. A. (2002). The social constructions of sexuality: Marital infidelity and sexually transmitted disease-HIV risk in a Mexican migrant community. *American Journal of Public Health*, 92, 1227-1238.

- Hocker, J.L., & Wilmot, W.W. (1991). *Interpersonal conflict* (3ª ed.). Dubuque, IA:William C. Brown
- Huber, Joan and Glenna Spitze, 1983, *Sex stratification: children, housework and jobs*, Academic Press, New York.
- Huston, T.L., S. Niehuis, and S.E. Smith. 2000. Courtship and the newlywed years: What they tell us about the future of a marriage. *Revista de Psicología Social y Personalidad* 16:155-178.
- Illouz, E. (2007) *Intimidades congeladas. Las emociones en el capitalismo*. Madrid: Katz
- Jara, V. (2005). Tipos de parejas y objetivos terapéuticos. *Revista del Instituto Chileno de Terapia Familiar*.
- Kim, A; Martin, D & Martin, M. (1989).Effects of personality on marital satisfaction.*FamilyTherapy*.Pp. 243-248.
- Kriesberg, L. (1998). *Constructive conflict from escalation to resolution* (2a ed.). USA: Rowman and Littlefield Publishers.
- Kroska, Amy, 2004, "Division of domestic work. revising and expanding the theoretical explanations", en *Journal of Families Issues* 25 (7).
- LaFramboise, Teresa, L.K. Coleman Hardin y Jennifer Gerton (1993), <<Psychological im–pact of biculturalism: Evidence and theory>>, *Psycholglcal Bulletin*, 114: 395–412.
- Lauer, S. & Yodanis, C. (2011). Individualized marriage and the integration of resources. *Journal of Marriage and Family*, 73, 669-683
- Lazarus y S. Folkman (1991), *Estrés y procesos cognitivos*, México, Ediciones Roca.
- Lazarus, R.S., y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lazarus., R. & Folkman, S. (1988). *Manual for the Ways of Coping Questionnaire*, Consulting Psychologist Press, Palo Alto, Estados Unidos.
- Lazarus., R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

- Lee, G.R. y Petersen, L.R (1983). Conjugal power and spousal resources in patriarchal cultures. *Journal of Comparative Family Studies*, 14, 23-38.
- Lemaire, J. (1986). *La pareja humana: su vida, su muerte y su estructura*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Levinger, G. y Pietromonaco, P. (1989). Conflict style inventory (manuscrito no publicado). Amherst, MA: Universidad de Massachussets.
- Levin, R. J. (2007). Sexual activity, health and well-being--the beneficial roles of coitus and masturbation. *Sexual and Relationship Therapy*, 22(1), 135- 148.
- Lidz, T. (1985). *La persona: su desarrollo a través de su ciclo vital*. España: Herder.
- Litton, G., Bruce, C. y Combs, T. (2000). Parenting expectations and concerns of fathers and mothers of newborn infants. *Family Relations*, 49(2), 123-131
- Martin, P. (2004). Gender as social institution. *Social Forces*, 82, 1249 – 1273.
- Maturana, Humberto y VERDEN-ZOLLER, Gerda. (1994). *Amor y juego, fundamentos olvidados de lo humano*. Instituto de terapia cognitiva. Santiago
- McCabe, M. P. y Cummins, R. A. (1998). Sexuality and quality of life among young people. *Adolescence*, 33(132), 761-773.
- Meneghan (1983). *Social stress and the family: advances and developments in family stress theory and research*. 6. New York: Haworth
- Meza, M. (2010). *Estereotipos de violencia en el conflicto de pareja. Construcciones y prácticas en una comunidad mexicana*. Tesis de doctorado en Psicología. Universidad Autónoma de Barcelona.
- Miller, S., Nunally, E. & Wackman, D. (1976). An communication training program for couples. *Social Casework*, (January. 57, 9-18.
- Mintz, S., & Kellogg, S. (1988). *Domestic revolutions: A social history of American family*. New York: Free Press
- Moral, J. (2008). Validación de la Escala de Valoración de la Relación en una muestra mexicana. *Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, 13 ( 1 ) , 1 - 12 . R e c u p e r a d o de <http://www.psico.uniovi.es/rema/v13n1/vol13 n1a1.pdf>

- Moral de la Rubia, J. (2010). Satisfacción y frecuencia de las relaciones sexuales en parejas casadas. *Ciencia UANL*, Vol. XIII, Num. 1, enero-marzo, pp. 30-37. Universidad Autónoma de Nuevo León, México.
- Morales, F: J; Huici, C; Moya, M; Gaviria, E; López. (1999). *Psicología Social*. Madrid España:McGraw Hill.
- Morin, Edgard. (2001) *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. Barcelona: Paidós.
- Nina E., R. (1991). *Comunicación marital y estilos de comunicación. Construcción y validación*. Tesis inédita de doctorado. México: Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México
- Noller, P., Feeney, J. A., Sheenan, G. y Peterson, C. (2000). Marital conflict patterns: Links with family conflict and family members perceptions of one another. *Journal of International Society for the Study of Personal Relationship*, 7(1), 79-94.
- Norton, R. (1978). Foundations of a communication style construct. *Human Communication Research*, 4, 2, 99-112.
- Norton, R. (1983). *Communicator style: Theory, application and measures*. Beverly Hills, CA: Sage Publishers.
- Novatti, A. (2005, mayo). La elección de la Pareja (20 párrafos). *Revista de Psicología en Línea* (En red). Disponible en: <http://www.familia.cl/framarea.asp?p=c&c=1731>
- Ogbu, John (1981), <<Origin of human competence: A cultural–ecological perspective>>, *Child Development*, 52: 413–429.
- Ojeda García, sanchez aragon, diaz Loving y rivera aragon 1996
- Ojeda García, Angélica, Cuenca Vázquez, José, & Espinosa Garduño, Dyana Ivette. (2008). Comunicación y afrontamiento como estrategias individuales que buscan facilitar la adaptación social en población migrante. *Migración y desarrollo*, (11), 79-95.
- Olavarría, J. (2000a). *Adolescentes/jóvenes: qué poco sabemos de ellos*. Red de Masculinidad (Santiago de Chile). Disponible en red: <http://206.48.86.4/Seminario/pruebas/artolavar2.htm>.
- Orduña, A: M.A. (2006). La influencia de las relaciones interpersonales, en el clima organizacional de la subdirección de estadística y encuesta, coordinación de

INEGI. Tesis para obtener el título de licenciatura en psicología. Pachuca Hidalgo, México.

- Orihuela, J. L. (2008). Internet: la hora de las redes sociales. *Nueva Revista de Política, Cultura y Arte*, 119, 57– 62.
- Oropesa, R. Landale, N., & Kenkre, T. (2003). Income allocation in marital and cohabiting unions. *Journal of Marriage and Family*, 65, 910 – 926.
- Padilla Gámez, Nérida; Díaz-Loving, Rolando. (2012). El impacto de la cultura y la familia en la elección de pareja: diferencias entre hombres y mujeres. *Psicología Iberoamericana*, Enero-Junio, 9-17.
- Pahl, J. (1989). *Money and marriage*. Basingstoke, U.K.: Macmillan.
- Pahl J. (2008) His Money, Her Money: Recent Research on Financial Organisation in Marriage. *Journal of Economic Psychology* 16: 361-376.
- Peterson, D.R. (1983). Conflict. En H.H. Kelley, E. Berscheid, A., Chistersen, J.H., Harvey, T.L., Huston, G., Levinger, E., McClintock, L. A. Peplau y D.R. Peterson (Eds.): *Close relationship* (pp. 360-396). New York: W.H. Freeman.
- Piotrowski, Chaya and Rena Repetti, 1984, “Dual-earner families”, en Beth Hess and Marvin Sussman, *Women and the family: two decades of change*, The Haworth Press, New York, London.
- Pittman , J., C. Solheim y D. Blanchard, 1996, “Stress as a driver of the allocation of housework”, en *Journal of Marriage and the Family* 58.
- Pleck, J.H. (1979). Men’s family work: three perspectives and some new data. *Family Coordinator*, 28, 481-483.
- Presser, H., 1994, “Employment schedules among dual-earner spouses and the division of household labor by gender”, en *American Sociological Review* 59.
- Quiroz, A.A. (2001). *El viaje de la vida. Padres expertos*. México: Línea Continua.
- Rivera A., S. y Díaz-Loving, R. (2002). *La cultura del poder en la pareja*. México: Miguel Ángel Porrúa/UNAM.
- Reyes, R. ( 2006). *Imapcto de la negociación del poder en la satisfacción marital*. Tesis de licenciatura. Facultad de psicología, UNAM.

- Roca G., J. (2011) Amores locales y noviazgos transnacionales. La búsqueda virtual de pareja mixta por parte de hombres españoles. *Revista de Antropología Social*, 20, 263 – 292
- Rodríguez-Marín, J., Pastor, Ma. y López- Roig, S. (1993). Afrontamiento, apoyo social, calidad de vida y enfermedad. *Psicothema*, , 349-372.
- Rodríguez, M,C. Echeverry, M, M. (2002). Relación entre la condición laboral actual, las estrategias de afrontamiento, el nivel de estrés y ansiedad y una medida de riesgo cardiovascular en pacientes con enfermedad coronaria. Universidad de la sabana. Facultad de Psicología. Bogotá.
- Rodrigo, M.J. y Palacios, J. (1998) (Eds.). *Familia y desarrollo humano*. Madrid: Alianza.
- Rocha, S. T. & Díaz-Loving, R. (2004). Desarrollo y validación de una escala de estereotipos de género. En R. Aragón, R. Díaz-Loving, R. Sánchez y I. Reyes (Eds.). *La psicología social en México*, 10, 41-48. México: Amepso.
- Romero P. A., Rivera A. S. y Diaz-Loving R. (2007). Desarrollo del Inventario Multidimensional de Infidelidad (IMIN) [Development of an Infidelity Multidimensional Inventory]. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológico*. 1(23), 121-148.
- Ross, C., 1987, “The division of labor at home”, en *Social Forces* 65.
- Ross 1995
- Rusbult, C.E., Verette, J., Whitney, G.A., Slovik, L.F. y Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60.
- Safilios-Rothschild, C. (1970). The study of family power structure: A review, 1960-1969. *Journal of Marriage and the Family*, 32, 539-552.
- Salgado, C. (2003). *El desafío de construir una relación de pareja*. Guadalajara, México: Grupo Editorial Norma.
- Salotti, P. ( 2006). Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires. Facultad de Humanidades Licenciatura de Psicología.

- Sanchez, M.L. (1993) .“los contextos de la sexualidad. Notas para una discusion”. Gén Eros, Año 1, Número 2. Asociación Colimense de Universitarios, Universidad de Colima, PP. 7-9.
- Sanchez, A. (2000). Validacion empirica de la teoria bio-psico-socio-cultural de la relacion de pareja. Tesis de Doctorado. UNAM. Facultad de Psicología.
- Sánchez, Aragón, R. (1995). El amor y la cercanía en la satisfacción de pareja a través del ciclo de vida (Tesis de maestria no publicada) Universidad Autónoma Nacional de México.
- Sánchez Aragón, R. & Díaz-Loving, R. (2003). Patrones y estilos de comunicación de la pareja: Diseño de un inventario. *Anales de Psicología*. 19, 202, 257-277.
- Satir, V. (1986).*Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar*. México: Editorial Pax México, 122-139.
- Scanzoni, J. (1979). Social processes and power in families. En W.R. Burr, R. Hill, F.Y. Nye y Y.L. Reiss (Eds.): *Contemporary theories about the family: Research-based theories* (vol. 1) (pp. 295-316). New York: The Free Press.
- Scanzoni, J. (1980). Contemporary marriage types. *Journal of Family Issues*, 1, 125-140.
- Sepúlveda-Vildósola, Ana Carolina, Romero-Guerra, Ana Laura, & Jaramillo-Villanueva, Leonel. (2014). Estrategias de afrontamiento y su relación con depresión y ansiedad en residentes de pediatría en un hospital de tercer nivel. *Boletín médico del Hospital Infantil de México*, 69(5), 347-354. Recuperado en 25 de junio de 2014, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-11462012000500005&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462012000500005&lng=es&tlng=es).
- Schnitman, F, D. (2005). Afrontamiento de crisis y conflictos: Una perspectiva generativa. *Sistemas Familiares*, 21 (1-2), 98-118.
- Shackelford, T.K., LeBlanc, G.J., & Drass, E. (2000). Emotional Reactions to Infidelity. *Cognition and Emotion*, 14 (5), 643-659
- Shelton, B.A. and D. John, 1996. “The Division of Household Labor”, *Annual Review of Sociology*, Vol. 22, pp. 299-322.

- Shimanovich, H.A. (1984). Psicodinamia del poder. Tesis inédita de maestría. México: Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México
- Silver, H y F. Golscheider, 1994, "Flexible work and housework: work and family constraints on women's domestic labor", en *Social Forces* 72.
- Sowell, T. (1990). Conflicto de visiones. Buenos Aires: Editorial Gedisa.
- Stephan, W. (2008) Psychological and communication processes associated with intergroup conflict resolution. *Small Group Research*, 39 (1), 28-41.
- Sternberg, R, J. (1988). El triangulo del amor: intimidad, passion y compromiso, México; Paidós.
- Sternberg, R. (1995). Love as a story. *Journal of social and personality relationships*, 12 (4), 541-546.
- Sternberg, R. (1999). El amor s como una historia. Buenos Aires, Argentina; Editorial Paidós.
- Sternberg, R. (2000). La experiencia del amor. Barcelona: Paidós.
- South , Scott and Glenna Spitze, 1994, "Housework in marital and non-marital households", en *American Sociological Review* 59.
- Strauss, M.A. (1979). Measuring intrafamily conflict and violence. The Conflict Tactics (CT) Scales. *Journal of Marriage and the Family*, 41, 75-88.
- Suarez, Marinés. (1996). Mediación: conducción de disputas, comunicación y técnicas. Paidós. Buenos Aires
- Sweeney, M. M. & Horwitz, A. V. (2001). Infidelity, initiation, and the emotional climate of divorce: Are there implications for mental health? *Journal of Health and Social Behavior*, 42, 295-310.
- Taleporos, G. y McCabe, M. P. (2002). The impact of sexual esteem, body esteem, and sexual satisfaction on psychological well-being in people with physical disability. *Sexuality and Disability*, 20(3), 177-183.
- Tenorio Tovar, Natalia. (2010). ¿Qué tan modernos somos? El amor y la relación de pareja en el México contemporáneo. *Ciencias* 99, julio-septiembre, 38-49. [En línea
- The Wall Street Journal (Productor). (2012). Facebook Tops Billion-User Mark. Recuperado de <http://live.wsj.com/video/facebook-tops-1-billion-user-mark/9E8B7195-4908-4390-9FF7-340BD887A1B1.html#!9E8B7195-4908-4390-9FF7-340BD887A1B1>

- Tichenor, A. (1999). Status and income as gendered resources: The case of marital power. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 638 – 650.
- Tims, A. R. y Masland, J. L. (1985). Measurement of Family Communication Patterns. *Communication Research*, 12(1), January, 35-57.
- Tinajero, S. (2005). Elección de pareja y atracción interpersonal. Tesina. UNAM. México
- Toro, O. (1986). "Placer sexual y anticoncepción". En III Congreso Colombiano de Sexología Universidad de los Andes, Sociedad Colombiana de Sexología. Bogota, 67-75.
- Torres V., L.E. (2002). Ejercicio de la paternidad en la crianza de hijos e hijas. Tesis doctoral. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Torres V., L.E. (2004). La paternidad, una mirada retrospectiva. *Revista de Ciencias Sociales (San José de Costa Rica)*, 105(3). Torres 2004
- Torres Ortega y Garrido 2004
- Torres V., L.E. (2005). Diferencias en la crianza paterna de tres grupos familiares. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(1), 73-92.
- Torres Velázquez, L. E., Garrido Garduño, A., Reyes Luna, A. G. & Ortega Silva, P. (2008). Responsabilidades en la crianza de los hijos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13(1) 77-89. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29213107>
- Treas, J., & Giesen, D. (2000). Sexual infidelity among married and cohabitating Americans. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 48–60.
- Triandis, H.C. (1994). *Culture and Social Behavior*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Tzeng, O. (1992). *Theories of Love Development, Maintenance and Dissolutions: Octagonal Cycle and Differential Perspectives*. New York : Westport .
- Valdez Medina, José Luis; González Arratia López Fuentes, Norma Ivonne; Arce Valdez, José; González Escobar, Sergio; Morelato, Gabriela; Ison, Mirta Susana. (2008). La elección de pareja real e ideal en dos culturas: México y Argentina. Un análisis por sexo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, Julio-Diciembre, 261-277.
- Valkenburg, Patti M., Peter, Jochen (2007). Who visits online dating sites? Exploring some characteristics of online dater», *Cyber Psychology and Behavior*, 10.

- Vázquez P., I. y Santos B., R.M. (1997). La influencia de la interacción padres-hijos en el desarrollo psicológico óptimo en el infante. Tesis para obtener el título de Licenciatura en Psicología. México: UNAM.
- Vera, J., Laborín, J. & Domínguez, D. (2000). Relación entre expectativas real – ideal de la pareja con el grado de satisfacción marital en una población mexicana. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 5(1), 191-208.
- Vogler, C., & Pahl, J. (1993). Social and economic change and the organization of money within marriage. *Work, Employment, & Society*, 7, 71 – 95.
- Vogler, C. (2005). Cohabiting couples: Rethinking money in the household at the beginning of the twenty first century. *Sociological Review*, 53, 1 – 29.
- Vogler, C., Brockmann, M., & Wiggins, R. (2006). Intimate relationships and changing patterns of money management at the beginning of the twenty first century. *British Journal of Sociology*, 57, 455 – 482.
- Warner, R.L., Lee, G.R. y Lee, J. (1986). Social organization, spousal resources and marital power: A cross-cultural study. *Journal of Marriage and the Family*, 48, 121-128.
- Watt, J. H. y VanLear, C. A. (1996). *Communication Process Approaches and Models: Patterns, Cycles and Dynamic Coordination*. En Watt, J. H. y VanLear, C. A. (Eds.) *Dynamic Patterns in Communication Process*. USA: Sage Publications.
- Watzlawick, P. (1967). *Pragmatics of human communication: a study of interactional patterns, pathologies and paradoxas*. Nueva York: Norton.
- Webley, P., Burgoyne, C., Lea, S. & Young, B. (2001). *The Economic Psychology of Everyday Life*. East Sussex, UK: Psychology Press.
- Williamson, D. S. (1977). *Klenner's Counseling in Marital and Sexual Problems*. Baltimore: The Williams and Wilkins Co.
- Wilson, G. (1987). *Money in the Family*. Avebury: Aldershot
- Wiederman, N.M., & Allgeier, E.R. (1993). Gender differences in sexual jealousy: Adaptionist or social learning explanation? *Ethology and Sociobiology*, 14 (115-140).
- Yodanis, Carrie y Lauer, Sean (2007). "Managing money in marriage: multilevel and cross-national effects of the breadwinner role", en *Journal of Marriage and the Family* 69 (5), pp. 1307-1325.

- Young, K. (2009). Online Social Networking: An Australian Perspective. *International Journal of Emerging Technologies & Society*, 7 (1), 39-57.
- Zelizer, A. V. (1989) the social meaning of money: "special monies". *The American Journal of Sociology* . vol 95 no. 2
- Zywicki, J., Danowski, J. (2008). The faces of Facebookers: hypotheses; predicting Facebook and Investigating social enhancement and social compensation offline popularity from sociability and self-esteem, and mapping the meanings of popularity with semantic and mapping the meanings of popularity with semantic networks. *Journal of Communication Computer-Mediated*, 14, 1-34.