



## Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 17 No. 1

Enero de 2014

### ESTRATEGIAS DE CONSERVACION DE LA PAREJA: UN ANALISIS POR SEXO

Beatriz González Colín<sup>1</sup>, José Luis Valdez Medina<sup>2</sup>, Norma Ivonne González Arratia López Fuentes<sup>3</sup> y Sergio González Escobar<sup>4</sup>  
Universidad Autónoma del Estado de México  
Facultad de Ciencias de la Conducta

#### RESUMEN

Con el objetivo de conocer cuáles son las estrategias biológicas y psicosocioculturales que utilizan hombres y mujeres para la conservación de la pareja, se realizó un análisis por sexo en una muestra de tipo intencional de 100 participantes, 50 hombres y 50 mujeres adultos con un tiempo de relación en pareja mayor a 5 años y que tuvieran hijos. Se aplicó una entrevista semiestructurada individualmente, con previa cita, en las instalaciones de la Universidad Autónoma del Estado de México. A partir de un análisis de contenido, se establecieron las categorías de respuesta mediante una revisión por jueces, con un porcentaje de acuerdo mayor al 85%. Los resultados indican que las mujeres se mantienen en su relación de pareja considerando aspectos emocionales observando el marco moral, social y familiar. Se orientan al cuidado de los hijos, utilizan la comunicación y actitudes como tolerar y evitar situaciones de conflicto para conseguir la estabilidad familiar. En contraste, los hombres se mantienen con su pareja por su papel procreador y proveedor, buscan la integración y protección de la familia y tienden a ser instrumentales y

<sup>1</sup> Candidata a Maestra en Psicología por la Universidad Autónoma del Estado de México. Correo electrónico: [psicbetygonzalez@gmail.com](mailto:psicbetygonzalez@gmail.com)

<sup>2</sup> Profesor investigador de la Facultad de Ciencias de la Conducta de la Universidad Autónoma del Estado de México. Correo electrónico: [ochocedros@live.com](mailto:ochocedros@live.com)

<sup>3</sup> Profesora investigadora de la Facultad de Ciencias de la Conducta de la Universidad Autónoma del Estado de México. Correo Electrónico: [nigalf@yahoo.com.mx](mailto:nigalf@yahoo.com.mx)

<sup>4</sup> Profesor investigador de la Facultad de Ciencias de la Conducta de la Universidad Autónoma del Estado de México. Correo Electrónico: [sglz04@hotmail.com](mailto:sglz04@hotmail.com)

asertivos al enfrentar y solucionar los problemas. En conclusión, las parejas se mantienen unidas con base en la comunicación, el cuidado de los hijos, la estabilidad económica, la confianza, el apoyo, la aceptación, la protección y seguridad que se brindan los miembros de la pareja.

**Palabras clave:** pareja, hombres, mujeres, conservación, estrategias.

## CONSERVATION STRATEGIES OF PARTNER: AN ANALYSIS BY GENDER

### ABSTRACT

In order to recognize the biological and psychosociocultural strategies that men and women use to preserve their couple status, it was carried out a gender-based analysis in an intentional hundred people sample, where half the population were male and the other half female, who had been in a relationship with their current partner for at least five years and had children. They completed an individual semistructured previously established interview in the Autonomous University of the State of Mexico. Response categories were determined based on the content analysis throughout a revision from the judges, with an agreement percentage above 85". Results suggest that women are likely to keep their relationship based on emotional aspects, considering the moral, social and familiar framework. They are concerned about their children's care, use communication and attitudes such as tolerance and avoiding conflict situations in order to achieve familiar stability. On the other hand, men keep their relationship for their partner's procreative and providing role, seek for family integration and protection and are likely to be instrumental and assertive when facing and solving problems. In conclusion, couples stay together based on the communication, children's care, economic stability, trust, support, acceptance, protection and security that they provide to each other.

**Key words:** Couple, Men, Women, Conservation, Strategies.

Uno de los temas trascendentales de la Psicología en las diversas teorías es el estudio de las relaciones sociales e interpersonales del ser humano. Adler (1930) mencionaba que para el individuo la conquista de su ambiente es la meta principal, pero esto se equilibra con la importancia del interés social y el sentimiento comunitario. Así, las personas solo pueden existir en relaciones definidas con otras e intercambiando un sistema de valores, creencias e intereses que, a lo largo de su vida, constituye la base de una cultura adoptada y la

integración a una sociedad. Es por esto que el antecedente de todo tipo de grupo humano es la pareja.

En el transcurso de su historia y en el hecho de convivir en un mismo lugar, las personas han creado gradualmente una forma particular de sobrevivir como grupo y han construido una manera de crecer y de ser. En la mayor parte de las sociedades se ha protegido a la pareja y la familia en tanto es una forma de asegurar la continuidad de la especie y el progreso de la civilización. La pareja cumple funciones biológicas, psicológicas y sociales sin las cuales la posibilidad de existencia de la especie humana no sería factible (Eguiluz, 2008).

La vida en pareja es una historia que se construye a partir de los primeros vínculos (incluso de origen netamente biológicos), de los legados culturales y familiares que marcan la pauta y forman a nuestras relaciones, a la manera en que se inician, se transforman, se fortalecen o se derivan (Salgado, 2003).

Cornachione (2006), refiere que la persona tiende a buscar como pareja alguien afín o semejante, con quien comparta aspectos culturales, sociales, económicos, étnicos, geográficos, religiosos y físicos. De igual manera menciona que la elección de pareja es significativa cuando los involucrados logran la consolidación y el éxito de la relación. Con respecto a esta situación, el hecho de que se mantengan las semejanzas entre los involucrados puede favorecer la permanencia.

#### EL EMPAREJAMIENTO HUMANO: LA CONFORMACION DE LA PAREJA

Buss (1985), menciona que las fases del emparejamiento humano son cuatro: atracción, cortejo, conservación de la pareja y ruptura. Después del cortejo, las parejas frecuentemente llegan al establecimiento, cuyo primer objetivo será la conservación de la relación a través del tiempo.

La consolidación de una pareja debe entenderse como la permanencia y la conservación de una vida en común entre dos personas (Atkinson, 1992). Esto conlleva la necesidad de sostenerse al lado de la otra persona, independientemente de las adversidades que se presenten en este proceso. La permanencia es posible cuando se construye un nexo que proyecte a futuro a ambos miembros,

basándose en la estabilidad de ciertas expectativas y características comunes tales como la comunicación, el respeto y un plan de vida conjunta (Guerra-Vargas, 2003).

Dada la importancia de la conservación de la pareja en el proceso de ser parte del otro, este concepto se ha definido como relación intersubjetiva de un hombre y una mujer que crea conocimiento, orden social y se apoya en la sexualidad. Se habla de la pareja que reconoce su encuentro con el otro como una elección y que trasciende los aspectos prácticos del encuentro (Fernandez, 2007). De esta manera, para estudiar la conservación de la pareja, Sternberg (2000) establece el concepto de el *Triángulo del Amor* tomando en cuenta los componentes de una relación que son: el compromiso, la intimidad y la pasión. El primero es de tipo social y dependerá de la cultura donde se vivan las conductas que demostrarán estos componentes y la intensidad en que son necesarios en una relación amorosa, así como la intimidad. De acuerdo con Maureira (2011), la pasión es un componente biológico, por lo cual es independiente de la cultura y es específico en cada individuo. Al respecto Valdez-Medina (2009; Valdez Medina, Sanchez, Gonzalez Arrratia y Aguilar, 2012), consideran que el amor efectivamente tiene una base biológica pues lo definen como todas aquellas conductas que se orientan a la conservación de la vida, tanto de forma individual como social.

Por una parte, las parejas se involucran en la búsqueda de estrategias mediante las que se beneficien la base económica, la comunicación, la intimidad y la cercanía entre sus miembros. Esto les permitirá sentirse bien el uno con el otro, de tal manera que cada uno llegue a tener un mayor conocimiento acerca de lo que siente y piensa individualmente y en unión (Fisher, 2005) fomentando así que ambos miembros busquen satisfacer las necesidades personales y de pareja para evitar problemas y obtener un equilibrio que les permita permanecer unidos y cubrir con mayor facilidad los objetivos centrales de la vida compartida.

Por otra parte, se tiene la noción de que la conservación de la pareja está relacionada con la intuición del carácter. Esto puede ser indispensable para la seguridad y la protección, el trabajo en equipo, la repartición de tareas, la

obtención de recursos para la manutención, el apareamiento con fines reproductivos, la conservación de la especie y la tarea de cuidar, criar y preparar a los hijos para la sobrevivencia y la vida futura (Attenbourough, 2005; Buss, 2005)

Díaz-Guerrero (2003) menciona que tradicionalmente a las madres se les encarga el cuidado de los hijos y su educación dentro del hogar, la atención del mismo y del cónyuge; mientras a los padres, proveer a la familia, proteger al hogar, garantizar la educación de los hijos fuera del hogar y su emancipación. No obstante, con la incorporación de la mujer al mercado laboral, estos roles están cambiando y complementándose, de esta forma algunas madres juegan el papel de sostén y unos padres el rol de cuidador y educador.

En muchas especies la permanencia y la conservación de la pareja dependen en gran medida de la inversión de tiempo en el cuidado de los hijos (Morris, 2002; 2003). En el caso de los seres humanos las crías necesitan de doce a dieciocho años de cuidados por parte de los padres para lograr el desarrollo de las habilidades mínimas para sobrevivir por cuenta propia, por tanto, se requiere o incluso se obliga la permanencia o la conservación de la pareja durante más tiempo para cuidar e independizar a los hijos.

Gray (2000), plantea la importancia de la aceptación y el respeto de las diferencias de los hombres y las mujeres con base en el amor que desde su punto de vista se refiere a un sentimiento y un compromiso que incluye independencia, libertad, trabajo, comunicación, igualdad y amistad, desde el cual se procura el bienestar de la persona amada.

En este sentido, Cornachione (2006), expone que amar reúne la preocupación de ser feliz y hacer feliz, crea la voluntad de poseer y el deseo de dar. Mientras que Valdez Medina (2009) complementa esta idea al afirmar que la felicidad es una consecuencia de ser libre, amar y estar en paz, lo cual no solo se intenta conseguir de manera individual, sino también en las relaciones sociales dentro de las cuales se encuentra la pareja.

A su vez, para que el amor funcione y se preserve de manera adecuada, es necesario acompañarlo fundamentalmente de apoyo, de confianza, de protección, de libertad y sobre todo de la aceptación abierta, con gusto y sin queja, tanto de

uno mismo, como de quienes se dice amar. De otra manera, el amor no funciona ni se mantiene adecuadamente entre las personas (Valdez-Medina, Sánchez, Bastida, González Arratia y Aguilar, 2012).

De esta forma, las estrategias biológicas y psicosocioculturales emprendidas en la vida en pareja para su permanencia o conservación, se orientan a promover el apareamiento con fines reproductivos (actualmente también para el placer); el cuidado de los hijos; la complementariedad; un buen nivel de comunicación, confianza, solidaridad, amor, aceptación y amistad; el equilibrio económico, y la obtención suficiente de recursos. Esto tiene el objetivo central de que cada miembro y cada pareja constituida se conserve y viva de la mejor manera posible, intentando así evitar al máximo la posible ruptura de la relación.

Cuando los individuos participan en el cumplimiento de las expectativas de su pareja, se desarrolla una dependencia mutua, esta experiencia psicológica frecuentemente se traduce en una situación de compromiso mutuo. Así, Thibaut y Keller (1959), en su *Teoría del Intercambio Social* evidencian la presunción de que una relación perdura cuando los resultados de la misma son benéficos y satisfacen a los individuos.

En contraste, Rusbult y Van Lange (1996) señalaron que el compromiso es afectado por tres factores: la satisfacción, la calidad de las alternativas a la actual relación y las inversiones llevadas a cabo en la misma. De esta forma, las parejas tienden a evaluar la satisfacción y a proponer alternativas para decidir permanecer o terminarla. Por consiguiente, Kelley (1998) expuso que el nivel de adherencia hacia una pareja se basa en factores de mantenimiento constantes conformados en parte por amor, y en parte por el ambiente. Johnson (1991, citado en González & García, 2009)) indicó que en la relación de pareja tres experiencias distintas se integran: querer permanecer casado como el factor personal, sentirse moralmente obligado a permanecer casado como el factor moral y sentirse obligado a permanecer casado como el factor estructural.

Finalmente, Markman y Stanley (1992), afirman que el compromiso en una pareja está definido como dedicación personal refiriéndose al deseo de un individuo de mantener o mejorar la calidad de su relación por el beneficio de

ambos, con un deseo de continuar en ella, sacrificándose y vinculándose en metas personales buscando un bienestar común.

Por lo anterior, el objetivo de la presente investigación fue detectar las estrategias biológicas y psicosocioculturales que para lograr la conservación de la pareja utilizan hombres y mujeres.

## MÉTODO

*Participantes.* Se trabajó con una muestra de tipo intencional de 100 participantes, 50 hombres y 50 mujeres adultos con un tiempo de relación en pareja mayor a 5 años y que tuvieran hijos.

*Instrumento.* Se aplicó una entrevista semi-estructurada en la que se incluyeron las siguientes preguntas:

1. ¿Por qué se ha mantenido hasta este momento con su pareja?
2. ¿Para qué se mantiene hasta este momento con su pareja?
3. ¿Enliste cinco problemas que le hayan hecho pensar en dejar a su pareja?
4. ¿Cuáles han sido las estrategias de solución a los problemas?
5. ¿Si alguien le pidiera un consejo sobre las estrategias empleadas para la Conservación de la Pareja, que le diría?

*Procedimiento.* Una vez establecido el contacto con los participantes de la investigación, y obtenida la autorización de forma voluntaria, las aplicaciones se realizaron de manera individual dentro de las instalaciones de la Universidad Autónoma del Estado de México.

## RESULTADOS

En la primer pregunta: *¿Por qué se ha mantenido con su pareja hasta este momento?*, los hombres establecen que se conservan en su relación en mayor importancia por los hijos, por un sentido de compromiso y responsabilidad de darles una buena vida, en el ámbito emocional buscan la compañía de la mujer y

se orientan a buscar empatía y tener una atracción física hacia su pareja. El amor y la afirmación de que se permanece porque tienen cosas en común como pareja lo ubican como un factor intermedio de entendimiento, indican estar en la relación en busca de compañía. Las mujeres permanecen en una relación de pareja ubicando en primer punto la responsabilidad de cuidar y criar a los hijos, de forma efectiva indican que es la voluntad de Dios y el deseo de formar una familia en el futuro y con mayor inclinación interviene el amor como punto esencial para evitar la separación, no obstante consideran las mujeres mantenerse en la relación por costumbre, por miedo a quedarse solas y en menor medida por la influencia del sistema familiar (Ver tabla 1).

**Tabla 1.** ¿Por qué se mantienen en la relación de pareja?

CATEGORÍAS DE RESPUESTA	HOMBRES N= 50	MUJERES N= 50
<b>Amor</b>	Cariño, amor , la quiero , <i>atracción física , no puedo estar sin mi esposa</i> 12.1%	Cariño, amor, porque lo amo, lo quiero. 13.59 %
<b>Hijos</b>	Hijos, <i>por embarazo, evitar sufrimiento, dar ejemplo de unión familiar, responsabilidad, sacarlos adelante.</i> 8.73%	Hijos, <i>niños, buen papá.</i> 16%
<b>Evitar sentir soledad</b>	<i>Por compañía , estar junto a alguien , compartir cosas y la vida</i> 4.36 %	<i>Sentirse solo , estar solo</i> 4.36%
<b>Mantener la economía</b>	Apoyo en la economía familiar 1.94%	Apoyo económico 2.91 %
<b>Por costumbre</b>	Por costumbre 1.45%	Ya me acostumbre (8) 3.88 %
<b>Por Dios</b>	Es una voluntad divina .97 %	Casamiento, religión, así lo quiere Dios, <i>la biblia.</i> 3.88%
<b>Por qué nos llevamos bien</b>	Nos llevamos bien , nos comprendemos , buena comunicación, <i>pasar toda mi vida con ella ,</i> 2.42%	Nos llevamos bien, nos comprendemos, buena comunicación, buena relación, me hace sentir feliz. 3.39 %
<b>Tenemos cosas en común</b>	Cosas en común , ideas similares , intereses comunes , <i>Nos apoyamos mutuamente , compartir sentimientos y emociones , me he adaptado ,</i> 4.36 %	Cosas en común, compartir cosas, compartir pensamientos, intereses comunes, ideas similares. 4.85 %
<b>Por la familia</b>	Familia , Sentar cabeza , Crecer como persona , Satisfacción con hijos y nietos , No permiten la separación 7.28%	Familia , mantenerse unidos % 7.76 %
<b>Por la sexualidad</b>		<i>La sexualidad nos ha mantenido en pareja.</i> 0.48 %

En la pregunta 2 que se refiere a: *¿Para qué se mantiene en una relación de pareja?* Los hombres mencionan que se mantienen en la relación para tener un crecimiento personal y cubrir objetivos juntos, llevarse bien y mantenerse por tiempo unidos, lo toma como una ley personal y de vida, no obstante, trata de

presentar que tienen compatibilidad con la relación, así como estabilidad que propicie la afirmación de que él y su pareja son el uno para el otro. La importancia de mantenerse unidos para formar a la familia es una de las causas prioritarias. En este sentido, las mujeres tienen presente la idea de mantener a su pareja con el propósito de cubrir una idea del deber familiar y espiritual, tener una familia integrada y un hogar para los hijos así como la percepción de que la relación se deberá mantener por mucho tiempo porque así debe ser. No obstante, la posición contraria a éste, va reflejada en que se ubican en la relación de pareja por el miedo de quedarse solas hacia un mayor tiempo provoca en ellas la idea de continuar con la relación. Los hijos figuran como un elemento esencial de mantenimiento, en el sentido de tener una responsabilidad a la cual acceder y conformarse en este vínculo (Ver tabla 2).

**Tabla 2.** ¿Para qué se mantiene en su relación de pareja?

CATEGORÍAS DE RESPUESTA	HOMBRES N =50	MUJERES N= 50
<b>Para crecer como pareja</b>	Amor y cariño, madurar, aprender , crecer como persona , <i>lograr objetivos juntos</i> 7.45%	Creecer como persona ,madurar aprender , compartir , amor y cariño 9.21%
<b>Para vivir bien</b>	Llevarse bien , para estar con alguien , vivir bien, <i>estar unidos siempre</i> 11.40%	Llevarse bien , vivir bien , Estar unidos siempre. 8.33%
<b>Para darles una familia a los hijos</b>	Formar una familia , darles una familia 11.40 %	Formar una familia. Darles una familia, <i>unión.</i> 12.71 %
<b>Estar juntos mucho tiempo</b>	Estar juntos siempre , <i>costumbre</i> 3.5 %	Estar juntos siempre 4.82 %
<b>Por qué así debe de ser</b>	<i>Es la ley de la vida , tradiciones familiares</i> 3.5 %	<i>Así debe de ser (8)</i> 3.5 %
<b>Por qué me da miedo quedarme solo</b>	No estar solo , <i>por compañía en la vejez</i> 2.63 %	No estar sola 3.5 %
<b>Por qué somos el uno para el otro</b>	Somos el uno para el otro , <i>compatibilidad con mi pareja, estabilidad emocional</i> 3.94 %	Estar al lado de la persona que quieres, somos el uno para el otro 2.63 %
<b>Para mantener a mis hijos y darles un estudio</b>	<i>Para darles estudios a mis hijos</i> 4.82 %	<i>Mantener a mis hijos</i> 6.57 %

Respecto a los resultados derivados de la pregunta tres, acerca de los *problemas principales que sobrevienen en la relación de pareja* se encontró que existen semejanzas en apreciación por hombres y mujeres en las diferentes categorías. Los primeros enumeran como factores problema la infidelidad, los celos y las diferencias en el carácter y mantienen la apreciación de que existen enojos normales y discusiones leves en la relación. Factores económicos y su posición de proveedor los percibe como indicador de conflicto al interior de la dinámica de pareja, por consiguiente, queda en último término las dificultades por la intervención de la familia. Las mujeres asocian problemáticas en la infidelidad

de pareja, la presencia de celos en ambas figuras y la diferencia en el carácter, ya que no coinciden los puntos de vista, falta de comunicación y acuerdos, aunado a lo anterior enfatizan la presencia de conflictos cuando la pareja no aporta a los gastos de la casa. Otro problema asociado es que no exista respeto entre la pareja en el cuidado por las pertenencias personales (Ver tabla 3).

**Tabla 3.** Problemas en la relación de pareja.

CATEGORÍAS DE RESPUESTA	HOMBRES N= 50	MUJERES N= 50
<b>La familia de mi pareja</b>	Su familia, su mamá. 3.00 %	Su familia, su mama, <i>malos entendidos</i> . 6.00 %
<b>Infidelidad</b>	Buscar otra persona, infidelidad. 6.86 %	Buscar a otra persona, la infidelidad, <i>engañar, mentira</i> . 8.58 %
<b>Porque somos diferentes de carácter</b>	No hay acuerdos, somos diferentes, <i>objetivos diferentes, no me acostumbro a su carácter</i> . 6.43 %	Somos diferentes, no hay acuerdos, <i>no coinciden los pensamientos</i> . 7.29 %
<b>Celos</b>	Desconfianza, celos. 7.72 %	Celos, desconfianza. 9.01 %
<b>No aporta tiempo a la familia</b>	<i>No tenga tiempo para mi familia por el trabajo</i> 2.14 %	<i>No saber escuchar, falta de comunicación, somos diferentes</i> . 7.72 %
<b>Economía</b>	<i>Lo económico. Quedarse sin trabajo</i> 3.00 %	<i>No tiene tiempo para mí</i> . 3.00 %
<b>No aportar al gasto de la casa</b>	Falta de dinero, <i>no cumplo con mis obligaciones</i> . 4.29 %	Lo económico. 3.00 %
<b>Los normales dentro de la rutina</b>	Enojos leves, los problemas normales, <i>Discusiones</i> . 5.57 %	Como todos peleamos , enojos leves , los problemas normales , <i>no cumplir con sus obligaciones , falta de dinero</i> 12.44 %
<b>No respeta mi tiempo y mis cosas</b>	No respeta mis cosas. 1.28 %	No respeta mis cosas, falta de respeto, <i>no supo separar sus problemas</i> . 2.57 %

En relación a los resultados obtenidos para la pregunta: *¿Cuáles son las estrategias de solución para los problemas?* Se identificó que las respuestas de ambos sexos coincidieron en la mayor parte de las categorías. Las estrategias de solución para los problemas de los hombres dentro de la relación de pareja son decir y conversar las cosas, utilizan el olvido para aminorar las situaciones y permiten que su pareja sea la que hable para desahogarse como medio de solución. Las mujeres evitan enfrentar el conflicto y la discusión, no obstante, mantienen presente el problema renombrándolo. Ambos coinciden que evitar, tolerar y aguantar algunas situaciones es preferible como una estrategia positiva, perdonando ofensas si es necesario para mantenerse juntos, así como buscar el apoyo profesional (Ver Tabla 4).

**Tabla 4.** ¿Cuáles son las Estrategias de solución para los problemas?

CATEGORÍAS DE RESPUESTA	HOMBRES N= 50	MUJERES N= 50
<b>Comunicación</b>	Dialogar, hablar, comunicación, platicar, comentar, decir, conversar. 16.40 %	Platicar, comunicación, dialogar, hablar. 18.70 %
<b>Respeto y comprensión</b>	Comprensión, apoyarse, respetar, entenderse, amor, equilibrio. 8.01 %	Llevarse bien , comprensión , respetar , confianza , valorarse , entenderse 12.97 %
<b>Olvidar</b>	Olvidar 1.14 %	Dejar problemas sin resolver 2.29 %
<b>Dar un tiempo fuera</b>	No contestar, dejarla que hable, darle su tiempo., salirse o irse. 4.96 %	No contestar, darle su tiempo, analizar- balanza. 1.90 %
<b>Tolerar</b>	Tolerar , tener paciencia 1.14 %	Adaptarnos, tolerar. 3.81 %
<b>Evitar</b>	No contestarle no pelear , La deajo sola , evitar , no caer en rutina , no dejamos de hablar 4.96 %	Lo deajo solo, no contestarle, no pelear, aguantar, pedir que cambie para que no haya problemas, no caer en la rutina, evitar. 6.10 %
<b>Dios</b>	Religión , la biblia 1.14 %	Dios , religión 3.05 %
<b>Mostrar momentos de enojo y molestia</b>	Expresar , decir las cosas , me molesto , mostrarse enojado 4.96 %	Expresar, mostrarme enojada, me molesto. 7.63 %
<b>Ayuda profesional</b>	Ayuda profesional .38 %	Ayuda profesional. .38%

En relación a los resultados obtenidos para la última pregunta: *¿Qué consejo le daría usted a las personas para que no se separen?*, se identificó que ambos sexos coincidieron en la mayor parte de las categorías de respuesta. Se observa que el consejo más común para evitar la separación de parejas es mantener la comunicación argumentando que es lo primordial para solucionar los problemas. Los hombres identifican la tolerancia de la pareja como una estrategia de

mantenimiento; mientras tanto, que las mujeres dicen que se debe valorar a la pareja para brindarse respeto y confianza. Los hombres mencionan sobrellevar la relación, mantenerse juntos y buscar apoyo profesional o religioso como estrategias personales para mantenerse con su pareja y aportar a su medio social (Ver tabla 5).

**Tabla 5.** ¿Qué consejo le daría usted a las parejas para que no se separen?

CATEGORÍAS DE RESPUESTA	HOMBRES N= 50	MUJERES N=50
<b>Comunicación</b>	Comunicación, dialogar, platicar, hablar, <i>conversar</i> . 16.41 %	Platicar , dialogar , hablar , comunicación , <i>decir</i> 17.91 %
<b>Respeto</b>	Respetar , comprenderse entenderse , <i>tolerancia</i> 6.71 %	Respetar, comprenderse, <i>valorarse</i> , entender se .8.58 %
<b>Confianza</b>	Confianza 7.08 %	Confianza , <i>valorarse</i> , <i>otra oportunidad</i> 8.58 %
<b>Amor</b>	Amor, quererse, amarse. 5.22 %	Amor, quererse, amarse. 5.59 %
<b>Llevarse bien</b>	Llevarse bien, comprensión, <i>buena relación, estar bien</i> . 7.46%	<i>Convivir</i> , llevarse bien, <i>cuidar su matrimonio, tolerancia</i> , comprensión, <i>sobrellevar la relación</i> . 8.20 %
<b>Ayuda profesional</b>	Ayuda profesional 1.11 %	Ayuda profesional. 1.49 %
<b>Religión</b>	Acercarse a Dios , la Biblia 2.23 %	Acercarse a Dios , <i>espiritualidad</i> 3.35 %

## DISCUSIÓN

De acuerdo con los resultados obtenidos se observó que tanto hombres como mujeres se mantienen en su relación de pareja con el fin de integrarse y observar el marco moral y social en su desarrollo para lograr un bienestar. El cuidado de los hijos, la dinámica de las tareas propias del hogar, así como los roles que permean al interior de la relación como proveedor, o bien en su función

de administradora son aspectos presentes a evaluar en los momentos de consolidación en la relación de pareja. Las bases biológicas de la reproducción y el trabajo en equipo orientan las actividades realizadas en la pareja para su conservación. Hombres y mujeres presentan diferencias en el aspecto emocional desde el momento de conformar, consolidar y conservarse en una relación de pareja. La comunicación, la tolerancia y evitar situaciones de conflicto para conseguir la estabilidad se presentan como una constante a la cual recurren algunas parejas, ya que se llega a la conclusión de que la presunción de brindar protección, aceptación, comunicación se busca la solución de problemas.

Las parejas tienden a buscar afinidad desde el momento de la elección de pareja, que coincide con lo establecido por Cornachione (2006), quien al definir que la persona tiende a buscar su pareja con aquellas personas semejantes, que posibiliten compartir aspectos culturales, sociales, económicos, étnicos, geográficos, religiosos y físicos. Asimismo, menciona que la elección de pareja es significativa cuando los involucrados intentan la consolidación de su relación, permanencia y éxito; así pues las razones por las cuales las parejas permanecen unidas a través del tiempo tomando como referencia mínima cinco años de matrimonio derivaron resultados como la educación de los hijos. Esta última presentándose de la misma manera para ambos sexos, siendo éste un aspecto más instrumental en el hombre mostrando que su estancia en la relación obedece a razones de compañía e integración y en menor medida por el amor, valorándose la mujer en posición emocional presentando mayor énfasis en el aspecto de convivencia dentro de la relación de pareja y la valoración social, al considerar que la pareja es importante que permanezca para evitar situaciones de insatisfacción. Al respecto Attenbourough (2005); Buss (2005); Morín (2004); Morris (2002; 2003); Valdez-Medina et al. (2006), indican que se une a la pareja por una carga biológica para evitar la soledad, el abandono y el rechazo, con ello pertenecer a una familia en la cual se tiene la obligación de cuidar tanto el hogar como los hijos, así como los planes que la pareja ha establecido en un inicio. Además se procura el apareamiento con fines reproductivos para conservar la especie, en esta línea es importante resaltar que según teóricos desde un punto de vista evolutivo en

muchas especies la permanencia la pareja depende en gran medida de la inversión de tiempo requerido para el cuidado de los hijos (Buss,2005).

Otra de las causas que las parejas definen como factor de permanencia es la compatibilidad de metas, intereses y cosas en común durante el proceso de integración de la relación. Guerra-Vargas (2003) afirma que la permanencia es posible cuando se construye un nexo que proyecte al futuro a ambos miembros, basándose en la estabilidad de ciertas expectativas y características comunes como pueden ser la comunicación, el respeto y un plan de vida conjunta.

Otro punto de referencia es que dentro de las actitudes establecidas por las parejas para conformarse y conservarse a lo largo del tiempo, se presenta aprender a tolerar y aceptar acciones no satisfactorias de los individuos, adaptándolas al modo de vida. Esto ocasiona la tendencia a vivir fingiendo evitando en gran medida aquellas situaciones desconocidas y que esperan que a través del tiempo se modifiquen para un bien de la relación. No obstante, Valdez Medina, Sánchez, Bastida, González Arratia, Aguilar (2012), mencionan que para que el amor funcione y se preserve de manera adecuada es necesario el apoyo, la confianza, la protección, la libertad y sobre todo de la aceptación abierta, con gusto y sin queja, tanto de uno mismo, como de aquellos que se dice amar, puesto que el amor se refiere a todas las conductas orientadas para la conservación de la vida.

Al revisar los motivos por los cuales las parejas se mantienen unidas en una raíz de satisfacción cuestionando el *para qué estás con tu pareja*, se obtiene que buscan mantenerse para vivir bien y mejor, conservar la integridad familiar y mantener la seguridad personal. Fisher (2005), indica que las parejas se involucran en la búsqueda de estrategias mediante las que se vean aumentadas la base económica, la comunicación, la intimidad y la cercanía entre sus miembros para buscar vivir bien y mejor el uno con el otro, para satisfacer sus necesidades personales y obtener un equilibrio que los haga mantenerse unidos y cubrir sus objetivos en común.

Las causas que las parejas definen de la conservación se delimitan orientadas a seguir con su relación con el propósito de tener un crecimiento

personal y cubrir objetivos juntos. El hombre lo toma como una ley personal y de vida, mientras la mujer lo orienta en la idea del deber familiar y espiritual, tener una familia integrada y un hogar para los hijos y con ello la posición de que la relación se deberá mantener por mucho tiempo porque así debe de ser. Por tanto, es importante revisar la propuesta por Valdez Medina (2009), en la cual señala que los individuos y las parejas tienden a tratar de ubicarse en una situación de estabilidad, equilibrio, tranquilidad o paz que les permita lograr una favorable autorrealización.

Por otro lado, se indica también que en el desarrollo de la relación se generan una serie de conflictos, vicisitudes y problemas que tienden a romper el equilibrio de la pareja, como son la infidelidad, la falta de comunicación, los celos, los factores económicos que frecuentemente llevan el mantenimiento de la relación por obligación con lo cual es altamente probable que se genere culpa, frustración, miedo, enojo. Esto puede llevar a la pareja a un estado de conformismo, tolerancia, control, manipulación, mentira, apariencias porque promueve la inestabilidad entre sus miembros. Ante esta situación las parejas tienden a buscar estrategias psicosocioculturales como mejorar la comunicación, buscar una situación económica más estable, mantenerse y convivir bien, portarse más amables, mostrarse más compatibles, dialogar para vivir bien y mejor, lo cual puede llevar a las personas a una dependencia forzada (Valdez-Medina, 2009).

De esta manera, las estrategias biológicas y psicosocioculturales emprendidas en la vida en pareja para su permanencia o conservación, consisten generalmente en promover el apareamiento con fines reproductivos (actualmente también para el placer), el cuidado de los hijos, la complementariedad, un buen nivel de comunicación, confianza, solidaridad, amor, aceptación y amistad, el equilibrio económico y la obtención suficiente de recursos. El objetivo central es que cada miembro y cada pareja constituida se conserve y viva de la mejor manera posible, intentando evitar al máximo la posible ruptura de la relación.

Cuando las estrategias de solución se consolidan en esta vía sobreviene el análisis a las alternativas dentro de la relación que sus miembros plantean con el objetivo de mantenerse con gusto y sin queja y orientar diferentes conductas al

amor para lograr la conservación de la vida y de ahí de la relación de pareja. Así pues, las líneas de solución enunciadas por los hombres son mantener la comunicación, el dialogo, la comprensión y la expectativa de tener a la larga una relación que dé respuesta al conflicto a través del olvido y tiempo fuera. Las mujeres tienen una mayor presencia en la intervención de las problemáticas, tomando estrategias de tolerancia y evasión de situaciones que causan insatisfacción y molestia. De esta manera, se permite el olvido y la desvaloración de esas prácticas como un sentido de retroalimentación, buscan evidenciarlo en su contexto y solicitar ayuda en sus iguales para encontrar la expresión.

Al dedicarse a sopotar la relación o tolerarla, se redundará en una alta frustración a llevar un buen nivel de armonía familiar, con el propósito de resolver el conflicto a través de periodos equivocados de molestia, sufrimiento y en conductas de evitación. Concluyendo que a partir de un análisis por sexo la expresividad de las mujeres se torna hacia un punto de resolver en la emotividad, mientras el hombre genera la solución en vías de la interacción y de la instrumentalidad de las acciones. García-Mendez, et al. (2006) indica que la comunicación en una relación de pareja es fundamental para su funcionamiento: es el medio por el cual se expresan los sentimientos, los pensamientos, los temores y las percepciones, llevando a la negociación a sus integrantes.

Markman y Stanley (1992), definen al compromiso en pareja como dedicación personal refiriéndose al deseo de un individuo de mantener o mejorar la calidad de su relación por el beneficio de ambos. Así como el deseo de continuar en la relación por el sacrificio y la vinculación de metas personales, proyectados en bienestar personal y familiar.

Conviene fomentar el amor como una conducta dirigida a la conservación de la vida, lo cual permitirá que los integrantes de la relación la cuiden y la complementen.

Se deben crear estrategias de comunicación en primera persona, en confianza y una búsqueda por hacer lo más favorable dentro de la relación para promover un estado de paz y equilibrio, estabilidad y auto-organización donde los

miembros de la pareja y de la familia experimenten el menor nivel de desgaste posible ya que los efectos que producirá será una pareja con calidad de vida.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Adler, A. (1930). *La Psicología Individual*. España: Mundo.
- Atkinson, W. (1992). *La pareja en conflicto*. España: Feliu y Susana editores.
- Attenbourough, D. (2005). *La vida a prueba. Muy interesante*, 11 (4), 47-52.
- Buss, D. (2005). *La evolución del deseo*. Madrid: Alianza editorial.
- Cornachione, L.M.A (2006). *Psicología del desarrollo, aspectos biológicos, psicológicos y sociales*. Argentina: Brujas.
- Díaz-Guerrero, R. (2003). *Psicología del Mexicano 2. Bajo las garras de la cultura*. México: Trillas.
- Eguiluz, L.L (2008). *Entendiendo a la pareja*. México: Pax.
- Fernández, L. (2007). *Personalidad y relaciones de pareja*. Cuba: Félix Varela.
- Fisher, H. (2005). *Anatomía del amor*. Madrid: Anagrama.
- García-Méndez, M., Rivera, S., Díaz- Loving, R. y Reyes-Lagunes, I. (2006). Interacción familiar. Factor inherente al funcionamiento familiar, diferencias en hombres y mujeres. *La Psicología Social en México*, XI (2), 937-942. México: AMEPSO.
- González, M. y García, J. (2011). El Compromiso en la Relación de Pareja. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16 (8), 63-69.
- Gray, J. (2000). *Los hombres son de Marte y las mujeres son de Venus*. México: Océano.
- Guerra-Vargas, G. (2003). Sostener la vida en pareja. *Revista Virtual CEDECOG*, 2003.
- Markman, H. & Stanley, S. (1992). Assessing Commitment in Personal Relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 12 (4), 54-60.
- Maureira, F. (2011). Los cuatro componentes de la Relación de Pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14 (1), 321-332.

- Morris, D. (2002). *Masculino y femenino: Claves de la sexualidad*. México: Debolsillo.
- Morris, D. (2003). *El mono desnudo*. México: Plaza y Janés.
- Rusbult, Caryl E., Van Lange, & Paul A. M. (1996). Interdependence processes. In Higgins, Edward Tory Kruglanski, Arie W. Eds.(1996). *Social psychology: Handbook of basic principles*. New York, Guilford Press.
- Salgado, C. (2003). *El Desafío de Construir una Relación de Pareja: Una decisión diaria, un cambio permanente*. Bogotá, Colombia: Norma.
- Thibaut, J & Kelley, H. (1959). *The Social Psychology of groups*. Nueva York: Wiley.
- Valdez-Medina J.L. (2009). *Teoría de la Paz o Equilibrio*. México: Edamex.
- Valdez-Medina, J.L., Sánchez, S.G., Bastida, G.R., González Arratia, L.F.N.I., y Aguilar, M.O.Y.P. (2012). *Significado y función del amor como estrategia de sobrevivencia*. XIV Congreso Mexicano de Psicología Social y VI Congreso Internacional de Relaciones Personales. Universidad Autónoma de Nuevo León. Memorias.
- Valdez-Medina, J.L., González Arratia, L.F.N.I., Torres Muñoz, M.A. y Rocha Tapia, N.C. (2011). Estrategias Biológicas y Psicosocioculturales que Intervienen en la Conservación de la Pareja: Un Análisis por Sexo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16 (1), 57-72.