

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

"AFECTO Y RELACIÓN DE PAREJA

(Estudio realizado en la escuela de padres de la iglesia La Merced, de la cabecera departamental de Quetzaltenango)"

TESIS DE GRADO

DULCE MARIA MORALES TOC
CARNET 15137-11

QUETZALTENANGO, ENERO DE 2016
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

"AFECTO Y RELACIÓN DE PAREJA

(Estudio realizado en la escuela de padres de la iglesia La Merced, de la cabecera departamental de Quetzaltenango)"

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR
DULCE MARIA MORALES TOC

PREVIO A CONFERÍRSELE
EL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

QUETZALTENANGO, ENERO DE 2016
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. EDUARDO VALDES BARRIA, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

DECANA: MGTR. MARIA HILDA CABALLEROS ALVARADO DE MAZARIEGOS
VICEDECANO: MGTR. HOSY BENJAMER OROZCO
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY
DIRECTORA DE CARRERA: MGTR. GEORGINA MARIA MARISCAL CASTILLO DE JURADO

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

DR. JOSÉ CARMEN MORALES VÉLIZ

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

MGTR. HUGO LEONEL PEREIRA GÁMEZ

AUTORIDADES DEL CAMPUS DE QUETZALTENANGO

DIRECTOR DE CAMPUS: P. MYNOR RODOLFO PINTO SOLIS, S.J.

SUBDIRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JOSÉ MARÍA FERRERO MUÑIZ, S.J.

SUBDIRECTOR ACADÉMICO: ING. JORGE DERIK LIMA PAR

SUBDIRECTOR ADMINISTRATIVO: MGTR. ALBERTO AXT RODRÍGUEZ

SUBDIRECTOR DE GESTIÓN GENERAL: MGTR. CÉSAR RICARDO BARRERA LÓPEZ

Quetzaltenango, 23 de noviembre de 2015

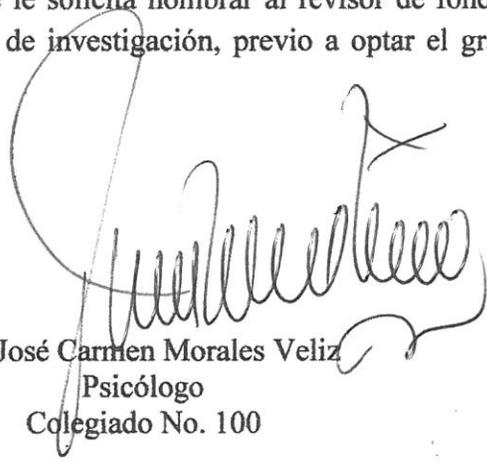
Ingeniero:
Derik Lima P.
Subdirección Académica
Universidad Rafael Landívar.

Respetable ingeniero Lima:

De manera atenta me dirijo a usted para comunicarle que la estudiante **DULCE MARIA MORALES TOC** de la licenciatura en Psicología Clínica, quien se identifica con el carné **1513711** culminó satisfactoriamente la elaboración de tesis II titulada **AFECTO Y RELACION DE PAREJA**, según los requerimientos que la Universidad solicita para terminar el trabajo de investigación.

Por lo anterior también se le solicita nombrar al revisor de fondo correspondiente para que sea evaluado el trabajo de investigación, previo a optar el grado académico de Licenciada en Psicología Clínica.

Atentamente,



Dr. José Carmen Morales Veliz
Psicólogo
Colegiado No. 100

Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante DULCE MARIA MORALES TOC, Carnet 15137-11 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus de Quetzaltenango, que consta en el Acta No. 05683-2016 de fecha 20 de enero de 2016, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

**"AFECTO Y RELACIÓN DE PAREJA
(Estudio realizado en la escuela de padres de la iglesia La Merced, de la cabecera departamental de Quetzaltenango)"**

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA CLÍNICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 22 días del mes de enero del año 2016.



Irene Ruiz Godoy

**MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY, SECRETARIA
HUMANIDADES
Universidad Rafael Landívar**

Agradecimientos

- A Dios:** Porque me dio la fortaleza para afrontar las pruebas que se me han presentado.
- A mis Papás:** Por ser un apoyo incondicional, tenerme paciencia, escucharme, guiarme y así mismo aconsejarme para terminar esta etapa.
- A mis Hermanos:** Me han motivado, en los momentos de duda o desesperación me han escuchado y dado excelentes ideas.
- Al Resto de mí
Familia:** Porque siempre están al pendiente de mí y me dan palabras que me animan.
- A mi Revisor:** Lic. Hugo Pereira por el acompañamiento que me dio en la elaboración de la tesis, por su paciencia y compartir conmigo sus conocimientos.
- A mis Amigos
y Amigas:** Por escucharme, darme palabras de aliento y hacerme ver lo positivo.
- A la Universidad:** Porque a través de ella me he preparado académicamente, en ella cada uno de los catedráticos me ha brindado sus conocimientos y experiencias.

Dedicatoria

A mis papás Catalina del Rosario Toc y José Carmen Morales porque han sido mi ejemplo a seguir, mi inspiración para luchar por alcanzar mis metas, son excelentes en lo que hacen desde que tengo memoria, tuvieron paciencia conmigo en todo momento, a pesar de las situaciones que se han presentado lucharon conmigo ante las adversidades y gracias a ellos terminé esta etapa, por su apoyo y amor infinitas gracias.

Índice

	Pág.
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1. Afecto.....	7
1.1.1. Definición.....	7
1.1.2. El mundo afectivo.....	7
1.1.3. Las cuatro vivencias afectivas más importantes.....	8
1.1.4. Necesidad de afecto.....	10
1.1.5. Afecto, combustible del comportamiento humano	11
1.1.6. Anatomía del amor afectivo.....	12
1.1.7. Emociones y afecto.....	12
1.2. Relación de pareja.....	13
1.2.1. Definición.....	13
1.2.2. Origen de la pareja.....	14
1.2.3. Fases en la relación de pareja.....	15
1.2.4. La evolución de la pareja.....	17
1.2.5. Relaciones sustentables.....	19
1.2.6. Vicisitudes en la conformación e integración en la pareja.....	20
1.2.7. La amistad en la pareja.....	21
1.2.8. Factores que definen una buena amistad de pareja	22
1.2.9. Elementos de la relación de pareja.....	23
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	26
2.1. Objetivos	27
2.1.1. Objetivo general.....	27
2.1.2. Objetivos específicos.....	27
2.2. Variables o elementos de estudio.....	27
2.3. Definición de variables.....	27
2.3.1. Definición conceptual de las variables o elementos de estudio.....	27
2.3.2. Definición operacional de las variables o elementos de estudio.....	28
2.4. Alcances y límites.....	28

2.5.	Aporte.....	28
III.	MÉTODO.....	30
3.1.	Sujetos.....	30
3.2.	Instrumentos.....	30
3.3.	Procedimiento.....	31
3.4.	Tipo de investigación, diseño y metodología.....	32
IV.	PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	37
V.	DISCUSIÓN.....	44
VI.	CONCLUSIONES.....	48
VII.	RECOMENDACIONES.....	49
VIII.	REFERENCIAS.....	50
	ANEXOS.....	53

Resumen

El afecto es importante en las personas y en sus relaciones de pareja, ya que es un ingrediente indispensable en una relación sana, porque al cultivarlo cotidianamente y practicar detalles que expresen el amor, hace que se consolide la relación y que se haga más fuerte siendo difícil que termine en un divorcio.

El objetivo de esta investigación fue identificar la importancia del afecto en la relación de pareja, esto se logró evaluando a 80 personas las cuales constituyen el 100% de la población.

Se utilizó el diseño descriptivo, se administró la prueba I.C.A. y un cuestionario, en donde se aplicó a los resultados la metodología estadística significación y fiabilidad de las medias aritméticas.

Se determinó que existe un nivel medio de afecto en la mayoría de los individuos y la relación de pareja es positiva en más de la mitad de los sujetos estudiados.

Se recomienda fomentar el afecto en los individuos porque es fundamental para construir una relación de pareja sólida.

Palabras clave: afecto, relación de pareja y amor.

I. INTRODUCCIÓN

El afecto es fundamental en toda persona, también en sus relaciones debido a que es indispensable en una relación sana porque al practicarlo cotidianamente y tener detalles que expresen el amor hace que se fortalezca la relación y con ello será difícil que termine en un divorcio.

Tomando en cuenta lo anterior una relación también se da cuando dos personas se conocen hasta llegar al punto de atraerse mutuamente, mientras pasa el tiempo ellos deciden si inician un vínculo y según se da la misma, ellos pueden formalizar o terminar con dicha interacción, esto va a depender de muchos factores y elementos que se den en la forma como se tratan debido a que el mantenimiento de la misma es responsabilidad de ambos.

Es importante recalcar que la interacción que se da en la pareja es la más vulnerable porque es la única elección libre en el amor, los padres no eligen a sus hijos, los hijos no eligen a sus padres, sin embargo la pareja se elige libremente, este amor es delicado por lo tanto requiere alimentarlo todos los días con expresiones de amor y detalles que contribuyan a aumentar el afecto del uno por el otro. Lo que sucede con frecuencia es que las expresiones de afecto se cultivan durante el noviazgo y lo sostienen, sin embargo al momento de contraer compromiso buscan una zona de comodidad, muchas veces de manera egoísta espera que le hagan feliz, olvidándose de amar y servir al otro, ello contribuye a que desarrolle malestar en la relación, lucha de poder, culpabilidad hacia el otro y el fuerte deseo por cambiar la actitud de su compañero o compañera olvidándose de ver hacia su interior reconocer con humildad cuales son los errores en que ha incurrido y definir cómo hacerse responsable de ellos, para cambiarlos.

Por lo mencionado con anterioridad se dan muchos conflictos en la pareja y por ello se hará un análisis exhaustivo de la relación de pareja y como el afecto es indispensable en la misma para que sea sólida, se mantenga saludable, haya una buena interacción entre ambos y por ende consolidar una familia estable, donde los hijos puedan crecer con una personalidad sana fomentando el amor y el respeto desde la infancia debido a que es de suma importancia porque en la actualidad la familia ha sido la institución que más se ha deteriorado y que está en decadencia,

ha aumentado el índice de divorcios, esto se debe a que no se cultiva el afecto por lo que debilita la relación y se convierte en disfuncional y por lo mismo es fundamental que esto se inculque desde la infancia. Por lo anterior es urgente proteger la interacción de la pareja y consolidarla, para que se pueda crear un fuerte vínculo que la sostenga y así conformar una relación estable basada en el amor y el respeto que se demuestran de forma mutua los integrantes de la pareja.

El objetivo es determinar la relación de afecto que existe en las parejas y así poder conocer como este se desarrolla en la interacción de la misma para que esta se mantenga o termine.

A continuación se presenta algunos estudios previos sobre el tema:

Portillo (2007) en la tesis titulada Falta de afecto conyugal como factor influyente en el divorcio, indica que dentro de los objetivos de dicha investigación desea establecer si la falta de afecto conyugal es un factor determinante en personas que atraviesan un divorcio, se contó con una muestra de 80 casos, 40 hombres y 40 mujeres que acudieron al juzgado de familia del municipio de Quetzaltenango. Los resultados se obtuvieron a través del test psicométrico I.C.A., que mide tres aspectos, inclusión, control y afecto utilizándose solamente este último, el diseño descriptivo. La conclusión a la que se llegó es que el afecto pasivo en el sexo femenino, requiere o demanda recibir más afecto por parte de su cónyuge, el afecto activo y pasivo en el sexo masculino, refleja que la capacidad de dar afecto y la capacidad de recibir afecto se maneja dentro de un rango similar. Se recomienda dar mayor importancia al tema de la afectividad ya que se plantea como algo obvio pero si afecta la ausencia del mismo.

López (2014) en el artículo titulado Señales que dicen mucho tomado de la Revista Amiga explica que los cambios súbitos en el comportamiento de la pareja suelen ser señales de deterioro o estancamiento; para saber si la relación está bien se debe hacer un examen de conciencia y recordar cuando fue la última vez que se hizo algo agradable por el otro o con qué frecuencia se dan los detalles. Existen varios comportamientos íntimos que tienen significados que solo entienden ambos, estos códigos incluyen caricias, besos y abrazos pero también se dan en el lenguaje no verbal como miradas y gestos faciales que digan te quiero sin emitir la palabra. Es primordial una buena comunicación para tener una relación sana y tener una buena interacción en el hogar. Para recuperar la relación se deben tomar algunas acciones como mejorar la

comunicación, atender a tiempo las necesidades del otro, aprender a comprender el lenguaje en el que la pareja suele comunicarse, retomar los detalles y el gusto por decir te quiero.

Müller (2014) en el artículo titulado Caricias terapéuticas que se encuentra en el periódico El Quetzalteco, comenta que todos los gestos de cariño y los abrazos no se dan solo para año nuevo y navidad donde los buenos deseos y el afecto se les demuestran a familiares, amigos y conocidos; las caricias son gestos terapéuticos que van cargados de significados como el amor, solidaridad, cariño, entre otros; liberan oxitocina, la cual es una hormona que crea relajación y ayuda a fortalecer los vínculos; todo ello puede lograr cambios inimaginables. Las caricias generan evolución personal y madurez emocional, ayudan a mejorar la autoestima, tener mayor seguridad en sí mismos y relacionarse de una mejor manera; los abrazos y el contacto físico son muy importantes para tener un desenvolvimiento adecuado, un mejor desarrollo social y emocional, esto tanto en la niñez como en la edad adulta. Así que si usted es una persona que no demuestra afecto, se le recomienda empezar a hacerlo de una manera sana y una buena forma de empezar podría ser dándose un abrazo a sí mismo.

Müller (2014) en el artículo titulado Querer y dejarse querer encontrado en el periódico El Quetzalteco, comenta que las relaciones de pareja son complejas y no suelen ser estáticas sino dinámicas, el amor debería ser sencillo pero, por el contrario es un poco más complejo de lo que aparenta ser. Una de las claves para tener una buena relación es tomarla en serio porque la vida no es una comedia romántica y en la misma pueden surgir diferencias de criterio, sueños y decepciones, expectativas que pueden llegar a frustrarse, y hay que tomarlas de una buena manera; el amor es otra cosa que es importante, hay etapas de acercamiento unas buenas y otras malas, lo ideal es aprender a quedarse con las buenas. La relación es afectada cuando se crean suposiciones, pueden generar disgustos y peleas, a veces se olvida confiar y apostarle a la sinceridad de la pareja, creer en sí mismo y respetar la libertad de ambos. También se recomienda expresar los sentimientos de manera sincera, asertiva y abierta, reprimir las emociones hace daño, la realidad es que para querer hay que dejarse querer, para que el amor se haga más grande hay que abonarlo, regarlo con muestras de afecto y hechos, porque la reciprocidad es importante en las relaciones sanas.

Soto (2015) en el artículo titulado La fuerza del amor y la amistad tomado del periódico El Quetzalteco, explica que los humanos son seres de amor; dar y recibir afecto es importante para la realización propia porque el amor y la amistad poseen un vínculo afectivo entre dos personas debido a que los humanos tienen una tendencia a crear vínculos afectivos y no solo con los amigos porque puede ser que de la amistad pase a ser algo más profundo, un romance y hasta puedan llegar a formar una familia. Un hombre antisocial al enamorarse puede volverse amable y experimentar armonía con todos y todas. El amor es una gran fuerza transformadora y para el bien, la naturaleza colocó en el corazón de hombres y mujeres la conexión afectiva para la conservación de la especie y de la persona como tal. El amor une a la sociedad, lleva al progreso, tanto en amigos y familias y aunque a veces dé temor, permita que el amor fluya desde su corazón.

Walters-Pachecho, Cintrón y Serrano-García (2008) en el artículo Este es mi segundo matrimonio: Relaciones de pareja en la familia reconstituida tomado de la revista Psicología Científica, explican que los seres humanos por naturaleza son sociales y en las personas una de las relaciones más comunes son las de pareja, hombres y mujeres se enamoran y a veces deciden contraer matrimonio. Mucho se ha comentado sobre los conflictos en las relaciones conyugales y como consecuencia el divorcio debido a que no logran superar las diferencias en la pareja y a pesar de esas dificultades las personas vuelven a casarse por la necesidad de alguien en sus vidas y así forman familias reconstituidas. Las relaciones de pareja pueden dirigirse a un encuentro casual, a una amistad, a un noviazgo o a un matrimonio. Walters-Pachecho, Cintrón y Serrano-García. (Como se citó en Bueno, 1985; Muñoz y Reyes, 1997) la formación de una relación de pareja implica empezar a interactuar para compartir y eso los puede llevar hasta el matrimonio luego de conocerse y expresarse afecto, sería posible que dicha interacción fuera afectada por cambios que se han dado en el siglo XX como los temas de interés sobre las relaciones de pareja algunos de ellos fueron el divorcio, aumento de uso de métodos para evitar el embarazo, trabajo de la mujer fuera del hogar y esto ha llegado a hacer cambios en las relaciones de las parejas.

Juracán (2010) en su tesis titulada Niveles de dependencia afectiva en parejas, indica que dentro de los objetivos de dicha investigación se encuentra adquirir conocimientos sobre la dependencia afectiva y sus características. La muestra de este estudio son 20 hombres y 20 mujeres elegidos

al azar, con estrato social similar, comprendidos de 16 a 31 años, los sujetos son del área urbana, con un nivel educativo de primaria, diversificado y universitario. Quienes recibieron charlas prematrimoniales previo a casarse por la iglesia católica. Para la investigación se usó I.C.A. y una boleta con diez preguntas, que completa el estudio, el diseño ex-post-factum. Se concluye que la dependencia afectiva es más alta en las personas de sexo masculino en un 40%, ya que estos esperan recibir más afecto que las mujeres. Se recomienda a las organizaciones que trabajan con grupos de parejas, poder evaluar las creencias a nivel individual y de grupo, para que con ello se pueda abrir la perspectiva a las nuevas generaciones.

Enríquez (2012) en el artículo titulado 6 factores que atentan contra tu relación tomado de la Revista Amiga, explica que si se tienen problemas en la relación de pareja, lo mejor es recordar los buenos momentos que han pasado juntos, para tratar de solucionar los mismo. Según especialistas en el área, existen seis factores que contribuyen a que la pareja se separe, uno de ellos es el decir que se ama pero no se da tiempo el uno con el otro y al pasar esto la pareja empieza a distanciarse; otro factor es la intoxicación de la familia política debido a que la pareja debe ser independiente y la familia del otro puede afectar en su relación; dinero, el tercero en la discordia, porque es necesario que la pareja hable sobre las finanzas y la administración del hogar; la libertad, es más que un derecho, debido a que existen parejas muy absorbentes que no pueden dejar al otro ni un solo momento, lo cual llega a ser intoxicante; las tareas domésticas, son responsabilidad de ambos debido a que muchas veces las mujeres aun cuando trabajan, al llegar a casa tienen que hacer oficio lo cual es injusto y por lo que hay que saber dividir las tareas en el hogar; por último el amor sigue presente, pero la pasión desertó, esto es muy común debido a que la sexualidad es muy importante en la relación de pareja por lo que la tienen que proteger.

Ferrero (2012) en el artículo titulado Matrimonios a la deriva tomado del periódico El Quetzalteco, comenta que después de meses de matrimonio las parejas comienzan a sentir frustración, como si su proyecto de vida hubiera caducado y no ven salida frente a tantas incongruencias que tienen en sus relaciones personales; lo más común es que muchos maridos no quieran comprometerse con una mujer para el resto de su vida por la cultura en la que se vive. Uno de los tropiezos significativos en el matrimonio son la dependencia al alcohol, infidelidades, entre otros; otras veces el problema es la economía porque las esposas creen que su marido debe

cubrir todos sus gastos, en el fondo de esas situaciones está la incapacidad de comunicarse y enfrentar cara a cara sus diferencias. Quizás el problema social que se da en las comunidades y el futuro de los jóvenes es la desintegración familiar.

Chales (2014) en el artículo titulado ¿Existe la pareja ideal? tomado del periódico El Quetzalteco, publicado en el mes de febrero, comenta que los desacuerdos en una pareja son comunes por lo que hay que aprender a escuchar y hablar sin maltratar al otro, así se evitara la violencia; en muchos aspectos puede ser que las parejas sean compatibles, aunque lo más seguro es que tengan sus diferencias, por lo que se debe tener una comunicación de doble vía en la que se tiene que estar dispuesto a escuchar y hablar sin enojarse porque la verdadera intimidad es cuando las parejas pelean sin llegar a golpearse y luego se reconcilian; no se ha descubierto que existan parejas perfectas pero si se puede mejorar cada día lo que se tiene y no soñar con lo que no se tiene en pareja; los problemas difíciles se solucionan al hablar de ellos, escuchar, respetar y discutirlos sin ofender.

Müller (2014) en el artículo titulado Mejore su relación de pareja tomado del periódico El Quetzalteco publicado en el mes de abril, explica que una relación de pareja no siempre será color de rosa, tendrán sus altibajos pero no se debe perder la chispa que inicio el fuego. No solo se trata de tener alguien que le haga compañía pues engloba mucho más que eso y hasta puede llegar a ser toxica y desgastante si hay conflictos pero no todo está perdido si ambos tienen la voluntad de mejorar. Una buena comunicación es importante para que la interacción sea estable pero no quiere decir que haya que comunicarse demasiado porque no se trata de cantidad sino de calidad y sin duda se debe fortalecer la confianza para mejorar la interacción entre ambos porque de no ser así se puede llegar a tener una relación desequilibrada; el respeto debe ser mutuo porque el amar implica respetar.

Vásquez (2014) en el artículo titulado 5 conductas que no debes permitir de tu pareja tomado de la Revista Amiga, comenta que la relación de pareja se fortalece con amor, buena comunicación y actitud madura de ambos ante los problemas que se les presenten, a pesar de ello hay situaciones que no se deben permitir en una relación, una de ellas es la violencia física porque nadie tiene derecho a hacerle daño al otro, la violencia verbal se debe evitar porque durante una pelea en la

pareja se tienen que tratar de buena manera, sin insultos ni palabras soeces; el control es otra situación que se recomienda evitar porque los dos se tienen que desarrollar juntos y ninguno tiene el derecho de obligar al otro a hacer algo que no desea hacer. Los celos son el resultado de baja autoestima, inseguridad y falta de respeto debido a que la confianza es vital en una relación y por último el chantaje porque la pareja no puede ni debe intimidarse entre sí o hacer sentir culpable al otro.

1.1 Afecto

1.1.1 Definición

Rojas (2008) comenta que el afecto es una experiencia personal, que el individuo vive, no es algo que le han contado o que se le haya informado por medio de terceras personas, es un sentimiento en el cual el principal protagonista es el mismo y eso es lo importante, ya que él lo vive. El contenido de la vivencia de este sentimiento es un estado de ánimo que se demostrará a través de sus principales expresiones afectivas, como lo son las emociones, sentimientos, pasiones y motivaciones, esas cuatro manifestaciones internas que engloban las formas de experimentar la afectividad, debido a que esta es la forma de cómo ha sido afectada la persona en su interior por las circunstancias que se han ido produciendo a su alrededor.

Shinyashiki (2006) define que el afecto es la unidad de reconocimiento humano que comienza cuando nace con el contacto físico, después pasan a ser las palabras, gestos, miradas y muestras de aceptación y sin lugar a duda es el medio más potente de reconocimiento, pero con el pasar del tiempo puede ser reemplazado en gran manera por el toque verbal y entonces una caricia en el rostro de un ser querido puede ser sustituida por unas palabras de aliento con las que demuestren su cariño, por ello se le llama afecto a las muestras de amor, porque ellas son las que se necesitan desde que se nace.

1.1.2. El mundo afectivo

Rojas (2008) explica que el afecto es uno de los capítulos y partes más importantes tanto de la psicología como de la psiquiatría. Las dos funciones psíquicas principales del comportamiento de los seres humanos son la inteligencia y la afectividad, de estos se derivan dos tipologías humanas

que son el individuo predominantemente cerebral y el hombre esencialmente afectivo; entre los dos hay un estado intermedio de formas de ser y de estilos. Hay otras funciones psicológicas que son la percepción, memoria, pensamiento, lenguaje, actividad y muchas más, ellas tienen vida propia pero de alguna forma están dentro de la inteligencia y la afectividad, también se podría incluir la conciencia debido a que gracias a ella se puede percibir la realidad y es una herramienta muy útil.

Con el tiempo los estudios sobre la afectividad han variado y se han hecho más amplios, por lo que se han descubierto tres dimensiones de la afectividad, las cuales son:

- La fisiología del estado afectivo, que se refiere a las sensaciones físicas y los síntomas que la acompañan.
- La conducta, es el comportamiento que se da de forma externa.
- La vertiente cognitiva y las percepciones, son los contenidos de la memoria, los pensamientos, las ideas, los juicios y muchos más, tal como son en el curso de la misma, todo lo que es referente a la afectividad consiste en lo que es un cambio que es interior y que en algunos casos se da de forma brusca o paulatina y en otros casos de forma sucesiva, ello viene a significar un estado en el que se da un encuentro consigo mismo, en el que se da cuenta de la realidad personal y esto se da partiendo de la modificación interior.

Definir la estructura de la afectividad conlleva adentrarse y buscar en los principales aspectos que influyen en el área emocional de la persona, la forma más común de demostrarse y expresar la afectividad es por medio de los sentimientos de cada uno debido a que ellos invitan al hombre a tener una excursión por las partes y el más profundo de su intimidad.

1.1.3. Las cuatro vivencias afectivas más importantes

Si se quieren tener ideas más claras sobre algo tan esencial como lo es la construcción personal de un amor inteligente; el camino más importante para fomentar el amor es el desarrollar el sentimiento y para ello uno de los principales componentes es la amistad, así como las relaciones afectivas fuertes y bien cimentadas gracias a los años y las raíces, por el contrario la emoción no es tan usual ya que suele aparecer cuando alguien vibra con algunas experiencias que suelen ser singulares de tal forma que hace que se exprese de forma física.

Algunos de los estados que son importantes y es bueno que sean mencionados son el miedo, la crisis de pánico, la ansiedad, la alegría desbordante por haber conseguido o encontrado algo que ha buscado o perseguido por muchos años, en una escala superior esta la pasión porque tiene la misma intensidad que la emoción pero en esta la carga afectiva y sentimental es más alta, con bastante frecuencia suele conducir a arruinar la razón así como el acto de poder razonar, hasta su misma derivación lo dice ya que viene del latín *pati* que significa padecer o *animo* que perturba la razón, la intensidad de la razón suele crear un arranque a vivir esa circunstancia que la produce con ardor, por eso la pasión hace que la razón la inteligencia pase a quedar en segundo plano junto con el juicio y el conocimiento pues hace que a la persona se le dificulte el poder tomar decisiones y así como Aristóteles decía que la pasión es una de las cuatro categorías más importantes y las contraponía a las que conducen a la acción.

La pasión es una modificación profunda y permanente de la afectividad, puede ser tan intensa que es posible que conduzca a la alteración, que sería como una sacudida capaz de romper la forma de ser de cada uno, esta variante psicológica en el terreno conyugal si no se logra controlar a tiempo puede llegar a tener consecuencias negativas y hasta hacer mella en la trayectoria biográfica.

La cuarta vía de aproximación a la afectividad es la motivación, la cual es capaz de poder empujar la existencia de una persona hacia el futuro, aunque la meta que se propuso aun esté lejana y se haya perdido la perspectiva y el camino a seguir para encontrarla, en este punto se ha apoyado la psicología moderna para poder explicar el porqué de muchas conductas; también el amor se verá influido poderosamente por ella. El enamoramiento es una emoción llena de pasión y que durante la juventud es más fuerte pues con el pasar de los años esta disminuye por lo que mientras pasan los años y el tiempo pasa todo se desliza hacia el plano de los sentimientos, la ruta normal de la afectividad tras los momentos estelares, el tiempo y la madurez son los que hacen que se logre consolidar un amor estable, armonioso, rico y tejido de reciprocidad.

Aparte del tiempo también se deben observar otros factores como la vida privada porque en ella se encuentran varios tipos de registros que son los que miden la cantidad y calidad de afectividad

que hay, son como termómetros que permiten notar que es lo que sucede con los sentimientos y estos son:

- Intensidad y duración, la primera es la encargada de medir la fuerza expresiva interior, lo cualitativo y la segunda se refiere al tiempo que se ha transcurrido en la vivencia y esta define lo cuantitativo.
- Frecuencia, se refiere al número de veces que se da la vivencia.
- Respuesta, es la relación que hay entre el estímulo y la respuesta, es la reacción que se tiene después del estímulo, la cual puede ser calificada y también medida.
- Lenguaje verbal y no verbal, estas dos manifestaciones de la conducta son bastante interesantes porque se refieren a lo que se dice y expresa de forma hablada o por medio de los gestos faciales, las manos y el cuerpo.
- Aspectos cognitivos, la mente al igual que un ordenador registra información y la psicología cognitiva se encarga de estudiar cómo se procesan los datos que se reciben por medio del soporte físico y lógico, por lo tanto esta rama de la psicología estudia la atención, memoria, pensamiento, comprensión lógica, las fórmulas de razonamiento deductivo, inductivo y proporcional.

Cuando alguien se llega a enamorar y es por primera vez se puede llevar a cabo un seguimiento por el mapa sentimental por medio de la intensidad, la frecuencia o duración, la respuesta, el lenguaje verbal y no verbal y por último el aspecto cognitivo, de ahí es donde surge un trabajo bien definido que permite realizar un análisis global al hacer un cálculo de lo que va a suceder, sobre todo se dispone de más datos de la persona en cuestión.

1.1.4. Necesidad de afecto

Shinyashiki (2006) comenta que el afecto es esencial en la persona, un niño sin alimentos por más afecto que le den los padres no tendrá un desarrollo adecuado; los médicos y los padres siempre se han enfocado en que el niño reciba alimentos y este protegido ante el exterior, muchas veces los niños se enferman y por más que les den medicamentos y muchos tratamientos no mejoran, según estudios que se han hecho sobre los nefastos efectos de la falta de contacto físico en casos de tratamientos de enfermedades muestran que un niño sin cariño o contacto físico a pesar de cualquier tratamiento orgánico que se le haga es posible que no se cure porque la causa

puede ser el recibir poco cariño; los niños necesitan que les den afecto de diferentes formas debido a que los estímulos son tan importantes para la salud como lo son los alimentos.

Las caricias y el afecto son muy importantes para la persona porque se reciben desde que se nace y a pesar de ser adultos todos las necesitan así como una muestra de cariño, debido a que son un elemento esencial para el desarrollo del ser humano porque sin éste la persona puede presentar un atraso mental causado por la falta de afecto en la infancia, esto podría llevarla a encerrarse en su mundo y hasta se podría volver un psicótico.

Ningún niño o adulto soporta la indiferencia aunque a veces un beso es mejor que una palmada, pero la última es mejor que no recibir nada y algunas veces el niño al no encontrar afecto, para no tener que soportar eso puede llegar a adoptar ciertas conductas para llamar la atención hasta encontrar las que le funcionen, para recibir estímulos si al niño no le demuestran afecto cualquier cosa puede recibir como un pellizco, gritos e incluso desprecio, todos los anteriores son caricias negativas que podrían satisfacer la necesidad de atención aun produciendo dolor y sentimientos de rechazo; el tipo y la calidad de caricias que el niño reciba durante su desarrollo le da una idea primitiva de cómo debe actuar para ser aceptado o reconocido por los demás.

1.1.5. Afecto, combustible del comportamiento humano

Las conductas son inducidas por la necesidad de reconocimiento, algunas de manera inmediata y otras a largo plazo, en varias ocasiones una serie completa de acontecimientos es motivada por un simple gesto de atención; la vida de las personas se orienta para que pueda recibir del padre un abrazo que no logro recibir en su niñez sencillamente por el hecho de sentirse como un hijo y poder existir, carreras que podrían haber sido brillantes se desmoronaron no se cumplieron a falta de estímulos y en otras ocasiones las personas funcionan como burros que caminan por la motivación de ser alimentados, van sin detenerse y es común que no logren alimentarse, estas personas son de las que colocan un objetivo delante de ellas si poder lograr apreciar el placer de vivir.

El objetivo que las personas se trazan puede ser una situación en la que recibirá una tonelada de muestras de amor por haber obtenido lo que se había propuesto, en otras ocasiones no cumple con

dicho objetivo y no reciben cariño por el hecho de no haber alcanzado su ideal; En la vida es importante que se trate de buscar las caricias y el afecto que se necesita y que al mismo tiempo se disfrute lo más que se pueda el simple hecho de estar vivos.

1.1.6. Anatomía del amor afectivo

Powell (2009) comenta que todos saben el significado del amor, tanto los que aman como los que son amados, sin embargo es bueno hablar de forma concreta sobre su naturaleza; en teoría es una actitud básica en la que se tiene interés por la satisfacción, la seguridad y la evolución de la persona amada; en la práctica implica que el que ama está completamente dispuesto a renunciar a su conveniencia propia, a invertir tiempo e incluso hasta a arriesgar su propia seguridad por promover la satisfacción, seguridad y evolución del ser amado. Si se tiene una actitud básica de amor y se es capaz de transformarla en una acción entonces queda claro que si se ama; esta es una pequeña definición del amor afectivo porque su anatomía es complicada.

1.1.7. Emociones y afecto

Meyer (2007) explica que una emoción es un estado que se produce por impresiones en los sentidos, recuerdos o ideas que con mucha frecuencia se traducen a gestos, actitudes o algunas otras formas de expresión. Emocionable significa que se es emotivo o muy sensible a las emociones por eso una persona que es así es alguien que se deja llevar por las mismas y no por la razón.

Al hablar de las emociones también se debe mencionar que de las diferencias entre la sabiduría y la emoción son el tiempo en el que se expresan debido a que la sabiduría actúa en el momento adecuado y la emoción siempre quiere actuar, en cualquier momento, es increíble el daño tan grave que puede llegar a ocasionar en una relación un arranque emocional por el hecho de tener una sola explosión de ira. Es por eso que las emociones deben estar bajo control.

Hay que aprender que no importa la personalidad que se tenga, hay que ir proyectándose con ternura, dulzura, suavidad y demostrar afecto hacia uno mismo y hacia los demás; no importa lo que otra persona haya hecho o dejado de hacer, si ha afectado a alguien, se les debe de dar amor y muestras afectivas porque el que ha sido herido, hierde más el amor puede sanar y cambiarlos por

lo que no hay que dejarse llevar por las emociones, sino permitir que éstas lleven a actuar con compasión y comprensión para los necesitados.

Desde el momento en el que se nace es necesario empezar a recibir y dar afecto y seguir así hasta el día de la muerte; hay ocasiones en las que en lugar de que le den amor a la persona, recibe maltrato, si eso sucede por mucho tiempo al estar tan faltos de amor puede llegar a hacer que sea imposible mantener una relación sana, muchos llegan a desarrollar comportamiento adictivos por lo mismo, si no logran sentirse bien en su interior tratan de buscar esas emociones positivas de una forma externa y por ello la gente busca emociones positivas por medio de sexo, drogas, alcohol, tabaco, comida, dinero, poder, juego de azar y muchas otras adicciones, esto se debe a que buscan allí las emociones positivas carentes en el interior y en sus relaciones personales; si no se recibe el afecto que se necesita cuando se es niño o si se carece del mismo en la actualidad no es necesario que se viva sin afecto el resto de la vida, se debe dar amor y de la misma manera estar abierto a recibirlo.

1.2. Relación de pareja

1.2.1. Definición

Diaz-Loving y Rivera (2010) establecen que las relaciones interpersonales han sido por mucho tiempo, un tema importante en el área de la atracción, por lo que las relaciones se les puede concebir como una asociación característica entre dos o más personas que involucra una interacción y que puede tener varios fines, como lo sería un encuentro causal, una amistad o una relación amorosa, o bien como una serie de pasos que se dan a través del tiempo, así se determina y define el nivel de intimidad como también el acercamiento que perciben las personas involucradas.

La pareja tiene un modo característico de relación interpersonal, normalmente conlleva un proceso en la vida en el que se va a desarrollar una dependencia que se da con el tiempo, las vivencias y evoluciones compartidas, todo esto forma un ciclo por el cual nace y se desarrolla un vínculo entre ambos; también tiene un ciclo vital que está constituido por épocas consistentes en periodos que son de equilibrio y transición.

Ruiz (2009) explica que las relaciones con otros seres humanos son fundamentales en la vida de cada individuo, se logra amar a una persona, aceptarla tal y como es pero sin intentar cambiarla; cuando se tiene una relación de pareja surgen ciertas interrogantes como si es el adecuado pero se responden cuando se dan cuenta si ambos van en la misma dirección, si sus opiniones son compatibles y si están de acuerdo con sus valores emocionales, económicos, físicos y espirituales, es ahí cuando deciden tener una relación y esta se da cuando se elige a la persona que se considera adecuada por sus características físicas y emocionales, es allí donde se toma la decisión si se arriesga por el otro o no.

Un vínculo se distingue porque en él se invierte tiempo para mantenerlo, se acepta y se ama a la persona tal y como es; la interacción entre hombre y mujer es un arte, es difícil dominar un sueño cuando lo crean dos personas y no solo una, para que los dos sean felices cada uno debe ser responsable de lo que le corresponde. Una relación de pareja es una interacción entre dos individuos que se sienten atraídos uno por el otro y por lo mismo han optado por elegirse de forma mutua, debe ser basada en el respeto y en el amor de lo contrario lo más probable es que termine o sea conflictiva.

1.2.2. Origen de la pareja

Diaz-Loving y Rivera (2010) explican que el producto más importante de tener citas con posibles compañeros amorosos es la elección de una relación permanente, este proceso se da por medio de una serie de filtros, el primero en una pareja es el más visible y es que tenga una apariencia que para el otro resulta aceptable y bastante atractiva; si la interacción sigue en la etapa de conocerse mejor entonces podrán ver si son lo suficientemente compatibles tanto en antecedentes, intereses y valores, también tienen que notar si se complementan en las ideas que tiene cada uno acerca de los roles sexuales y otros aspectos de interacción social, a pesar de ello hay personas siguen una secuencia, algunas parejas se enamoran a pesar de haber tenido fracaso en los filtros mencionados anteriormente y por ello se han puesto reglas en esa fase y algunas de ellas son llamar a la persona por su nombre de pila, respetar la privacidad del otro, mostrar que existe confianza, no criticar en público, ser puntual y muchos más porque en esta fase son esenciales las muestras de afecto.

Conforme la pareja pasa de tener citas casuales a citas serias, posteriormente sigue el compromiso y es ahí donde se da un aumento en el amor, también se da incremento en la negatividad y el conflicto, cuando esto sucede se nota cómo se eleva la frecuencia del mismo y esto viene acompañado de reglas que son para ayudar a regular el conflicto, sin embargo, las habilidades del cortejo no están completamente cubiertas por las reglas.

La relación comienza cuando dos personas deciden unirse y crear un nuevo sistema; el vivir juntos es la organización de un método de aprendizaje para ambos y por medio de intentos y fracasos aprenderán a convivir uno con el otro; cuando se conforma un vínculo entre ambos es muy importante darle atención a las expectativas que tienen entre sí y también al resultado que se tiene de la relación en la comunicación, apoyo, entendimiento sexual y cooperación. Los retos de este nuevo sistema que ha creado la pareja se refieren a que tendrán que establecer identidades y temas, definir límites claros, mantener el hogar y lograr tener un clima emocional, dichos retos los tendrán que aprender a enfrentar de forma dual; además de la familia de origen de cada uno de los miembros, también intervienen otros factores como lo son la escolaridad, las características personales y la cultura.

1.2.3. Fases en la relación de pareja

Hay varias fases que se dan a lo largo de una relación y estas son:

- **Extraños:** Cuando son dos individuos que no se conocen el uno al otro, no saben cuáles son sus características, no hay estimulación ni reacción psicológica, emocional o fisiológica frente al otro, en otras palabras es un desconocimiento mutuo total.
- **Amistad:** Es cuando las dos personas se empiezan a conocer más y se forman una impresión positiva mutua, cada uno con la total disposición de empezar con una comunicación más profunda. Esta etapa es amistosa, placentera y disfrutable.
- **Atracción:** Esto sucede cuando un individuo es excitado por la presencia de la otra persona, puede que la atracción se haga consciente, ésta se da debido a la apariencia física, la personalidad o por intereses comunes; en esta etapa la relación suele ser temporal. Es posible que la otra persona llegue a percibir el estado emocional de su pareja y que la respuesta de ella

sea nula o que también pueda ser recíproca; la principal característica de este estado emocional es la proyección idealista del amor, que normalmente es llamada enamoramiento.

- Romance: En esta etapa se da un involucramiento emocional que es recíproco y suele ser espontáneo, nace de cada uno, los dos individuos se identifican mutuamente e interactúan por varios medios de comunicación; en esta etapa hay manifestaciones conductuales como los besos, conducta sexual, intimidad, exclusión de otros y absorción. En el romance se da el pico de la comunicación física y emocional.
- Compromiso: Esta etapa es la continuación del romance y es la conformación de un vínculo a largo plazo, como el matrimonio; el adquirir un compromiso en la relación incluye un intercambio de derechos y responsabilidades de parte de los dos miembros. La característica que distingue esta etapa es la implicación de la longevidad, en contraste con la naturaleza temporal de la etapa de romance; la pareja espera que el amor llene la idealización mutua como una unión funcional; es normal que hayan conflictos en esta etapa de la relación especialmente si el conflicto es por la tolerancia de los individuos; la longevidad del compromiso varía mucho porque se basa en normas que la sociedad establece, historia familiar y expectativas de la pareja.
- Conflicto: Una vez que se ha llegado al compromiso hay varias circunstancias en las interacciones diarias que pueden guiar o cambiar el énfasis de similitudes a diferencia; conforme se notan más dichas diferencias pueden determinar problemas de adaptación de ambos; el conflicto se da cuando un miembro de la pareja o los dos comienzan a notar muchas diferencias pequeñas que forman barreras para continuar con la relación.
- Disolución del amor: En esta etapa se da el decaimiento del vínculo amoroso que se ha establecido en el compromiso; muchas causas van a determinar si hay abandono del amor estas incluyen las infidelidades, conflictos y nuevas orientaciones de vida. Emociones positivas como orgullo, deseo, curiosidad, frustración, miedo e indiferencia, hay distancia y un sentimiento de vacío.

- Separación y divorcio: La disolución de la relación es muy frecuente y representa la unificación de compromiso previo, aunque la decisión de haberse unido y tener una relación haya sido válido y sincero en algún momento, desde el ámbito legal y físico la separación y el divorcio terminan de manera oficial la relación entre dos personas; la disolución del amor y el divorcio no siempre ocurren de forma simultánea.

En cualquiera de las fases anteriormente mencionadas, puede haber un bloqueo o se puede saltar alguna, esto puede llevar a la pareja a tener conflictos y dañar la relación.

1.2.4. La evolución de la pareja

La pareja incluye una evolución en el tiempo y la misma debe concebirse desde un punto de vista funcional, como un conjunto que va por fases.

La evolución que se da en la pareja conforme pasa el tiempo de la siguiente manera:

- Primeras fases: En todo el mundo la elección de la pareja se da en la conciencia antes de cualquier razonamiento, reflexión crítica o cálculo; en estas primeras fases el deseo se centra en los rasgos o en la apariencia de la otra persona; la seducción y el encantamiento se dan por la influencia mágica o misteriosa de los deseos que suelen ser imprevistos y surgen desde la parte externa del sujeto. Sin que se den cuenta de forma súbita a través de un flechazo o de una forma más lenta el deseo es ratificado por las instancias conscientes, se puede dar una relación de pareja, una vez haya reciprocidad en los sentimientos de los dos; los lazos que se tienen se multiplican y se hace más fuertes lo que hace que tengan una unión especial que confirma su colectividad.
- Las reacciones pre críticas: Estas reacciones se dan en un periodo variable; hay un tipo de apego al pasado, que se da por el carácter de su recuerdo, esto puede hacer que la pareja pueda demorar en adaptarse a las fases nuevas de su existencia y en ocasiones la necesidad de una renovación puede aparecer demasiado tarde, en este periodo el fenómeno más importante es que la pareja se comporta de forma colectiva e inconsciente, como si tratara de organizar un tipo de defensa y así poder ocultar o rehuir la falla de la que se siente amenazada entonces esto lo hace como para neutralizar sus efectos. En este periodo de tiempo cada uno de los

integrantes de la pareja trata de evitar la pérdida de todos los beneficios obtenidos en la instauración de la relación amorosa, de esta forma la pareja hace más fuertes los diferentes tipos de colusión entre los dos integrantes. Sin lugar a duda es después de la luna de miel y antes de que aparezcan los procesos de las verdaderas crisis cuando estos fenómenos se vuelven más intensos, este periodo ayuda a la pareja porque les da grandes posibilidades de identificación mutua que vienen a reforzar la consistencia de su yo de una forma simbiótica.

- Crisis y evolución postcrítica: En la crisis vuelven a aparecer las manifestaciones de agresividad entre los integrantes de la pareja, que en la luna de miel se habían reducido. Se pueden dar tres posibilidades evolutivas que son la agresividad mutua que pueden causar una posible separación de las parejas, organización de reacciones postcríticas en donde los miembros de la pareja como que quisieran apartar todo lo que sea causa de un posible conflicto entre ellos, al hacer esto para proteger la relación puede que la limiten demasiado del exterior lo que llevaría a un alto riesgo de limitar su propia expansión personal; por último la reorganización de nuevos vínculos que luego del sufrimiento y el trabajo de duelo que se dio durante la etapa de crisis, se da un nuevo aprendizaje en las relaciones que fomenta una mejor comunicación entre la pareja lo cual hace que tengan más fácilmente objetivos comunes, por medio de la crisis mejoran en muchas áreas, esto hace que se fortalezca su vínculo amoroso.
- Luna de miel y simbiosis: Uno de los factores más importantes en esta fase es la anulación, cada miembro de la pareja disminuye la agresividad hacia el otro, en esta fase la pareja se acepta tal y como es, se perdona y hasta se puede ignorar el defecto del otro; se tiene una visión, la cual logra hasta cierto punto que se niegue la realidad, esta exclusión de la agresividad se considera que da todo tipo de satisfacciones. La pareja esta fusionada, esto hace que los dos se separen del mundo; en la fase de luna de miel se empieza a tomar conciencia del proceso de equipo, un tipo de sentimiento de poder pertenecer al grupo que surge.
- Crisis de la pareja, decepción, falla y relación de objeto: La crisis es un proceso dinámico, necesario, importante pero no es obligatorio para que haya una ruptura de la relación, muchas veces puede ser un motivo para que la pareja reestructure su funcionamiento propio. La crisis empieza con una decepción que experimenta el sujeto frente a una falla de su pareja, entonces

se da cuando no cumple los deseos del sujeto, defraudó la expectativa del sujeto; aun cuando no haya un cambio en la actitud de la pareja en la imagen interiorizada parece fallar dicha actitud y es sentida como insatisfactoria con respecto a la expectativa del sujeto que deseaba.

1.2.5. Relaciones sustentables

Diaz-Loving y Rivera (2010) comentan que la relación de pareja puede ser de desarrollo y satisfacción pero, para ello se debe construir de forma positiva lo que puede llegar a ser complejo y a veces inalcanzable; para lograr entender la relación de pareja es importante considerar que los seres humanos las necesidades de apego, cuidado, afecto, interdependencia, cariño, amor y compañía son fundamentales, también se consideran condiciones genéticamente básicas y que determinan la sobrevivencia de la especie.

Lo que se vive en la infancia, tanto el apego como las relaciones que se tienen al transpolar esas experiencias tempranas a las relaciones que se tienen con la pareja se halla claramente que los estilos influyen directamente en la aparición de conductas de intimidad y cercanía, todas las muestras de afecto, apoyo y solidaridad. Para promover conductas que sean congruentes con la construcción de las relaciones interpersonales sanas es claro que el apego seguro que tiene la persona es un recurso de las conductas que están vinculadas al bienestar y la armonía en la relación.

También juega un papel muy importante la sociedad y la cultura ya que estas crean normas y fijan reglas las cuales incluyen los roles a desempeñar y que aspectos debe cumplir la relación y dentro de los componentes socioculturales se encuentran las reglas para la iniciación apropiada, interacción, mantenimiento y posible ruptura de la relación, a esas normas las llaman premisas socioculturales de la conducta.

Por otro lado se toman las características personales de los miembros de la pareja que son de suma importancia en la interacción de los mismos; las características individuales serian la personalidad, valores, patrones de atribución, actitudes y capacidades; los rasgos importantes en la relación son el control, la autoestima, la autorrealización y la defensivita. Otro componente esencial en cualquier relación es la comunicación y se da en varios niveles, se puede dar de forma

verbal y no verbal; hay varios estilos de comunicación, los positivos son cuando se expresan de manera sincera, clara y directa, un estilo constructivo donde la persona trata de entender al otro de forma educada y accesible y un estilo romántico que es cuando la persona es amable, afectiva y cariñosa.

En las relaciones tiene que haber interacción a lo largo del tiempo. Las etapas psicológicas de cercanía-lejanía da contexto al establecimiento, mantenimiento, desarrollo y disolución de la pareja, cada etapa define el tipo de relación que hay, el patrón de esta etapa permite establecer y categorizar el tipo de relación e información que los miembros de la pareja procesan el uno del otro desde como la perciben hasta como la interpretan, va a depender del grado en que se encuentra la relación de ambos en dicha fase psicológica, cada uno va a evaluar tanto a la otra persona como el estímulo en el que se presenta.

En este patrón se dan varias fases en las que pasa la pareja que son desde que son extraños, conocidos, amigos, se atraen, empieza el romance, la pasión, el compromiso, mantenimiento, puede surgir un conflicto, alejamiento, desamor, separación y por último se puede llegar al olvido, en cada una de esas fases puede haber un bloqueo o estancamiento, puede que no lleguen o no pasen por alguna de las fases o simplemente la superen.

Es importante que cada miembro de la pareja evalúe que acción es posible y cual es conveniente, en esta etapa los individuos remiten a sus estilos y hábitos conductuales como un tipo de guía para evaluar sus actitudes actuales y como precursores de las acciones futuras. El comportamiento promueve el inicio y el mantenimiento de las relaciones interpersonales, así como los problemas que se puedan dar y la disolución de los mismos.

1.2.6. Vicisitudes en la conformación e integración en la pareja

Se origina una pareja cuando dos personas deciden unirse y desde ese momento crean un nuevo sistema en el que se darán conflictos y adversidades que juntos tendrán que superar para sostener el hogar y encontrar un clima emocional, así mismo deberán de plantear expectativas mutuas, entendimiento sexual y entendimiento de temas.

El primer factor es la familia de origen, juega un papel muy importante, debido a que si los individuos creen que su grupo primario es funcional y en realidad no lo es entonces ellos empiezan a incorporar en la relación ciertos elementos de su familia de origen lo cual puede llegar a dañar la relación; un segundo factor que influye en la pareja es la escolaridad porque cuando el nivel de los dos es similar suelen tener menos conflicto; el tercer factor es la cultura, interviene de forma directa en la conformación de la pareja, ya que es la que media en el establecimiento de los primeros contratos en los que se juegan una serie de hechos y experiencias que distinguirán y marcarán la relación, la cultura marca mucho como se les ha enseñado a construir las relaciones íntimas a hombre y mujeres; otro factor son las características personales, donde es importante resaltar que el apego que tenga la persona será esencial; la conceptualización de la relación es la idea que se tiene de la misma viéndola desde diferentes puntos de vista y culturas que con el pasar del tiempo han cambiado.

La comunicación y la intimidad son de suma importancia, la primera define la relación debido a que crea conductas además que ayudara a solucionar los conflictos que se vayan dando debido a que es el medio por el cual se transmite la información; otro elemento es la intimidad la cual le facilita a la pareja el manifestar los pensamientos, deseos y sentimientos para tener una relación a largo plazo y esta se da de una forma más sencilla si se tiene una buena comunicación pues estos dos elementos van de la mano. El conflicto se da por lo general debido a que se tienen problemas con los dos factores mencionados anteriormente y también cuando aparecen problemas en la relación por la incompatibilidad de las actividades de los individuos esto puede ser de padres e hijos, entre hermanos y cónyuges, se dará por la acumulación de tensiones lo cual genera una crisis que conduce a la aparición de ciertos síntomas, otro factor de riesgo es la depresión, esta emoción se da muchas veces a causa de desacuerdos maritales o si una persona tiene depresión una mala relación conyugal puede llegar a precipitar la sintomatología.

1.2.7. La amistad en la pareja

Riso (2005) comenta que según estudios en los últimos años se le ha dado mucha importancia al amor romántico, es un acto muy trabajado, construido y ejecutado día a día (philia) entonces depende de la voluntad y no de un sentimiento, philia es el afecto declarado demostrado en el vínculo que se tiene y por eso lo que se hace es lo que define la amistad que se tiene, se es amigo

cuando se comporta como tal, no basta solo con sentirlo, se aprende y se hace conforme pasa el tiempo, porque no solo se hace el amor sino que también se hace la interacción de forma afectiva. La interacción amorosa es tan interesante en si misma que no existe algún lenguaje especial para poder explicar cómo se conforma y se crea; una pareja que está regulada por philia hace el vínculo en su vida, esto le da alegría por saber que la persona amada ronda en su vida ya que es un amor reciproco; philia es el amor de amistad el que hace sentir a los miembros de la pareja con tranquilidad y aceptados por el otro de una forma incondicional a pesar de sus defectos.

Una buena relación amorosa es cuando el sujeto goza de su ser amado sin angustia alguna, cuando la alegría de uno le alegra al otro, se siente complacido al ver feliz a su pareja; el amor compañero es el cariño que se siente por los individuos que están en la vida de cada uno y que están profundamente entrelazados con ellos, es el resultado de varios componentes como la intimidad y la decisión-compromiso del amor, es una relación amistosa, comprometida de larga duración, se da en los matrimonios en los cuales la atracción física que es una fuente importante de la pasión ha disminuido, no se trata de eliminar la pasión del compromiso sino de integrarlos para tener un amor más unificado y completo.

Una comunidad es una asociación que se da entre dos o más individuos que comparten intereses y participan en acciones en común, por lo que la amistad amorosa es como una comunidad afectiva en la que los dos se desean. La pareja puede decir que no solo es su amor, aunque es lógico porque se aman pero también se es alguien más importante, más cercano, más philico, es su compañero o compañera de vida, sueños y metas.

1.2.8. Factores que definen una buena amistad de pareja

Un buen matrimonio está basado en la amistad, porque en las relaciones sanas los individuos son amigos, se considera que la interacción es una dimensión más del amor que enriquece la relación afectiva entre los individuos entonces se intenta mantenerla y fomentarla, esta parte es la positiva del philia porque se puede regular y orientar según sea la voluntad del individuo, por lo que esto depende en gran parte de la persona y no de lo externo. La amistad no va a llegar de afuera sino que el sujeto mismo es el que la va a promover o destruir; la mejor forma de poder entender el

funcionamiento de filia y mejorar su desarrollo es conocer cuáles son sus elementos básicos y a partir de allí crear un enfoque que permita reconocer las fortalezas y debilidades de la pareja.

Los componentes de la filia amorosa que se mencionan a continuación son los que coinciden entre la psicología y la filosofía. Son cinco, semejanza, proximidad, recompensa mutua, equidad/justicia y confianza. Cuando la pareja alcance un nivel adecuado en el funcionamiento de esos cinco elementos es cuando estarán aproximados de una forma positiva a la anhelada amistad amorosa. El apego que produce la filia es psicológico, cognitivo y orientado a buscar la confianza y seguridad, no solo para conservar el placer.

1.2.9. Elementos de la relación de pareja

Llanos (2006) explica que en la pareja se pueden dar varios elementos como son la dependencia, independencia e interdependencia; cuando ambos son dependientes existe la necesidad excesiva de que alguien los quiera o los valore, se sienten como individuos incompletos y esto daña la relación; los independientes se desarrollan cuando los miembros de la pareja se consideran una persona completa y en la relación no ganan nada pero tampoco pierden algo, porque saben que no necesitan de absolutamente nadie, no están dispuestos a ponerse de acuerdo, tienen miedo a perder su libertad y por lo mismo eluden todo eso que huele a compromiso; y por último la pareja interdependiente es la que sabe que son personas completas pero que juntos son uno solo, los dos tienen su propia identidad, tienen sus propias responsabilidades y tienen un espacio en común que es un nosotros, este espacio está formado por pasión, intimidad y compromiso; es necesario que los integrantes estén comprometidos con la relación y cooperen con la misma, al participar y compartir el uno con el otro de manera que interactúen de forma positiva para llegar a tener un amor maduro.

Smalley (2008) comenta que otro elemento que se da en la relación es el no distinguir entre el temperamento femenino y masculino por lo que habría posibilidad de que cause problemas en la pareja que en un futuro podrían hacer que esta se desintegrara, por ejemplo el hombre toma dos de las cualidades más maravillosas de la mujer como debilidades, las cuales son la sensibilidad y el conocimiento intuitivo de la vida, posiblemente por no estar consciente de las diferencias que se dan en el ámbito emocional y mental entre hombres y mujeres porque estas pueden ser un

obstáculo en la relación a tal punto que sea insuperable lo cual daña la relación, sin embargo si se logra comprender, reconocer y apreciar dichas diferencias lo más probable es que la relación se fortalezca y sea más satisfactoria. Las mujeres suelen tener habilidades intuitivas para desarrollar buenas relaciones, por supuesto los hombres necesitan ayuda para crear y mantener lazos por lo que la mujer puede hacer que ellos escuchen y reciban de esa ayuda siempre y cuando se haga de la manera correcta.

Ambos miembros en la pareja deben colaborar en la relación, es más fácil que la mujer cumpla con su responsabilidad en una relación dándole entusiasmo y dedicándose a ella, porque normalmente ellas son las más interesadas en mantener una buena relación conyugal con sus esposos; cuando un miembro de la pareja ve mejoría en el otro es más fácil que el otro se motive para tomar nuevas actitudes positivas, muchas veces estos cambios ayudan a mejorar la relación debido a que muchas parejas se casan antes de conocer completamente a su cónyuge y no saben cómo satisfacer sus necesidades emocionales físicas y mentales del mismo, el resultado de esto es que la pareja termine con muchos conflictos y pueda llegar a separarse. Muchas veces el hombre no sabe qué cosas que él considera triviales para su esposa no lo son, incluso no nota en lo absoluto en temperamento sensible de su esposa, es común que no comprendan los ciclos físicos de una mujer o los cambios hormonales por los que ella pasa, también las mujeres a veces no comprenden que para un hombre la admiración es como para ellas el romanticismo por lo que es obvio que para tener una buena relación es necesario que se conozcan mutuamente y así poder construir y mantener una relación funcional.

Cuando no se satisfacen las necesidades básicas de la persona suelen suceder dos cosas, o se huye o se pelea; es frecuente que la mujer huya para escapar de los problemas pero si decide pelear puede convertirse en un ser que no atrae a su esposo de ninguna manera por lo que es esencial y un elemento muy importante que en la relación tanto el hombre como la mujer se concentre en satisfacer las necesidades uno del otro lo que hará que interactúen de una mejor manera.

En conclusión el afecto es una necesidad básica del ser humano, desde que nace ya que éste forma parte del desarrollo de la persona y ayuda a que tenga una salud mental y emocional sana; son muchos los factores que influyen en la interacción de la pareja y hay elementos que son

fundamentales en el funcionamiento de la misma, como lo es el afecto ya que es importante según los autores porque éste ayuda a mantenerla sana y estable, en la que los dos individuos se hacen responsables de una buena interacción y de satisfacer las necesidades de su pareja ya que se ha comprobado que el amor es esencial y que las muestras de afecto ayudan a que esta se mantenga equilibrada, esto es fundamental para que sea duradera, sana y funcional debido a que en la actualidad el no demostrarle a la pareja con gestos o caricias el amor que se le tiene puede llegar a causar problemas debido a que las muestras de afecto son como un combustible para la interacción de ambos.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La presencia del afecto en la relación de pareja es de suma importancia a nivel global, la falta del mismo puede llevar a la desintegración en la pareja lo cual es muy común en la actualidad a pesar de que hay otros factores que influyen en dicha separación; las muestras de cariño juegan un papel importante en la relación de pareja, ya que es el vínculo que sostiene a la pareja y que se puede deteriorar con el pasar de los años, si se debilita el mismo, la relación se puede ver afectada ya que aunque a veces no lo note ninguno de los dos pero las muestras de amor ayudan a nutrir la relación y a mantenerla estable, ya que algún miembro de la pareja al sentirse amado se siente más cómodo con su ser querido lo cual hace que la interacción sea positiva y es muy probable que esto haga que la relación sea mucho más duradera y funcional.

En Guatemala cada vez es más común la desintegración de la pareja, regularmente se le atribuye a muchos factores externos, sin embargo pocas veces se busca la causa interna de la separación, al analizarlo detenidamente se ha concluido a que en su mayoría esto se debe a la falta de caricias físicas y emocionales debido a que uno o ambos miembros de la pareja no demuestra amor hacia su cónyuge lo cual llega a deteriorar la relación poco a poco hasta llegar a causar daños.

En Quetzaltenango, las parejas tienden a separarse con frecuencia y en la escuela de padres de la iglesia La Merced no es la excepción, por lo que fue importante hacer el estudio para brindar conocimiento de la importancia del afecto en la relación y así evitar que lleguen a cometer errores en la interacción de la pareja lo cual los puede llevar a la separación.

La expresión de amor en la relación de pareja es un tema a tratar de su suma importancia en el campo psicológico debido a que este es el encargado de observar los cambios mentales y emocionales que se dan en la persona y por ende los resultados que tienen en las relaciones de la misma. Por lo mencionado con anterioridad cabe preguntarse:

¿Cuál es la correlación entre el nivel de afecto y la relación de pareja?

2.1. Objetivos

2.1.1 Objetivo general

Evaluar la correlación entre el nivel de afecto y la relación de pareja.

2.1.2 Objetivos específicos

Identificar el nivel de afecto activo y pasivo que presentan las personas involucradas en el estudio, aplicando la prueba I.C.A.

Evaluar el desenvolvimiento de la relación de pareja a través de una entrevista tipo cuestionario

Analizar la correspondencia que se presenta entre el nivel de afecto y la relación de pareja.

2.2 Variables o elementos de estudio

Afecto

Relación de pareja

2.3 Definición de variables

2.3.1 Definición conceptual de las variables o elementos de estudio

Afecto

Rojas (2008) comenta que el afecto es una experiencia personal, que el individuo vive, no es algo que le haya contado o de lo que se le brindó información por medio de terceras personas, es un sentimiento en el cual el principal protagonista es él mismo; el contenido de la vivencia de este sentimiento es un estado de ánimo que se expresara a través de sus principales expresiones afectivas como lo son las emociones, sentimientos, pasiones y motivaciones, esas cuatro manifestaciones internas engloban las formas de experimentar la afectividad debido a que la misma es la forma de cómo ha sido afectada la persona en su interior por las circunstancias que se han ido produciendo en su alrededor.

Relación de pareja

Diaz-Loving y Rivera (2010) establecen que las relaciones interpersonales han sido por mucho tiempo un tema importante en el área de la atracción, por lo que las relaciones se conciben como una asociación característica entre dos o más personas que involucre una interacción y que tiene varios fines, como un encuentro causal, una amistad o una relación amorosa, o bien como una serie de pasos que se dan a través del tiempo, así se determina el nivel de intimidad y acercamiento que perciben las personas involucradas.

2.3.2 Definición operacional de las variables o elementos de estudio

El afecto se operacionalizó a través del cuestionario I.C.A (inclusión, control y afecto) de Vargas, sin embargo únicamente se utilizó la variable de afecto por ser este el objeto de estudio, la administración puede ser individual o colectiva; la edad de los individuos no debe ser inferior al desarrollo esencial de la personalidad, no se le debe administrar a niños, el tiempo de duración es corto debido a que son pocas preguntas y cortas.

La relación de pareja se operacionalizó a través de un cuestionario el cual fue elaborado por el investigador y fue aprobado por tres profesionales de la psicología, la administración fue colectiva, el tiempo de duración es corto porque son preguntas directas y concisas.

2.4 Alcances y limites

Con la investigación se pretendió identificar la correlación de afecto y relación de pareja con 80 personas comprendidos entre 18 y 70 años de edad, asisten a la escuela de padres de Iglesia La Merced de la ciudad de Quetzaltenango, en base a la prueba I.C.A. y de un cuestionario elaborado por el investigador, para después establecer datos estadísticos que describen cuantitativamente las dos variables. No se encontraron limitaciones para la realización de la investigación.

2.5 Aporte

La investigación es un aporte significativo debido a que no hay muchos estudios sobre el tema en Guatemala, es de utilidad porque se da a conocer cómo influye el afecto en las relaciones y como este beneficia a la misma ya que la falta de afecto puede llegar a hacerle daño a la persona y por

ende afectar a la sociedad en general. En Quetzaltenango la investigación ayuda a conocer como se da el afecto en las relaciones y el papel que este juega; en la escuela de padres de Iglesia la Merced facilita información para conocer como es el afecto en las pareja, como fomentarlo, así como informar de los beneficios que le da a la relación, es un aporte muy útil para la Universidad Rafael Landívar para enriquecer la información, a la facultad de humanidades para brindar conocimientos sobre el área afectiva y conyugal de forma más específica, a los estudiantes de psicología para que comprendan de mejor forma la importancia del tema y como este juega un papel importante en la interacción de los individuos, a los profesionales para que al entender como estos factores influyen en la relación puedan dar tratamientos efectivos, a las parejas para evaluar y comprender ciertas situaciones y para futuras investigaciones.

III. MÉTODO

3.1. Sujetos

El estudio se realizó con un grupo de parejas que tienen entre 18 y 70 años de edad, son de condición económica media, practican la religión católica y viven en el área urbana, asisten al grupo de padres de familia de Iglesia La Merced de Quetzaltenango donde reciben orientación y charlas motivacionales, las parejas antes mencionadas representan el universo que son 80 personas las cuales constituyen el 100% de la población.

3.2. Instrumentos

El instrumento que se utilizó fue la prueba estandarizada I.C.A. la cual pretende investigar tres dimensiones tendenciales de la personalidad, muy importantes dentro de la convivencia social de los grupos humanos. La prueba se obtuvo por el Ing. Xavier Vargas Beal en un curso el cual impartió en diciembre de 1979. Los factores que mide son dimensiones concretas de tipo tendencial y habitual: Inclusión, control y afecto sin embargo únicamente se utilizara la variable de afecto por ser este el objeto de estudio. La aplicación del mismo puede ser individual o grupal, cualquier tiempo es bueno para la administración y el protocolo esta acomodado para ambos sexo.

Para la corrección se debe aplicar la clave a cada parte del cuestionario, haciendo que los números de la parrilla coincidan con los del protocolo, se deben comparar las respuestas de la persona en cada pregunta con los números puntuables señalados en cada pregunta, al final deben aparecer señaladas con siglas solo las respuestas puntuables, quedando las demás sin ninguna señal, terminando la corrección se hace un recuento por cada uno de los seis factores dando un punto por respuesta puntuable, los seis recuentos, factor por factor se colocan en el cuadro de la tercera página del protocolo. La evaluación de los resultados se puede hacer de dos formas que no se excluyen una a otra, puede ser en función de la personalidad del cuestionado o en función de otra persona o de un grupo de personas.

La relación de pareja se evaluó a través de un cuestionario el cual fue elaborado por el investigador y fue aprobado por tres profesionales de la psicología, la administración fue

colectiva, el tiempo de duración es corto porque son preguntas cortas y concisas, fue adaptado para las edades y condiciones de los individuos.

3.3 Procedimiento

- Selección de tres posibles temas de acuerdo a los intereses del investigador.
- Elaboración y entrega de la propuesta de los tres temas a través de tres.
- Aprobación del tema a investigar y realización del perfil de la investigación.
- Realización de una investigación bibliográfica de antecedentes mediante diversos medios como revistas, boletines, tesis, entre otros.
- Elaboración del índice por medio de las dos variables de estudio.
- Realización del marco teórico a través de la lectura de libros físicos o virtuales.
- Planteamiento del problema enfocado según los estudios del marco teórico y el problema observado.
- Elaboración del método por medio del proceso estadístico.
- Introducción en la que se describe de forma general la investigación y se introduce al tema específico.
- Elaboración del índice en el que se describe el contenido del documento.
- Aplicación de instrumentos por lo que se asiste a la Escuela de padres de familia de Iglesia la Merced.
- Interpretación de resultados lo cual se hace después de la aplicación de los instrumentos.
- Discusión de resultados, conclusiones y recomendaciones, se presenta la confrontación de los resultados y la información que se ha recabado sobre el tema estudiado, también las conclusiones que se han obtenido y las recomendaciones que se han planteado generadas por el trabajo.
- Elaboración de la propuesta la cual consiste en redactar un plan el cual se presenta a la Escuela de padres para determinar la correlación entre el afecto y la relación de pareja de los individuos.
- Referencias bibliográficas, según lineamientos de las normas APA.

3.4. Tipo de investigación, diseño y metodología

Achaerandio (2010) establece que la investigación descriptiva es la que estudia, interpreta y refiere lo que aparece, o sea, los fenómenos y lo que es, relaciones, correlaciones, estructuras, variables independientes y dependientes. Por lo mismo en el estudio sobre Afecto y relación de pareja que se realizó en la Escuela de padres de la Iglesia La Merced de la cabecera departamental de Quetzaltenango, se aplicó dicho diseño de investigación.

Morales (2012) expone que para dicha investigación es necesario obtener los análisis descriptivos que son las medidas básicas y la tabulación de frecuencias.

Las medidas básicas

- Los análisis descriptivos son varios, lo que se hace comúnmente es calcular cada ítem o pregunta la media y la desviación típica que son dos medidas básicas y necesarias para otros análisis. Se pueden considerar análisis imprescindibles y se pueden calcular fácilmente en Excel.

En Excel hay dos desviaciones típicas, $desvest$ y $desvestp$, en $desvest$ el denominador es $N-1$ (desviación típica estimada en la población) y en $desvestp$ el denominador de la fórmula es N (desviación típica de la muestra). Habitualmente se calcula $desvest$ porque es la que piden en los programas de internet, en caso de duda se calcula las dos desviaciones y se quedan con la mayor. Con muchos sujetos y redondeando decimales los resultados son bastante similares.

También se puede poner el resto de la estadística descriptiva que da Excel (media, moda, puntuación más alta y más baja, etc.) pero solamente si se ve conveniente y se va a interpretar de alguna manera, no siempre es útil.

- Si se tienen dos grupos o más el grupo de pertenencia estará indicado con un número en la columna que corresponda. Si como es habitual se desean después los datos descriptivos de cada grupo.

En el fichero de Excel se ordenan los sujetos según el grupo de pertenencia, entre grupo y grupo se insertan tres filas para poner allí los cálculos, se calcula debajo de cada grupo el número de

sujetos, la media y la desviación típica de cada grupo en cada variable, se ponen estos datos en una tabla previamente preparada en un documento de Word. Lo que no es aconsejable es copiarlos sin más los resultados de Excel en un documento sin arreglarlos.

En el encabezado de la columna aparecen resumidos los ítems, la tabla deberá estar preparada para poner los resultados del total de la muestra de cada una de las dos variables.

En las medias y desviaciones típicas es suficiente dejar dos decimales (en Excel formato – celdas – numero).

Si al investigador lo parece oportuno puede hacer una selección de la estadística descriptiva en Excel: herramientas – análisis de datos – estadística descriptiva – agrupado por columnas – rótulos en la primera fila – resumen de estadísticas.

Se sabe que la mediana divide al grupo en dos mitades iguales y que la moda es donde hay un número mayor de respuestas, en cuestionarios puede ser útil alguna información de ese tipo.

Distribución de frecuencias

La información más objetiva y fácil de entender es una distribución de frecuencias, cuantos sujetos han escogido cada respuesta, estos porcentajes se entienden sin problema y en cuestionarios de evaluación puede ser una información descriptiva suficiente, sin tener que hacer más cálculos. También se puede añadir otra columna con la media y la desviación típica, o se pone esta información junto al enuncia del ítem.

Análisis correlacionales

Los análisis correlacionales son sencillos, se interpretan con facilidad y se pueden hacer muy bien en Excel. El coeficiente de correlación expresa en qué medida dos variables van juntas: si la correlación es positiva, a más de una variable, más de la otra y si es negativa a más de una variable, menos de la otra; obviamente para detectar relaciones tiene que haber diferencias en las dos variables.

El coeficiente de correlación podemos calcularlo cuando las dos variables son: continuas, dicotómicas o una continua. Si las dos variables son dicotómicas hay otros coeficientes pero a la hora de calcularlo los resultados y la interpretación son los mismos. Las correlaciones entre las variables se calculan en Excel: herramientas – análisis de datos – coeficiente de correlación; se señalan agrupadas por columnas y con rótulos en la primera fila. Si se tienen columnas o filas que no interesan, se eliminan en Excel antes o mejor después de calcular las correlaciones

En Excel puede ser conveniente hacer una copia si se van a manipular los datos. Excel da muchos decimales, lo primero que se hace es reducirlos a tres decimales o los que se deseen para que sean suficientes en los coeficientes de correlación esto se hace así: formato – celdas – número y sustituyendo las comas por puntos. Si la matriz de correlaciones es muy grande y no queda bien o es complicado copiarla se puede reducir de tamaño en Excel: formato – columnas – ancho; también cabe el hacer más de una tabla para distintos grupos de ítems. En la misma tabla conviene indicar el número de sujetos aunque ya esté puesto en otro lugar.

Coeficientes de correlación estadísticamente significativos

Antes de interpretar estos coeficientes se tiene que determinar cuáles son estadísticamente significativos, es decir, los que no se explican por mero azar y reflejan por lo tanto, una relación que se considera verdadera, independientemente de que sea grande o pequeña. Esto depende de del número de sujetos; con cinco sujetos una correlación de .70 puede ser una casualidad y con 100 sujetos una correlación de .25 es muy improbable que se explique por azar. Cuál es el valor mínimo de un coeficiente de correlación para descartar el azar como explicación, se pueden encontrar en las tablas que vienen en muchos textos pero lo más proactivo es acudir a este programa de internet The Chinese University of Hong Kong, Department of Obstetrics and Gynaecology.

Es sencillo orientarse en este programa (statistics tool box – statistical tests – correlation – minimum r to be significant)-

Results

Minimum r significant at $p= 0.05$ is 0.1793

Minimum r significant at $p= 0.01$ is 0.2343

Minimum r significant at $p= 0.001$ is 0.2967

Contraste de medias (t de Student)

Morales (2012) explica que el comparar las medias de dos grupos es muy habitual en trabajos de investigación, lo mismo comparar las medias del mismo grupo antes y después de una experiencia para verificar un cambio. Cuando se comparan dos medias lo que se hace es verificar si la diferencia está dentro de lo normal. Se dirá que hay una diferencia estadísticamente significativa si no está dentro de lo probable. Muchos diseños experimentales o simplemente exploratorios o descriptivos desembocan en un contraste de medias. En ambos casos se puede hacer el contraste de medias tanto en Excel como en programas de internet.

Contraste de medias de muestras independientes

Comparar dos medias en Excel es sencillo, pero con una particularidad, cada grupo debería estar en una columna distinta, al menos para poder hacerlo más cómodamente. El problema es que la pertenencia a un grupo suele estar en la misma columna indicado con un número. Aun así se puede hacer manipulando la tabla, pero se presta a confusiones por lo que es más cómodo acudir directamente a programas de internet.

De todas maneras si se utiliza Excel se verá que tiene dos programas distintos para la t de Student. En herramientas – análisis de datos; se tiene: prueba t suponiendo varianzas iguales y prueba t suponiendo varianzas desiguales. Cuando las varianzas son desiguales el cálculo de la t de Student es algo distinto y las probabilidades no son las mismas aunque suelen ser muy parecidas. En principio y como criterio general podemos suponer que las varianzas son iguales, pero si una varianza es unas tres veces mayor que el otro si debemos tomar en cuenta. Se proponen varios programas de internet; hay varios que hacen el contraste de medias a partir de los datos descriptivos de cada muestra que se suponen ya calculados previamente en Excel.

El contraste de medias se hace fácilmente en el programa de internet graphpad software en el que se escogen: analyze continuous data – t test to compare two means y da varias maneras de introducir datos (1. Choose data entry format)

Se señala - enter mean, SD and N porque son los dos datos que a se tienen calculados en Excel y que se colocan en – 2. Enter data.

Contraste de medias para muestras relacionadas o emparejadas

Este es el contraste adecuado para verificar un cambio, como puede ser la diferencia entre medias de un pretest y posttest, y también es el adecuado cuando comparamos en dos variables a los mismos sujetos. Los datos de cada sujetos deben estar en la misma fila por lo que en Excel resulta cómodo (herramientas – análisis de datos – prueba t para medias de dos muestras emparejadas). En esta parte no son útiles todos los datos que nos aparecen en Excel, esa información es muy completa pero hay que arreglarla antes de ponerla en una tabla de resultados por lo que se pueden seleccionar los que se desean en una tabla. Excel da las varianzas de cada ocasión pero normalmente lo que se pone en la tabla de resultados es la media, desviación típica, diferencia entre medias, el valor t y la probabilidad asociada en pruebas de dos colas, el tamaño del efecto.

El valor de t es negativo porque se ha restado pre menos post; en realidad lo que interesa es post menos pre. Excel también da la correlación entre las dos ocasiones o variables pero no es tan habitual ponerla en la tabla de resultados, en cambio es más informativo poner la diferente entre las dos medias. El tamaño del efecto es igual a la diferencia entre las medias dividida por la desviación típica del posttest, aunque también se puede calcular como si se tratara de muestras independientes.

IV. PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados estadísticos obtenidos de la aplicación de la prueba estandarizada I.C.A. y del cuestionario elaborado por el investigador los cuales evalúan el afecto y la relación de pareja, fue administrado a 80 sujetos, mujeres y hombres entre 18 y 70 años de edad los cuales asiste a la Escuela de padres de la Iglesia La Merced, de la ciudad de Quetzaltenango. Para la interpretación de los datos obtenidos se hizo uso del método de análisis correlacional y de la prueba t para medias de dos muestras iguales.

Tabla 1. Resultados de las áreas: Edad cronología, sexo, estado civil, afecto activo, afecto pasivo y relación de pareja.

Para la medición la edad cronología, sexo, estado civil, afecto activo, afecto pasivo y relación de pareja se utilizó el cuestionario I.C.A. A continuación se presentan las tablas en donde se muestran los resultados obtenidos por cada una sujeto de estudio en relación a cada una de las áreas.

Sexo		
Femenino	40	50.00%
Masculino	40	50.00%
	80	100.00%

Edad		
DE 10 A 19	3	4%
DE 20 A 29	14	18%
DE 30 A 39	23	29%
DE 40 A 49	26	33%
DE 50 A 59	11	14%
DE 60 A 69	2	3%
DE 70 A 79	1	1%
	80	100%

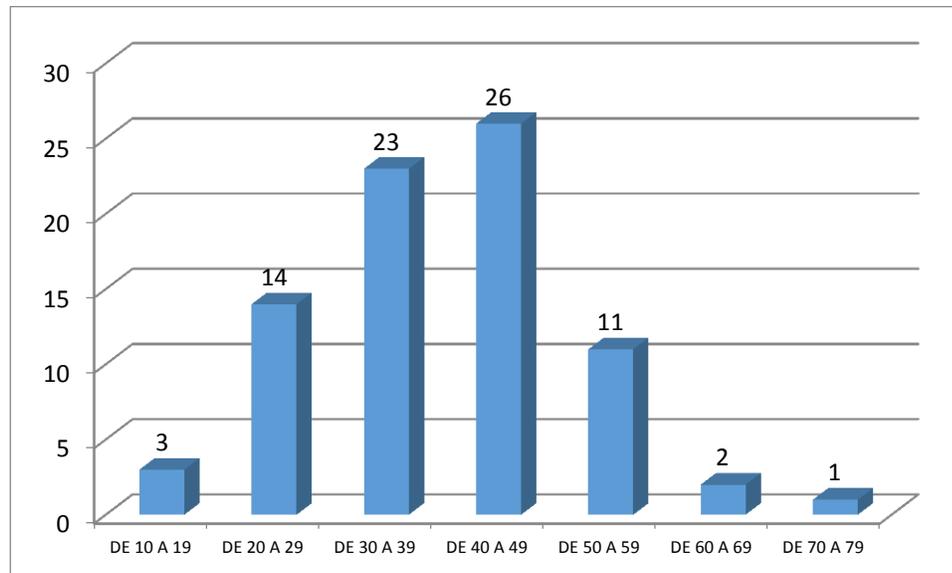
AP		
0	1	1%
DE 1 A 3	15	19%
DE 4 A 6	43	54%
DE 7 A 9	21	26%
	80	100%

Estado civil		
Soltero	6	7.50%
Casado	74	92.50%
	80	100.00%
DE 1 A 3	30	38%
DE 4 A 6	29	36%
DE 7 A 9	20	25%
	80	100%
RP		
DE 0 A 25	1	1%
DE 26 A 50	10	13%
DE 51 A 75	26	33%
DE 76 A 100	43	54%
	80	100%

Fuente: Trabajo de campo

A continuación se presentan los gráficos de los resultados en cada una de las áreas evaluadas.

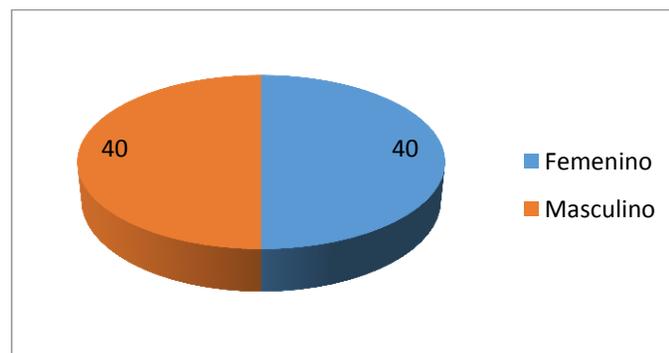
Grafica 1. Edad cronológica



Fuente: Trabajo de campo

En la gráfica 1 se muestra la edad cronológica de los sujetos evaluados así poder observar que la mayoría de los individuos tienen entre 40 y 49 años.

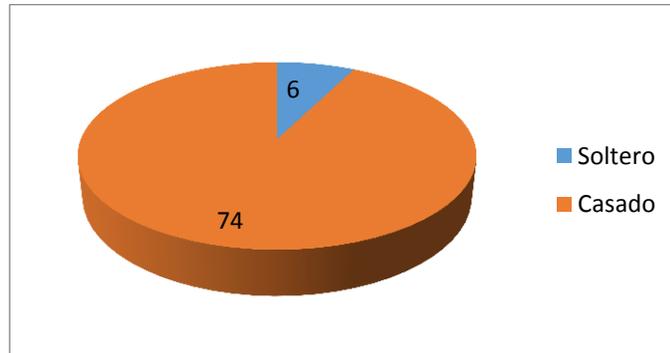
Grafica 2. Sexo



Fuente: trabajo de campo

En la gráfica 2 se muestra el sexo de los sujetos evaluados los cuales son 50% femenino y 50% masculino.

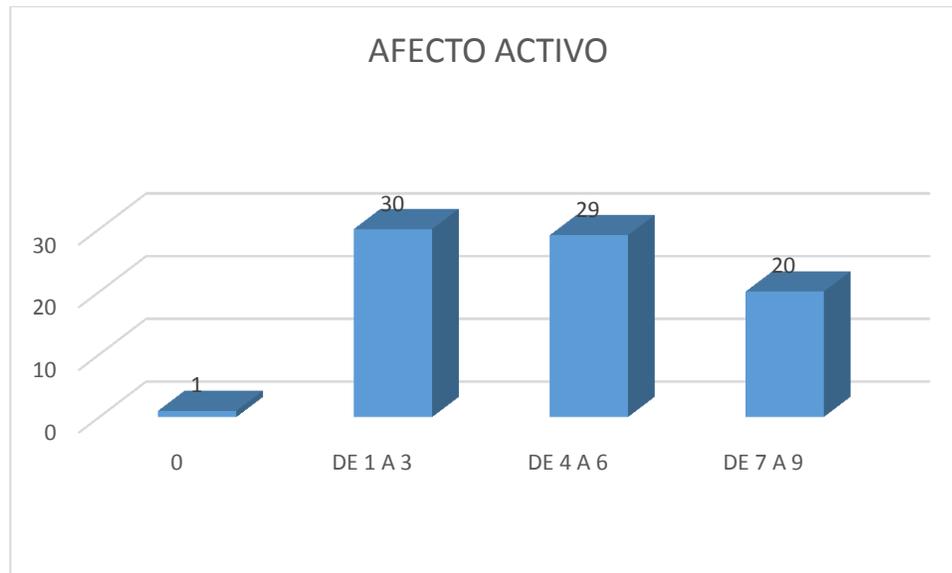
Grafica 3. Estado civil



Fuente: trabajo de campo

En la gráfica 3 se muestra que el 7.50% de los sujetos son solteros y el 92.50% son casados.

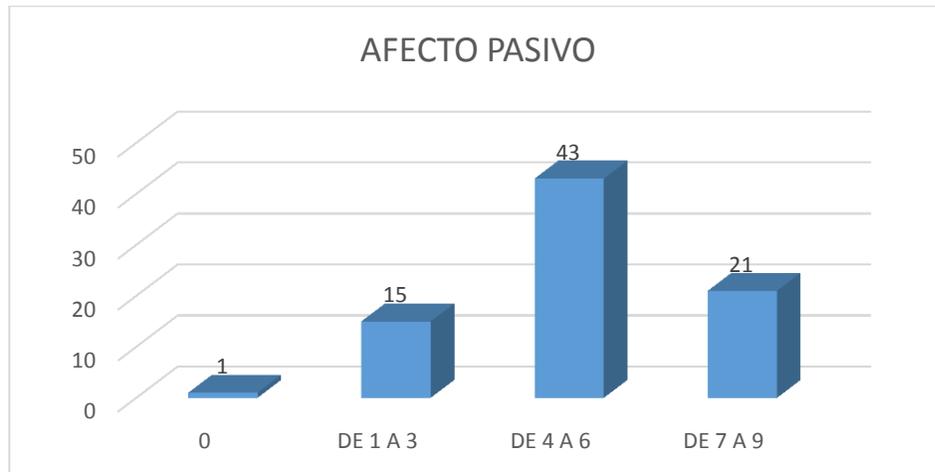
Grafica 4. Afecto activo



Fuente: trabajo de campo

En la gráfica 4 se muestra que el afecto activo en los sujetos evaluados el 1% muy bajo, 38% bajo, 35% medio y un 25% lo tiene alto.

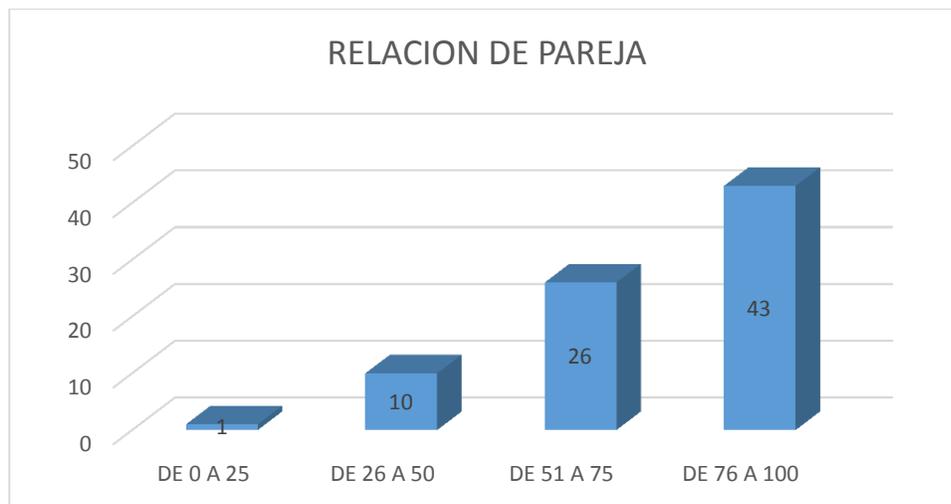
Grafica 5. Afecto pasivo



Fuente: trabajo de campo

En la gráfica 5 se puede observar que el afecto pasivo, es decir el afecto que se recibe, según los resultados en los sujetos evaluados fueron que el 1% tiene un afecto pasivo muy bajo, 19% bajo, 54% medio y un 26% lo tiene alto.

Grafica 6. Relación de pareja



Fuente: trabajo de campo

En la gráfica 6 se observa que la relación de pareja en los sujetos evaluados un 1% lo presenta muy bajo, 13% bajo, 33% medio y un 54% lo tiene alto.

Tabla 2. Medidas básicas

<i>Edad</i>	
Media	39.1625
Mediana	39.5
Moda	42
Desviación estándar	11.3008
Varianza de la muestra	127.7074
Rango	52
<i>AP</i>	
Media	5.125
Mediana	5
Moda	6
Desviación estándar	2.2354
Varianza de la muestra	4.9968
Rango	9

<i>AA</i>	
Media	4.7875
Mediana	4
Moda	6
Desviación estándar	2.5690
Varianza de la muestra	6.5998
Rango	9

<i>RP</i>	
Media	72.15
Mediana	76
Moda	84
Desviación estándar	16.7778
Varianza de la muestra	281.4962
Rango	74

Tabla 3. Análisis correlacional

	<i>Sexo</i>	<i>Estado civil</i>	<i>Edad</i>	<i>AA</i>	<i>AP</i>	<i>RP</i>
Sexo	1					
Estado civil	0.0949	1				
Edad	0.1146	-0.1478	1			
AA	0.0637	0.3025	-0.0625	1		
AP	0.1351	0.1976	-0.0539	0.5403	1	
RP	0.0570	-0.2530	-0.0275	0.1599	0.0920	1

Por los datos y gráficos anteriormente presentados se puede comprobar el cumplimiento del objetivo general que es evaluar la correlación entre el nivel de afecto y la relación de pareja y del primer objetivo específico que es identificar el nivel de afecto activo y pasivo que presentan las personas involucradas en el estudio, aplicando la prueba I.C.A.

Página de consulta:

http://department.obg.cuhk.edu.hk/ResearchSupport/Minimum_correlation.asp

Minimum significant correlation coefficient r for a sample size

Se ingresan 80, por ser el tamaño de la muestra

Minimum significant correlation coefficient r for a sample size

Sample size (n)

Results

Minimum r significant at p=0.05 is 0.2199	al 0.05 las correlaciones son significativas si son menores a -0.2199 o mayores a 0.2199	
Minimum r significant at p=0.01 is 0.2865	- Los solteros tienen mayor AA que los casados...	por el 0.3025
Minimum r significant at p=0.001 is 0.3611	- Los solteros presentan menor RP que los casados...	por el - 0.2530
	- Quienes tienen AA alto también tienen AP alto...	por el 0.5403

En la tabla 3 se puede observar como en los resultados de los sujetos según el análisis correlacional se marca que los solteros tienen mayor afecto activo que los casados, que los solteros presentan menor relación de pareja que los casados y que los que tienen el afecto activo alto también tienen el afecto pasivo alto.

Tabla 4. Prueba t para dos muestras suponiendo varianzas iguales

	C	S
Media	73.3513514	57.3333333
Varianza	230.368012	799.466667
Observaciones	74	6
Varianza agrupada	266.848695	
Diferencia hipotética de las medias	0	
Grados de libertad	78	
Estadístico t	2.31005717	
P(T<=t) dos colas	0.02353006	
Valor crítico de t (dos colas)	1.99084707	

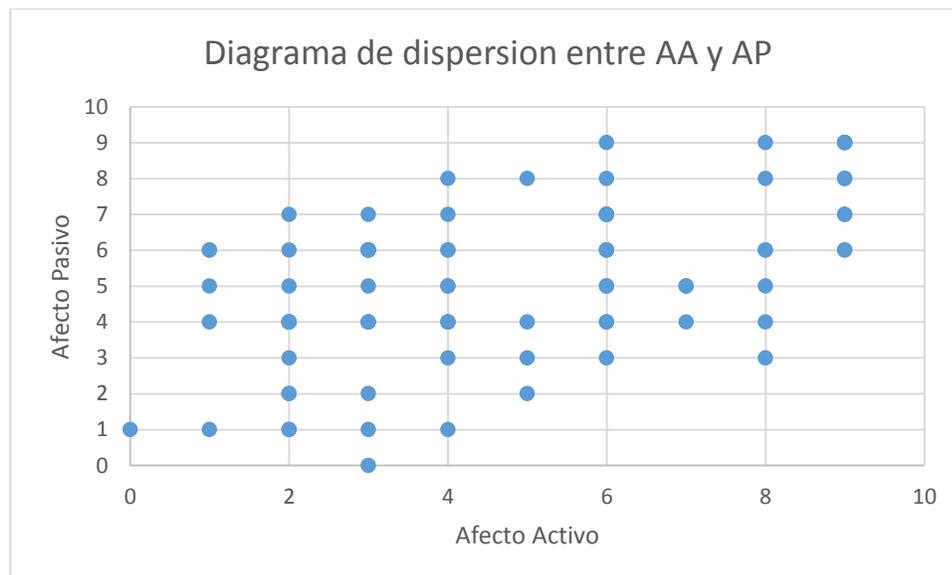
En la tabla 4 se muestran los resultados de la prueba t sobre la relación de pareja, se marcó de color verde el estadístico t y el valor críticos de t.

Tabla 5. Prueba t para dos muestras suponiendo varianzas iguales

	C	S
Media	4.56756757	7.5
Varianza	6.30359126	2.7
Observaciones	74	6
Varianza agrupada	6.07259182	
Diferencia hipotética de las medias	0	
Grados de libertad	78	
Estadístico t	2.80341544	
P(T<=t) dos colas	0.0063773	
Valor crítico de t (dos colas)	1.99084707	

En la tabla 5 se muestran los resultados de la prueba t sobre el afecto activo, se marcó de color verde el estadístico t y el valor críticos de t.

Grafica 6. Diagrama de dispersión entre afecto activo y afecto pasivo



En la gráfica anterior se muestra por medio de un diagrama de dispersión los niveles de afecto activo y pasivo de los sujetos de estudio según los resultados obtenidos con la administración de la prueba I.C.A.

V. DISCUSIÓN

En base a los resultados obtenidos en el estudio a través de la aplicación del cuestionario I.C.A y del cuestionario realizado por el investigador con la finalidad de identificar el nivel de afecto activo y pasivo así como la relación de pareja en las personas que asisten a la Escuela de padres de Iglesia La Merced, se procede en esta sección a la discusión de dichos resultados, en contraposición con los supuestos teóricos que sustentan el mismo.

Rojas (2008) comenta que el afecto es una experiencia personal; el contenido de la vivencia de este sentimiento es un estado de ánimo que se demostrará a través de sus principales expresiones afectivas, como lo son las emociones, sentimientos, pasiones y motivaciones, esas cuatro manifestaciones internas que engloban las formas de experimentar la afectividad, debido a que esta es la forma de cómo ha sido afectada la persona en su interior por las circunstancias que se han ido produciendo a su alrededor, dichas experiencias también suelen ser causadas por el otro individuo cuando demuestra su cariño, estas muestras de amor que se reciben se le llaman afecto pasivo porque el sujeto las recibe.

López (2014) explica que los cambios súbitos en el comportamiento de la pareja suelen ser señales de deterioro o estancamiento; para saber si la relación está bien se debe hacer un examen de conciencia y recordar cuando fue la última vez que se hizo algo agradable por el otro o con qué frecuencia se dan los detalles, a esto se le llamará afecto activo porque es el que el individuo da. Existen varios comportamientos íntimos que tienen significados que solo entienden ambos, estos códigos incluyen caricias, besos y abrazos pero también se dan en el lenguaje no verbal como miradas y gestos faciales que digan te quiero sin emitir la palabra. Es primordial una buena comunicación para tener una relación sana y tener una buena interacción en el hogar.

De acuerdo a ellos se evidencia la importancia del afecto en la relación de pareja para que esta sea sana. Sin embargo, los resultados obtenidos a través de la prueba I.C.A. indican que un 1% tiene un afecto activo muy bajo, 38% bajo, 35% medio y un 25% presentan un nivel alto por lo que la mayoría se encuentra en un nivel medio lo cual demuestra que los sujetos dan afecto de una forma regular lo cual podría afectar la relación.

Müller (2014) comenta que es bueno expresar los sentimientos de manera sincera, asertiva y abierta, reprimir las emociones hace daño, la realidad es que para querer hay que dejarse querer, para que el amor se haga más grande hay que abonarlo, regarlo con muestras de afecto y hechos, porque la reciprocidad es importante en las relaciones sanas.

Powell (2009) comenta que el amor en teoría es una actitud básica en la que se tiene interés por la satisfacción, la seguridad y la evolución de la persona amada; en la práctica implica que el que ama está completamente dispuesto a renunciar a su conveniencia propia, a invertir tiempo e incluso hasta a arriesgar su propia seguridad por promover la satisfacción, seguridad y evolución del ser amado. Si se tiene una actitud básica de amor y se es capaz de transformarla en una acción entonces queda claro que si se ama.

Según los autores el afecto pasivo es fundamental para que la pareja mantenga una interacción sana y este consiste en recibir afecto; en los resultados se puede observar que el que los sujetos evaluados presentaron un 1% afecto pasivo muy bajo, 19% bajo, 54% medio y un 26% lo tiene alto, por lo que se puede notar que casi la mitad de los sujetos recibe afecto en un nivel medio mientras que los demás sujetos se encuentran por arriba y por debajo del nivel medio lo cual indica que en su mayoría reciben afecto de una forma regular lo cual podría afectar de alguna manera la relación de pareja.

Diaz-Loving y Rivera (2010) establecen que las relaciones interpersonales han sido por mucho tiempo, un tema importante en el área de la atracción, por lo que las relaciones se les puede concebir como una asociación característica entre dos o más personas que involucra una interacción y que puede tener varios fines, como lo sería un encuentro causal, una amistad o una relación amorosa, o bien como una serie de pasos que se dan a través del tiempo, así se determina y define el nivel de intimidad como también el acercamiento que perciben las personas involucradas.

Vásquez (2014) comenta que la relación de pareja se fortalece con amor, buena comunicación y actitud madura de ambos ante los problemas que se les presenten, a pesar de ello hay situaciones

que no se deben permitir en una relación, una de ellas es la violencia física porque nadie tiene derecho a hacerle daño al otro.

En los resultados obtenidos a través del cuestionario realizado por el investigador se observa que la relación de pareja en los sujetos evaluados un 1% lo presenta muy bajo, 13% bajo, 33% medio y un 54% lo tiene alto por lo que se puede notar que mas la mitad de los sujetos tienen una buena relación de pareja lo cual se puede deber al afecto que se maneja en la interacción entre ambos lo cual puede beneficiarla como afirman los autores citados anteriormente.

Diaz-Loving y Rivera (2010) explican que el compromiso es la continuación del romance y es la conformación de un vínculo a largo plazo, como el matrimonio; el adquirir un compromiso en la relación incluye un intercambio de derechos y responsabilidades de parte de los dos miembros. La característica que distingue esta etapa es la implicación de la longevidad, en contraste con la naturaleza temporal de la etapa de romance; la pareja espera que el amor llene la idealización mutua como una unión funcional; es normal que hayan conflictos en esta etapa de la relación especialmente si el conflicto es por la tolerancia de los individuos; la longevidad del compromiso varía mucho porque se basa en normas que la sociedad establece, historia familiar y expectativas de la pareja.

Como afirma el autor con anterioridad, el amor mejora la relación, hace que esta sea sana y duradera; el compromiso conforma un vínculo que es a largo plazo para los miembros de la pareja. Sin embargo, se puede observar como en los resultados según el análisis correlacional se marca que los solteros tienen mayor afecto activo que los casados lo que significa que dan más afecto; los solteros presentan un menor nivel de relación de pareja que los casados, lo que confirma que el compromiso crea un vínculo más fuerte en la pareja y los sujetos al formar parte de una escuela de padres esto hace que la relación se fortalezca y por último los sujeto que tienen el afecto activo alto también tienen el afecto pasivo alto, es decir que los sujetos que dan más amor también reciben más amor por lo que es reciproco el afecto en la pareja como lo comentaba en la base teórica para tener una buena interacción es necesario el amor reciproco el cual se da en los sujetos de estudio.

Al tomar en cuenta todos los datos se considera que se encuentran en un nivel medio a excepción del nivel de relación de pareja el cual se encuentra alto en la mitad de los sujetos lo que demuestra que el afecto activo y pasivo juegan un papel importante para que la interacción sea efectiva, sin embargo los niveles de este último no son altos por lo que es necesario trabajar más en ello. En síntesis es muy importante mantener un balance entre el afecto activo y pasivo en la relación de pareja para conformar un vínculo sano en el matrimonio.

VI. CONCLUSIONES

En base al análisis de los resultados obtenidos del trabajo de campo y la investigación bibliográfica se llega a las siguientes conclusiones:

- Se determinó que existe un nivel medio de afecto en la mayoría de los individuos y la relación de pareja es positiva en más de la mitad de los sujetos estudiados.
- La mayoría de los sujetos evaluados presentaron un nivel medio en el afecto activo y pasivo.
- Según el cuestionario aplicado en la investigación se determinó que la mayoría de los sujetos presentan un nivel alto en la relación de pareja lo que se debe a que tienen un equilibrio entre el afecto activo y pasivo.
- La reciprocidad afectiva es fundamental para mantener una buena interacción en la pareja debido a que los resultados demuestran que los sujetos que tienen un afecto activo alto también tienen un afecto pasivo alto lo que quiere decir que dan amor pero también reciben.

VII. RECOMENDACIONES

Con base en las conclusiones mencionadas en el capítulo anterior se presentan las siguientes recomendaciones:

- Fomentar el afecto en los individuos porque es fundamental para construir una relación de pareja sólida.
- Explicar a las parejas la importancia del equilibrio entre el afecto activo como el pasivo y de esta forma evitar que la relación se pueda ver afectada.
- Recomendar a los sujetos de estudio casados que aumenten la dosis amor hacia su pareja, de esta manera se podrá fortalecer la relación ya que según el estudio el afecto activo es bajo.
- Reflexionar en los matrimonios sobre la importancia que tiene el afecto de doble vía, o sea que cada miembro debe estar dispuesto a dar y recibir amor.

VIII. REFERENCIAS

- Achaerandio, L. (2010). *Iniciación a la práctica de la investigación*. (7ma. Edición). Ciudad de Guatemala, Guatemala: Universidad Rafael Landívar, Instituto de investigaciones jurídicas
- Cardona, A. (2011) *Parejas disparejas*. Amiga. Guatemala, C.A. Recuperado <http://www.revistaamiga.com/actualidad/parejas-disparejas/>
- Chales, C. (2014, 22 de febrero) *¿Existe la pareja ideal?*. El Quetzalteco. Guatemala, C.A. Recuperado <http://elquetzalteco.com.gt/opiniones/existe-la-pareja-ideal-y-perfecta>
- Diaz-Loving, R. y Rivera, S. (2010). *Antología psicosocial de la pareja*. México, D.F, México: Miguel Ángel Porrúa, librero-editor, 37-70, 739-759.
- Enríquez, B. (2012) *6 factores que atentan contra tu relación*. Amiga. Guatemala, C.A. Recuperado <http://www.revistaamiga.com/actualidad/6-factores-que-atentan-contra-tu-relacion/>
- Enríquez, B. (2013) *Que nada apague la pasión*. Amiga. Guatemala, C.A. Recuperado <http://www.revistaamiga.com/actualidad/que-nada-apague-la-pasion/>
- Ferrero, J. (2012, 26 de abril) *Matrimonios a la deriva*. El Quetzalteco. Guatemala, C.A. Recuperado <http://elquetzalteco.com.gt/opiniones/matrimonios-la-deriva>
- Juracán, R. (2010) *Niveles de dependencia afectiva en parejas*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar. Campus Quetzaltenango, Quetzaltenango. Guatemala. Recuperada http://biblio2.url.edu.gt/F/QBBKR8LJR3GXHYDBQQ3BARNSEDVKD5P8GQIY8QGYS5AEJ4Q1-32471?func=service-media-exec&doc_library=URL01&doc_number=000144267&media_index=00001&func_code=WEB-SHORT
- Llanos E. (2006). *Como vivir en pareja*. México, D.F., México: Editorial Grijalbo, 37-56.
- Morales P. (2012). *Análisis estadísticos combinando Excel y programas de internet*. Ciudad de Guatemala, Guatemala: Editorial Cara Parens de la Universidad Rafael Landívar, 13-76.
- López, J. (2014) *Señales que dicen mucho*. Amiga. Guatemala, C.A. Recuperado <http://www.revistaamiga.com/actualidad/senales-que-dicen-mucho/>

- Meyer, J. (2007). *Controlando sus emociones*. Tulsa, Oklahoma, Estados Unidos: Editorial Casa Creación, 130-156.
- Müller, U. (2014) *Querer y dejarse querer*. El Quetzalteco. Guatemala, C.A. Recuperado <http://elquetzalteco.com.gt/opiniones/querer-y-dejarse-querer>
- Müller, U. (2014, 13 de enero) *Caricias terapéuticas*. El Quetzalteco. Guatemala, C.A. Recuperado <http://elquetzalteco.com.gt/opiniones/caricias-terapeuticas>
- Müller, U. (2014, 7 de abril) *Mejore su relación de pareja*. El Quetzalteco. Guatemala, C.A. Recuperado <http://elquetzalteco.com.gt/opiniones/mejore-su-relacion-de-pareja>
- QuickCalcs. (2015) GraphPad Software. Recuperado <http://graphpad.com/quickcalcs/contmenu.cfm>
- Department of Obstetrics an Gynaecolcology. (2015) The Chinese University of Hong Kong, Department of Obstetrics an Gynaecolcology. Recuperado <http://department.obg.cuhk.edu.hk/index.asp?scr=1024>
- Portillo, M. (2007) *Falta de afecto conyugal como factor influyente en el divorcio*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar. Campus Quetzaltenango, Quetzaltenango. Guatemala. Recuperada de http://biblio2.url.edu.gt/F/DLJP1773G88ASKTXM18RI8716TTMK4RR26VHCUJ9RJR S9S346K-27866?func=service-media-exec&doc_library=URL01&doc_number=000114077&media_index=00001&func_code=WEB-SHORT
- Powell, J. (2009). *El secreto para seguir amando*. España: Editorial Sal Terrae, 36-65.
- Riso, W. (2005). *Ama y no sufras*. Bogotá, Colombia: Editorial Norma, S.A., 145-152.
- Rojas, E. (2008). *El amor inteligente*. Madrid, España: Ediciones Planeta Madrid, S.A., 25-42.
- Rojas, E. (2008). *Remedios para el desamor*. México, D.F. México: Editorial Planeta Mexicana, S.A., 57-68.
- Ruiz, M. (2009). *La maestría del amor*. España: Ediciones Urano, S.A., 91-105.
- Sánchez, R. y Díaz, R. (2002). *Auto-estima y Defensividad: ¿Los Ingredientes de la Interacción Saludable con la Pareja?*. Revista psicología. Vol. 11, No. 2. Chile. Recuperado <http://www.revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/view/17285>
- Shinyashiki, R. (2006). *La caricia esencial*. Bogotá, Colombia: Editorial Norma, S.A., 13-24,

- Smalley G. (2008). *El gozo del amor comprometido*. Nashville, Estados Unidos: Editorial Betania, 13-18.
- Soto, O (2015, 14 de febrero) *La fuerza del amor y la amistad*. El Quetzalteco. Guatemala, C.A. Recuperado <http://elquetzalteco.com.gt/opiniones/la-fuerza-del-amor-y-la-amistad>
- Vásquez, N. (2014, diciembre) *5 conductas que no debes permitir de tu pareja*. Amiga. Guatemala, C.A. Recuperado <http://www.revistaamiga.com/actualidad/5-conductas-que-debes-permitir-de-tu-pareja/>
- Walters-Pachecho, K., Cintrón, R y Serrano-García, I. (2008, 29 de enero). *Este es mi segundo matrimonio: Relaciones de pareja en la familia reconstituida*. Psicología Científica. San Juan, Puerto Rico. Recuperado <http://www.psicologiacientifica.com/familia-reconstituida-segundo-matrimonio/>

ANEXOS I

PROPUESTA

Programa anual para fortalecimiento de la relación de pareja

Introducción

La presente propuesta tiene como objetivo facilitar herramientas prácticas a las parejas para consolidar su relación por medio de actividades que deben realizar todos los días para expresar el amor mutuamente, lo anterior se ofrecerá por medio de conferencias y talleres impartidos por profesionales calificados quienes motivaran la participación de los asistentes por medio de ejercicios, los cuales se aprenderán durante la formación y deberán aplicarlos en su vida diaria.

El contenido de la propuesta se enfoca específicamente en el afecto debido a que es un elemento indispensable para construir una relación de pareja sólida, considerando que la única elección libre que hace el ser humanos es la de pareja, por tal razón esta debe tomar la decisión de cultivar el amor todos los días para consolidar el matrimonio. Cuando una pareja contrae matrimonio, el promedio que dura la expresión de amor es de un año y posteriormente se debilita la relación, inician los conflictos y regularmente se termina en divorcio.

Justificación

Durante la presente investigación se determinó que la totalidad de las parejas que participaron en el estudio no habían recibido ninguna formación para enriquecer la relación de pareja. Según algunas versiones de medios de comunicación indican que el porcentaje de divorcios en Guatemala es del 50% lo cual demuestra que cada pareja que contrae matrimonio tiene mucha probabilidad de terminar la relación en un divorcio. Es lamentable que muchos matrimonios rompan el compromiso después de haberse jurado amor eterno por falta de formación.

Por lo mencionado con anterioridad se considera de suma importancia desarrollar un programa de escuela para padres dirigido especialmente a parejas que estén interesadas en cultivar una relación sana.

Objetivos

Objetivo general

- Diseñar un programa dirigido a parejas con la finalidad que reciban formación integral para cultivar una relación de afecto equilibrada.

Objetivos específicos

- Realizar una conferencia cada fin de mes en la escuela de padres de Iglesia La Merced.
- Definir contenidos programáticos con temas relacionados con el afecto y como cultivarlo en la pareja.
- Actividades grupales y de pareja de manera que el aprendizaje sea interactivo y cuya participación contribuya a fijar el conocimiento.
- Unir a la familia en la formación de manera que haya participación integral.
- Integrar a la escuela de padres, parejas de novios cuyo objetivo sea contraer matrimonio para que reciban la formación antes del compromiso.

Desarrollo de la propuesta y cronograma

Ciclo vital del ser humano: concepción, embarazo, nacimiento, niñez, infancia, adolescencia, adultez, matrimonio, nacimiento de los hijos, nido vacío y muerte.

La familia: tipos, funcionales, disfuncionales, enriquecedoras y los pilares de una familia sana.

Noviazgo: etapas, trampas, principios básicos para construir una buena relación.

Matrimonio: errores comunes, enemigos, claves para construir un matrimonio sano.

Como proteger el matrimonio del divorcio: amor y comunicación, fidelidad, espiritualidad, intimidad, pasión y compromiso

Ocho principios que sostienen el matrimonio: admiración, respeto, confianza, sinceridad, reciprocidad, solidaridad, compromiso y responsabilidad.

Los enemigos del matrimonio: infidelidad, falta de comunicación, influencia de terceras personas, ausencia de valores, ausencia de compromiso y egoísmo.

La comunicación en la pareja: hechos, opiniones, necesidades y sentimientos.

Amar es una decisión: eros, philia y ágape

El amor como vínculo perfecto: atención, amistad, afecto y compromiso.

Los valores en la familia: materialismo, hedonismo, consumismo y relativismo.

La felicidad y la familia, una combinación perfecta: paz, prosperidad, espiritualidad y amor.

Mes	Contenido	Responsable	Evaluación
Enero	Ciclo vital del ser humano	Sergio Madrazo	Entrevista
Febrero	La familia	José Morales	Preguntas directas
Marzo	Noviazgo	Dulce Morales	Escrita
Abril	Matrimonio	José Morales	Cuestionario
Mayo	Como proteger el matrimonio del divorcio	Sergio Madrazo	Lluvia de ideas
Junio	Ocho principios que sostienen el matrimonio	José Morales	Dinámica de grupos
Julio	Los enemigos del matrimonio	Dulce Morales	Evaluación oral
Agosto	La comunicación en la pareja	Sergio Madrazo	Examen escrito
Septiembre	Amar es una decisión	José Morales	Cuestionario
Octubre	El amor como vinculo perfecto	Dulce Morales	Lluvia de ideas
Noviembre	Los valores en la familia	Sergio Madrazo	Cuestionario
Diciembre	La felicidad y la familia, una combinación perfecta	José Morales	Dinámica de grupos

Recursos

Humanos

Para desarrollar cada uno de los temas mencionados se invitaran a profesionales de la psicología que dominen las áreas de formación.

Materiales

Computadora

Cañonera

Pantalla

Equipo de sonido

Pizarra

Hojas de papel bond

Lapiceros

Evaluación general de la propuesta

Al iniciar la formación con el grupo de participantes se realizará una evaluación inicial para identificar el conocimiento que tienen de los temas y el funcionamiento de la pareja, por medio de preguntas directas, la cual servirá de marco de referencia para identificar los avances que se irán midiendo durante cada actividad. Al finalizar el desarrollo de la propuesta se administrará una prueba general para medir el avance después de la aplicación los doce temas que se han desarrollado y determinar el nivel de aprendizaje y los cambios que se han dado.

ANEXOS II

Ficha técnica del cuestionario I.C.A.

Nombre de la prueba: Cuestionario I.C.A.

Autor: Ing. Xavier Vargas Beal.

Objetivo: investigar tres dimensiones tendenciales de la personalidad, muy importantes dentro del marco de la convivencia social de los grupos humanos: del grupo familiar, de trabajo o sencillamente del grupo social formal, natural o convencional.

Dimensiones: Mide tres dimensiones que son:

Inclusión, control y afecto.

Numero de ítems: consta de 54 ítems.

Tipo de escala: Cuestionario.

Nota: el cuestionario fue modificado y adaptado para los encuestados, dicha modificación la realizó el investigador con la autorización de la coordinadora de la facultad, el catedrático del curso de tesis y con la aprobación de tres profesionales de la psicología, esto se hizo con fines académicos.

Cuestionario para medir la relación de pareja

Instrucciones

Para cada frase citada a continuación decida cuál de las siguientes respuestas es la que mejor se aplica a usted. Ponga el número de la respuesta en la línea de la izquierda que encontrara en cada frase (escogerá alguna de las seis respuestas del recuadro).

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. Siempre2. Frecuentemente3. Algunas veces4. Ocasionalmente5. Rara vez6. Nunca |
|--|

- _____ 1.- La comunicación con mi pareja es efectiva
- _____ 2.- Tengo discusiones con mi cónyuge
- _____ 3.- Prefiero estar solo(a) que estar con mi pareja
- _____ 4.- Disfruto la compañía de mi cónyuge
- _____ 5.- Me molesto con mi pareja
- _____ 6.- Considero como una prioridad el bienestar de mi pareja
- _____ 7.- Cada vez que puedo busco la manera de agradar a mi cónyuge
- _____ 8.- Siento comodidad al conversar con mi pareja
- _____ 9.- Una de las personas más importantes en mi vida es mi cónyuge
- _____ 10.- Estoy con mi pareja por amor

ANEXOS III

Tabla de datos de sujetos evaluados

No.	Sexo	Estado civil	Edad	AA	AP	RP
1	0	0	19	7	4	72
2	0	0	31	6	4	58
3	0	0	42	2	1	70
4	0	0	41	2	4	74
5	0	0	52	6	3	58
6	0	0	40	5	8	88
7	0	0	25	4	3	88
8	0	0	61	3	5	58
9	0	0	27	3	1	76
10	0	0	35	2	2	74
11	0	0	55	2	6	64
12	0	0	44	4	1	78
13	0	0	34	3	4	72
14	0	0	21	3	6	48
15	0	0	18	6	7	92
16	0	0	26	1	6	82
17	0	0	23	9	8	38
18	0	0	40	4	4	86
19	0	0	44	4	4	90
20	0	0	31	0	1	64
21	0	0	37	4	5	72
22	0	0	32	5	3	78
23	0	0	37	6	7	86
24	0	0	33	4	5	78
25	0	0	40	2	7	76

26	0	0	46	9	9	76
27	0	1	25	6	7	40
28	0	0	40	7	5	64
29	0	0	42	3	7	50
30	0	0	30	9	9	90
31	0	0	58	6	7	80
32	0	0	36	4	4	84
33	0	0	42	2	4	92
34	0	0	48	6	8	82
35	0	0	37	3	4	84
36	0	0	38	9	6	84
37	0	1	49	8	5	42
38	0	0	35	2	2	26
39	0	0	31	8	3	62
40	0	0	70	6	4	72
41	1	0	27	1	6	54
42	1	0	28	6	9	96
43	1	0	37	3	0	82
44	1	0	18	4	7	88
45	1	0	35	3	6	78
46	1	0	35	2	3	44
47	1	0	28	6	5	60
48	1	0	46	8	9	90
49	1	0	53	1	5	46
50	1	0	39	6	5	80
51	1	0	56	5	2	84
52	1	0	38	6	6	72
53	1	0	56	6	6	86
54	1	0	27	9	6	84
55	1	0	22	3	6	86

56	1	1	22	8	6	96
57	1	1	30	9	9	84
58	1	1	50	5	4	60
59	1	0	42	2	4	74
60	1	0	45	4	6	82
61	1	0	45	4	8	90
62	1	0	43	9	7	70
63	1	0	58	2	4	52
64	1	0	62	2	5	68
65	1	0	43	3	6	48
66	1	0	48	2	1	82
67	1	0	44	3	6	40
68	1	0	45	3	2	58
69	1	1	24	9	9	22
70	1	0	26	1	1	80
71	1	0	34	8	6	70
72	1	0	43	1	4	66
73	1	0	37	6	6	88
74	1	0	39	8	4	90
75	1	0	42	7	5	78
76	1	0	45	3	4	84
77	1	0	50	4	6	56
78	1	0	53	9	8	94
79	1	0	44	8	8	86
80	1	0	59	9	7	76