



**Universidad Nacional Autónoma de México**

**Facultad de Estudios Superiores Iztacala**

**Construcción de las relaciones de pareja a partir del silencio**

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

P R E S E N T A

**Nancy Jiménez Garnica**

Vo. Bo.

**Directora:** Dra. María Alejandra Salguero Velázquez

**Dictaminadores:** Lic. Brenda Admin González Muñoz

Lic. Bernardo Ángel Delabra Ríos



Los Reyes Iztacala, Edo. de México, 2021



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

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

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

## **Agradecimientos y Dedicatorias**

A mis participantes por toda su colaboración y tiempo invertido en este proyecto tan importante, que representa la finalización de una de las mejores etapas en mi vida.

A mi mamá por todo el amor que me ha brindado y compartido, porque siempre encontró la manera de acompañarme, porque sus palabras y tiempo han sido mi mayor aliento y tesoro.

A mi papá porque de él aprendí la importancia de la perseverancia y fortaleza ante mis sueños, por todo el apoyo incondicional y amor.

A mi hermana, por siempre ser mi cómplice, acompañarme en todos mis logros, pero también en el camino y esfuerzo que conllevan, por su cariño.

A la Doctora Salguero, por transmitirme la pasión que lleva consigo y el amor por la investigación, ha sido una gran guía, apoyo en el ámbito académico y también en el personal, una amiga muy valiosa para mí.

A mis asesores por todo el tiempo y dedicación invertida en este trabajo, por ayudarme a enriquecerlo. A la profesora Brenda por ser una persona apasionada, dedicada y por mi cariño a la clínica. Al profesor Bernardo por sus enseñanzas, análisis y ponencia en el grupo de investigación, aunado a su disponibilidad de siempre ayudar.

Al Doctor Miguel Ángel Martínez porque aprendí una infinidad de cosas gracias a él, por su comprensión y enseñanza a nivel académico pero sobre todo a nivel personal, por su increíble amistad.

Al Doctor Yoseff por siempre impulsarme a dar más, a seguir mis pasiones.

A mi tutora Palomino por brindar siempre un espacio cálido, de confianza y escucha.

A mis otros profesores porque me ayudaron a mirar la vida de formas distintas, siempre con cuestionamiento, análisis, continuo aprendizaje y pasión.

A mis amigos por todas esas pláticas y momentos que enriquecen mis días, pero ante todo mi vida, por todas sus enseñanzas, por apoyarme en cada logro, por aquellos que tomaron el tiempo de leer y me ayudaron a corregir este trabajo. Mi más grande admiración hacia cada uno de ellos.

A mi hogar FES Iztacala que me ha brindado tanto, por todas las oportunidades, personas e increíbles vivencias.

De igual manera esta tesis está dedicada a todo aquel que se encuentre en una constante búsqueda de conocimientos, interés y amor por la investigación, así como por su óptima aplicación.

# ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
RESUMEN.....	I
INTRODUCCIÓN.....	II
I. PSICOLOGÍA CULTURAL.....	1
1.1 Orden de género.....	7
II. CONSTRUCCIÓN DE LAS RELACIONES DE PAREJA.....	12
2.1 Época actual y las relaciones de pareja.....	17
2.2 Conflictos y violencia en la pareja.....	21
III. SILENCIO EN LA RELACIÓN DE PAREJA.....	26
IV. APARTADO METODOLÓGICO.....	31
4.1 Objetivo general.....	31
4.1.1 Objetivos específicos.....	31
4.2 Enfoque metodológico y estrategias para la obtención de información....	31
4.3 Participantes.....	33
4.4 Proceso de negociación.....	33
4.5 Escenario.....	34

<b>V. ANÁLISIS DE RESULTADOS.....</b>	<b>35</b>
5.1 Experiencias y significados en la construcción de pareja.....	35
5.2 Expectativas de la relación de pareja.....	48
5.3 Aprendizajes de género en la relación de pareja.....	55
5.4 Problemáticas dentro de la relación de pareja.....	61
5.5 Las redes sociales en relación de pareja.....	68
5.6 Experiencias y significados sobre la comunicación y el silencio.....	72
5.7 Usos e intenciones del silencio en la interacción de pareja.....	77
<b>VI. CONSIDERACIONES FINALES.....</b>	<b>82</b>
6.1 Experiencias y significados de la relación de pareja.....	82
6.2 Expectativas de la relación de pareja.....	83
6.3 Aprendizajes de género en la relación de pareja.....	84
6.4 Problemas dentro de la relación de pareja.....	85
6.5 Las redes sociales en la relación de pareja.....	86
6.6 Silencio: Experiencias, significados, usos e intenciones.....	87
<b>BIBLIOGRAFIA.....</b>	<b>93</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>VI</b>
Anexo I.....	VII

## RESUMEN

La presente investigación fue abordada desde un enfoque sociocultural, a partir de un estudio de caso, por ende tiene un abordaje de tipo cualitativo. Se llevaron a cabo entrevistas semiestructuradas a una pareja conformada por una mujer y un hombre de 28 años residentes de la zona metropolitana, con el objetivo de conocer el significado que tiene el silencio en la construcción de la relación amorosa. Los resultados de las entrevistas y análisis de contenido revelan que dentro de la relación de pareja se construye una interacción específica, llena de significados, deseos y expectativas, que estarán atravesadas por las experiencias y aprendizajes previos de cada integrante. Dicha interacción se verá mediada y en gran parte mantenida por la comunicación, que no únicamente se establece a partir de la palabra sino también del silencio, tomado como aquello que tiene y construye significados. Se concluye que el silencio resulta ser un medio de interacción, de poder y un medio para la preservación de la relación, como la protección de cada individuo, puesto que dicho silencio es la voz de todo aquello que resulta difícil de enunciar o trabajar a nivel individual como temores, inseguridades y miedo a la soledad.

Palabras clave: Relación de pareja, silencio, expectativas, poder.

## INTRODUCCIÓN

Las relaciones humanas resultan de nuestro interés al momento de hablar de psicología, puesto que la interacción que se gesta en su interior es clave para la comprensión del ser humano, sobre todo cuando es abordado no como un ser aislado sino como un ser social, que aporta y recibe de su cultura experiencias, aprendizajes y significados.

El tema elegido para esta investigación y la población seleccionada, se debe a un primer acercamiento en cuanto a violencia de género, específicamente en relaciones de pareja. Luego de la documentación en torno a estos temas por separado, se puede percatar que hay una palabra que resulta repetirse y destaca en los textos, “el silencio”, sin embargo, es retomado como una característica, indicador de violencia o mencionado de manera general, por lo que no existe mayor información en cuanto al papel que juega en la construcción de la relación de pareja, ni al significado que se construye alrededor de él. Fue así que el silencio se eligió como objeto de estudio en la presente investigación; en cuanto a la población se optó por elegir participantes que conformaran una relación amorosa, para poder realizar una comparación de sus discursos al momento de llevar a cabo el análisis. Se considera que las relaciones de pareja, están sostenidas en gran parte por expectativas, como menciona Sánchez (2009), es decir, por valoraciones globales de sus relaciones, resultando importante por su posible injerencia en el comportamiento tanto dentro como fuera de las relaciones amorosas.

Estas abarcan aquello que se espera de sí mismo, de la pareja y de la interacción entre ellos. Desde el inicio de la relación se tiene una idealización de aspectos muy particulares, por ejemplo, cómo debería sentirse, ser o darse la atracción, incluso antes de conocer a una persona, cuáles deberían ser sus características, etc. Se tienen ideas muy específicas de las formas adecuadas del comportamiento y convivencia, incluyendo no sólo los momentos de agrado sino también cómo debieran manejarse aquellos de desagrado, como las discusiones o diferencias. En caso de no cumplirse dichas expectativas

podrían causar el aumento de disgusto; también se tiene una valoración de cómo deben ser los espacios y tiempos a compartir, etc. Todo esto estará construido de acuerdo a los aprendizajes de la época, la cultura y la persona, pero también por la temporalidad y vivencias dadas a lo largo de la relación de pareja.

Es entonces que en este proceso de cambios e interacción puede darse una lucha y búsqueda constante para satisfacer las expectativas, por lo que se hace presente algo que pocas veces es evidenciado o ha sido poco abordado desde la psicología, el silencio, siendo un elemento que puede llegar a tener múltiples usos y significados. Al ser en ocasiones poco evidente o de dudosa presencia, no se sabe cómo reaccionar ante él, ya que se considera en muchas ocasiones como la nada, por la falta de valor que se le ha dado, por tanto se vuelve tan sutil que pudiera convertirse en una de las herramientas más prácticas, importantes y efectivas ante la búsqueda de satisfacción de expectativas, así como para la preservación de la relación, pudiendo llegar a ser una parte esencial de la construcción de muchas relaciones de pareja.

Es por esto que el presente trabajo abordará en primera instancia tres capítulos que resultan esenciales para la comprensión de la “construcción de las relaciones de pareja a partir del silencio”.

El primero corresponde a la Psicología Cultural, debido a que esto nos permitirá comprender la perspectiva desde la cual abordaremos nuestro tema. Haciendo un recorrido por parte de su historia, alcance e importancia, incluyendo un apartado sobre orden de género, ya que, desde el punto de vista psicológico, está presente en todos los episodios de interacción social y juega un papel destacado en los procesos de aprendizaje.

En el segundo capítulo, se abordarán los diversos elementos que se gestan en la construcción de la relación de pareja; cabe mencionar que no se da únicamente en un momento específico, sino que es constante y cambiante.

Para el tercer capítulo, se mostrará información en torno al silencio, desde su significado hasta algunas formas de manifestarse y/o usos, tanto en la cotidianidad como en las relaciones de pareja.



Dichos capítulos tienen como finalidad presentar los elementos teóricos que permitirán el desarrollo del tema de investigación, el cual tiene como objetivo, “Conocer el significado que tiene el silencio en la construcción de relaciones de pareja”, por medio del análisis de la información obtenida a partir de entrevistas semiestructuradas y metodología cualitativa. A continuación, se mostrarán los ejes y sub-ejes de análisis que fueron abordados:

- “Experiencias y significados dentro de la construcción de pareja”, donde se indagó de manera detallada la manera en que son abordados los significados a partir de cada miembro de la pareja y sus experiencias, aunado a la forma en que se integran, dando paso a metas en común.
- “Expectativas de la relación de pareja”, incluye tanto lo que se espera de uno mismo como por parte de la pareja, esto desde el momento de la elección (tomando en cuenta parámetros físicos y actitudinales), así como durante la relación (incluyendo expectativas a futuro) y la manera en que ambos miembros aprenden a congeniar dichas expectativas.
- “Aprendizajes de género en la relación de pareja”, se indagaron los aprendizajes y creencias que resultan ser parte fundamental de los roles internos de la pareja.
  - “Problemáticas dentro de la relación de pareja”, se indagó sobre su significado, sumado a creencias y consecuencias que la pareja experimenta debido a éstas.
  - “Las redes sociales en la relación de pareja”, se analizaron los significados y experiencias que han vivenciado en torno a las redes sociales y la injerencia que tienen en su relación amorosa.
- “Experiencias y significados sobre la comunicación y el silencio”, se investigó sobre las experiencias y significados que los participantes han desarrollado a lo largo de su vida en cuanto al silencio y la comunicación, ya que resultan ser dos elementos fundamentales, que

además se encuentran entrelazados, y cómo es que estos aprendizajes influyen en su relación de pareja.

- “Usos e intenciones del silencio en la interacción de pareja”, en este apartado se recabaron los propósitos por los cuales han hecho uso del silencio dentro de la relación de pareja y las creencias que han desarrollado en torno a estos.

Este último sub-eje aunado a los anteriores, lleva a algunas consideraciones finales, tales como que el silencio es utilizado para la evitación de aquellos aspectos que las personas no han trabajado a nivel individual, lo cual, es difícil reconocer o les causa una serie de temores, por tanto, se infiere que el silencio en pareja es un medio de comunicación y está lleno de significados que irán formando parte de la construcción de la relación.

# 1. PSICOLOGÍA CULTURAL

La cultura resulta ser un elemento clave para la comprensión del ser humano, sin embargo, para poder entender la manera en que la mente y la cultura se relacionan y se construyen mutuamente, aunado a la importancia que conlleva en la psicología, se debe conocer en primer lugar cuál es su definición. La definición a pesar de tener un uso cotidiano, no resulta sencilla de elaborar o acotar, por lo que no se tiene un acuerdo universal.

Grimson (2008, citado en Barrera, 2013) señala que la palabra comenzó a utilizarse en tiempos cercanos al Siglo XVIII, siendo un indicador de conocimientos y por ende de clase social que definía la interacción entre los individuos. A partir de este origen se ha comenzado a utilizar de forma muy variada, de tal manera que las actuales definiciones cuentan con un mayor número de elementos, siendo un ejemplo de esto, la definición elaborada por Thomson (2002, p.191, citado en Hernández, 2018):

Se puede considerar como el conjunto interrelacionado de creencias, costumbres, leyes, formas de conocimiento y arte, etcétera, que adquieren los individuos como miembros de una sociedad particular y que se pueden estudiar de manera científica. Todas esas creencias, costumbres, etcétera, conforman una totalidad compleja que es característica de cierta sociedad y la distingue de otras que existen en tiempos y lugares diferentes.

Dicha definición puede verse resumida o bien complementada por la elaborada por Cole (2016, p. 43) quien a su vez utiliza la analogía de Herskovitz:

La cultura puede entenderse como la fuente total de los recursos acumulados por el grupo social en el curso de la experiencia histórica, lo que el antropólogo americano Melvinlle Herskovitz (1948) llamaba la

parte del medio ambiente hecha por el hombre, en conjunto, las modificaciones acumuladas de las experiencias humanas previas, la cultura, se ve como el medio del desarrollo humano específico de la especie, es historia del presente.

Estas definiciones serán utilizadas como punto de partida al momento de hablar sobre cultura en este trabajo. En cuanto al interés de la psicología en “la cultura”, fue producto de todo un proceso histórico. De acuerdo con Cole (2016) durante mucho tiempo la psicología científica basada justamente en el método científico y sobre todo en lo fisiológico, es decir lo visible, medible y cuantificable, cedió a la antropología el estudio de la cultura, justamente por esta idea construida en torno a que la cultura está en lo externo y no en el individuo.

Es entonces cuando, de acuerdo con este autor, surge un exponente sumamente importante para la Psicología Cultural, Lev Semiónovich Vygotsky, quien propone junto a sus colaboradores una manera de combinar las dos psicologías propuestas con anterioridad por Wilhelm Wundt (por un lado la fisiológica, que debía estudiarse por medio de los métodos de las ciencias naturales y por el otro, aquella que tenía como objeto de estudio las funciones superiores) que si bien estaba convencido de que una psicología completa necesitaba de ambas, no llegó a especificar la manera en que pudieran abordarse de manera combinada.

Cole (2016) señala que entre las principales premisas de Vygotsky y sus colaboradores encontramos que:

1. Los procesos psicológicos de los humanos surgieron simultáneamente con una nueva forma de comportamiento, en la que los objetos materiales se modifican por los humanos para regular su interacción con el mundo, es decir, que tenemos dos maneras de recordar, la natural, que es asociativa al recuerdo y la cultural que tiene que ver con la utilización de un instrumento o un signo.

2. Cada generación es una fuente acumulada de anteriores generaciones, teniendo consigo experiencias generacionales.
3. Las funciones superiores encuentran origen en lo social, es decir, el desarrollo cultural se da primero a nivel social y luego se interioriza, pasando así a lo psicológico en el plano individual.
4. El verdadero análisis del funcionamiento psicológico, debe obtenerse tomándose como referencia las actividades cotidianas de la persona.

A partir de esta nueva forma de estudio es cómo se da paso a la Psicología Cultural, ya que posteriormente varios autores comienzan a retomar estas bases, sobre todo la importancia de la cultura en los diversos objetos de estudio.

De acuerdo con Shweder (2016) la Psicología Cultural surge como un proyecto interdisciplinario, especialmente conformada por la antropología, asociada a la lingüística, que nos permite dar cuenta de los significados y formas de vivir, junto a una psicología que se asocia a la filosofía para analizar la intencionalidad e historia de las personas. Distinguiéndose de las demás psicologías por diversas razones, entre las que encontramos que niega el hecho de que todas las personas y culturas son iguales y por tanto que se comportan, piensan o sienten de la misma manera o debido a las mismas razones, tampoco atiende a que están conformadas por partes ocultas de la psique o que el ambiente deba ser considerado como factor central del comportamiento, sino que también toma en cuenta la subjetividad; siendo para este autor la Psicología Cultural:

El estudio de la manera en que las tradiciones culturales y las prácticas sociales regulan, expresan, transforman y permutan la psique humana, dando como resultado, no la unidad psíquica del género humano sino las divergencias étnicas en la mente, el sí mismo y la emoción (p.2).

De la misma forma, señala que un ambiente sociocultural está conformado por los significados que se les otorgan a los hechos a partir de la subjetividad y

vida mental de cada persona, definiendo al ambiente sociocultural como un mundo intencional.

Dicho mundo, en el caso de este estudio las relaciones amorosas, existen porque prevalece una comunidad que cree en ella (la pareja) y le otorga significados, deposita en él emociones, deseos y creencias, a la vez pueden estar conformados por objetos intencionales que no lo son por el hecho de existir físicamente, sino que son nombrados así porque tienen una intención específica dentro del mundo, y aquellas personas que creen y participan en ellos, son llamadas personas intencionales que también tendrán una función en específico, siendo en primera instancia la preservación de éstos. Entre los mundos intencionales pueden haber múltiples diferencias y no hay leyes que establezcan cómo deben de construirse, sin embargo, señala a su vez que dentro de cada mundo habrá reglas o creencias que resultaran irrefutables incluso ante la razón o la lógica, puesto que pudiera causar disputas y problemáticas, algo muy importante es que los mundos intencionales no son externos o ajenos a nosotros, por el contrario, son parte de lo que pudiera considerarse como interno o bien, como propio.

Las personas inmersas en estos mundos y por ende expuestas a diversas circunstancias, menciona Dreier (2006) no son entes que se encuentren sin ningún potencial de acción, cometido o que sean víctimas de las circunstancias, en cambio, siempre tendrán una participación activa y significativa dentro de las prácticas sociales, en su participación irán formando criterios y significados propios gracias a su subjetividad, la cual seguirá dependiendo de su interacción con los demás y los contextos locales, esta relación que se da entre el sujeto y contexto dependerá a su vez del grado de participación, influencia y la jerarquía que tenga; no se le puede pensar en aislado como un ser completamente autónomo, aunque sí con decisiones y participación.

De acuerdo con dicho autor, el modo en que la persona se conduce en la vida cotidiana tiene que ver con lo que llama "trayectoria de vida", que no es más que la forma en que los cursos de vida de la persona se dan a través del tiempo y

contextos sociales, teniendo entonces el curso de vida una estructura maleable a través de las circunstancias y la temporalidad, siendo sumamente compleja.

Parte de esta complejidad tiene que ver con la entrada a los diversos contextos sociales y la participación en éstos, ya que la persona tiene que aprender a conciliar dichos contextos y a su vez lo que llama múltiples yo's, es decir, dependiendo del contexto la persona se comporta de una manera en particular, aprendiendo poco a poco a negociar y conciliar estos dos aspectos.

Entrar a un contexto social no se trata de un proceso sencillo, sino que consta de un avance paulatino para la incorporación total, Lave y Wenger (2003/1991) mencionan que para lograrlo en un inicio las personas que son nuevas en cualquier práctica deben de relacionarse con los veteranos, además de las actividades, artefactos, conocimientos y la propia práctica, a lo cual le llaman "participación periférica legítima".

La participación periférica legítima, es una forma de aprendizaje por medio de la cual la persona se vuelve parte de una comunidad y va incorporando nuevos conocimientos a los anteriormente adquiridos, siendo una forma evolutiva de membresía, el aprendizaje lo retoman como un incremento en la participación de la comunidad, en la que se van renovando las relaciones, y se da un compromiso con la práctica.

En cuanto a la periferia, hacen referencia al hecho de que la persona no necesita tener una participación central en la práctica para estar inmerso en ella, sino que hay múltiples maneras de estar localizado en ese mundo, en donde se aprende sobre la práctica a partir de la observación e interacción con los veteranos, realizando nuevas actividades, tareas y funciones, ganando así acceso a las fuentes de comprensión y utilizándola como una práctica interna que le permite tener oportunidad de ser parte de la participación central, es decir, de volverse experto, o bien tener un dominio de conocimientos sobre la práctica, formando identidad en la misma y colocando a la persona en una jerarquía o bien grado mayor que los nuevos novatos/aprendices.

Como puede mostrarse y de acuerdo a lo que señala Esteban Guitart (2011) el punto clave de la manera en que vivimos, pensamos, nos comportamos, sentimos, etc., y en lo que se basa el enfoque sociocultural, tiene su base en la “vivencia”, considerándola el medio por el cual las personas perciben, significan y se relacionan con su entorno, siendo la geografía vital (la cultura como conjunto de dispositivo semiótico o bien de mecanismo que dispone a las personas a partir de signos, es decir de fenómenos, objetos, hechos que representan o evocan una respuesta, que permiten a las personas comunicarse, que nutren a las personas) donde se llevan a cabo las experiencias y el origen de todos los procesos psicológicos superiores, ya que se generan a partir de la interpretación, apropiación, significación de esta geografía, donde ya preexisten valores, reglas, costumbres, entre otras, para así construir una realidad propia. Es entonces como la vivencia da contenido a la cultura y le da una organización, lo cual, extrapolándolo a las relaciones de pareja, podríamos decir que sucederá lo mismo al momento de construir una relación, tendrá su punto de partida y desenlace en las vivencias de ambas personas, tanto de sus historias personales como de las experiencias presentes para así darle una estructura y organización a la interacción bajo una perspectiva de futuro en dicha relación.

La geografía vital (espacios y lugares donde se desarrollan) resulta tan importante porque es a partir de ella que las personas moldean sus comportamientos de acuerdo con las exigencias y demandas específicas del medio, habiendo una dimensión política siempre en la cultura, ya que es todo un sistema de reglas y con una organización rigurosa.

Es así como la psicología sociocultural, da una explicación de diversos fenómenos que pueden condicionar o bien mediar la interacción dentro de la sociedad y las condiciones que se viven día a día, aunque no resultan determinantes. Entre estos fenómenos cruciales y normas establecidas en las diversas culturas, encontraremos el orden de género, que resulta ser una de las líneas más importantes que atraviesa la vida de las personas y a su vez su propia identidad.



## 1.1 Orden de género

De acuerdo con Lamas (2000), hoy en día lo más característico y fundamental dentro de la cultura es lo simbólico, es decir, todos los códigos culturales que van a regular la interacción entre las personas, siendo un reglamento dado como verídico o natural, aunque no se encuentra explícito en ningún lugar, entre estos códigos encontramos como uno de los principales el orden de género.

El género resulta ser de acuerdo con dicha autora: “Un conjunto de prácticas, creencias, representaciones y prescripciones sociales que surgen entre los integrantes de un grupo humano en función de una simbolización de la diferencia anatómica entre hombres y mujeres (Lamas, 2000, p. 3)”.

Es así como se aprende ciertos tipos de comportamientos, entre lo que encontramos los rituales, el ejercicio de poder, la moral, lo psicológico y el área de lo afectivo, la reproducción, la identidad sexual, siendo este último un ámbito que toma mayor relevancia en la vida de las personas, en el cual se le otorga un papel “natural” a la heterosexualidad, manejando una lógica de complementariedad en todos los aspectos, habiendo siempre una resistencia de aceptar algo diferente a dicho orden de género, construida histórica y culturalmente, por lo que las prohibiciones, reglas, e ideales cambian de acuerdo al lugar y tiempo al que nos estemos refiriendo.

Para comprender el género dice Butler (2006, citado en Della Ventura, 2016), debemos saber diferenciarlo del sexo, que no es más que la cuestión biológica con lo que se nace, mientras que el género resulta ser una cuestión muchísimo más compleja; siendo un conjunto de normas que suele encontrar justificación en la naturalización de la mismas, sin embargo, no resulta ser más que un elemento discursivo. Retomando a Foucault (2002), quien menciona que de todos los dispositivos de poder, el género es uno de los aparatos

normalizadores con mayor injerencia, a su vez estas normas son activas y por tanto, como se menciona es posible resignificarlas, tanto hacia una mayor apertura a aquello que no pertenece al heterosexismo como hacia al patriarcado, pero lo que lo llevará a cualquiera de las opciones es una reflexión sobre la violencia que se propaga en la interacción entre los individuos cuando alguien rompe con el orden de género o decide colocarse fuera de la norma.

El orden de género como ya se mencionó, llega a imponer una idea de cómo es que debieran comportarse tanto los hombres como las mujeres, formando así la identidad de género, que de acuerdo con Gallegos (2012) hace referencia a una asignación social de tareas y roles que deben realizar las personas dependiendo del sexo, alrededor de lo cual irán formando una cosmovisión y proyecto de vida. De acuerdo con dicha autora, estos aprendizajes se dan de manera histórica, en donde comúnmente los hombres representan la fuerza física y emocional, deben evitar demostrar sus sentimientos, ser audaces, valientes, activos, objetivos, y sexuales, mientras que las mujeres deben ser el sexo débil que espera que sus problemáticas le sean resueltas por el hombre, ser sentimental, tierna, pasiva, callada y dedicarse a servir, tener hijos, y hacerse cargo de todas las necesidades del hogar, a su vez ellas no debieran expresar sus deseos sexuales de acuerdo al orden moral de la época.

Dicho aprendizaje se da en los diversos ámbitos de participación, en la familia desde que se es infante, a partir de la religión, medios de comunicación, etc. comenzamos a apropiarnos de condiciones que irán encajando con las demandas, no únicamente en pensamientos o emociones, sino también en lo físico, el cuerpo se convierte en un medio para expresar dichos aprendizajes, algunas de las características mencionadas son que las mujeres deben tener rasgos finos, ser delgadas, es decir, hacer lo posible por siempre verse “bonitas”, incluido el maquillaje, utilizar cierto tipo de fragancias, peinados, ropa, al igual que los hombres, que por el contrario deberán siempre presentarse como fuertes, atléticos, imponentes.

La construcción de estos estereotipos provoca un conjunto de elementos culturales que van condicionando la interacción de la persona con los otros y a su vez consigo misma. En el caso de las mujeres al ser definidas como sumisas y en ocasiones incapaces, se les ha colocado en desventaja dentro de muchos espacios. Entre las características de las cuales suelen apropiarse las mujeres, se encuentra la necesidad de que sus actos sean aprobados, su valoración y autoestima suele por tanto reconocerse a través de los demás, una visión de que deben cuidar a los demás antes que a ellas, habiendo una incapacidad para realizar las actividades que fueran beneficiosas para ellas, ante este ajuste a la demanda social adoptará una aceptación de la crítica del entorno, además de la propia en caso de no cumplir con alguna demanda o ritual de género.

En torno a esto Bourdieu (2000) menciona que la tendencia a naturalizar esta división dependiendo del sexo, encuentra razón en la visión de oposición homologada universalmente, donde todo tiene ese complemento y el hombre toma ese papel de superioridad por tener la fuerza de fecundar, convirtiéndose en un sistema de pensamiento y de acción, en donde la mujer también estructura un esquema en torno a ser dominada, existiendo un reconocimiento de sumisión, comenzando por las relaciones sexuales, donde la posición considerada como normal resulta ser aquella en que la mujer se dispone y el hombre se encuentra sobre ella, de tal manera que pueda dominar el acto y con ello poseer o apropiarse de la mujer, ya que es considerada como objeto de consumo, habiendo con esto una afirmación de lo viril, de hazaña, grandeza, es decir, de su confirmación como hombres al momento de ejercer poder, obteniendo un mayor papel jerárquico.

Esta relación de poder, entre el dominado y dominante, no resulta ser un acuerdo precisamente explícito pero sí es aceptado por ambos en la práctica. En el caso del dominado es un acuerdo tácito, donde existe una apropiación de los límites y respuestas de humillación o sumisión ante los que no se hace nada más que aceptarlos, es lo que se llama violencia simbólica, en otras palabras sería la represión o violencia que no hace uso de una transgresión física, sino de un juego de poder sumamente sutil aceptado por ambas partes.

Durante esa interacción, la parte dominada se apropia de los mismos esquemas que el dominador, haciendo que comience poco a poco a menospreciarse, otorgándose un valor muy bajo como lo ha dictado el orden de género, incluso llegando a sentir rechazo por sí mismas, lo cual se muestra en nuestra sociedad al momento en que no logran cubrir los parámetros estéticos que les son impuestos, lidiando así no únicamente con las críticas sociales sino con la autocrítica, es entonces que el valor que da a su sexo estará mediado en gran parte por el otro, haciendo mención de que ambos buscan reafirmar estos ideales con sus parejas, el hombre buscando sumisión y la mujer a alguien que la supere, más aún que logre ser evidente ante los demás, es así que su dignidad se verá aumentada si la dignidad de su pareja lo está, lo anterior, a partir de características específicas del género de él como edad, altura, fuerza, posición económica o social.

Es claro que estos aprendizajes son dinámicos y han ido cambiando con el paso del tiempo, en este caso nuestra sociedad se ha comenzado a inclinar a luchar por una cultural menos patriarcal. De acuerdo con Saldaña (2018) la participación de los hombres en tareas que eran consideradas para las mujeres ha ido aumentando, sin embargo, existe una tendencia discreta para decidir cuándo y qué labor realizar, situación que las mujeres no hacen, ya que ellas dan por hecho que les corresponden ciertas actividades, sin derecho a decidir en la mayoría de las ocasiones, lo cual muestra la baja responsabilidad en la vida reproductiva y asimetría entre los géneros, habiendo múltiples disputas por la igualdad dentro de la relación, dando como resultado rupturas sobre todo en parejas jóvenes.

Por tanto podríamos decir que lo simbólico o bien todos estos códigos culturales ya mencionados que se han aprendido desde la infancia como lo es el género, condicionan la manera en que las personas se relacionan con un otro, en este caso con la persona que han elegido para conformar y construir una relación de pareja.



## 2. CONSTRUCCIÓN DE LAS RELACIONES DE PAREJA

El tema a desarrollar en esta investigación son las relaciones de pareja, las cuales involucran toda una serie de elementos para que puedan ser conformadas. Como menciona Alfaro (2014), la búsqueda de pareja se da a partir de la socialización y los diversos modelos con los que nos relacionamos desde pequeños, como son la familia o los medios que nos hablan sobre la importancia del amor basándose en diversos mitos que han permanecido a lo largo del tiempo, algunos como el amor romántico; además, menciona que es de suma importancia para las personas la necesidad de encontrar alguien para sentirse completo, que el altruismo debe de ser parte fundamental de la pareja, incluso poniendo las propias prioridades en segundo término, que el matrimonio es lo que da estabilidad a una pareja, el amor lo puede todo, etc.

Este concepto de amor romántico es importante de definir, ya que en la actualidad suele ser parte de los argumentos de las parejas para permanecer juntos o bien buscar pareja. De acuerdo con Giddens (2006, citado en Tenorio, 2012) el concepto se da a partir del siglo XIX como un vínculo sentimental entre la pareja heterosexual, que constaba de todo un grado de reflexión en cuanto a sentimientos, intensidad de la relación y qué tan factible era la pareja para poder formar algo a largo plazo, para compartir proyecto de vida, conexión sexual y un enlace espiritual. Tenorio (2012) menciona que, al mismo tiempo, es una construcción social e histórica, donde interviene la modernidad con esa tendencia a elegir al otro con base en sus características personales y los parámetros establecidos por la sociedad en torno a un ideal del amor.

El ideal del amor comienza desde la elección de pareja, donde se buscan diferentes características que son agradables a la persona, entre los factores que intervienen con esta elección de acuerdo con Soto (2015) se encuentran:

1. El atractivo físico, siendo preponderante en los hombres.

2. La inteligencia, es decir, capacidades y recursos cognitivos, dicho factor es tomado en mayor medida como criterio de elección por las mujeres.
3. Atracción emocional, retomándola como compatibilidad o agrado en cuanto a modos de sentir, compatibilidad en contextos sociales, así como actividades en común, personas y situaciones vividas con anterioridad a la relación.
4. Coincidencia en proyecto de vida, incluye crear una estabilidad de manera conjunta tanto económica como emocional, tener hijos y el deseo de adquirir una casa, permanecer en pareja a futuro hasta ser ancianos y fallecer en compañía del otro.
5. El ámbito sexual, donde para ambas partes resulta muy importante la compatibilidad y satisfacción.
6. Modelo de pareja de la familia de origen, el cual consta de elegir a la pareja a partir las experiencias vividas en el ámbito familiar, de esta manera las personas optan por repetir los modelos o elegir características contrarias debido a malas experiencias.
7. La aprobación familiar de ambas partes, resulta ser un factor muy importante para la relación.

Dicho ideal de amor, tendrá que ver con aspectos tanto históricos como culturales, Alfaro (2014) menciona que la socialización dentro de la relación suele ser diferente en mujeres y en hombres debido a los estereotipos de género, ellas suelen tener el concepto de amor como centro de sus vidas, en torno a lo cual crean proyectos y metas, como casarse y tener hijos, por lo que resulta un factor indispensable para poder realizarse como mujeres, mientras que los hombres

suelen dejar el amor y la relación de pareja en segundo plano priorizando metas en torno a trabajo y vida social.

Barrios y Pinto (2008) aluden a que estos estereotipos y aprendizajes que han sido instaurados en cada miembro de la pareja, son los causantes de múltiples problemáticas dentro de la relación, ya que no se toma en cuenta que elaboran significados diversos de acuerdo a sus experiencias, habiendo en la interacción diferentes formas de reaccionar, actuar, demostrar el amor y resolver los problemas. Siendo una de las problemáticas más comunes en la relación, la falta de entendimiento por el otro, ya que de acuerdo con estos autores, las mujeres debido a su aprendizaje suelen tener una tendencia a preguntar de manera insistente por los sentimientos, pensamientos de su pareja, por lo que los hombres se sentirán incómodos, al creerlo algo innecesario o bien, encontraremos el caso de aquellos que como respuesta suelen aislarse o no comprender el enfado de su pareja ante su negativa, de esta forma provocando rupturas en la relación, evitando el desarrollo de la intimidad y de un compromiso a futuro; de igual manera en el área de la sexualidad existe una diferencia muy marcada en la pareja.

A pesar de que existen aún muchos aprendizajes vigentes de este modelo de amor romántico y clásico en las relaciones, también es evidente que el concepto ha ido evolucionando a lo largo del tiempo, Giddens (2006, citado en Tenorio, 2012) plantea un nuevo tipo de amor de acuerdo con las características de la sociedad en la que vivimos, al cual llama “amor confluyente”, que consta de una relación que rompe con muchos estereotipos de género, sobre todo desde que se demanda una participación igualitaria en la pareja, de tal forma que la mujer ya no es la encargada de cultivar el lado afectivo de la relación, sino que ambos deben ser abiertos a expresarse, ser emotivos, amorosos, sin embargo, es aquí, donde los hombres encuentran una “masculinidad problemática” puesto que muchas de estas características que les exigen las relaciones de pareja se contraponen a las enseñanzas típicas de ser hombre.



La construcción de las relaciones de pareja es algo continuo y latente, independientemente del tiempo o las circunstancias por las cuales estén pasando, por lo regular suelen atravesar por diferentes fases, específicamente encontramos dos a medida que avanza la interacción y el conocimiento sobre el otro, Blandón y López (2016) mencionan que la primer fase es recordada como la mejor, siendo justamente el inicio de ésta, o bien lo que algunos llaman el cortejo, ya que tiene que ver con toda una serie de expectativas que se van generando y que apunta hacia el enamoramiento, se encuentra llena de retos propios para conseguir el agrado de la persona, habiendo un interés por el descubrimiento y la proximidad encaminado a una relación más íntima.

En segundo lugar se encuentra la fase de acercamiento, donde se constituye como tal la pareja, habiendo diversos elementos como son la adaptación, intimidad, confianza y vivencias cotidianas, esta fase está llena de retos o dificultades que ya no van a provocar un agrado sino más bien a congeniar sus características, ideales, gustos, opiniones, temperamentos. Sin embargo, es una tarea que muchos describen como una oportunidad de aprender sobre el otro, sobre uno mismo, planear estrategias, comunicarse y hacer cosas diferentes, haciendo que la relación se vaya enriqueciendo o bien haciéndola menos vulnerable a través del tiempo y circunstancias, este proceso abre una brecha de confianza e intimidad en la pareja a partir de actividades cotidianas; de acuerdo con Maureira (2009, citado en Cruz y Lázaro, 2016) una vez que se da la relación gracias a la convivencia cotidiana se comienzan a adquirir una serie de significados en torno a ciertas conductas y actitudes, que serán entendidas por los miembros de esa relación, generando de esa manera otro tipo de lenguaje.

Otros factores importantes para la construcción de la relación de pareja de acuerdo con Ortega (2012) son:

- “Aceptar a la persona tal cual es”, en el sentido de respetar su propia forma de ser, sin esperar que se comporte bajo las propias referencias previas, expectativas o esquemas, siempre cuidando la integridad de ambas personas.

- “Consolidar el vínculo a partir de auto vinculaciones”, para que la relación pueda ser más fructífera, ambas personas deben mantener buenos criterios, sobre todo agradables hacia sí mismos, que las observaciones de parte de la otra persona no sea motivo de conflictos, sino que puedan reconocer fortalezas y debilidades en sí mismos, para que sea más sencillo hacer lo mismo hacia la relación de pareja.
- “Mantener los detalles”, aunque suele ser una frase muy cotidiana, es indispensable para que la persona siga asumiendo interés y compromiso, ya que el sentir gratificación por el otro o empatía hace que las relaciones sigan manteniéndose a pesar de las circunstancias, a su vez dice que es una conducta que a pesar de que no sea común en la historia de la persona puede ser adquirida sin importar la edad.
- “Respetar los compromisos adquiridos”, toda relación requiere de acuerdos que deben ser respetados, que estén encaminados a fortalecer el vínculo, como por ejemplo acuerdos en torno a la fidelidad, tiempos compartidos, etc., sin embargo, debe de tenerse cuidado al momento de llevarlos a cabo para que los miembros no pierdan su individualidad, puesto que puede llegar a ser dañino tanto para la relación como para cada persona.
- “Mantener líneas de comunicación abiertas”, esto debido a que la comunicación es uno de los pilares para el éxito de la relación, sin embargo, puede llegar a ser difícil de aplicar al momento en que la relación se torna complicada o cuando lo que se desea decir no resulta sencillo, si se logra esta comunicación podría considerarse que ambos asumen el compromiso de compartir un vínculo, incluyendo todo, tanto desacuerdos como metas, etc.; en cambio si no se realiza de esta forma puede atentar

contra su asertividad y volverse poco saludable, llena de silencios, agresiones, rupturas, desacuerdos, etc.

La manera en que se va desarrollando dependerá claramente de los integrantes, de cómo se da la relación, cómo inicia o si se trata de una relación “abierta” o “formal”. Esta última es la que se estudiará en esta investigación, y de acuerdo con Acevedo y Restrepo (2010, citado en Blandón y López, 2016) las personas comenzarán a otorgarse mutuamente tiempos libres, ya que consideran les generará agrado y beneficio personal, tomando en cuenta las necesidades e intereses del otro y no sólo los propios, ante esto Blandón y López (2016) sostienen que justamente el optar por una relación “formal”, habiendo tantas posibilidades de relaciones sin un compromiso, se debe a que desean vincularse de una forma distinta, que no los lleve a la incertidumbre o transitoriedad constantes, con la posibilidad de construir un futuro y proyecciones con la pareja, trayendo como consecuencia su bienestar.

Para la obtención del bienestar, las parejas no únicamente se disponen a la convivencia, sino que equivale a sacrificios, los autores encontraron que entre los jóvenes existe un acuerdo tácito en el que ambos hacen lo posible por pasar más tiempo juntos, haciendo una serie de sacrificios como no dedicar tiempo en otras relaciones sociales y actividades para lograr construir exclusividad y permanencia, donde incluso se crea una forma de ser distinta dando lugar a lo que llamarían otro mundo.

## **2.1 Época actual y las relaciones de pareja**

Como ya se ha mencionado los aprendizajes irán acorde con las condiciones donde se desarrollen las vivencias de las personas, por tanto, debemos tomar como un factor importante al hablar de relaciones pareja la época que estamos viviendo.

Señala Bauman (2003) que la definición y los parámetros del amor romántico se han ido modificando en esta época representada por una cultura de consumo, donde todo producto está listo de inmediato, hay soluciones fáciles y rápidas, donde hay satisfacciones instantáneas sin ningún tipo de esfuerzo prolongado, a su vez lleno de seguridad contra el riesgo, donde se nos otorga garantía y no pérdidas, de esta manera el amor es consumido como cualquier otra mercancía, suponiendo en él un placer instantáneo, sin ningún esfuerzo.

Es entonces que, gracias a esta nueva forma de pensamiento, se da una ruptura del ideal de *“hasta que la muerte nos separe”* llegando a formarse *“el amor líquido”*, lo cual ha implicado una baja en las exigencias del amor, teniendo como consecuencia estándares bajos donde el mismo término de amor se ha ido ampliando y difuminando, de tal manera que incluso un encuentro sexual de una noche puede llegar a ser considerado dependiendo de la persona como parte de una experiencia amorosa.

La facilidad con la que se puede acceder a esta, ha provocado que las personas consideren el amor como un ejercicio de aprendizaje, teniendo la creencia en algunos casos de que se volverán expertos o su capacidad amorosa aumentará a medida que el número de sus relaciones crezcan, de acuerdo a esta lógica esperan que la siguiente relación, ante la cual actuarán con más experiencia les será más estimulante que la actual, haciendo de las relaciones eventos intensos, breves, de impacto y frágiles, lo ideal es terminar una relación con rapidez para volver a iniciar de nueva cuenta con otra persona. Siendo el amor un señuelo para buscar una rosa sin espinas, sin embargo, las relaciones de pareja otorgan la parte de los productos que no son de nuestro agrado, es decir, defectos, problemáticas, y una vez que se muestra esto la persona suele hacer lo mismo que con otro tipo de “mercancías”, desechar el producto y/o cambiarlo por otro que le brinde mayores satisfacciones.

De esta manera se juegan múltiples situaciones en la relación, entre ellas la decisión de amar al otro, sólo si la persona considera que lo merece, o bien, si su valor o características son suficientes para otorgar ciertas atenciones. Las

relaciones actuales suelen tener como principales premisas, mantener su interacción neutral; no permitir calidez, grandes compromisos o juramentos (incluso de fidelidad) ya que esto los deja en una posición de riesgo, porque los sitúa en cierta dependencia hacia el otro, o bien vulnerabilidad, que es más bien como una responsabilidad moral que se tiene, aunque la problemática se encuentra en la posibilidad de no ser correspondido, abriendo espacio a que la pareja pueda irse en el momento que así lo quiera o sienta conveniente, recordando que todas las relaciones actuales suelen tener una fecha de vencimiento, esta nueva manera de llevar las relaciones en la época actual, puede provocar la sensación de que no son un lugar muy oportuno para la confianza.

De la misma manera, el uso de las tecnologías ha venido a cambiar la forma en que se relacionan las parejas o se construyen las relaciones, de acuerdo con Kaufmann (2010, citado en Rodríguez y Rodríguez, 2016) no únicamente afecta la interacción que se da vía redes sociales, sino también aquella que se construye cara a cara. A su vez Rodríguez y Rodríguez (2016) encontraron que las redes sociales ayudan a que la interacción resulte más sencilla para establecer contacto que hacerlo en persona, utilizando cualquier pretexto para acceder al otro, siendo un medio para construir una imagen agradable anterior al encuentro cara a cara con la persona a la cual se está cortejando. De la misma forma sirven como filtro para saber si se dará paso al cortejo o no, ya que se suele revisar de manera exhaustiva el muro, las fotografías, intereses y el pasado de la persona de manera adelantada.

Una vez que se establece la relación, la publicación de la situación sentimental o fotografías de la pareja en redes sociales suele ser algo muy común, dejando mostrar la importancia de ser reconocidos y aprobados por los demás, aunque a su vez funciona como dispositivo para marcar distancia de las personas que pudieran estar interesadas en los integrantes de la relación, dando un significado de orgullo el mostrar quien es la pareja y la falta de disponibilidad para alguien más, buscando así exclusividad, encontrándose que para las mujeres

resulta ser un tema de mayor importancia. Existen también, diferencias de opiniones dependiendo de la persona, para algunos implica gusto y orgullo mientras que otros lo toman como signo de vergüenza ante sus amigos o conocidos.

De la misma manera, un signo destacado entre las parejas es mantenerse en contacto con el otro a través de estos medios, demostrando así el cariño, es decir, contestar rápidamente, mantener al tanto al otro de dónde se encuentran, con quién y la actividad que realizan, sin embargo, esta situación también puede ser un desencadenante de conflictos, ansiedad y exigencias, tanto dentro como fuera de la pareja o bien, fuente de interpretaciones tales como desinterés hacia la relación o la persona.

En ese sentido, el tener acceso a sus redes les permite vigilar sobre aquellos que tienen contacto con sus parejas, viendo así si sus posibles “rivales” tanto reales como imaginarios son atractivos o pueden resultar una verdadera competencia o amenaza para la relación, a partir de dicha evaluación dependerá si el evento se convierte en motivo de reclamo para la pareja. Este tipo de problemas se dan debido a los celos, tanto lo que se hace público en los perfiles como lo privado provoca disputas, siendo que los mensajes personales (sobre todo de whatsapp), son los que generan inseguridad y sospechas, por lo cual muchas parejas exigen como prueba de confianza y fidelidad la contraseña, lo cual puede ser aceptado o rechazado con sus respectivas consecuencias, ya que en muchas ocasiones ambas situaciones provocan rupturas, la intrusión suele mostrarse de tal manera que incluso eliminan contactos, fotografías, información, sin el permiso del propietario.

De acuerdo con la revista ‘*CyberPsychology and Behaviour Journal*’ (citado en Aya, 2014) se ha reportado que whatsapp es la causante de millones de rompimientos, para ser exactos de los 300 millones de usuarios, 28 millones terminaron sus relaciones debido a dos razones: *el double check* (indica si el mensaje ha sido o no leído) y *la última conexión* (horario en que la persona utilizó la aplicación por última vez). En el primer caso, al establecerse una seguridad de

que el mensaje ha llegado y aun así no ha sido revisado, es interpretado como una falta de intención de respuesta por parte del receptor, y en cuanto a la *última conexión* pasa algo muy parecido, en este caso, suele creerse que el mensaje ya ha sido leído, dichas razones han bastado para que la comunicación se deteriore llevando a problemáticas, convirtiendo a esta red en un arma muy importante para dañar la relación.

Por lo tanto, terminan enmarcadas dos consecuencias importantes por el uso de tecnologías, en primer lugar, se ha encontrado mayor libertad para buscar pareja de manera diversa y al mismo tiempo logra facilitar los encuentros; por otro lado, encontramos una tendencia a utilizarlas como medio de restricción y control, a través de la vigilancia y supervisión.

## **2.2 Conflictos y violencia en la pareja**

En las relaciones de pareja se pueden generar todo tipo de diferencias, como producto de una interacción más constante y cercana, dicho conflicto es definido por Meza (2010, p.118) como *“el proceso en que dos o más entidades se encuentran en desacuerdo, defendiendo los límites que consideran transgredidos en su interacción”*, de la misma manera menciona que existen eventos desencadenantes para que se lleve a cabo, en primer lugar, encontramos la transgresión de los límites individuales, que a su vez es causa del segundo, que es el brote de emociones que llevan al desequilibrio de la persona y/o de la relación, dando paso en ocasiones al último evento, tratar de ejercer una serie de estrategias para lograr que la otra persona se adecue a la manera propia de concebir los límites, dichas estrategias tienen que ver con una lucha o imposición de poder que ambas partes llevan a cabo dependiendo del contexto, donde se induce o fuerza al otro. Estos desacuerdos se dan entorno a un marco sociocultural específico, donde se va determinando qué es aceptable y qué no.

Dicho ejercicio de poder es definido por diversos autores, entre los que encontramos a Weber y Foucault (citado en Huerta y Sánchez, 2011), el primero de ellos, lo asocia con una interacción que requiere de dos elementos: 1) quien manda y 2) quien obedece la orden; en cuanto al segundo autor, menciona que se trata de un elemento que se encuentra circulando, donde toda persona tiene algún poder para influir en la conducta y acciones de los otros.

Se señala que el aspecto cultural y generacional determina gran parte del ejercicio de poder en la pareja, sobre todo porque ha habido un cambio en la participación de las mujeres, donde aprendieron a pensar, significar y actuar de manera independiente, se dice que en la generación aún perteneciente a los años sesentas suele haber una relación asimétrica en cuanto a poder y actividades, donde la mujer resulta ser sumisa y llega a acatar el orden de género sin ninguna objeción; las generaciones que se encuentran alrededor de los 45 años suelen dividir sus actividades y derechos conforme al orden de género tradicional, sin embargo, algunas mujeres comienzan a cuestionarse sobre sus obligaciones y derechos, aunque en gran medida no hacen nada para solucionar aquello que les parece injusto o desagradable. Por último, tenemos a las generaciones actuales que exigen establecer sus relaciones sobre bases más equitativas, sin embargo, la generación no determina por completo los criterios bajo los cuales funciona la relación o las condiciones de relacionarse, ya que en cualquiera de ellas surge protesta ante los ideales o imposiciones del otro, es ahí donde los conflictos de pareja encuentran lugar, como respuesta a la autoridad del otro.

De esta manera Huerta y Sánchez (2011) señalan que el poder llega a escalar de tal manera y volverse tan extremo que se convierte en violencia, transgrediendo los derechos de cualquiera de los integrantes de la relación. En el mismo sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS), señala que existen diversos tipos de violencia: violencia física, sexual (al imponer ideas o actos), verbal como palabras o ruidos vocales que amenazan, degradan o cosifican a la persona, y psicológica (causa desequilibrio de sentimientos, autoestima, percepción, etc.).



Es entonces, como menciona Meza (2010), que la violencia surge como un medio de solución ante las diferencias, implantando dicho poder, donde la pareja de manera abierta manifiesta violencia para establecer un valor simbólico mayor ante el otro, imponiéndose, pero no suele nombrarla así, sino que recurre a un discurso reprobatorio que produce un efecto de ocultamiento, siendo el género uno de los medios más utilizados para ejercerla, haciendo mención de características que se cree son propias del hombre o de la mujer, es decir que la mujer es débil, sensible, poco capaz, etc., este tipo de argumentos suelen encontrarse en cualquier grado escolar o generación, aunque suponemos se encuentran situados a nivel superior en menor medida.

De acuerdo con Morales y Rodríguez (2012), las manifestaciones de violencia suelen identificarse desde un inicio de la relación, pero no suelen ser nombradas como tales, sino como manifestaciones de algo “raro o extraño” en la interacción. Durante las relaciones de este tipo se encuentra un patrón común llamado ciclo de violencia, que consta de una tensión que es seguida de la agresión, la cual trae como consecuencia el arrepentimiento o bien la reconciliación.

Se han encontrado diversos indicadores o conductas en la relación que pueden variar dependiendo de la pareja, por ejemplo: humillaciones y críticas hacia el físico de la persona, sus actividad, acciones, formas de vestir, etc., de esta manera la persona comienza a realizar diversas actividades como la manipulación, el monitorear al otro, por medio de éstas, la persona deberá evitar realizar aquello con lo que no está de acuerdo su pareja, como vestir con cierto tipo de ropa, acomodarla a cierta altura, chantaje, violencia verbal, gritos, groserías. Se menosprecia la forma de ser, no se toma en cuenta la voluntad, palabra o versión de la persona, se realizan amenazas en cuanto a dañar la integridad del otro, incluidas amenazas de muerte o acciones que ponen en riesgo a ambos, como acelerar el auto, la privación de libertad o llevar a la persona a sitios aislados y desconocidos, acoso sexual o presión para mantener relaciones sexuales en condiciones no deseadas, divulgación de información sexual con

terceros, aislamiento de sus amistades y familiares manteniendo a la pareja como centro de sus vidas, violencia física, (empujones, apretones hasta puñetazos), ya no se trata únicamente de un disgusto ante lo que el otro realiza sino que hay un ejercicio de poder y control, siendo gran parte el factor detonador los celos porque la persona realiza actividades con alguien más, situación que la pareja considera algo exclusivo para ambos, o porque realiza actividades que pueden llamar la atención de otros o sea de agrado para alguien más.

Ante esto Jaramillo y cols. (2015) identifican diversos factores que las parejas llegan a nombrar como detonadores de la violencia:

- Las discusiones, ya que suelen vincularlo con el amor, es decir consideran que, si no existe amor, habrá diferencias y falta de respeto por lo que puede propiciarse con mayor facilidad conflictos y violencia. En cuanto a esto los autores hacen mención que tiene que ver con una idealización del amor, en la que no se está tomando en cuenta que las diferencias existirán a pesar del cariño por la persona, provocando que justamente esto, sí los lleve a un manejo inoportuno de las situaciones.
- La idea de querer cambiar al otro, el interés económico, miedo y no querer asumir la soledad, siendo factores que pueden mostrarse en relaciones con violencia, se dice que tienen que ver de manera más global con un ajuste a los estereotipos de género, ya que los discursos apuntan a causas específicas de cada uno de ellos, donde la mujer debe aguantar debido a ciertas razones, creencias, estereotipos, etc.
- La falta de comunicación y comprensión, resulta ser para ellos la base de muchos conflictos que llevan a la violencia, consideran que el diálogo es fundamental, y el escuchar al otro resulta ser signo de respeto, donde se considera que tiene libertad de ir y realizar actividades siempre y cuando no se falle al otro o bien no se rompan acuerdos.

- Celos y desconfianza, es considerado como uno de los principales factores, que se presentan en una relación, debido a que el otro no otorga las condiciones para que se confié en él, o bien debido a chismes, incluso a pensamientos que se dan producto de la imaginación, dichos celos suelen darse en mayor medida en situaciones específicas, como cuando salen a fiestas o lugares parecidos, cuando se está en grupo, etc.
- Infidelidad, engaño y traición, suelen ser reconocidos como actos dolorosos, de difícil perdón, ante lo cual se suele responder de la misma manera, con el afán de dañar o sentirse bien, de esta forma puede observarse que ante una expresión de daño o agresión se responde de igual forma, causando una lucha de poder en la pareja que los lleva a límites de violencia física, verbal y/o psicológica.
- Dificultades para poner límites al otro, esto como producto de la inseguridad, miedo a perder al otro o provocar su enojo, falta de identidad, baja valoración propia. Estos factores provocan que la persona permita todo, incluida la humillación, tortura psicológica o falta de respeto, y aunque esto se deja ver en ambos géneros, suele estar mayormente marcado en las mujeres.

Ante estos hechos, Morales y Rodríguez (2012) plantean que las personas que reciben violencia suelen generar ansiedad muy alta, ya que anticipan las situaciones, presentan síntomas de depresión como llanto, tristeza, aislamiento, no buscan ayuda ni mencionan lo que sucede en su relación debido al miedo; expresan tener una autoestima muy baja, tienen la idea de que no podrán conseguir ni merecer un mejor trato, se sienten feas físicamente. Debido a lo anterior, se opta por una resignación y adaptación a la situación, de manera que comienzan a justificar las acciones, utilizan la mentira y en algunas ocasiones las personas empiezan a reaccionar de igual manera con violencia, tienen conductas de reto o por el contrario se vuelven sumisas, envolviéndose en el silencio, lo cual puede ser una manifestación de la falta de respuesta ante estas situaciones.

### 3. SILENCIO EN LA RELACIÓN DE PAREJA

El silencio resulta ser todo un enigma en la interacción humana, por lo tanto, también en las relaciones de pareja. Señala Ramírez (1989) que se le ha otorgado muy poca atención, debido a que muchos toman el lenguaje como algo que se dice o no se dice, pero el silencio al igual que la palabra tiene la misma particularidad, expresar algo, por lo cual, ambos resultan ser aquello que une la sociedad con el individuo. Para poder analizar y comprender un poco más el silencio, este autor dice que no es adecuado definirlo como una cosa o una simple palabra, sino más bien debe ser dividido en: el Silencio (en singular) y los Silencios (en plural).

En el caso del silencio (en singular), se entenderá como la mención de algo que no aparece o la ausencia de; se le otorga un grado metafísico, es decir más allá de lo físico, algo misterioso y existencial, algo que no puede ser descrito.

En cuanto los silencios, los entenderemos como un hecho, una acción, una conducta, en otras palabras, *el no decir diciendo y el decir no diciendo*, conforma todo un sistema de interacción social, que se da mediante una sutil aproximación y distanciamiento, algo generalmente de manera tácita.

De acuerdo con Furrasola (1999) esta comunicación o acuerdo tácito únicamente se puede realizar cuando el locutor sabe que la otra persona cuenta con los suficientes elementos de deducción para entablar la comunicación, siendo una inferencia el elemento clave en esta comunicación.

La inferencia de acuerdo a Peirce (1877, citado en Genova, 1996) tiene tres modos de abordarse, en primer lugar la deducción, que tiene que ver con un razonamiento de ir de lo universal a lo particular; en segundo lugar tenemos la inducción, que es recorrer los hechos a la inversa para establecer un regla general a partir de un caso y un resultado; y en tercer lugar agregó la abducción o retroducción, que tiene que ver con la elaboración de hipótesis a partir de los

hechos, de lo cual se originan ideas nuevas que son explicativas o se desarrollan teorías. De la misma manera, se debe tener en cuenta que todo conocimiento lleva un proceso de transformación o perfeccionamiento del conocimiento previo.

De acuerdo con Furrasola (1999) el silencio también puede ser una forma de comunicar, ya que influirá en su mundo por medio de sus ideas y opiniones. En el mismo sentido, la definición de diversos autores nos ayuda a comprender el silencio como una ausencia de ruido o de una omisión voluntaria de la palabra. En el ámbito de la filosofía, es aquello que resulta indispensable para un estado de relajación y concentración que favorece la introspección, y a su vez no debe ser confundido por el mutismo, siendo algo de suma importancia ya que éste resulta una incapacidad y representa cierre, a diferencia del silencio, que es una apertura que brinda grandeza. El silencio como medio de reflexión, tiene la peculiaridad de ser completamente individual, intransferible e imposible de manifestar a otros, incluso el silencio resulta ser un medio que expresa aquellas emociones que no pueden ser descritas, siendo entonces una base para nuestras cogniciones, que media la interacción, colaborando como un espacio en el cual se recibe la información del otro y a su vez la procesa para poder responder.

El silencio y la palabra se sitúan como medio de poder, incluso en ocasiones el primero, puede tener repercusiones de mayor magnitud que esta última. Entenderemos que el poder que se maneja, no únicamente provoca una situación de incertidumbre para quien lo recibe, sino que también provoca que la persona calle o bien hable, dependiendo del contexto, de esta manera aquel que ejerce el control, se asegura de que no haya ningún secreto para él, pero sí para los demás, recalcando su poder.

Señala Ramírez (1989) que desde tiempos muy antiguos, incluso a nivel político, quien tenía la palabra o hacía callar a los otros era quien se encontraba al mando y en consecuencia establecía las reglas, de esta forma, guardar silencio por decisión propia sin ninguna imposición ajena, coloca a la persona como superior en la lucha por el poder, en una interacción donde se teme a lo que no se dice (la represalia) y por ende se temerá a quien no lo dice. No obstante también

menciona que el silencio propiamente no se debe tomar como algo maligno o de lo que se deba de huir (es posible pasar tiempo con otra persona en silencio de manera sumamente agradable), ya que puede significar tranquilidad, armonía, un espacio de reflexión o contemplación, sin embargo, en la actualidad debido al ritmo de vida y la entrada de la tecnología pareciera ser que es algo que debe combatirse, pues todo espacio está lleno de ruido y sonido, da la impresión de haber una necesidad de acabar con él. Esto también contiene una carga política, que consta de mantener ocupada y distraída a la persona, sin espacio de silencio y reflexión, pues pudiera ser peligroso, quitándonos incluso de un medio de conversación que pudiera convertirse en una conspiración.

Para Furrasola (1999) el silencio es necesario para vivir en sociedad, estar obligado a convivir con otras personas nos lleva a callar muchas cosas para evitar conflictos. El silencio de la misma manera está regido por ciertas reglas y normas, de tal forma que se va estableciendo desde pequeños su uso, ya que se nos instauran los lugares, situaciones y personas con las cuales debemos callar, la enseñanza básica es que si no se habla no habrá consecuencias, ni se provocarán problemas.

Aunque al mismo tiempo, el decidir comunicar algo o no hacerlo y sus consecuencias dependerán de la circunstancia, de acuerdo con Le Breton (1997) hoy día existen dos acciones que resultan imperdonables, en primera instancia, la mala comunicación y segunda, aún más grave, el silencio, es decir no debe ser considerado como adecuado en la interacción con el otro, porque se considera que la comunicación es la solución a todas las dificultades personales y sociales, habiendo una necesidad de comunicarlo todo, aunque resulta ser un proceso complejo, que para ser posible, el otro debe contar con el tiempo para escuchar, asimilar y responder.

Todo este proceso de comunicación tiene que ver con la interpretación de la palabra y el silencio. En ocasiones, una puede predominar sobre la otra y desdibujarse, se dice que lo que se comunica no resulta algo ya establecido, sino que su interpretación se verá afectada por la combinación del silencio y la palabra,

además de la manera en que se escucha, también sirve como un enlace de discursos que permite la fluidez, ya que cuando llega el silencio la otra persona sabe que puede disponerse a retomar su palabra, y no sólo eso, el silencio igualmente fungirá como un espacio de descanso en el que se tejen los significados, a pesar de ello, pueden llegar a surgir problemáticas debido a los estilos conversacionales o en torno a las pausas y ritmos; la problemática suele desarrollarse sobre todo por quien realiza pausas grandes, causando desesperación, malestar y desconfianza en la otra persona que está acostumbrada a una conversación ágil, provocando en ocasiones súplica o agresividad por provocar la palabra; aunque también puede surgir algún problema al momento en que alguno acelera tanto el discurso, que deja de escuchar y dar espacios para el otro.

De acuerdo con Zimmerman y West (1975, citado en Le Breton, 1997) los hombres suelen tener la tendencia a ser más ágiles y las mujeres suelen permanecer en mayor silencio, por tanto, los hombres son los responsables de aproximadamente el 98% de las interrupciones en una conversación, ante lo cual la mujer no suele hacer señalamientos ni buscar retomar su discurso. Esto se enlaza con lo encontrado por Tannen (citado en Valero, 2001) quien menciona que de acuerdo a la cultura, de manera específica a los aprendizajes de género, los estilos conversacionales suelen ser diferentes, en el caso de las mujeres la solución del problema se da por medio de la negociación a dos voces, y en el de los hombres suele ganar el más fuerte, por ende sólo hay un discurso de una voz, que desea imponerse.

De acuerdo con todo lo anterior, diremos que la construcción de las relaciones de pareja, el poder y el silencio son elementos que se ven entrelazados durante la interacción, encontrando a este último como latente en muchos espacios y momentos de la misma, una acción muy sutil que tiene repercusión en el otro, pero que al ser tan amplio y poco perceptible puede causar confusión o bien desencadenar diversas respuestas, pero al ser un tema tan poco estudiado por la psicología, aún resulta confuso y poco entendible; por lo que al ser

investigado podría aportar mucho a estas interrogantes y a nuestra disciplina, como por ejemplo las consecuencias que trae, la manera en que media la relación y su grado de intervención, permitiría visibilizar sus diferentes usos y con ello de manera aplicada las personas podrían modificar la interacción en sus relaciones personales, empezar a comprender al otro no solo desde lo que dice de manera verbal sino también desde sus silencios, ayudándonos a no pasar por alto significados importantes, mejorando la comunicación, relación y construcción de relaciones de pareja.



## **4. APARTADO METODOLÓGICO**

### **4.1 Objetivo general:**

Conocer el significado que tiene el silencio en la construcción de relaciones de pareja.

#### **4.1.1 Objetivos específicos:**

- Indagar las experiencias y significados en la relación de pareja actual.
- Investigar los aprendizajes de género y cómo se ve reflejado en la relación de pareja.
- Indagar las principales problemáticas que experimentan en la relación.
- Averiguar la construcción de la relación de pareja a través de redes sociales.
- Conocer el significado sobre el silencio y la comunicación desde la perspectiva de un hombre y una mujer.
- Investigar los usos e intenciones del silencio en la interacción de pareja.

### **4.2 Enfoque metodológico y estrategias para la obtención de información**

Para llevar a cabo la presente investigación, se optó por emplear una metodología cualitativa, la cual se refiere a “cualquier clase de investigación que produce hallazgos a partir de la información de la vida de las personas, historias, acontecimientos, documentos, análisis de textos, etnografía, movimientos sociales, entrevistas, observación y videgrabaciones” (Ito y Vargas, 2006: 10). A su vez

Taylor y Bogdan (1987: 20) la señalan como “aquella que produce datos descriptivos, los cuales son las propias experiencias de la persona, habladas o escritas, y la conducta observable.” Dicha metodología resulta ser la más adecuada para este estudio, ya que permitirá realizar un análisis de los discursos de los participantes, lo cual es indispensable ya que para poder lograr el objetivo de la investigación es necesario explorar sus perspectivas para así obtener sus experiencias, aprendizajes y significados.

Se empleó como estrategia para la obtención de información, la entrevista semiestructurada, la cual tiene como objetivo la comprensión del mundo tal y como el propio participante lo construye, esto de acuerdo con Ito y Vargas (2006). A partir de lo cual se detectaron los patrones de conducta y significados predominantes en la persona; de manera específica, se utilizó la entrevista semiestructurada, que constó de un guion de preguntas, las cuales fueron abordadas de manera libre de acuerdo a los intereses e información brindada durante la entrevista, lo que permitió la posibilidad de clarificar los aspectos retomados o dudas que pudieran presentarse (Colín y Cols, 2009).

De acuerdo con lo anterior, se elaboró el siguiente guion de entrevista con base en los siguientes ejes de análisis para la investigación:

- Experiencias y significados de la construcción de pareja.
- Expectativas de la relación de pareja.
- Aprendizajes relacionados con el orden de género en la relación de pareja.
- Problemáticas en la relación de pareja.
- Relación de pareja a través de redes sociales.
- Experiencias y significados sobre la comunicación y el silencio.
- Usos e intenciones del silencio en la interacción de pareja.

A su vez, se utilizó una grabadora de voz para registrar el discurso de los participantes y posteriormente realizar la transcripción, lo que permitió elaborar el análisis de contenido manifestado en la información, a la luz del marco teórico elaborado.

### **4.3 Participantes**

Los participantes de esta investigación fueron una mujer de 28 años, a quien por cuestiones de ética de la investigación nos referiremos de aquí en adelante como Alejandra, cursa la carrera de biología, trabajaba en una secretaría de medioambiente, vivía con su mamá, su hermana y hermano en la Ciudad de México. El otro participante fue Carlos, de 28 años de edad, quien vivía con sus padres, su hermano y hermana en el Estado de México, al momento de la realización del trabajo de campo. Es Economista y trabajaba en una organización gubernamental.

Ambos egresados de la Universidad Nacional Autónoma de México, en la cual estudiaron desde la preparatoria, y es el lugar donde se conocieron. Al momento de las entrevistas mantenían una relación de pareja desde hacía aproximadamente un año y medio.

### **4.4 Proceso de negociación**

Debido a la amistad entre la investigadora y la participante, en un primer momento se hizo el contacto con ella vía whatsapp, posteriormente se arregló una cita, donde se le explicó la investigación de manera general, es decir el objetivo de esta, se le mencionaron las temáticas sobre la relación de pareja que se abordarían, haciendo énfasis en que toda información estaría protegida por el

anonimato, a su vez se hizo de su conocimiento que el número de entrevistas dependería de la información recabada en cada sesión (el estimado era de tres reuniones) y de la misma manera se le explicó que existía la intención de realizar las sesiones con ambos miembros de la relación, aclarando que serían por separado, por lo que después de aceptar, ella considero oportuno preguntar a su pareja si se encontraba interesado en ser parte, ante lo cual se obtuvo una respuesta afirmativa. Posteriormente se contactó con él vía telefónica, explicándole exactamente lo mismo que a la primera participante, a su vez a ambos se les menciono que eran completamente libres de retirarse en el momento que desearan, de no contestar aquello que les causara inconformidad; cabe mencionar que ninguna de estas situaciones se presentó.

#### **4.5 Escenario**

En el caso de Alejandra, las entrevistas se llevaron a cabo en la casa donde residía, de manera específica en su dormitorio, ya que resultó ser un espacio en el cual mencionó que se sentía segura de brindar información, además de contar con la suficiente privacidad y resultarle de mayor comodidad. En cuanto a Carlos, se llevó a cabo en una cafetería donde se pudo acceder a un espacio aislado y privado para que pudiera tener libre expresión.

## 5. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Alejandra y Carlos son una pareja que lleva aproximadamente un año y medio juntos, anteriormente habían tenido una relación de nueve meses cuando se conocieron y cursaban el nivel de bachillerato, sin embargo, terminaron esa relación debido a problemas de *“inseguridad y celos”*. Volviendo a reanudar su relación y noviazgo después de que pasaron aproximadamente diez años.

### 5.1 Experiencias y significados en la construcción de pareja

La construcción de una relación de pareja se irá dando a lo largo del tiempo, estando en constante movimiento y conforme a la interacción entre los individuos, inclusive si estos no se encuentran en lo que llamarían una relación amorosa “formal”, pero que aun así se ven involucrados de manera sentimental:

Carlos: Nos separamos, pero no perdimos contacto, estarnos procurando, saber cómo estaba o de hablar con esa persona; tuvo otras relaciones, tuve otras relaciones, nos llegábamos a encontrar y salíamos, sí de salir, pero no en el plan de nuevo una relación formal y estable.

Alejandra: Terminamos, nunca hubo como una separación, siempre por mensaje, cosas así, cuando lo veía me emocionaba así muy cañón (...) Carlos siempre me siguió buscando, era comprensivo, era lindo, también me dio a entender que él me quería mucho, que nunca quiso que pasara eso, y me lo decía.

Dicha construcción se muestra desde los primeros momentos en que se relacionan, siendo un proceso de incertidumbre e interpretaciones conforme a la

experiencia de la persona, desde este punto se comienzan a establecer acuerdos tácitos, no escritos, en cuanto a lo que es permitido en la interacción.

Carlos: El lenguaje físico te va indicando...que si 'tocarse el cabello, reírse de más con esa persona', Ale mostraba un interés muy particular de hablar conmigo y eso me daba seguridad de seguir con ella, 'vamos al Tezo (parque) con mis amigos', y entonces ahí me di cuenta que sí, que sí le interesaba, fue de forma muy natural.

Si bien las experiencias son vividas por ambos integrantes, cada uno le dará una interpretación y otorgará un valor particular según el significado que le atribuyan, lo cual puede variar, generando pequeñas problemáticas por estas diferencias, dicha disimilitud se deberá a lo que señala Shweder (2016) como la subjetividad, que podrá ser comprendida al analizar la intencionalidad, aprendizajes sociales e historia de cada una de las personas.

Carlos: Todavía me acuerdo, 9 de abril, me sentía el chico más popular de la escuela, afuera de los camiones, me le declaré '¿quieres ser mi novia?' estaba emocionada, yo la veía, '¿Por qué no habla?' y me dijo "sí", ¡ah, no mames!, nunca había llegado tan lejos, le dije '¿te puedo besar'" y se quedó así de "sí", y nos besamos.

Alejandra: ¡Ay! no me acuerdo, o sea es lo que también él me dice, hasta se enoja, pero no me acuerdo de nuestro primer beso, en qué momento me lo dijo o dónde estábamos, el momento preciso, lo que importa es lo de ahorita, él se equivocó y yo; entonces creo para mi empieza todo a partir de enero.

La relación de pareja puede ser considerada de acuerdo con Shweder (2016) como un mundo intencional, por ende, los integrantes son personas intencionales que tendrán ciertas tareas dentro de este, siendo en primera instancia la preservación de dicho mundo, le otorgarán significados, depositarán emociones, deseos y creencias. En este caso encontramos diversos significados que irán moldeando la interacción en la pareja y se convertirán en su base, entre ellos, el significado del amor y de la relación de pareja, respecto a esto Fernández

(2016) expresa que social e históricamente hemos aceptado este tipo de conceptos como algo generalizado, algo universal, inmutable, lo cual no pudiera estar más errado, ya que como menciona, se trata de una configuración elaborada a partir de un contexto social y cultural determinado, donde los aprendizajes son distintos, y debemos aprender a negociarlos.

En cuanto a estos significados, encontramos que la principal característica de los participantes respecto a tener una relación de pareja, se encuentra el compartir con la persona, pasar de lo individual a lo colectivo, es decir no se piensan como dos personas sino como una sola unidad. Carlos comentó que a su vez significa compartir sentimientos y problemáticas, mientras que Alejandra considera que se trata de compartir tiempos juntos.

Carlos: Dos personas que comparten muchas cosas, primero amor, después confianza, problemas individuales, mutuos, de familia de cada una de las partes, y ya no pensar de forma individual, empiezas a tener pensamientos para el bien de tu pareja.

Alejandra: El trato que existe es más íntimo entre dos personas que se atraen, eso los hace compartir más tiempo del que compartirías con otra persona.

Existen diversas ideas sobre la relación que puede dividirse en dos aspectos, uno, es la obtención de beneficios; el segundo, se enfoca al esfuerzo que requerirá, por consiguiente, surgen un conjunto de cambios y decisiones que los alejan de aquello que harían o desean normalmente al solamente pensar en sí mismos.

Carlos: Comienzas a procurar y pensar en tu pareja, sales de tu zona de confort, subjetivamente (sentimientos) y objetivamente (actividades), yo no era una persona de tantas fiestas y yo sé que Alejandra sí, entonces quería que funcionara esa parte, salir de tu forma, (...) cambia todo, romper tus horarios, tu ciclo de vida, tus días, si tú te dormías temprano.

Alejandra: Siento que me puede dejar muchas cosas, me hace crecer a mí también (...), tal vez te sientes mal o tienes problemas y recurres con esa persona, es lo que yo creo que se acostumbra hacer, que te da más confianza tener algo más íntimo y es lo que te permite conocer a alguien más a fondo.

De la misma forma, la interacción en la relación se puede ver mediada por experiencias desagradables que han vivido con otras personas, que a su vez son integradas, generando la creencia de que si no llevan a cabo ciertas acciones habrá la misma consecuencia en su nueva relación, y a su vez, como medida para evitar sufrimientos como en el caso de Alejandra.

Me deprimí, ¿no? hacía mis cosas, lloraba, mi problema fue que no di lo suficiente (...) después te arrepientes, te echas la culpa, dices 'si hubiera dado, aportado más' (...) me puse trabas y por eso no viví lo que tenía que vivir con esa persona, aprendí, y ahora doy y doy, sin culpas ni remordimientos, me va a tocar menos trabajo arreglarlo, no me va a volver a pasar.

Asimismo, al entablar la relación se parte de un significado particular de lo que es el amor, y como lo expresan ambos participantes, denotan una inclinación a tener que pasar por "sacrificios", en el caso de Alejandra lo expresa perdonando los errores de la pareja y estar con él a pesar de todo, lo cual reflejan lo dicho por Guardo (2012, citado en García y cols., 2019) en cuanto a que las creencias del amor romántico, "el sacrificio" y las "pruebas de amor" a superar, reflejan el amor verdadero. En ese sentido, ella lo demuestra siendo fiel e incluyéndolo en sus actividades, ya que considera es una forma de brindarle bienestar y pudiera relacionarse con el significado que tiene respecto a que los demás la incluyan a ella, dado que la hace sentir capaz y le da seguridad.

Alejandra: Como de tu familia le perdonas algunas cosas, a pesar de todo (...) le regalo lo que necesita, lo incluyo en mis actividades, con mis amigos, lo llevo más en mi vida. Me hace sentir bien incluirlo y que él esté bien, cuando no me incluye me siento inútil, en conflicto conmigo, '¿qué estoy proyectando?', entro en caos.



El apoyo ante las necesidades de la pareja es un punto importante en ambos participantes, haciendo referencia tanto a acciones, como búsqueda de soluciones o bien la simple presencia, en el caso particular de la participante se muestra con el hecho de no dejar nunca sola a la persona, lo cual cobra sentido cuando hace referencia a que en sus anteriores experiencias la manera en que le hubiera gustado le demostraran amor, era no dejándola sola o que no terminara la relación cuando más necesitaba apoyo. A su vez, los significados que tiene la participante se ven relacionados con lo planteado por Sternberg (1998, citado en Barrios y Pinto) respecto a la búsqueda de características con base a los aprendizaje de género, ya que las mujeres tienden a involucrarse en tipos de amor que apunten hacia el desarrollo de la intimidad, con el propósito de lograr un compromiso, promover el bienestar de la pareja, sentimiento de felicidad, capacidad de contar con la pareja en momentos de necesidad, valoración, entrega de apoyo emocional y por último la decisión de mantener la relación.

Alejandra: Lo apoyo, que se dé cuenta que me interesa, y quiero buscar una solución, que no me voy a ir, que voy a estar ahí apoyándolo (...) porque a mí ya me pasó, no me apoyaron, y fue muy feo.

En cuanto a Carlos, él menciona que lo demuestra cediendo en cuanto a tiempos y realizando actividades que no le resultan totalmente de su agrado, a su vez dejando pensamientos de ego, que se relaciona con pensar no únicamente en él sino en aquello que demostrará que está procurando a su pareja; al igual que Alejandra, recurre al apoyo ante las necesidades del otro, ya que en conjunto, considera, son acciones necesarias para el beneficio de la relación. Ante esto que refieren los participantes, Alfaro (2014) menciona que se trata del modelo de amor romántico, que está basado en mitos que han permanecido a lo largo del tiempo, entre los que se encuentran el altruismo el cual debe de ser parte fundamental de la pareja, poniendo las prioridades propias en segundo término por igual.

Carlos: Dejar esos pensamientos de ego (...) procurar, '¿necesita algo?', trato de auxiliarla, si necesita quedarse en mi casa, (...) discutir y terminas durmiéndote a las dos de la mañana, tres; pero lo haces si quieres seguir ahí, amar lo que no te gusta, he aprendido a tolerar muchas cosas de ella, las tolero porque hay amor, a lo mejor ella ha aprendido a tolerar mis cosas.

Otro punto importante es que el apoyo no únicamente es hacia las problemáticas personales de la pareja, sino que se retoma ser tolerante ante aquello que es de desagrado o los afecta, significándolo como signo de amor, sin embargo, esto puede llegar a causar problemas a nivel emocional y confusión en la persona para establecer límites, esperando aplicarlos hasta el momento en que su integridad se vea dañada.

Alejandra: Sí el problema me está afectando también a mí, no me iría a la primera, siempre trato de apoyar, me voy hasta las últimas circunstancias (...) hasta que me hace llorar, me tiene pensando todo el día, sacando de mi control (...) que él siga repitiendo lo mismo, aguanto hasta cierto punto (...) es muy difícil saber hasta dónde ya es demasiado, que no tiene vuelta atrás, si me golpeara o cosas en específico eso me haría no pensarlo.

Si bien la pareja se encuentra dispuesta a realizar ciertas acciones para el bien de la relación, no sólo se trata de algo en pareja, sino que se estructura desde lo individual, donde se busca el bienestar propio.

Carlos: Yo creo que el amor es en general una de las principales fuentes, yo creo la principal, para conseguir la felicidad individual.

Alejandra: Pienso que tal vez me puede jalar, porque a mí me cuesta trabajo, me da miedo caer en el conformismo, creo que si se lleva como un 60% que me jalen y el otro 40% también yo jalar. Tal vez me es más cómodo, me gusta tomar las cosas buenas de las personas, y lo mío, obviamente también lo demuestro, pero yo ya lo tengo.

Ante esta búsqueda de bienestar, encontraremos la estructuración de acuerdos verbalizados o bien compromisos como menciona Alejandra, lo cual significa que ya no resulta ser un acto opcional sino más bien un acuerdo dentro de la relación ,como en el caso de la fidelidad, que puede ir variando en el significado que tiene cada integrante de la pareja, debido a esto, establecer criterios resulta ser un tema complejo, ya que aunque en este caso ambos consideran infidelidad cualquier tipo de interacción con una persona que les atraiga, esto puede llegar a ser poco claro o subjetivo, puesto que podría suceder que al contrario de lo deseado por Carlos, cualquier miembro de la pareja pueda llegar a confundir las intenciones que se tienen con otra persona, provocando en algún punto problemas debido a la diferencia de opiniones o interpretaciones.

Carlos: No hay que confundir salir con otras personas, amigos y cosas así, a salir con personas con otras intenciones, entonces salir con personas con otras intenciones pues si ya empieza ese parámetro.

Alejandra: Es un compromiso que haces con esa persona, tal vez que coqueteara con otras personas, besara en fiestas o hasta que anduviera con otra persona.

Actualmente existe una serie de diferentes opciones para entablar relaciones de pareja, lo que ha llevado a una reflexión sobre lo que podrían considerar como una relación estable e importante, al indagar con Alejandra sobre la fidelidad, comenta que para poder tener una relación formal y bien establecida, algunas de las características latentes deben ser el establecimiento de reglas claras y una relación monógama, esto debido a que considera no se le da un valor importante a la pareja en las relaciones abiertas. Blandón y López (2016) expresan que el optar por este tipo de relaciones formales se debe justamente a que desean vincularse con algo diferente que no los lleve a la incertidumbre o transitoriedad constantes, con la posibilidad de construir un futuro y proyecciones con la pareja, trayendo como consecuencia su bienestar.

Alejandra: Puedes salir con quien tú quieras, y si en eso se enamora de otra persona, te atienes a las consecuencias, pero te armas de valor, no lo haces a escondidas, se me hace muy cobarde (...) una relación chida, no lo tomaría tan en serio, siento que en el contexto cultural que estamos no se toma en serio a la persona, que se intercambia.

Entre las reglas a respetar se encuentra la fidelidad, al indagar cuál era la opinión que tenían ambos participantes sobre las razones por las que la infidelidad podía ser provocada, se encuentran las creencias, problemas de inseguridad venganza, necesidad de emociones distintas, sentimiento de superioridad o bien puede llegar a desencadenarse como un mecanismo de defensa para no experimentar dolor si la pareja llega a engañar en algún momento, esto lo explica Bauman (2003) quien dice que la actualidad apuntala al amor líquido, donde se establece una interacción neutral, sin grandes compromisos como la fidelidad, dado que los deja en una posición de riesgo, dependencia, de no ser correspondido, porque todo suele llevar una fecha de vencimiento, siendo así esta época un lugar poco oportuno para la confianza.

Carlos: Infidelidad, puede haber varias circunstancias, puede ser por inseguridad, celos tal vez, un tipo venganza que haya hecho otra persona, bueno otra pareja, por no sé, la misma personalidad de la persona, yo ahí termino toda la relación, me sentiría muy triste, decepcionado.

Alejandra: Creo que la razón principal de la infidelidad es por inseguridad de la persona que es infiel y por ego, puedo con un montón de chicas, no me voy a quedar con las ganas, necesito otras emociones, por enojo, por venganza que se enojaron con su pareja, ¿por qué lo llegué a hacer antes? por miedo a que lo haga y yo nunca lo haya hecho, da poder, no se siente fragilidad, ni vulnerable.

La infidelidad no resulta ser un evento que sólo encuentre consecuencia en quien realizó la misma, sino que también lo hace en la persona que fue engañada, en este sentido los participantes consideran que si fueran engañados repercutiría en su estabilidad emocional, seguridad, autoimagen y ritmo de vida, llegando a interferir por un período incluso de meses, ante lo cual ambos optarían por dar fin a la relación.

Carlos: Me sentiría muy triste, decepcionado, yo ahí termino toda la relación.

Alejandra: Si te es infiel pues a la chingada (...) muchas consecuencias, ya te decepcionó, duele, es adaptar mi vida, te dan en tu ego, llegan inseguridades, 'no estaba bien conmigo, qué no vi,' te empiezas a echar culpas, depende de cómo te agarre y el momento, te descontrola, te quita de tus actividades, me frena un rato, un mes, dos meses.

Una parte fundamental de las relaciones de pareja son los acuerdos implícitos o explícitos sobre lo que está permitido en la relación, como lo es incluir a la pareja en las actividades cotidianas o consideradas personales, llegando a ser el elemento fundamental que se convierte en parte de la organización interna, una parte esencial en la pareja al profundizar sobre la importancia de incluir y ser incluido. Con la información proporcionada se encontró que consideran pudiera traerles beneficios, como son aumentar el número de actividades que se realizan cuando se está soltero, sentirse parte de la vida del otro, o bien, importantes y al ser incluidos en proyectos, lograr el reconocimiento ante los demás como alguien capaz, a su vez al coincidir en el significado de incluir al otro, les permite crear pertenencia a la vida de su pareja y con ello seguridad.

Carlos: Incluirla, únicamente es con Ale, no he tenido muchas relaciones formales, pero bueno, la otra creo que la otra, era un tema más individualista, ella hacía sus cosas, yo hacía mis cosas, no había problema.

Alejandra: Me siento parte de su vida, te ayudo, me incluyes, no gano dinero, sino reconocimiento que yo también estuve ahí, los dos organizamos (...), no tengo tiempo, un concierto, yo no me enteré, ya tengo una pareja que me diga, ya no tuve que gastar tanto tiempo buscando, yo también puedo o yo también hago, estar pro-activo, para que yo también pueda.

Al ser un acuerdo no verbalizado, ni bien establecido puede causar problemas, discusiones o malas interpretaciones, ya que pudiera haber una diferencia de pensamientos como mencionó Carlos al preguntarle, qué era lo que consideraba que dificultaba el entorno colectivo, él considera que piensa distinto a su pareja porque que suele ser más individualista en ocasiones y su pareja busca compartir siempre, lo anterior es planteado por Verdú (2013) quien señala que uno de los aprendizajes de la masculinidad resulta ser la autonomía y la conciencia de los propios intereses, ante lo cual Alejandra menciona que lo que le sucede al no ser incluida, es poner en duda la visión que tiene sobre sí misma ante los demás, así como sus capacidades para expresarse y realizar las cosas.

Carlos: Pues una de esas cosas que puede hacer difícil, es la diferencia de pensamientos, proyecto más lo individualista, uso las palabras de, yo he hecho esto, fui aquí y fui acá, como cuando por ejemplo mi novia también fue conmigo, yo ya lo he notado y también mi novia me lo ha dicho (...) para Ale es muy importante pensar de una forma colectiva.

Alejandra: Me siento útil, importante en su vida, que yo también le estoy aportando algo, no me incluye me siento inútil, '¿por qué no pensó en mí?, si yo soy muy buena para hacer eso, si a mí también me interesa', tengo un conflicto conmigo, o no se lo estoy diciendo, o no se está dando cuenta, o no estoy proyectando, y es cuando entro en caos.

En la interacción de pareja existe un constante deseo por la variación y la emoción, ante lo cual algunas parejas llegan a considerar como opción actividades nuevas, iniciar proyectos que puedan ayudarles a conocerse más en otros ámbitos, como el intelectual, que en el caso de Alejandra le resulta atractivo, y a

su vez el poder crear este tipo de proyectos en conjunto resulta ser un signo de confianza y oportunidad de aprendizaje.

Alejandra: Pienso que es emocionante, que hasta cierta forma es algo sexi, trabajar con tu pareja, verlo como se desenvuelve, lo que van formando, formando algo con tu pareja, le puede dar un plus a la relación, poder lograr algo así y que se pueda hacer, (...) busco a mi pareja porque pienso que él me puede ayudar y aportar como persona (...) podría tenerle ese tipo de confianza.

Al hablar de una relación de pareja se debe comprender que no se da de manera aislada, sino que se estructura alrededor de diversos factores, por ejemplo, otras personas, inclusive pueden llegar a colaborar con la decisión de iniciar la relación.

Alejandra: Sus antecedentes, creo que sí busco mucho los antecedentes '¿oye él cómo es? ¿Cuántas novias ha tenido? o le han conocido', si me dicen varias personas, ni de chiste, aunque me guste mucho (...) una amiga de los dos: 'wey, es que ese wey es muy serio, yo no creo que él sea tan perro, o sea él es muy buena persona' y comentarios así.

De igual forma durante el proceso, no solamente se busca la aceptación o una agradable interacción con la pareja, sino también con las personas que resultan allegadas a ésta, como los amigos. Ante tal interacción se pueden tomar distintas posturas según las experiencias de cada miembro, desde considerarlos personas independientes a la pareja, con quienes se puede formar amistad; personas que no pudieran serlo, pues si finaliza la relación terminaría esa amistad; como un vínculo que le ofrecerá accesibilidad a realizar actividades con la persona; un medio para ser aprobado por su pareja o hasta considerarlos como irrelevantes.

Alejandra: Para poder salir, para convivir en pareja, poder hacer cosas juntos, es bonito que te conozcan y que lo conozcan, conocer a estas personas, ser amigo, mi novio es una gran persona, me imagino que sus

amigos también, experiencias (...) los amigos de tu novio no son tus amigos, porque al final cuando terminen se van a ir con él.

Carlos: Lo primero que pensé es nervios y miedo, que les caiga bien, quería de verdad impresionar a Alejandrita y no fallarle (...) siento que eso ya pasó en la primera etapa, ahorita ya me importa muy poco que si me aceptan o no me aceptan sus amigos, mientras ella esté a gusto conmigo, creo que es lo importante.

El trato con la familia pudiera ser considerado de mayor relevancia que el de los amigos, ya que otorga un reconocimiento o indicador en cuanto al aumento en la escala de importancia de la pareja, un lugar especial, de la misma manera estas primeras interacciones se encuentran mediadas por la aprobación, coincidiendo con lo planteado por Soto (2015) en cuanto a que la aceptación familiar de ambas partes, resulta ser un factor muy importante para la relación.

Alejandra: Me gusta estar con su familia, me siento a gusto, al principio yo creo que guardaban más las apariencias, me doy cuenta yendo más tiempo, es como otras familias, tienen pedos, (...) si sentía esa pena de decir 'qué tal si no les caigo bien', que piensen bien de mí, o que me quedaba a dormir en su casa, '¡ay! no vaya a pensar mal su mamá'.

Carlos: Me agrada que conviva con mi familia, lo más bonito del mundo (...) '¿le voy a caer bien?' (...) disfruté los chistes de su mamá, aprendes a amar sus bromas, que bonita familia (...), estás en otro nivel de importancia, pasas a entrar a otro vínculo más allá, algo que trasciende, un gran paso cuando conocí a su familia y ella conoció a la mía.

Conocer la dinámica de la familia no únicamente expone a la persona frente a ésta, sino que permite que conozca con mayor profundidad a su pareja, y con ello ir deduciendo cuales son las conductas que pudiera llegar a presentar en la relación una vez que se establezca mayor nivel de confianza, este tipo de interacción pudiera propiciarse en la segunda fase como señala Blandón y López (2016), ya que trata del acercamiento donde se constituye como tal la pareja, que está llena de retos o dificultades, considerando que debido al grado de confianza



alcanzado, no sólo se enfocan en provocar agrado sino más bien en congeniar sus características, temperamentos y planear estrategias.

Alejandra: Si la persona con su familia es respetuosa, los toma en cuenta, no es mal educado, no les grita (...) o si no controla sus impulsos (...), ese mismo comportamiento lo va a tener en una relación, cuando tenga más confianza; me lo han llegado hacer a mí (...) lo va a ver como algo normal, porque es parte del ambiente donde se desarrolló.

La relación de pareja comienza a constituirse a partir de metas en concreto, como tener una “*relación madura*”, este concepto hace referencia a la ideación de cómo debería de conducirse una relación luego de cierto tiempo de interacción, teniendo mayor estabilidad, la suficiente para realizar planes a largo plazo; entre las características de esta meta encontramos que los participantes mencionan, la disminución en torno a las problemáticas, una interacción respetuosa incluso al momento de tener diferencias, sin agresividad y respetando los deseos del otro, siendo capaces de mantener la individualidad entre los miembros.

Carlos: Cuando ya no existen tantos tropiezos o discusiones, cuando ya sabes la dinámica de tu pareja y ella la tuya, cuando empiezan hablar de proyectos a mediano y largo plazo.

Alejandra: Aprender a respetar a la otra persona y lo que quiere, no tomarte las cosas tan a pecho, no caer en dependencia, lo básico que te hace no perder tu autonomía, pero sí poder compartir con la otra persona, de una manera más en paz, no tan agresiva, con gritos, enojos y cosas así.

Este tipo de metas mencionadas, aunado a los significados y experiencias, irán dando paso a una serie de expectativas en la relación de pareja, lo cual será abordado a continuación.

## 5.2 Expectativas de la relación de pareja

Las expectativas en la relación resultan ser el primer paso al momento de la elección de pareja, ya que con base en estas características se sentirán atraídos o interesados por una persona en particular. Está dividida en dos vertientes, la primera, resulta ser el aspecto físico, en el caso de Carlos se trata de atributos corporales deseados, y en cuanto a Alejandra señala aquellos atributos que no desea, agregando que la estatura resulta ser crucial en su elección. El hecho de que en este caso el hombre tenga mayor claridad de los atributos a nivel físico que desea de su pareja, a diferencia de la mujer que no tiene tan desarrollada su descripción, pueden deberse a lo mencionado por Soto (2015) en cuanto a que la totalidad de la población masculina que entrevistó, considera el aspecto físico como algo muy importante, a diferencia de las mujeres; en cuanto a lo descrito por Alejandra, su única especificación es el deseo por alguien más alto, coincidiendo con Martínez (2004) y Sternberg (2000, citados en Valdez y cols., 2005, ) quienes señalan que las mujeres destacan en lo relativo al físico, la atracción por la estatura y fuerza.

Carlos: Dos aspectos, físicamente y la forma cómo piensa, quizá 50% la forma física, cuerpo, cadera ancha, cintura, cejas gruesas, labios gruesos, Alejandra me encanta se me hace una chica tan, desde mi punto de vista sexi.

Alejandra: No tengo un estereotipo, me puede gustar una persona que no es físicamente muy atractivo (...) está guapo, pero por ser chaparrito ya diría, ya no podría estar yo con él, porque me sentiría incomoda, siento que se ve gracioso, hasta en la intimidad es como de no manches, no creo que este tan chido eso.

El segundo aspecto, se relaciona con el pensamiento y comportamiento de la persona. Al indagar sobre los aspectos que serían más representativos, comentan que algunas características deben ser, apertura a escuchar, compartir y hablar de temas diferentes a nivel cultural y político, lo que les permite identificar

su compatibilidad, el nivel de conocimientos, jerarquizar y así tomar o no la decisión de seguir relacionándose, lo cual se relaciona con lo encontrado por Valdez y cols (2005), quienes observaron que hombres y mujeres suelen buscar como pareja personas con necesidades parecidas, compatibles o bien con características en común, con lo cual logran identificarse.

Carlos: Me gustan que sean abiertas, que hablen de muchos temas universales, política, cultura, ciencia, religión, música, si no llegan a ese nivel de interactuar, que hueva, me frustra (...) forma de pensar, políticamente o culturalmente, ahí te habla de un status (...) no es necesario que jale con tus mismos pensamientos, pero te debes de sentir súper cómodo, o sentir atraído.

Alejandra: Sus gustos, si le gusta leer, de medio ambiente, tipos de música, ir a lugares, conocer, ir a conciertos, cómo se relaciona con las personas, que conozca sobre todo, alguien que se enfoca en una cosa y lo demás le parece basura se me hace una persona muy cerrada.

Esta elección no únicamente permite una interacción agradable, sino que a su vez, posibilita una dinámica funcional y de libre expresión, de esta forma el coincidir en preferencias permite evitar problemas y tener que ceder ante actividades que no les agraden o invertir tiempo libre en éstas.

Carlos: Salí con una persona clasista que no comparte la misma empatía que yo, entonces vamos a chocar, es horrible no decir tus puntos de vista sólo para estar bien con esa persona, no puedes liberar lo que piensas, no puedes actuar, por el simple hecho de cómo pensaba, o sea, me limitaba para no entrar en una discusión, me fastidió tanto, que dije, al final no vale la pena.

Alejandra: Que no quiera hacer eso que a mí me gusta, no lo voy a obligar, entonces tendría que ceder yo a ir a lugares que no me gustan, prefiero personas más afines a mí, que les guste lo que a mí, para que no me cueste trabajo, desperdiciar tiempo (...) Todas las parejas que he tenido son así, compartiendo gustos, cuando no, no duro mucho, las cosas se van complicando.

Las expectativas pudieran no construirse y elegirse en torno a lo que se desea vivir en pareja, pero también pueden verse relacionadas con áreas de oportunidad que la persona considera debe trabajar y/o evitar, como en el caso de Alejandra, quien desea una persona segura ya que no le agrada demostrar inseguridades, lo cual está relacionado en torno a la creencia que la pareja puede ser un facilitador o bien un obstáculo en el propio comportamiento, razón por la cual se elige una pareja que pueda tomar como modelo, apoyo y punto de partida, debido al miedo de no lograr su meta. Por otro lado, la complementariedad planteada por Winch, (1958, citado en Valdez y cols, 2005) indica que las personas eligen a su pareja con características que las complementan, de esta manera la persona a la que se elige tiene las habilidades o bien destaca en lo que el otro no, ya que de esta manera es como si llenara espacios carentes. Al respecto Alejandra comenta:

Que proyecte seguridad, que sepa lo que quiere, proyectos, recreación, cómo dice sus ideas, que pida las cosas con seguridad, yo trabajo mucho en eso en mí, no me gusta proyectar que yo soy insegura, tal vez me puede jalar, me da miedo caer en el conformismo o la inseguridad o proyectar, entonces prefiero pues no estar con una persona así.

Algunas características que se buscan en la pareja, hacen referencia a habilidades sociales, como el liderazgo, dicho autor considera que se debe a que son personas con mayor control de la situación, ante este hecho, existe una legitimación como persona hábil o capaz ante los demás, por tanto, si su pareja cuenta con esta característica ella aumenta su oportunidad de participación, expresión, aprobación, y por tanto, protagonismo y control. Lo anterior resulta diferente a lo propuesto por Alberoni (1986 citado en Valdez y cols,) quien menciona que las mujeres se enamoran de los líderes porque resultan ser los más aptos para el resguardo y protección, aunque tanto lo encontrado en la presente investigación como lo dicho por el autor, apuntalan a que esta elección les permite tener un respaldo que les ofrece seguridad.

Alejandra: Que sea líder, que tome el control, tiene habilidad (...) siempre he tratado de no llamar la atención, pero sí ser protagonista, entonces sería bueno serlo con tu pareja (...) un poder, importancia, retroalimentación positiva, buena reputación (...) forma partes de las decisiones, te notan, o saben lo que estás pensando y lo que quieres, no se quedan ahí, puedes expresarlo.

Al indagar con Alejandra sobre las expectativas que han desarrollado en su relación de pareja, se encontró que éstas se han ido y se irán construyendo en las experiencias personales y en lo que la cultura señala como indicador de “amor y una buena relación”, lo cual será interiorizado por la persona a partir de la observación, existiendo una creencia latente en cuanto a que las experiencias primerizas otorgan un lugar especial a la pareja y a la relación, en consecuencia todos los significados y expectativas anteriores encuentran su origen en la geografía vital. En ese sentido Esteban-Guitart (2011) hace referencia a la cultura como conjunto de dispositivo semiótico o de mecanismo que dispone a las personas a partir de signos, es decir de fenómenos, objetos o hechos que representan o evocan una respuesta, los cuales permiten a las personas comunicarse además de nutrirlas, ya que se generan a partir de la interpretación, apropiación y significación de esta geografía, creando una realidad propia.

Alejandra: Cuando inicié y todavía tengo expectativas muy altas, aquí voy a poder hacer muchas cosas (...) proyectos, visitar lugares, viajar, cariño, tener más amigos en común, organizar reuniones, que aprendamos a tocar un instrumento, o leer libros juntos, compartir Netflix (lo he relacionado con otras parejas súper unidas que tenían la misma cuenta juntos) el quedarme a dormir con alguien, de esas primeras experiencias cabronas en una relación, fue con él, que las primeras experiencias seamos nosotros.

Durante la construcción de la relación, la persona no solamente entra con una expectativa de lo que desea de su pareja, sino que se lidia con las expectativas propias, lo que debe cumplir cada uno, en este sentido puede desencadenarse a nivel individual, incertidumbre, que lleva a cambios de

perspectiva sobre la misma relación y su estabilidad, como el caso de Carlos quien al preguntarle sobre el cumplimiento de las expectativas dentro de su relación menciona lo siguiente:

Tal vez las expectativas de ella no se han cumplido, pues ayer se lo dije, por mi estilo de vida, quizás ella esté más acostumbrada a tener relaciones donde se puedan ver diario, dos, tres veces a la semana, a veces pienso que no cumplo con sus expectativas, a veces siento que todo está chido, pero cuando pasan estas cosas (discusiones o problemas), digo 'tal vez ella esperaba algo más chido no sé'.

Las expectativas no únicamente son un ideal con el que se inicia la relación, sino que se mantienen como base a lo largo de la misma, y se tiene la creencia de que si no se cumplen puede llevar a un paulatino desgaste de la relación hasta llegar a su término, por lo tanto, resulta indispensable que la pareja cumpla con éstas, para que la relación continúe en buenos términos y a su vez disminuya la incertidumbre sobre la estabilidad, como comenta Carlos:

Pues porque la amo, me importa que no empiece a tener una expectativa negativa mía, tengo la idea de que pasando eso se puede ir muriendo el amor o puede ir creciendo, si yo tengo una expectativa de mí para ella y la voy teniendo negativa, negativa, algún día se va a fastidiar, va a decir ya no te quiero o ya no te amo, me cansé, por eso es importante las expectativas que una persona tiene con su pareja.

Los planes a futuro aparecen como parte de la relación de pareja, suelen ser comunes dentro de las pláticas, sin embargo, existen temas que se pueden convertir en tabú, como el vivir juntos, ya que al ser un deseo latente, al mismo tiempo resulta ser un enfrentamiento de temor al rechazo, por ende de problemáticas y dudas, de tal manera que no se aborda o profundiza en el tema, incluso se considera como algo no tan significativo o de menor seriedad para la persona siendo en realidad muy representativo para ella.

Carlos: Mi expectativa de la relación es tener algo duradero, largo, bonito, a veces le bromeo "vámonos a vivir juntos", ella me dice 'no', y

yo me enojo con ella, '¡mínimo lo hubieras pensado tantito!', y me dice 'no, es que tú sabes que yo no pienso así', eso de vivir juntos pues es de broma, siento que todavía para eso no estoy listo, pero entre broma y broma la verdad se asoma.

El vivir juntos, tiene una carga de significados que marcarán el rumbo de vida de acuerdo con lo señalado por la cultura, donde se tiene la creencia de que la formalización a través de un contrato, predispone a la pareja a un mayor compromiso del cual es más difícil deslindarse, por tanto, resulta ser la opción preferida en comparación a la unión libre, debido a la seguridad que brinda, y evitando con ello lo que Bauman (2003) señala como líquides, que consta de relaciones efímeras y que requieren de un mínimo esfuerzo.

Investigadora: ¿Has llegado a pensar en vivir con tu pareja en un futuro?

Alejandra: Sí, casarme, principalmente casarme, el punto de vivir en unión libre no me llama la atención, la unión libre, se me hace un pretexto, el matrimonio es un trámite legal en algunas ocasiones, pero sí es importante porque se respeta más una relación así que una relación en unión libre, más de seguridad, si estoy mega enamorada voy a compartir más cosas de mi vida, ya sería como mi familia, me gustaría más seguridad, no algo tan diluible.

De la misma manera, este tipo de decisiones no solamente depende de la interacción con la pareja, por añadidura también serán evaluadas a partir de metas en particular, por lo que resultará importante no únicamente tener una interacción funcional en el día a día, sino también coincidir en la temporalidad de planes a futuro. Al respecto Alejandra señala:

Si me voy a casar, dos cosas, el tiempo y la persona, tiempo para disfrutar lo que necesito, primero viajar, conocer, seguir estudiando, aprender a tocar un instrumento, hacer cosas que no he hecho, si creo que no me va afectar, si me va a entender pues sí lo haría, sin tener hijos (...) decir que puedo vivir con ella, es pasar a un segundo nivel aún más de intimidad.

La diferencia de metas y expectativas puede llegar a ser motivo de incertidumbre para el curso de la relación, como es el tema de los hijos, puesto que presentan diferentes opiniones, por un lado Carlos expresa querer tener hijos, lo cual no únicamente tiene que ver con una idealización pensada en pareja, sino a nivel individual, ya que muestra el deseo de permanencia y trascendencia, de dejar un legado que lo mantendrá vivo, por medio de la herencia de sus pensamientos e ideales, siendo los hijos una extensión de sí mismos, incluso una posibilidad de conocerse desde otra perspectiva, lo cual coincide con lo dicho por Puyana y Mosquera (2005) en cuanto a que los hombres suelen considerar la paternidad como un cambio en su rumbo y sentido de vida, pero también como un deseo de trascendencia, de continuación y proyección sobre sí mismos, lo cual obedece a fortalecer las cualidades propias de su masculinidad. Por otro lado, Alejandra no desea tenerlos, siendo una decisión difícil de mediar, y que pudiera cambiar parte del sentido de vida de la persona, por lo que se opta por expresar su desacuerdo de manera no verbal y /o bien evitar el tema.

Carlos: ‘¿Vamos a tener a nuestro hijo?’, ella me dice ‘no, no quiero tener hijos’ y de repente quedo así de ‘¿qué?, bueno está bien’, ella me dice ‘¿estás bien, dije algo malo?’ ‘ya no hay que hablar de eso, vamos a dejarlo así’ (...) tal vez eso me generaría conflicto a largo plazo.” “Me voy a extinguir de pensamientos, ideales, ahí va a quedar mi existencia, es tener una extensión de ti en la vida (...) va a cargar con toda la legacía, proyectar rasgos físicos, acciones, pensamientos y formas de vivir, rescatando, me gustaría existir a través de mis hijos (...) conocerte a ti mismo, desde una perspectiva que se llama padre.



### 5.3 Aprendizajes de género en la relación de pareja

Los aprendizajes de género se muestran como parte fundamental de la relación de pareja, comenzando por dar pauta al inicio de la misma, donde normalmente el hombre toma la iniciativa de acercarse y enamorar a la persona para que acepte ser su pareja, y a su vez evitar que se enamore de otros, esto implicará lo que Carlos llama estrategias, las cuales se relacionan con prestar mayor atención a la persona, hacer cumplidos, hacer notar ante los demás sus intenciones, estar presente en sus tiempos y espacios.

Carlos: Operación Varsovia, hacer a Ale mi novia e idear que mi compañero no se metiera, muchos estaban detrás de ella, le dije 'sí, me gusta Ale', ya sabía pero lo quiso confirmar, entonces él se abrió (...) plus de interés, 'te ves bonita, se te ve bonita esa blusa, o ¿ya comiste?', comentarios que no les haces a los demás, adoctrinado, o sea estar en su registro mental, que estés en el momento indicado y te haces notar (...) iba lejos, a sus salones, mi objetivo no era ver a mis amigos sino saludarla.

Una vez establecida la relación se comienzan a desarrollar roles internos de organización, entre los que encontramos una actitud de cuidado y protección de ambas partes, que se corresponde con el acompañamiento y equivalencia en esfuerzos en la relación; no obstante, se hace evidente la forma de interacción de la mujer en cuanto a ser la encargada de resolver los conflictos y mantener la paciencia ante los mismos, mientras que pareciera que en el hombre existe una falta de autocontrol y poca resolución frente a las problemáticas, esto último coincide con Verdú (2013) cuando plantea que la interacción entre las personas durante los conflictos se verán mediadas por comportamientos estereotipados que se consideran como propios del hombre y la mujer, en este sentido se encontró que las mujeres otorgan mayor energía y esfuerzo para lograr la reconciliación y el bienestar, teniendo una necesidad e interés de comunicación a diferencia de los hombres.

Carlos: El papel que juego en la relación es de protector, el hecho de que me corresponda y yo a ella, es como si nos estuviéramos protegiendo, es mutuo, preguntándole siempre cómo esta, qué necesita de mí, si necesita apoyo, necesita algo material (...) muy protectora también, creo que está equilibrado ese asunto, ella sí también pregunta cómo estoy, hace cosas por mí.

Alejandra: Yo soy la calmada, paciente y más centrada y él es como el enojón, si no me calmo yo, no se calman las cosas y podemos pelear muy cabrón (...) eso te toca a ti, algo así me dijo, es que no me puedo controlar.

En la relación también se establece una organización que tiene que ver con la toma de decisiones, la cual histórica y socioculturalmente esta inclinada hacia los hombres, siendo socializados desde pequeños para que aprendan a tomarlas.

La toma de decisiones en pareja es un tema polémico, ya que se muestra un discurso de igualdad pero en su actuar esto se ve contrariado cuando se pone en evidencia acciones sutiles, como cierta gesticulación que indica desacuerdo o enojo, mantenerse en silencio, etc.; evitando con ello que su pareja se sienta cómoda al tomar la decisión, por tal motivo, un pensamiento latente en la mujer es que el hecho de decidir le puede traer consecuencias negativas, prefiriendo por ello, que su pareja elija las opciones, ya que le trae tranquilidad. Bourdieu (2000) considera que la relación de poder no resulta ser un acuerdo explícito, pero sí aceptado por ambos, donde existe una apropiación de los límites y respuestas de sumisión, lo que indicaría violencia simbólica al tratarse de un juego de poder sumamente sutil, más aún, aceptado por ambas partes. De esta manera han construido un mismo nivel de significados, por ende, una manera de interactuar específica, con base en lo que consideran suelen ser los indicadores de disgusto, las características de su pareja o bien experiencias anteriores, por consiguiente deciden no generar conflicto, complaciendo a su pareja con lo que creen espera de ellos.

Carlos: O sea, hacemos lo que ella quiere, pero luego yo voy con mis caras, es como mi forma de protestar, o sea, 'si hacemos lo que quieres, pero no te vas a ir libre', pero no que yo le niegue algo o que le haya prohibido algo, no.

Alejandra: Ya mi idea no me parece tan bien, porque sé que va a ir con su cara, ya ni siquiera me agrada ganar, decir vamos a ir a donde yo quiero, porque ya sé que como la idea no fue igual, puede haber consecuencias (...) lo hacemos, ir al cine o la comida que quiere, siento que él está súper feliz, yo voy tranquila.

Por otra parte, aunque se muestra una tendencia a ejercer poder en el caso de Carlos, pudiera darse un cambio a futuro, ya que existe una conciencia de lo que implican esas conductas donde prevalece una forma de ejercer el poder del hombre sobre la mujer *'sí hacemos lo que quieres, pero no te vas a ir libre'*, re-significándolas pues incluso menciona *"pero no que yo le niegue algo o que le haya prohibido algo, no"*, como menciona Foucault (2002) es posible resignificarlas hacia una mayor apertura a aquello que no pertenece al patriarcado, y lo que lo llevará a esto es una reflexión sobre la violencia que se propaga en la interacción, y en consecuencia a construir formas de relación donde compartan esos significados que forman parte de su diario vivir como pareja, apuntalando entonces lo que Giddens (2006, citado en Tenorio, 2012) llama *"amor confluyente"*, el cual se apega a las características de la sociedad actual, donde se rompe con muchos estereotipos de género, sobre todo desde que se demanda una participación igualitaria en la pareja.

Carlos: No estoy exento de algunos comportamientos machistas, pero sí trato de hacer como lo que mis padres me inculcaron, mi papá nunca detuvo a mi mamá en hacer un proyecto, familia; tengo un tío, de 'no quiero ir y tú tampoco vas', la neta es que no me gusta cómo se comporta con su pareja (...) trato de ser muy neutral con Ale (...) no influir.

La toma de decisión frente a ciertos acontecimientos no únicamente engloba lo relacionado con la pareja, sino también actividades individuales que

son retomadas por el otro, en este caso por el hombre, lo cual es aceptado con “naturalidad” por la mujer, pero que provoca deleguen sus responsabilidades y limiten su libertad, simultáneamente lo significan como funcional, por ejemplo el decir que no, acción que se considera le cuesta trabajo a la mujer, siendo esto parte del aprendizaje de género, como lo ilustra Gallegos (2012), al mencionar que comúnmente se considera a la mujer como alguien sumisa o incapaz. Considerando así esta acción como complementaria, lo cual corresponde a lo planteado por Bourdieu (2000) en cuanto a que existe una tendencia en naturalizar una división de oposición homologa universal, donde todo tiene ese complemento y el hombre toma ese papel de superioridad, convirtiéndose en un sistema de pensamiento y acción, en el cual la mujer también estructura un esquema en torno a ser dominada, existiendo así un reconocimiento de sumisión, significándolo como un sistema práctico; lo anterior es expuesto por Carlos quien expresa que es la manera en que han funcionado.

Carlos: Le cuesta trabajo decir no, entonces yo soy el que le dice ‘no muchas gracias, no nos gustó’, y ya le dije, ‘la capté’ y me dice ‘sí muchas gracias’, o sea, es como en ese aspecto como que yo trato de complementarla, así de ‘ya capté lo que quieres, no te preocupes yo lo bateo por tí’, no sé qué tan bueno sea eso, pero bueno así hemos funcionado.

Dicha toma de decisiones y el constante esfuerzo por tener razón sobre lo que dice la pareja, negando sus errores o enfadándose cuando éstos se hacen evidentes, resulta ser el reflejo de una lucha de poder en la relación, que como menciona Foucault (citado en Huerta y Sánchez, 2011), se trata de un elemento que se encuentra circulando, donde toda persona tiene algún poder para influir en la conducta y acciones de los otros; cuestión que la pareja de Alejandra ha llegado a utilizar frente a su grupo de amigos hombres, otorgándole con ello reconocimiento en cuanto al ejercicio de poder. De igual manera Tannen (citado en Valero, 2001) lo relaciona con un aprendizaje de género, ya que los estilos conversacionales suelen ser diferentes, en el caso de las mujeres la solución del problema se da por medio de la negociación a dos voces, y en el de los hombres,

suele ganar el más fuerte, en consecuencia sólo hay un discurso de una voz, que desea imponer.

Alejandra: Tiene a veces una guerra de poder donde siempre quiere tener la razón, entonces cuando no tiene la razón se enoja (...) me sentía muy mal, me quería ir y estábamos con todos los de la banda, me dijo ¡hoy sí nos vamos a la casa, eh! y todos se empezaron a reír porque son puros weyes, como que quiso resaltar su poder o su papel en la relación, me enoje (...) peleamos.

Existen aprendizajes que se desarrollan desde casa, que corresponden a los modales, respeto y conductas que una mujer debería tener, todos permeados por los estereotipos de género y que bajo esta lógica le otorgaran un valor y aceptación de quienes la rodean. Dichos aprendizajes de género, no sólo se verán confrontados con otros sino también con las experiencias en la relación de pareja que pudieran traer conflicto, terminando por ceder ante lo que se espera de su género. Al respecto, menciona Gallegos (2012) que los estereotipos propician que las mujeres tenga la necesidad de que sus actos sean aprobados, dejando de lado actividades que desean ante la demanda social, adoptando así el ritual de género.

Alejandra: ¡Sus papás están en la misma casa!, 'no me siento a gusto, no se me hace chido que duermas conmigo y se den cuenta, no quiero que tus papás piensen mal de mí', que tenemos relaciones sexuales, 'no dicen nada, no son así', '¿Por qué a tu hermana con su novio, sí le decía y a ti no te dicen nada?', machismo, no quiero ser parte, me siento muy de antes, mi mamá me ha metido un montón que 'no abuses de la confianza' (...) para no quebrarme la cabeza hago que se baje, quiero su aprobación.

Los aprendizajes de género son pauta fundamental para la toma de decisión del rumbo que tendrá la relación de pareja, así como de las expectativas establecidas, inclusive antes de conocer a la pareja, es el caso de algunas mujeres quienes no podrían vivir en unión libre, únicamente en matrimonio, ya que consideran que este último le otorga seguridad a la mujer, un lugar de respeto

ante la sociedad; y compromiso al hombre para seguir aportando y manteniendo la relación.

Alejandra: Para un hombre unión libre es de haber qué pasa, 'a ver si funciona y si no nos separamos,' y un matrimonio lo considera como 'tengo que hacer que funcione, porque es mi esposa, mi familia, tenemos que formar algo juntos', le pone más ganas, para las mujeres es seguridad, económica, emocional, 'su familia ya me reconoce como su esposa, me van a respetar'.

Una de las decisiones sobre las que actualmente reflexionan las mujeres, es sobre la decisión de tener o no hijos, esto debido a la carga cultural que sigue existiendo al considerarse como centro de la identidad en las mujeres, debiendo ser las principales cuidadoras, delegando en ellas gran parte de la responsabilidad de la crianza. Si bien se han logrado colocar en el mundo laboral sigue habiendo una mirada sesgada de género en cuanto a si la mujer decide tener hijos, si decide hacerlo pero no se organiza de manera adecuada, perderá la oportunidad de realizar sus metas. Cabe señalar que aún en la actualidad parece inconcebible dedicar menor esfuerzo o tiempo a los hijos a diferencia de un hombre, existiendo un temor a tener que abandonar las experiencias personales y crecimiento propio, por lo cual prefieren optar por no tener hijos. Ante esto Ongaro (1987, citado en Fernández, 2016) menciona que se debe a que las mujeres son consideradas como "*seres para los otros*", encargadas de ser cuidadores y proveedoras de amor a tal grado de "*diluirse*" dejándose de lado, por esta razón, como indica Fernández (2016) resultaría inminente que al momento que una mujer decida ser libre se le señale como egoísta.

Alejandra: Me gustaría decirles y enseñarles '¡hay un millón de cosas allá afuera, haz más, vive más, ten experiencias, anécdotas!', yo sé que son felices, las aman, les están muy agradecidos porque hicieron buenas personas, pero de ahí a decir, "eso es todo", no, me da mucho miedo tener hijos, porque si yo llego a ese punto sentiría que fallé porque sé que me estaría perdiendo de mucho.

Mientras que los hombres, suelen tener una responsabilidad más bien económica, por lo que su principal preocupación para tomar la decisión de tener hijos resulta ser la proveeduría, lo que coincide con Burin (2004, citada en Fernández, 2016) quien menciona que la sociedad ha otorgado el papel de proveedor económico y no de cuidados como a la mujer.

Carlos comenta:

Nuestra generación está evitando estilos de vida de familia, esa presión de tener una estabilidad económica, lo que puede costar tener un hijo, cada vez más personas están diciendo, no queremos hijos, y está bien, es muy feo que un niño crezca con pobreza económica, pobreza cultural, mi principal factor, la estabilidad, mi estatus económico para seguir con mi estilo de vida que quiero emprender.

Es importante mencionar que dentro de esta distribución de roles y toma de decisiones se gestaran una serie de interacciones y consecuencias como lo son las problemáticas.

#### **5.4 Problemáticas dentro de la relación de pareja**

Las discusiones aunque son esenciales para llegar a una solución, suelen ser desagradables, ya que no son vistas como una inversión a la relación, un espacio donde se pueden llegar a establecer nuevas estrategias para una convivencia más agradable a pesar de las diferencias, por el contrario, son consideradas como una pérdida de tiempo, lo cual pudiera verse relacionado con lo que señala Bauman (2003) respecto a que se espera del amor lo mismo que de un producto, donde este último, está listo de inmediato, donde hay soluciones fáciles y rápidas, satisfacciones instantáneas.

Carlos: Los conflictos para mí son poco prácticos, te pueden quitar mucho tiempo, te pueden provocar que dejes de hacer cosas con tu pareja, te puede evitar hacer más cosas, toda una semana que no nos vemos y que cuando nos veamos estemos en un conflicto, que horror, que feo.

De la misma manera, también pueden ser utilizados como un medio para causar en su pareja la misma incomodidad que experimentan, también como medio de castigo a través de la culpa o bien de venganza, provocando que al momento de entablar la discusión ya sólo desean encontrar soluciones rápidas, dificultando la resolución de fondo.

Carlos: El sábado nos enojamos un poquito porque ella llegó tarde, y yo le dije 'oye yo también tengo un compromiso y había quedado de llegar a cierta hora y tú terminaste llegando una hora después', ella, 'si tienes que ir a tu compromiso vete, yo llego' y yo no, 'te voy a esperar aquí en el Rosario (risa) y ya te compré tu Subway'.

Un elemento poco identificado pero recurrente, es la falta de coincidencia en torno al punto de discusión al entablar una conversación, es decir, es como si se dieran dos discusiones de manera paralelas, y por ende sin solución, lo cual se relaciona con lo planteado por Barrios y Pinto (2008) sobre los aprendizajes que se hacen presentes en cada miembro de la pareja, habiendo diferentes formas de reaccionar, actuar, demostrar el amor y resolver los problemas, teniendo como consecuencia la falta de entendimiento por el otro.

Alejandra: 'Tienes que aprender a controlar tus enojos', (...) primero discutimos porque se enoja y al último es de 'tú dijiste eso', 'pues sí, pero lo dije por esto y ya', eso se arregla más fácil.

Carlos: Me ocupo en la problemática y ella se enfoca más en cómo me comporto cuando me enoja, como nos comportamos cuando nos enojamos.

El exceso de discusiones se convierte no solamente en una fuente de preocupaciones sobre la posibilidad de terminar la relación, sino también como un



incentivo, una oportunidad para el cambio de estrategias en la forma de relacionarse, lo cual sería un aprendizaje que lleve a la pareja a implementar novedades o cambios (en la mayoría de los casos bajo situaciones críticas o desagradables), a modo de no permitir que siga vulnerándose la relación y por el contrario que sea algo que brinde estabilidad y mejore la relación.

Carlos: Tuvimos muchas discusiones, empecé a sentir que en cualquier momento, se le va a ir el amor, iban a pesar más los problemas que el amor, y dije 'tiene solución', fue más un cambio de actitud, de pensamiento, no verlo yo todo negativo y tratar de buscar alternativas (...) se vuelve otra vez importante en el punto en que ella te lo vuelve a decir.

De acuerdo con Meza (2010: 93-97), los conflictos son entendidos como *“el proceso en que dos o más entidades se encuentran en desacuerdo defendiendo los límites que consideran transgredidos en su interacción (...) se busca dar solución al desequilibrio dado en la pareja”*, sin embargo, en muchas ocasiones no resulta ser la finalidad, únicamente se desea “ganar la discusión”, lo cual implicará tomar o imponer decisiones sobre las acciones del otro, esto evidencia que al “buscar una solución” no se intenta realmente llegar a un acuerdo común o nuevas alternativas como se creería o se esperaría, sino que únicamente se defiende el propio punto de vista, lo cual pudiera propiciar ambientes con mayor conflicto y de mayor duración. Es un enfrentamiento de ideas más no una búsqueda de solución, incluso existe la creencia y/o justificación de que es la opción más adecuada no sólo para sí mismos sino para ambos, es decir en la imposición buscan el bienestar común, a pesar de escuchar los deseos y saber las características de su pareja, lo cual también refleja un ejercicio de poder.

Carlos: Conflictos, cuando no estás de acuerdo con esa persona, lo expresas y esa persona reacciona, tú vuelves a reaccionar, no estamos en sincronía, a fuerzas yo quiero defender mi punto, la otra persona quiere defender su punto, ahí es cuando chocamos.

Alejandra: Siento que es para jalarlo a él, porque según lo que yo decido es más correcto o le hace mejor, para que quieres irte a encerrar en tu casa mejor vamos a la fiesta, está bien convivir con las personas (...) siempre quiere tener la razón (...) un enojo que debió de haber sido de 5 minutos, hablarlo, se prolonga hasta una, dos horas o toda la salida.

En muchas ocasiones las problemáticas no giran en torno a lo que se está discutiendo, en ocasiones son el reflejo de temores e inseguridades, siendo los celos los temas más comunes y problemáticos en las parejas, ante esto Meza (2010) indica que el conflicto está íntimamente relacionado con las emociones, ya que éstas pueden desencadenar conflictos, generar inconformidad, miedo, enojo y con frecuencia propician una conducta defensiva.

Carlos: Conflictos más recurrentes los celos (...) son veneno, te hacen sentir inseguros, tristes, desplazados (...) '¿te estas portando bien?', me llega a la cabeza, 'es más fácil conseguir un novio que la vea diario'.

Alejandra: Celos, la pasábamos peleando por eso, celos inseguridad que tú tienes, que tu pareja este con otra persona, le atrae física, sexualmente o intelectualmente, y que le parezca atractiva otra persona y que haga algo al respecto (...) sentado al lado de una chica, fue de '¿quién es esa chica?!, ¡están platicando!', me enojé, '¿Quién es ella?'.

Las inseguridades resultan ser otro tema de relevancia en la interacción, ya que por un lado corresponden a la desconfianza hacia la pareja, la cual aumentará o disminuirá de acuerdo a los compromisos establecidos, las actividades que realice y número de personas con las que contacte; y por el otro, se apuntala hacia la desconfianza propia, donde se tiene la creencia de que a medida que se cumplan con expectativas o bien se tengan ciertas características físicas y actitudinales tenderá a ganar el cariño de su pareja y a su vez, no fallará al acuerdo de fidelidad. El hecho de que uno de los miembros muestre inseguridad puede llevar a que la pareja lo interprete como sospechoso y justamente conduzca a que de igual manera exprese sus inseguridades.

Investigadora: ¿Qué inseguridades pasan por tu pensamiento?

Carlos: De saber si me quería, 'va a dejar de quererme, ya no le voy a gustar', por mi estilo de vida (...) se aburra de mí, para ella sería más fácil tener un novio que la vea diario, no uno que sea dos veces a la semana o cada quince días. Me generaba inseguridad que de repente me decía '¿me has engañado?' y yo así de 'no', y entonces le dije 'y ¿tú?', le hace 'no', y entonces como también de este tipo de cositas decía '¿Por qué me está preguntando esto? O sea, qué onda'.

I: ¿Por qué crees que se den las inseguridades?

Alejandra: Porque no tienes bien planteado que tipo de persona es con la que estás, y a qué compromisos han llegado o el otro es que dudes de ti (...) es que va a querer con ella porque ella es más alta, o más güera, o ella se arregla más, no, la neta así como soy, como estoy ahorita me siento muy bien, entonces no me pega (...) 'yo ahorita no nada, estoy por mi casa, y tú que vas, sales al inglés, a la oficina, donde hay un chingo de gente, tiene más oportunidades de ponerme el cuerno'.

Una consecuencia ante repetidas discusiones sobre la conducta de un miembro de la pareja, es la culpa, de manera que se forma un aprendizaje en torno a que mientras mayores sean los errores considerados por la pareja, mayor será la culpa y por tal motivo comenzará a formarse un sentimiento de inferioridad, en el cual no se creen merecedores y naturalizan el continuo castigo ejemplo de esto son los reclamos, que pueden llegar a confundirla al grado de poner en duda su propio criterio.

Carlos: La persona que tú amas, enamorado por diez años, ya le has fallado amorosamente en muchas ocasiones (...) cuando quería algo formal y yo le llegué a decir 'es que todavía no estoy listo' (...) y que le vuelvas a fallar, 'es que no la merezco', culpa, eso es lo que siento a veces, porque fallé, me lo ha dicho muchas veces, 'como cuando no me invitaste a la boda de tu hermana', no nos hablábamos, la verdad no sé si hice mal, está en el limbo, a veces siento que fue lo correcto, pero al final cuando me reclama siento que hice mal.

A pesar de que cada persona es responsable de los sentimientos propios y sus interpretaciones, existe una constante creencia de que deben y son responsables de lo que el otro siente, situación que incluso hace que no se responsabilicen de sus propios sentimientos.

Carlos: La hice llorar (...) y se quedó triste por mi culpa, tal vez ahorita está en teatro y para ella va a ser liberador, pero pues conmigo se fue triste.

Las discusiones se van desencadenando, no tienen tiempos específicos, y a pesar de resultar ser tema de dos personas, pueden presentarse y hacerse evidente frente a otras, lo cual conlleva diferentes reacciones por parte de la pareja; la diferencia de significados provoca una división más intensa al momento de la solución, por un lado existe el deseo de no esperar para hablar, resultando un logro ante la timidez, miedo al ridículo, a la crítica, y por el otro, una traba ante la posibilidad de enfrentar retos personales, como trabajar áreas de socialización, timidez, miedos, aunado a un sentimiento de nostalgia y deseo del ideal de relación donde no se hacen evidentes los conflictos.

Carlos: Era más tímido, hubo algo que cambió, no me importa discutir enfrente de las personas o lo que piensen, verme mal, ya lo he hecho varias veces, ya estoy un poco curado de eso (...) ahora no me importa hacer el ridículo, pero yo le tengo que decir.

Alejandra: Empecé a desenvolverme, hablar con personas, me había aislado, no aceptada, entonces cuando estoy con Carlos y me hace pelear (...) me siento boicoteada, no es parte de los objetivos que estoy buscando en mi formación como persona, me gustaría dedicar ese tiempo con amigos (...) me gustaría una relación como veo a Víctor y su novia, enamorados, contentos, echando desmadre, todo tan súper apasionado.

Dentro de las discusiones se toman decisiones o acciones que conllevan un grado de responsabilidad para ambos, sin embargo, suele haber una inclinación a culpabilizar a la pareja debido a sus elecciones y consecuencias, como en el caso

de Alejandra, quien cuando tiene problemas con su novio y éste se enoja, desearía ir a socializar con las demás personas pero no lo hace porque tiene la creencia de que será juzgada por ellos como una mala persona, de esta forma deja de realizar lo que quiere, pero culpa a su pareja de su decisión, lo cual de acuerdo con Dreier (2016) no resulta ser una decisión del novio sino más bien propia, ya que si bien la interacción de Alejandra se verá influida por el contexto, las personas no son entes que se encuentren sin ningún potencial de acción o que sean víctimas de las circunstancias, por el contrario siempre tendrán una participación significativa y de acción dentro de sus prácticas sociales, por lo que culpar a la pareja se trata solamente de un deslinde de responsabilidades ante sus decisiones.

Alejandra: Volver a desenvolverme, socializar, él impide que yo haga eso, me hace pelear, boicoteada, ultrajada, que no me pusiera el pie para estar bien (...) me quedo con él, en lugar de dejarlo enojado e irme o disfrutar, no puedo porque todo el mundo se da cuenta, no me siento a gusto de socializar porque van a decir 'es una culera, se peleó, y ni siquiera lo está pelando'.

La solución de problemas es uno de los temas más complejos dentro de una relación, ya que puede convertirse en un espacio de manipulación, es decir, que a falta de acuerdos se llega a optar por amenazas que se sabe evidentemente serán de desagrado a la pareja, desencadenando respuestas de la misma índole.

Alejandra: Ya me voy, o sea, 'si no arreglamos las cosas me voy', y fue lo que hice la vez pasada, y creo que sí me funciono porque me dijo 'no te vayas'.

Carlos: Ya se quería ir, o sea se quería ir con su amiga, estaba a punto de decirle, 'si te vas te corto' y sí se lo dije, 'ya te iba a decir que si te ibas te corto', me dice, '¿en serio?', y yo 'Sí, pero obviamente no lo iba hacer'.

Las discusiones no sólo tienen impacto por la problemática generada, sino también por la temporalidad en que se expresan y las condiciones en las que se

encuentran. Cuando no existe una confrontación frente a frente y esperan hasta encontrarse a distancia para hablar sobre sus verdaderos sentimientos, existe un impacto mayor en la pareja, ya que acciona a manera de castigo, provocando incertidumbre y culpa durante un tiempo más prolongado.

Carlos: Peleamos, delegué la confianza, le mentí, no le dije a donde iba, ya hablamos y todo y me disculpé, me volví a disculpar y ella dijo que sí, que todo está bien pero cuando me fui de donde estaba ella y me mando mensaje, que estaba triste, que se sentía triste, (...) entonces lo peor es ya deje de verla, se fue, y así se queda la situación, ya no sé qué piense ella, pienso que no se ha resultado, culpa.

Esta última posibilidad de establecer contacto a la distancia, se da gracias a las redes sociales, que en la actualidad han tomado una importancia muy grande en su intercomunicación.

## 5.5 Las redes sociales en relación de pareja

Los significados en torno a las redes sociales son construidos a partir del impacto que pueden generar en la vida diaria, ya que como señalan ambos participantes es "*un arma de doble filo*", por un lado, Carlos considera que existen beneficios, pero también destaca los peligros o bien consecuencias desagradables que pueden cambiar por completo el ritmo de vida, tanto a nivel individual como en la relación de pareja, por lo que existe un permanente cuidado en su uso. En el caso de Alejandra, considera que es una herramienta que permite distorsionar la información, por lo que no existe ninguna certeza.

Carlos: Importantes, necesarias, arma de doble filo, así lo defino, en tu trabajo, vida pública, si tú pones algo aquí y polémico, espera unas consecuencias, pueden ser muy graves, tienes que cuidarte muy bien de lo que haces, públicas, te puede arruinar la vida y eso puede pasar en una relación.

Alejandra: Son muy engañosas, al decir doble filo es engañosa, te pueden estar diciendo la verdad o te puede estar engañando, es una pantalla de lo que la persona quiere que veas pero que no es seguro que es real.

Las redes sociales han permitido tener acceso a la información y la cotidianidad de muchas personas en poco tiempo, lo que ha posibilitado la comparación y establecimiento de parámetros que aunque no resultan cien por ciento certeros, sí logran generar dudas de cómo deberían conducirse ambas partes, se toma como un indicador de bienestar, tal como señala Tenorio (2012), el concepto en cuanto al “ideal del amor” es producto de la construcción social histórica, donde interviene la modernidad, lo cual se observa en la tendencia a elegir sobre los parámetros establecidos por la sociedad, como muestra Alejandra:

Me causa mucha problemática, si la forma en que demuestras tu amor en Facebook, es equitativo a la forma en que amas, parejas que se ponían un montón de mamadas y se engañaban, que se publicaban y se querían un chingo, mi pareja no me publica nada, ni yo de él, me causa ruido, de si es porque no nos queremos.

La publicación e interacción constante en redes sociales, no se trata de muestras de cariño, la importancia radica en hacerlo de manera pública, ya que de acuerdo con ciertas creencias el hacer publicaciones en el perfil personal sobre la pareja, aunado a hacer comentarios o bien evidenciar su relación en el perfil de la pareja es indicador o aumenta la probabilidad de fidelidad, siendo entonces un medio que les brinda seguridad y exclusividad en este ámbito. Rodríguez y Rodríguez (2016), señalan que funciona como dispositivo para marcar distancia de las personas que pudieran estar interesadas en los integrantes de la relación, dando un significado de orgullo el mostrar quien es la pareja y la no disponibilidad para alguien más, buscando como se mencionó, exclusividad.

Alejandra: Me está ocultando de alguien, no quiere que sepa alguien que anda conmigo, si ven que tiene fotos de su novia, a lo mejor se limitan

un poco (...) la subió, o sea, no le importa que otras chicas vean que me está subiendo, sentido de exclusividad, me sentí bien.

Carlos: Por inseguridad, está mal, es marcar el territorio, tanto ella como yo, que todos sepan que tú eres mi novia, o que yo soy tu novio, tal vez la principal causa de porque es muy importante lo de las redes sociales, es por eso (...) comentarios, interacciones, me encanta, todo.

Comentarios, reacciones e inclusive horarios de conexión han posibilitado que todo el que tenga acceso a perfiles o números, pueda tener indicios o saber de manera directa con quiénes se tiene contacto. En las relaciones de pareja esto ha aumentado la probabilidad de control y poder sobre las acciones o reacciones del otro con sus contactos, y de modo similar en sus redes sociales, tomando como fundamento deducciones e interpretaciones propias, lo cual coincide con Rodríguez y Rodríguez (2016) quienes señalan que esta vigilancia les permite visibilizar posibles rivales tanto reales como imaginarios, siendo entonces razón de dicha vigilancia los celos, ya que generan inseguridad y sospechas, tanto de lo público como de lo privado que hay en las redes.

Alejandra: Problemas específicamente con los comentarios de chicas que yo no conozco en su perfil de Face (...) ella le comentaba cosas muy tiernas, a mí se me hacía muy lanzada, 'estoy orgullosa de ti, te ves bien, eres el mejor', 'está chingando tus fotos para que se enoje tu novia, eso es lo que veo en Facebook, entonces, ¿pláticas mucho con ella?' (...), al principio si le contestaba y cuando yo me enojé ya no (...) lo he hecho, como de '¿con quién hablabas te vi conectado?', pero ya, sí lo hago bajita la mano.

Carlos: Primero ¿por qué me escribían tanto?, segundo ¿porque contestaba los mensajes con una forma así, con ese tipo de caritas? (...) el otro día hacia esto, (bajar la ventana de notificaciones en el celular y subirlo rápido) ella me pregunto '¿por qué lo abres rápido y lo cierras rápido?, que te va a llegar algún mensaje que no quieres que vea', y yo '¡no!', y le enseñé para que viera que tengo.



De la misma manera el uso de herramientas que ofrece la tecnología como el screenshot, término utilizado comúnmente para nombrar la captura de pantalla; es decir, una fotografía tomada de un elemento que está en la pantalla del dispositivo. Esto es utilizado con la idea de dar sustento a los argumentos empleados. Asimismo, las redes sociales abren la posibilidad de tener acceso a publicaciones que en su tiempo fueron de desagrado para la pareja, y que pueden ser utilizadas como un contra-argumento, llevando así al conflicto o imposibilidad de soluciones finales, convirtiéndose en parciales hasta que sea necesario hacer uso de ello.

Carlos: Me tomó un screenshot ¿'qué onda con estas publicaciones eh?' yo también le tomé screenshots a las publicaciones de sus amigos, le dije 've tú también lo haces y no te estoy reclamando', le dije, 'lo único que yo te reclamé esa vez es que tú estabas mandando un beso a una persona, yo no le estoy mandando un beso', (...) me dice '¿te acuerdas cuando tú me reclamaste y de cuando yo le contesté a alguien?'.

La esperanza del contacto luego de una pelea o separación, también se encuentra latente gracias a las redes sociales, ya que al ser un medio sencillo para contactarse es común que se tenga este sentimiento, sin embargo se deja a la persona en incertidumbre o con una sensación de falta de control sobre la situación, y a su vez, ante un constante cambio de perspectiva sobre la otra persona por las continuas noticias que llegan por el mismo medio, aunque no exista una interacción directa en la pareja, por tal motivo el bloquear a una persona puede significar un paso decisivo en el que hasta ese momento se hace efectivo lo que se dijo de manera personal.

Alejandra: Bloquear, me da fuerza, tú tomas la decisión, liberación, como decir, 'se acabó, ya no estás en mi vida, no vas a regresar, no tengo esperanza de que me busques porque ya no voy a poder saber, ya no espero un mensaje tuyo, ya lo decidí, ya depende de lo que yo haga con el recuerdo de ti, se acabaron mis problemas, yo decidí qué tanto me afectó'.

La tecnología y las redes pueden llegar a brindar tanto monotonía como novedad, de esta manera se ha comenzado a elaborar una nueva manera de comunicarse, que brinda variedad y tiene como meta la cercanía mediante el uso de herramientas como fotografías, notas de voz, inclusive videos, que permite que conozcan, acompañen y tengan una vivencia cercana y parecida a la de su pareja, sin necesidad de una extensa explicación o encontrarse presencialmente.

Carlos: Se me ocurrió '¿qué puedo hacer para que ella?', o sea, involucrarla en lo que estoy haciendo (...) fotos y vídeo, más dinámico, del trabajo o la ciudad cuando voy caminando, muchos audios, no me gusta quedarme en mensajitos, 'algo así le va a gustar porque va a ser diferente', lo hago más cuando siento que la conversación en Whats está muy estancada.

El abordaje de las redes sociales resultan ser un factor importante en la construcción de la relación de pareja, puesto que permite identificar la manera en que se abordan algunas problemáticas como los celos, la ruptura, la monotonía, siendo un indicador de la manera en que llevan a cabo sus interacciones y la comunicación que mantienen.

## **5.6 Experiencias y significados sobre la comunicación y el silencio**

Al hablar del significado de comunicación en la relación de pareja, es necesario señalar que puede trascender la necesidad o acto de establecer con el otro un contacto, que permita transmitir una información a partir de un emisor y un mensaje entendido de manera correcta por el receptor, como indica el departamento de psicología de la salud de la Universidad de Alicante (2007), puede llegar a fungir como medio de vigilancia o monitoreo, por ende hablaríamos de un medio para ejercer poder sobre la conducta del otro, ya que el constante aviso de actividades de un miembro de la pareja hacia el otro antes de realizar una actividad, puede influir en su comportamiento incluso sin que se encuentre en el

lugar, por lo que la comunicación bajo estos estándares actúa como panóptico de acuerdo con Foucault (2002, p.185) *“se trata de un dispositivo que induce en la persona un estado consciente y permanente de visibilidad que garantiza el funcionamiento automático del poder, es decir hace que la vigilancia mantenga sus efectos incluso si es discontinua”*.

Carlos: Sí es importante y también ella lo ha dicho, fui a Wal-Mart, ella ‘¿y por qué no me habías contado? es porque no me tienes consideración ni me cuentas las cosas’, (...) me enojé, lo dijo, pero ya en el momento, no antes de hacerlo, no me había contado que iba a ir al gimnasio, no estamos obligados, pero tenemos que contarnos, se vuelve obligación, por costumbre, sí es importante que nos contamos las cosas previo.

Alejandra: Sí él no me avisa, lo relaciono con que nuestra comunicación no es buena, él me decía ‘¿por qué no me dijiste?, o ¿por qué no me avisaste?’, le digo, ‘te estoy diciendo’, ‘pero ya estás ahí, antes’, y yo ‘ok no me cuesta, no te estoy ocultando nada, no estoy haciendo nada malo’, (...) se enojó que no le conté, voy al gimnasio y quiero socializar o empezar hablar con personas, no lo hago, pues me lo imagino ahí pensando mal de mí, es celoso.

El silencio puede ser categorizado en primer lugar, de acuerdo con la emoción que provoca, por un lado como agradable, que se relaciona con sensación de alivio o reposo, y por otro, como desagradable, que se experimenta por desesperación y aburrimiento; en segundo lugar, también podemos categorizarlo de acuerdo a la intención que se maneja al implementarlo, lo cual se refiere a la ausencia de emisión de sonido, es decir, silencio pero sin intencionalidad; por otro lado, tendremos una ausencia de emisión pero intencionada, es decir, tendrá un objetivo específico, ya sea evitar comunicar algo o manifestarlo abiertamente, esto coincide con Ramírez (1989), en cuanto a que considera existe el Silencio (en singular), que se entiende como la mención de algo que no aparece o la ausencia, éste no puede ser descrito; y los Silencios (en plural), que son un hecho, una acción, una conducta, es decir el no decir diciendo,

que conforma todo un sistema de interacción social, mediante una sutil aproximación y distanciamiento, algo tácito.

Carlos: El silencio es la nada, a veces se disfruta, a veces es castigador, el bueno positivo, un silencio de reposo, de liberación y el negativo, desesperación, te puede matar, lo peor, aburrimiento, (...) también puede ser un castigo de una persona que no te quiere hablar, mostrar orgullo, enojo.

Alejandra: Silencio, son las que tú callas, prefieres no decir, prefieres guardarte para ti, como una forma de pelear, ir enojados y serios, aunque no estemos peleando, ya también es una pelea, expresar que me vale.

Lo anterior a su vez señala que el significado del silencio también esta permeado por los aprendizajes de género, para la mujer es símbolo de callar, algo que como señala Gallegos, suele enseñárseles a las mujeres, a no expresar sus deseos y pensamientos. Por otro lado el hombre lo considera como un medio de castigo hacia el otro, mostrando con ello una postura de poder y a su vez una forma de expresar el orgullo y enojo, que de acuerdo con Paladino y Gorostiaga (2004) es considerado para los varones como una emoción primaria con la cual se sienten más cómodos.

Puede existir un constante rechazo al silencio, que encuentra razón en el temor a la soledad absoluta, es decir, sin estímulos a los que estamos acostumbrados como música, sonidos de ciudad, etc., que se convierten en nuestros acompañantes sin concientizarlo y su ausencia nos hace experimentar la verdadera convivencia con uno mismo y la falta del otro, es por ello que se evita a toda costa usando sobre todo medios tecnológicos, significándolo como algo "normal". Esta familiaridad tiene que ver con lo planteado por Ramírez (1989), quien menciona, que gracias a la entrada de la tecnología pareciera ser que el silencio debe combatirse, ya que todo espacio está lleno de ruido y sonido, lo cual también contiene una carga política, que consta de mantener ocupada y distraída

a la persona, sin espacio de silencio y reflexión, pues pudiera ser peligroso, como muestra Carlos:

El ser humano es sociable, por lo que uno menos espera es el silencio (...) música, la tele, escuchar voces, hablar con alguien, escuchar a alguien, que no me guste tal vez es una forma de expresar que, realmente no me gusta que no haya nadie en mi casa, hasta yo mismo hablo conmigo mismo en voz alta (...) caminar, escuchar los ruidos de la ciudad (...) me ponía a escribir, empiezo a hilar cosas, este ritmo, empiezo a tararear, no me gusta el silencio, entonces, yo produzco.

Los primeros aprendizajes se dan a partir de las experiencias, donde el silencio puede significar una herramienta adecuada en las discusiones, un medio de evitación o modificación de aprendizajes que no son funcionales, entre ellos, la manera de dirigirse al otro. Furrasola (1999) plantea que el silencio es necesario para vivir en sociedad, que estará regido por ciertas reglas y normas, de tal forma que se va estableciendo su uso desde pequeños al indicarnos los lugares, situaciones y personas con las cuales debemos callar; la enseñanza básica es que si no se habla no habrá consecuencias, ni se provocarán problemas.

Carlos: Cuando mis papás se enojaban, al borde de que nos pegaran, ahí si aplicábamos la del silencio, lograba neutralizar dándole el avión y no contestándole, porque si le contestaba muy feo.

Alejandra: Al estar hablando eso de silencio me acuerdo de mi papá, cuando era chiquita, tenía esa sensación, no expresar (...) porque evitaba problemas.

La reacción que tenemos frente al silencio se relaciona con el significado que cada quien tiene sobre éste, actuando como quisiéramos que se reaccionara cuando nosotros hacemos uso de él, con la creencia de que existe un significado universal, como en el caso de Alejandra, quien al significar el silencio como indicador de enfado extremo o como ella lo menciona de “*estar muy encabronada*”, reacciona ante el silencio ajeno como quisiera reaccionaran ante el suyo, insistiendo poco y alejándose, respetando las pausas, lo cual resulta a su

vez, parte de su estilo conversacional. Como señala Le Breton (1997), el silencio fungirá como un espacio de descanso en el que se tejen los significados, donde pueden llegar a surgir problemáticas debido a los estilos conversacionales en torno a pausas y ritmos, quien realiza pausas grandes causa desesperación, malestar y desconfianza en la otra persona más aún si está acostumbrada a una conversación ágil, provocando suplica o agresividad para evocar la palabra, justamente como sucede con la pareja, quien toma una postura insistente para provocar que ella se exprese, como se muestra a continuación.

Alejandra: 'No quiero hablar ahorita' y él, '¡es que dime qué!', me desespera mucho porque me recuerda a mi papá, me decía, 'es que ¡dime!, ¡dime!', (...) respeto mucho el silencio, (insisto un poco, si no funciona ya lo dejo) porque yo cuando me pongo callada es cuando estoy muy encabronada, si se queda callado pienso, porque me ha pasado, '¡está hasta la madre!'.

En gran parte los silencios, entendidos como aquello que no se dice o comparte con la pareja, así como el no expresar o preguntar, pudiera desencadenar una comunicación poco funcional, y ser la base de muchas problemáticas, ya que el principio básico que se desencadena gracias al silencio es la inferencia Asociado a lo anterior, Peirce (1877, citado en Genova,1996) considera que puede abordarse en tres modos, deducción (universal a lo particular), inducción (regla general a partir de un caso y un resultado); y abducción o retroducción (elaboración de hipótesis a partir de los hechos).

Alejandra: Pues la comunicación es un momento importante, se evitan problemas, malos pensamientos, que tu mente viaje en algo que realmente no es, y si tú hablas, te centras en lo que realmente está pasando (...) falta de expresividad, él no me expresa lo que siente porque tal vez yo no le hago las preguntas correctas, ni él a mí.

Carlos: Estoy seguro que cien por ciento de nuestras peleas es por problemas de comunicación, estoy convencidísimo de eso, no es por otra cosa.

De acuerdo a estas diversas experiencias y significados en torno al silencio y la comunicación que las personas tienen, aprenderán a hacer uso de los mismos conforme su intencionalidad, fungiendo como medios de interacción con el otro, lo cual se expondrá a continuación.

### **5.7 Usos e intenciones del silencio en la interacción de pareja**

Las expectativas como ya se mencionó, tienen una gran importancia en las relaciones de pareja, y junto a éstas el silencio suele tener una complicidad, es el caso de Carlos quien tiene la creencia de que mientras menores sean las críticas a la pareja o menor número de confesiones sobre lo que le resulta desagradable, se le brindará a su pareja seguridad sobre el cumplimiento de las expectativas, de esta manera tiene un constante cuidado en la forma de hablar y los temas a tratar.

No quiero que piense que yo tengo una perspectiva mala de ella, siento que algún comentario lo va a tomar muy mal, (...) entonces cuidar mis palabras, mis acciones, eso para mí es de mucho interés.

Esta forma no resulta ser únicamente de empatía hacia la pareja y un deseo de brindar seguridad hacia ella, sino también a uno mismo, ya que se trata de una búsqueda constante de aceptación y aprobación, como muestra Carlos: “*darle seguridad de que el quererme es correcto*”, existiendo un deseo de cumplir con las expectativas que su pareja pueda tener hacia él, a partir de evitar hablar sobre lo que no es de su agrado, pensando que se verá dañado lo que quiere reflejar sobre sí mismo, y así no crear dudas en su pareja sobre la continuidad de la relación, bajo la consideración de que la pareja debe ser responsable de lo que siente el otro, dándole la responsabilidad de su estabilidad emocional y viceversa, como se muestra a continuación.

Carlos: Es una forma de darle seguridad de que está haciendo lo correcto, el quererme, es como una forma de corresponderte, porque yo quiero que tenga una mente sana en nuestra relación, quiero crear un ambiente chido de seguridad, yo darle seguridad y que ella me dé seguridad, estabilidad emocional, yo no quisiera que ella tuviera una perspectiva negativa y que ella pensara '¿cómo me ve Carlos? ¿Por qué me ve así?'

Otra intensión del silencio que se muestra con mayor consistencia en los participantes tal y como se observa en la presente investigación, es la evasión de problemas, Alejandra y Carlos evitan los conflictos prolongando los silencios hasta que ha pasado el evento que pudiera provocar reclamos, pues consideran que pasado el tiempo éstos se ven disminuidos, mostrando así una evasión de consecuencias ante sus acciones y responsabilidades. Ante esto Bauman (2013) señala que del amor en esta época de consumo, se espera un placer instantáneo, sin ningún esfuerzo, siendo aquel, un señuelo para buscar una rosa sin espinas, sin embargo, las relaciones de pareja otorgan la parte de los productos que no son agradables, es decir defectos y problemáticas.

Alejandra: No hago nada, ni le digo nada, ni expreso nada, entonces eso no me mete en problemas, para evitar problemas, no me compromete.

Carlos: Uno quiere evitar peleas, no le dije nada a mi novia, se enoja bastante y si le digo después, le explico la situación, sigue un poco molesta pero ya entiende más.

En muchas ocasiones los participantes muestran la creencia de que el silencio no únicamente sirve para evitar problemas, acuerdos y consecuencias sino que la pareja se entere, sino que también lo utilizan para realizar actividades que desean pero que les resultarían desagradables si su pareja las hiciera.

Alejandra: No le digo la verdad, porque mi sensación es que si le digo y si lo está lastimando eso que estoy haciendo que tal me la regresa, lo hace o que quiera como vengarse, porque que tal, sí lo toma a mal.



Carlos: No le dije nada de que fui con mis amigos, porque iba a decirme 'pero yo te invite a una fiesta, ves como nada más quieres hacer tus cosas, nunca quieres ir conmigo' no sé cómo va actuar, qué tal si ella hace lo mismo, qué tal si quiere aplicarme la misma.

El silencio puede llegar a tener tal presencia que en ocasiones es una práctica que eligen para mostrar su enfado e impactar en mayor medida en el otro, resultando más eficaz que la verbalización, pues tiene un poder que se genera a partir de la incertidumbre, de la misma manera suele considerarse como el medio más adecuado para expresar aquello que ni las palabras son capaces de abarcar.

Carlos: Cuando me enojo mucho, uso el silencio para que note que estoy muy enojado, que se dé cuenta, que note que no estoy cómodo, creo que es más impactante el silencio que una discusión, tiene más poder que gritar o discutir abiertamente (...) el silencio llega a tal grado de jugar con tus pensamientos, como un juego psicológico.

Alejandra: Ha sido de 'no sé cómo expresar esto que quiero decirte, con qué palabras te digo esto: con silencio'.

De esta manera existe conciencia de que el silencio es un método efectivo para ejercer poder sobre el otro, debido a que puede causar sentimientos de incertidumbre, desesperación, ansiedad y sensación de falta de control, fungiendo así como castigo, ante esto Furrasola (1999) plantea que la persona se asegura de que no haya ningún secreto para él pero sí para los demás, recalcando su poder; a su vez, Ramírez (1989) menciona que se trata de una interacción donde se teme a lo que no se dice, la represalia a quien no lo dice.

Carlos: '¿Qué pasó? ¿Estuvo mal lo que dije? ¿Qué hice mal?', minutos de incertidumbre (...) desesperación cuando hay silencio (...) una sanción, un castigo (...) muy poderoso, llegas a tal grado de jugar con tus pensamientos, como un juego psicológico muy fuerte (...) 'averigua porqué estoy enojado'.

Alejandra: 'De dime, dime, dime' (...) siento ansiedad de no poder controlarme, en algunas ocasiones me desespero.

Cuando el silencio se hace presente en la interacción de pareja, es posible que lleve a interpretaciones distintas de la vivencia, por lo que pudiera llegar a ser importante la verbalización de la razón por la cual se usa, en el caso de los participantes, encontramos que Alejandra retoma el silencio como un espacio de reflexión y tranquilidad, permitiéndole reacciones más funcionales y razonadas, lo cual coincide con Furrasola (1999), referente a que esta forma de usar el silencio resulta indispensable y favorece la introspección, siendo una apertura que brinda grandeza. Por su parte, Carlos ha llegado a interpretar este silencio como falta de interés o de atención, formando de esta manera significados completamente contrarios, agrado-desagrado.

Alejandra: Me enojo y ya me quedo callada, me tranquilizo, siento que se llega a un mejor objetivo, relajarte, me calmo, pienso en otra cosa, vuelvo a pensar en eso, más resolutiva, menos enojada (...) me puse a ver mi celular, juntos de frente, voy al baño, regreso, le digo '¿qué paso?' porque yo me relajé un poco.

Carlos: Me aplica la ley de hielo, y por ejemplo ella saca su celular, se pone hacer cosas con su celular, me hace enojar, es como quitar atención, si yo no lo hago espero que no pase por parte de ella.

No solamente evidencia desacuerdos, sino que puede ser un método de seguridad ante el enfrentamiento de miedos personales que giran en torno a la aprobación ante los demás, como en el caso de Alejandra.

Prefería callarme, no decir lo que estaba pensando, porque en algunas ocasiones no me sentía digna de lo que estaba diciendo, como que mis pensamientos eran tontería y para qué los expresaba.

Ser aquel que propicia el silencio no únicamente puede colocar a la persona en un papel de poder, sino que los puede situar en un espacio de desventaja ante el otro, porque al no expresarse existe una cesión de derechos ante la falta de control de la situación, aunado a la carga emocional que representa y que encuentra su solución en la expresión verbal.

Alejandra: El silencio, quedarme callada, era malo porque sobrepasaba mis derechos, o sea, pienso un chingo de cosas en mi cabeza, en realidad no hago nada, ni digo nada, ni expreso nada.

Carlos: Me quedé callado, no le volví a decir nada del tema, callarse es muy feo, carga emocional, sí necesito hablar con alguien para desahogarme quitarme esa carga, el sólo hecho de que te escuchen es alivio.

El silencio como bien se ha dicho conlleva un mensaje, el cual estará acompañado de expresiones físicas que ayudarán a hacerlo más notorio, pero que no funcionaría de no ser gracias al tiempo e interacción entre las personas, que los ha hecho desarrollar la habilidad de interpretarlas o leer características muy específicas de cada quién, convirtiéndose en un lenguaje exclusivo de la pareja, lo que coincide con Furrasola (1999) por lo que se refiere a que este silencio puede ser un medio de comunicación, que únicamente puede realizarse cuando el locutor sabe que la otra persona cuenta con los suficientes elementos de deducción para entablar la comunicación, siendo la inferencia el elemento clave de esta.

Alejandra: Yo a él lo detecto por su cara, totalmente le cambia, él es serio y tiene cara seria pero cuando está enojado ya lo conozco.

Carlos: Se empieza a poner rojita ya sé que está molesta por algo, le digo '¿estás bien o estas molesta por algo?', no habla, veo sus caras, noto cuando ella se molesta, cuando empieza a decir 'mmm', ahí sé que no está segura, 'ya capté', ella también lo hace.

Resulta importante identificar la intención con la que se utiliza el silencio, ya que en primer lugar podemos comprobar que justamente se trata de un medio de comunicación con el otro, pero también con uno mismo, destacando el deseo de cubrir expectativas y mantener el control de la situación.

## 6. CONSIDERACIONES FINALES

A partir del objetivo general de esta investigación que se dirigió a “*Conocer el significado que tiene el silencio en la construcción de relaciones de pareja*”, los resultados dan cuenta a través de la narrativa en los discursos de Carlos y Alejandra, que una relación de pareja lleva tiempo; forma parte de un proceso que se va construyendo día a día a partir del conocimiento y aceptación de ese otro o esa otra que se convierte en la pareja. Con discusiones, desacuerdos, negociaciones y re-elaboraciones en la relación, donde se ve involucrado el silencio como medio de comunicación. A continuación, se expondrán los resultados con base en los ejes de análisis:

### 6.1 Experiencias y significados de la relación de pareja

Las relaciones experimentan constantes movimientos, inclusive desde el primer acercamiento, en el cual suele presentarse un proceso de incertidumbre, de tal manera que comienzan a presentarse silencios que son acompañados de interpretaciones, para así ir formando acuerdos no escritos en cuanto a qué es permitido y cuáles son los indicadores de que se está estableciendo una interacción funcional, como el lenguaje físico. Cada persona comenzará a construir significados con base en las vivencias con la pareja, que irán moldeando la relación, en las que pudieran o no coincidir, de esta manera se construirá un sistema de significados, lo que Shweder (2006) llamaría mundos intencionales, donde cada miembro tendrá una función en específico, encontrando que la manera en que se da esta interacción estará en función de la definición que tienen acerca de significados tales como la relación de pareja y el amor.

Ambos consideran que debe haber sacrificios, reciprocidad, apoyo, y particularmente en la mujer se muestra una inclinación a mostrar su amor a través del perdón y la tolerancia, sin tener claros sus límites ante estos dos aspectos, es decir, hasta qué punto seguirá otorgándolos, lo cual forma parte de los aprendizajes de género. De acuerdo con Hernández y cols (2016) las mujeres suelen reproducir lo que conocemos como amor romántico, asociándolo con complacencia, incondicionalidad, aceptación, tolerancia y perdón. A su vez, el amor resulta ser un evento donde se busca no sólo el bienestar de la pareja sino el propio, ya que la relación es significada como fuente de felicidad y beneficios en el desarrollo personal, el sentido de pertenencia y seguridad, todos estos factores darán cabida a la estructuración de metas y expectativas.

## **6.2 Expectativas de la relación de pareja**

Las expectativas en primera instancia estarán mediadas por los aspectos físicos, de pensamiento y de conducta, siendo factores esenciales, ya que a partir de aquí se realizará una evaluación que les permitirá hacer una elección, el hecho que coincidan o bien vayan en la misma dirección y tengan planes con temporalidades parecidas, posibilitará una dinámica más funcional, con libertad de expresión, e incluso la oportunidad de negociación para llevar acabo planes a futuro, como vivir juntos, el matrimonio, tener o no hijos, lo cual coincide con Ocampo (2007) al referir que uno de los datos más frecuentes en la literatura sobre la atracción interpersonal, es el hecho de que las personas se relacionan y se casan con aquellos que muestran tener similitud dado que se encuentran más satisfechas que con las que no.

### **6.3 Aprendizajes de género en la relación de pareja**

Como pudo observarse, resulta fundamental hablar sobre los aprendizajes de género ya que son parte de las experiencias, significados, expectativas y de la organización de roles de cada uno. Es importante mencionar que la mujer suele resolver las cuestiones de índole emocional y el hombre presenta poca resolución y autocontrol, lo anterior hasta llegar a la toma de decisiones, donde ahora es él quien se hace cargo, inclusive en actividades que resultan más personales que de pareja. De la misma manera la mujer acepta esta condición delegando sus responsabilidades y con ello parte de su libertad, de manera que estos aprendizajes mediaran las decisiones de la pareja en un futuro, como el matrimonio, unión libre, tener o no hijos.

Particularmente la elección de tener hijos o no, resulta tener en la actualidad una mayor apertura, algunas mujeres han empezado a dejar de lado la idea de ser madres como algo fundamental en su vida, sin embargo, los aprendizajes de género siguen vigentes, ya que la creencia de que la mujer es la principal encargada de la crianza es lo que lleva a muchas a elegir no tener hijos. Lamas (2000) menciona que todo es reflejo de códigos culturales, habiendo un reglamento dado como verídico o natural, pero que no se encuentra explícito en ningún lugar, donde se establece una diferenciación en lo que es propio de la mujer y del hombre, a partir de sus características anatómicas. Sin embargo, es evidente que este tipo de aprendizajes al ser identificados por los miembros de la pareja, son posibles de resignificar hacia una mayor apertura de aquello que no pertenece al patriarcado Foucault (2002).

#### 6.4 Problemas dentro de la relación de pareja

Las problemáticas suelen darse en la relación de pareja, sin embargo, los significados y maneras de afrontar las situaciones resultan variadas. Meza (2010, 93-97), plantea que los conflictos *“son el proceso en que dos o más entidades se encuentran en desacuerdo defendiendo los límites que consideran transgredidos en su interacción (...) se busca dar solución al desequilibrio en la pareja”*, si bien es cierto que se trata de una defensa de límites, a diferencia de lo señalado por el autor, se considera que no siempre existe una búsqueda de solución a un punto medio y de común acuerdo, sino que en ocasiones es retomado como una imposición hacia la pareja, es decir se utiliza como medio de poder, lo cual es justificado a través de un discurso donde se impone la razón, considerando ser lo más funcional e incluso lo mejor en términos morales y de mayor conveniencia para ambos.

De igual manera los problemas son considerados como pérdida de tiempo y no como un espacio de inversión y resolución, el abordaje y desenlace de éstos, no resulta tan sencillo como pareciera, pues para que pueda resultar funcional es necesario establecer el punto a discutir, ya que en ocasiones pueden no coincidir, o bien, pasar como algo desapercibido pero teniendo impacto, en consecuencia la solución será más compleja de lograr. El motivo de los problemas muchas veces no es otra cosa que el reflejo de inseguridades, las cuales son desencadenas por la creencia de que la fidelidad o el cariño, existirán en la medida de qué tanto cumplen con las expectativas de la otra persona; en cuanto a las consecuencias encontramos la culpa, inferioridad y creencia de que no se es merecedor de la pareja. Todas estas problemáticas también son vivenciadas en el mundo virtual, dado que la tecnología también ha incidido en este ámbito, como se mostrará a continuación.

## 6.5 Las redes sociales en la relación de pareja

Éstas son sumamente funcionales en nuestra cotidianidad, pero como todo, tienen sus pros y contras, por lo cual pueden llegar a ser consideradas como armas de doble filo; entre los beneficios que se les atribuyen, está que pueden brindar la sensación de estar más cercano a la pareja y ofrecer novedad a la relación. Sin embargo, también son consideradas como peligrosas y de cuidado, porque su información puede ser fácilmente distorsionada o hasta ser causantes de problemáticas que pudieran terminar con la relación; de igual manera será un mediador ya que posibilitará la comparación y establecerá parámetros. Tenorio (2012) alude a que el concepto que se da en torno al ideal del amor, es producto de una construcción social histórica, donde interviene la modernidad con la tendencia a elegir con base en los parámetros establecidos por la sociedad.

Las redes permiten el acceso a la privacidad del otro de una manera sumamente sencilla, lo cual posibilita la vigilancia, el control y poder sobre las acciones de la pareja, es posible como mencionan Rodríguez y Rodríguez (2016) que esta vigilancia les permita visibilizar posibles rivales tanto reales como imaginarios, siendo la razón ésta, los celos. Las problemáticas causadas por redes sociales resultan tener un elemento clave, el screenshot o captura de pantalla, ya que basta con un click para ir a la búsqueda del evento o error que cometió la pareja en el pasado, para así reintegrarlos como contra-argumento cuando se ha cometido una falta similar, llevando así a soluciones parciales más no finales. Además de lo anterior, en gran parte de las vivencias de la relación de pareja se presenta un fenómeno de suma importancia pero poco evidenciado, el silencio.



## 6.6 Silencio: Experiencias, significados, usos e intenciones

De forma más específica, diremos que el silencio puede ser utilizado como medio de comunicación, cabe resaltar que para que funcione es necesario que las personas tengan conocimientos previos, de tal forma que el mensaje sea entendido, por ejemplo en qué momento se presenta el silencio, acompañado de qué otras acciones o acontecimientos; a su vez conviene destacar que los silencios son significados como agradables o desagradables por parte de las personas, Ramírez (1989) considera que “los silencios son una acción, una conducta, el no decir diciendo, que conforma todo un sistema de interacción social”.

A partir de lo expuesto hasta este momento puede decirse que los silencios son parte de la construcción de pareja en todo momento, siendo un aprendizaje que llega a adquirirse por las experiencias personales a lo largo de toda la vida.

Teniendo en cuenta lo anterior y a partir del análisis interpretativo que se hizo de las entrevistas, es posible dar cuenta de los significados implicados en la perspectiva de los participantes referentes al silencio. Puntualizando los hallazgos de esta investigación, respecto a los usos e intenciones que se hacen de éste, observamos que es utilizado como:

- I. Medio funcional para evitar conflictos.
- II. Muestra de empatía o cariño.
- III. Protección de expectativas.
- IV. Evasión de consecuencias ante sus acciones y responsabilidades.
- V. Método de seguridad ante críticas.
- VI. Evitación de la soledad.
- VII. Ejercer poder y tener mayor impacto en el otro.

Si bien existen distintos usos e intenciones dependiendo de la situación o vivencia, no se encuentran distanciados unos de otros, incluso podríamos decir que en su mayoría podrían partir de un mismo significado, la evitación de uno mismo y las consecuencias de nuestros actos, de aquello que nos desagrada, nos cuesta trabajo o no nos es funcional a nivel personal, que requiere de un esfuerzo para modificarlo o simplemente hacerle frente.

Cabe mencionar, que desde la infancia formamos un aprendizaje en torno a lo que debemos callar para no ofender o tener conflictos, nos van enseñando y reflejando lo que el otro tampoco hará o no debe hacer con nosotros, es decir, aprendemos a guardar silencio, por lo que estamos poco acostumbrados a enfrentar críticas, por ende, a reconocer nuestros errores, hasta llegar a un punto en el que se asume que el amor es signo de silencio, porque así evitamos lastimar, como resultado, dejamos de ser honestos no sólo con el otro sino con uno mismo. Es así que este aprendizaje que vamos teniendo, se convierte en un modo de actuar cotidiano, el cual se verá complementado con la evasión de consecuencias, el deseo de prolongar compromisos, y por consiguiente responsabilidades, que de lo contrario traería una confrontación consigo mismo y también una salida de la zona de confort, en otras palabras, asumir riesgos.

De la misma manera, el silencio puede mostrar o ser indicador de temores, por lo que en muchas ocasiones se evita o rechaza; algunos de esos miedos son: a la soledad, al rechazo, la crítica, sentirse poco amados o de poca importancia para el otro. Igualmente, la interpretación del silencio del otro puede traer diversos pensamientos, por lo regular negativos, debido a una falla personal o un error del cual aún no nos hemos percatado, dañando o poniendo en duda aún más la propia visión. Al respecto, es importante lo que menciona Ortega (2012), cuando habla de la “auto vinculación”, que se enfoca a mantener buenos criterios, sobre todo agradables hacia sí mismo, lo cual resulta de suma importancia para que las observaciones de parte de la otra persona no sean motivo de conflictos, sino que puedan reconocer fortalezas y debilidades, haciendo más sencilla la relación.

Las expectativas en la relación de pareja como se mencionó, nos hablan de lo que queremos, no sólo en el otro sino en uno mismo, pues resulta ser un reflejo de nuestras experiencias y formas de significar, en consecuencia, hablan de nosotros, es así que al verse en peligro dichas expectativas nos sentimos con el deseo de protegerlas, indicando en ocasiones una falta de enfrentamiento a lo que el otro puede pensar de nosotros ante nuestros verdaderos deseos o formas de pensar, siendo una aprensión a la expectativa y no a la realidad. Esta ceguera puede llevar a la pareja a una interacción poco funcional, donde los pensamientos se oculten y en algún momento hagan que la persona se sienta sobrepasada emocionalmente, o bien, no se le de atención a problemáticas que dañan la relación y que parecen obvias ante los demás pero no para los miembros de la misma.

En consecuencia, tanto la comunicación como el silencio resultan ser medios de poder, funcionan como un medio de vigilancia o monitoreo para ejercer poder sobre la conducta del otro, actúan como panóptico de acuerdo con Foucault (2002). De igual manera, cuando el silencio es utilizado como dispositivo llega a causar sentimientos de incertidumbre, desesperación, ansiedad y falta de control, pues funge como un castigo. De acuerdo con Furrasola (1999) “la persona se asegura de que no haya ningún secreto para él, pero sí para los demás, recalcando su poder”. A su vez Ramírez (1989), menciona que a “quien no decide ejercer silencio tendrá la sensación de temor a lo que no se dice y a las represalias de quien emite dicho silencio”.

Puede señalarse que el silencio lleva como significado el deseo de poder y control sobre el otro, Copeland (1992, citado en Chóliz, 2004) menciona que “las personas que suelen ejercerlo son más susceptibles ante prejuicios y estereotipos”. En ese sentido, Gough y Heilbrun (1975, citado en Chóliz, 2004) consideran que “suelen presentar problemas en el área social, lo que aumenta la probabilidad de que tengan una autoimagen negativa”.

Sumado a esto, un punto importante que debe ser evaluado, son los significados que engloban las relaciones de pareja, por ejemplo, ¿Cuál es el significado que le otorgas al amor, a las relaciones de pareja y cómo crees que debe expresarse?, pues estos significados y creencias se enlazarán con las expectativas personales, miedos y silencios que pudieran presentarse en mayor medida en la relación, más aún, dichos significados se ven ligados y encuentran congruencia entre sí, por ende, la manera en que se interactúa con uno mismo reflejará la interacción con el otro y nuestros silencios evidenciarán una gran parte de ello.

Es importante mencionar que la importancia de conocer el papel del silencio en la construcción de pareja nos permitirá modificar la interacción con el otro y con uno mismo. Es decir entablar acuerdos y significados explícitos en torno a los silencios así como lo hacemos con las palabras. Lo cual nos abrirá la oportunidad de:

1. Construir un amor confluyente, ya que existirá una participación más igualitaria donde no se callara por este aprendizaje de género en cuanto a que las mujeres deben guardar silencio o no son capaces de tomar decisiones, por el contrario existirá una apertura a la expresión.
2. Mayor comunicación, provocando que la relación no se vulnere a medida que los silencios se acumulan.
3. Retomar y aplicar el silencio no como algo malo o medio de poder, abriendo una nueva manera de comunicación explícita y tranquila.
4. Comenzar a erradicar la violencia simbólica que se genera con la intención de tener el control sobre el otro o bien como medio de castigo.
5. No esperar a que la relación se vea envuelta en violencia o tenga que pasar cierto tiempo para comenzar a tener una “relación madura”, es decir que es posible ser respetuoso al momento en que se tienen diferencias desde el inicio de la relación.

6. Comunicación más funcional, lo que ayudara a que las problemáticas se resuelvan de mejor manera, ya que se tendrá claro el punto a discutir, evitando que cada persona esté hablando de asuntos paralelos, es decir sin un punto de encuentro sobre porqué se discute.
7. Comenzar a modificar la enseñanza de que si no se habla no abra consecuencias, por tanto problemas o responsabilidad. Retomando la responsabilidad como algo que puede aportarnos. Visibilizando de la misma manera que si se calla también se está tomando una decisión por tanto abra consecuencias y en muchas ocasiones más desagradables.

Finalmente podemos decir que el objetivo general de nuestra investigación *“Conocer el significado que tiene el silencio en la construcción de relaciones de pareja”* fue alcanzada de manera exitosa, pero así como obtuvo los alcances ya mencionados, también tuvo ciertas limitaciones, un ejemplo de ello es que la entrevista se llevara a cabo con ambos miembros de la pareja, aunque pudimos comparar sus respuestas, también pudo interferir a la hora de brindar información, es decir que las respuestas fueran muy pensadas o elegidas, para evitar que si su pareja llegaba a leerlo no se sintiera mal o se enfadara con él o ella, cuestión que incluso se menciona en las entrevistas, en cuanto a ocultar cosas para cuidar al otro y la relación. Por otro lado el hecho de conocer a uno de los participantes de forma personal pudo tener el mismo efecto de selección de información por miedo a la crítica o por lo contrario abrir camino a la confianza para otros temas ya hablados con anterioridad fuera de las entrevistas.

Por otro lado este trabajo queda como precedente para futuras líneas de investigación y dudas que pudieran surgir en torno a la información recabada, por ejemplo “Indagar sobre el silencio y su importancia en el aprendizaje de ser mujer”, “El silencio como respuesta ante prejuicios y estereotipos”, “Los silencios que se gestan en la interacción mediante redes sociales”, Indagar sobre “la decisión de ser madre ¿hasta qué punto es dejar de seguir aprendizajes de género y hasta que otro se toma esa decisión justo porque no se han modificado esos aprendizajes?”, “Significado de la soledad y su relación con el silencio” y por ultimo “Construcción de la creencia del silencio como medio de empatía o amor”.

## BIBLIOGRAFIA

- Alfaro, A.M. (2014) *Las relaciones de pareja: ¿la educación, las condiciona?* (Tesis de grado). Universidad de Valencia. España.
- Aya, A. T. (2014). *El papel que ejercen las nuevas tecnologías de la información y la comunicación en las relaciones interpersonales*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades. Colombia. Recuperado de:  
<https://repository.unad.edu.co/bitstream/10596/2644/1/1075247318.pdf>
- Barrera, R. (2013, 15 de febrero). El concepto de la Cultura: definiciones, debates y usos sociales. *Revista de Claseshistoria*. Recuperado de:  
<http://www.claseshistoria.com/revista/2013/articulos/barrera-concepto-cultura.pdf>
- Barrios, A. & Pinto, B (2008). El concepto de amor en la pareja. *AJAYU*. 6(2), 144-164.
- Bauman, Z. (2003). *Amor líquido. Acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Recuperado de: <https://templodeeros.files.wordpress.com/2017/01/amor-liquido-zygmunt-bauman.pdf>
- Blandón, A. I. & López, L. M. (2016). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. 14 (1), 505-517.
- Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. (Jordá, J.). Barcelona: Editorial Anagrama.
- Cole, (2016). Vigotsky a los 100: Teoría cultural-histórica de la actividad como instrumento para el pensamiento. En: Pérez, G., Alarcón, I.L., Yoseff, J.J. & Salguero, M.A. *Psicología Cultural*. México. Universidad Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, pp. 43-68.

- Colín, M., Galindo, H & Saucedo, C. (2009). *Introducción a la entrevista psicológica*. México: Trillas.
- Chóliz, M. (2004). Universidad de Valencia. *Psicología de los motivos sociales*. Recuperado de: <http://www.uv.es/~choliz>
- Cruz, N & Lázaro, A. (2016). Construcción de la relación de pareja en estudiantes universitarios de Nuevo León. *Ciencia y Tecnología*. 12(4), 57-67.
- Della Ventura, A.F. (2016). *Género, identidad y performatividad en: Judith Butler*. (Tesis de grado). Sección de Filosofía de la Facultad de Humanidades de la Universidad de La Laguna. España.
- Departamento de Psicología de la Salud. (2007). *Lenguaje y Comunicación*. Universidad de Alicante. Recuperado de: <https://www.psb.ua.es/>
- Dreier, O. (2006). Trayectorias personales de participación a través de contextos de práctica social. En: Pérez, G., Alarcón, I.L., Yoseff, J.J. & Salguero, M.A. *Psicología Cultural*. México. Universidad Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, pp. 82-128.
- Fernández, P.A. (2016). Sobre el mito del amor romántico. *Amores cinematográficos y educación*. *Revista de educação e humanidade*. (10) 63-78.
- Foucault, M (2002). *Vigilar y castigar*. Buenos Aires. Argentina. Siglo XXI editores Argentina.
- Furrasola, A. M. (1999). *Una aproximación a la semiótica del silencio*. (Tesis de doctorado). Universidad de Barcelona. España.
- García, J., Hernández, C. I., Monter, N. S. (2019).\_Amor romántico entre estudiantes universitarios (hombres y mujeres), una mirada desde la perspectiva de género. *Revista de estudios de género*. (49), 218-247.



- Gallegos, M.C. (2012). *La identidad de género: masculino versus femenino*. I Congreso Internacional de Comunicación y Género. Congreso llevado a cabo en la Facultad de Comunicación de la Universidad de Sevilla, España.
- Génova, G. (1996). *Charles S. Peirce: La lógica del descubrimiento*. (Tesis de Licenciatura). Facultad Eclesiástica de Filosofía de la Universidad de Navarra. España.
- Esteban-Guitart, M. (2011). Una interpretación de la psicología cultural: aplicaciones prácticas y principios teóricos. *Suma Psicológica*. 18 (2) ,65-88.
- Hernández, C.G. (2018). *Identidad y Cultura. Religiosidad popular en León Gto.* (Tesis de pregrado). Universal Nacional Autónoma de México. Escuela Nacional de Estudios Superiores Unidad León. México.
- Hernández A., González J. & Regido D. J. (2016). Análisis comparado por género del significado de amor de parejas en jóvenes y adultos/as. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*. 19(4). Recuperado en: <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol19num4/Vol19No4Art16.pdf>
- Huerta, S. & Sánchez, R. (2011). Relaciones de poder en las parejas de estudiantes universitarios de la FES-Zaragoza. (Tesis de grado). Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Zaragoza. México.
- Ito, M., & Vargas, B. (2006). *Investigación cualitativa para psicólogos: De la idea al reporte*. México: Miguel Ángel Porrúa.
- Jaramillo, C. A., Holguín, A. & Ramírez, L. P. (2015). *Algunas representaciones sociales sobre la violencia en los noviazgos juveniles heterosexuales en el Valle de Aburrá – Colombia*. Medellín. Colombia. Universidad de Envigado.
- Lamas, M. (2000). Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. *Cuicuilco*. 7 (18), p. 0.

- Lave, J. & Wenger, E. (2003/1991). *Aprendizaje situado. Participación periférica legítima*. Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Iztacala. México.
- Le Breton, D. (1997). El silencio. Recuperado de:  
<https://audiocreativa.files.wordpress.com/2017/03/235396497-david-lebreton-el-silencio.pdf>
- Meza, M.E. (2010). *Estereotipo de violencia en el conflicto de pareja. Construcciones y prácticas en una comunidad mexicana*. (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Barcelona. España.
- Morales, N.E. & Rodríguez, V. (2012). Experiencias de violencia en el noviazgo de mujeres en Puerto Rico. *Revista Puertorriqueña de Psicología*. 23, 57-90.
- Ocampo J. (2007). La elección y satisfacción en la relación de pareja. (Tesis para obtener grado de maestría en psicología clínica). Facultad de Ciencias de la Conducta. UAEM. México.
- Ortega, J. (2012). El vínculo de pareja: Una posibilidad afectiva para crecer. *Revista Electrónica Educare*. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4780994.pdf>
- Paladino, C. & Gorostiaga, D. (2004). Expresividad emocional y estereotipos de género. Universidad de La Plata. Recuperado en:  
[http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/3242/Documento\\_completo.%20pdf?sequence=1](http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/3242/Documento_completo.%20pdf?sequence=1)
- Puyana, Y. & Mosquera, C. (2005). Traer "hijos o hijas al mundo": significados culturales de la paternidad y la maternidad. Colombia. Recuperado en:  
<file:///C:/Dialnet-TraerHijosOHijasAlMundo-4657587.pdf>
- Ramírez, J. L. (1989). El significado del silencio y el silencio del significado. *Seminario de Antropología de la conducta*. Conferencia llevada a cabo en el Congreso de la Universidad de Cádiz, España.

- Rodríguez, T & Rodríguez, Z. (2016). El amor y las nuevas tecnologías: experiencias de comunicación y conflicto. *Comunicación Y Sociedad*, (25), 15-41.
- Saldaña, L. (2018). Relaciones de género y arreglos domésticos: Masculinidades cambiantes en Concepción, Chile. *Revista Latinoamericana*. 17 (50), 183-204.
- Sánchez, R. (2009). Expectativas, percepción de estabilidad y estrategias de mantenimiento en las relaciones amorosas. *Enseñanza e investigación en psicología*. 14(17).229-243.
- Soto, R. (2015). Factores que intervienen en la elección de pareja de jóvenes mexicanos. REDES. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales. Recuperado de:  
<http://redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/58/102>
- Shweder, R. (2006). Psicología cultural ¿Qué es? En: Pérez, G., Alarcón, I.L., Yoseff, J.J. & Salguero, M.A. *Psicología Cultural*. México. Universidad Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, pp. 1-42.
- Taylor, S. & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación: la búsqueda de significados*. España: Paidós.
- Tenorio, N. (2012). Repensando el amor y la sexualidad: una mirada desde la segunda modernidad Sociológica. *Revista Sociológica*. 27 (76), 7-52.
- Valdez, J. L., González, N. I. & Sánchez, Z.P. (2005). Elección de pareja en universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10 (2), 355-367.
- Valero, D. (2001). Hablando se entiende la gente, ¿o no? Comunicación intergéneros según Deborah Tannen. Universitat Jaume. España. Recuperado de:  
[http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/79656/forum\\_2001\\_3.pdf?sequence=1](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/79656/forum_2001_3.pdf?sequence=1)
- Verdú, A. D. (2013). Género y conflicto en las relaciones de pareja - heterosexuales: La desigualdad emocional. *Cuestiones de género: de la igualdad y la diferencia*. (8), 165-181.

# **ANEXOS**

# ANEXO I

## Guía de entrevista

### 1.- Experiencias y significados de la relación de pareja

Para ti ¿Qué es una relación de pareja?

¿Cómo fue el proceso para que comenzaras la relación con tu actual pareja?

¿Qué características te agradan de tu actual pareja y cuales te son de dificultad?

¿Qué es el amor?

¿De qué manera lo expresas a tu pareja?

#### 1.1.- Expectativas en la relación de pareja

¿Qué esperas de una relación de pareja?

¿Cómo podrías describir a la pareja perfecta?

¿Cuáles eran las expectativas que tenías antes de iniciar tu relación?

¿Consideras que algunas de ellas se cumplieron? Si es así ¿Cuáles?

¿Cuáles son las que no han logrado cumplirse?

¿Piensas que el matrimonio y/o vivir en unión libre son algo importante en una relación de pareja?

¿Consideras tener hijos como una opción en tu proyecto de vida?

¿Cuál es tu opinión sobre la importancia de tener hijos en la relación de pareja?

## **1.2.- Aprendizajes y conductas relacionadas con orden de género en la relación de pareja**

¿Qué papel consideras que tienes tú como hombre / mujer en la relación de pareja?

¿Qué papel consideras que tiene ella / él como mujer / hombre en la relación de pareja?

¿Quién debe tomar decisiones sobre sus tiempos libres, actividades, proyectos de vida, vida sexual, etc.?

## **1.3.- Problemáticas dentro de la relación de pareja**

¿Cuáles consideras que son los conflictos más recurrentes en su relación?

¿Cómo los enfrentan?

¿Qué consecuencias consideras que han experimentado a partir de estas problemáticas?

## **1.4.- Construcción de la relación de pareja a través de redes sociales**

¿Cuál es tu opinión sobre el uso de las redes sociales?

¿Has utilizado estas redes para mantener comunicación con tu pareja o hacer pública su relación? ¿De qué manera?

¿Han llegado a tener conflictos o diferencias debido a sus usos? ¿Podrías contarme algunas situaciones que fueran significativas para ti?

¿En alguna ocasión has llegado a utilizar este medio para expresar algún disgusto en torno alguna situación relacionada con tu pareja?

¿Has llegado a utilizar algún medio de este tipo para arreglar alguna diferencia con tu pareja?

## **2.- Experiencias y significados sobre la comunicación y el silencio**

¿Qué consideras que es la comunicación?

¿Cuál es su papel en tu actual relación de pareja?

¿Podrías contarme alguna o algunas ocasiones significativas en las que experimentarás dificultad al momento de comunicarte con tu pareja?

¿Cuáles es tu concepción sobre el silencio?

¿Qué sensación te causa el silencio?

¿Has utilizado el silencio en algún momento de tu vida? ¿Cuándo o con qué motivo?

¿Cómo te ha hecho sentir?

### **2.1.- Usos e intenciones del silencio en la interacción de pareja**

¿Pudieras platicarme de alguna experiencia en la cual haya estado latente el silencio durante la convivencia con tu pareja?

¿De qué manera has llegado a hacer uso del silencio en tu relación?