

MONOGRAFIA DEL DIPLOMADO



FACULTAD DE SALUD

PSICOLOGIA

PROYECTO DE INVESTIGACION

PRESENTADO POR:

YURI SMITH ALVARADO ORDUZ

SANDRA YIRLEZA CALDERÓN URIBE

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

COLOMBIA

2015

REDES SOCIALES Y LA RELACION DE PAREJA

FACULTAD DE SALUD

PSICOLOGIA

PRESENTADO A:

NUBIA QUIÑONES BARRETO

DOCENTE

PRESENTADO POR:

YURI SMITH ALVARADO ORDUZ

SANDRA YIRLEZA CALDERÓN URIBE

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

COLOMBIA

2015

## **DEDICATORIA**

Dedicamos este trabajo investigativo, culminado con mucho esfuerzo y dedicación, aunque también con mucho amor, primero que todo a Dios ya que es nuestro ser supremo y que gracias a él tenemos la oportunidad y la bendición de estar en esta vida.

A nuestros padres, quienes día a día trabajan para darnos lo mejor posible, para que salgamos adelante y seamos personas de bien tanto personalmente como profesionalmente.

A nuestros hermanos, los cuales estuvieron siempre presentes apoyándonos de alguna u otra manera para hacer posible este reto.

A nuestros profesores, quienes con sus conocimientos, dedicación y paciencia nos aportaron para llevar a cabo nuestros sueños a nivel profesional y así mismo a enriquecernos personalmente.

A nuestras amistades, quienes siempre estuvieron presente en nuestro camino apoyándonos para lograr nuestras metas.

A todas y cada una de las personas que de alguna u otra manera, contribuyeron para que llegáramos a tan anhelada meta, la cual nos ha permitido crecer intelectualmente como personas y como seres humanos.

Yuri Smith Alvarado Orduz

Sandra Yirleza Calderón Uribe

## **AGRADECIMIENTOS**

Primero que todo a Dios, por estar siempre en nuestras vidas, en nuestros caminos, porque nunca nos ha dejado desfallecer, por todas las bendiciones y oportunidades que nos ha brindado.

Nuestras sinceras gratitudes para todos y cada uno de los profesores que hicieron parte de nuestro proceso, aportándonos sus conocimientos para poder llevar a cabo nuestros sueños.

A nuestros padres, por hacer los mayores esfuerzos para que nosotras pudiésemos llevar a cabo este proceso y llegar a su culminación exitosamente.

A nuestros amigos y conocidos, que de alguna u otra manera hicieron parte de este trayecto aportándonos cosas positivas para llevarlo a cabo.

A todos los anteriores mencionados reciban este trabajo como suyo y sépanse acreedores de nuestros especiales agradecimientos: Dios los bendiga.

Yuri Smith Alvarado Orduz

Sandra Yirleza Calderón Uribe

## Tabla de Contenido

Resumen.....	vi
INTRODUCCION.....	1
Justificación.....	2
Formulaciones del problema.....	4
Objetivos.....	7
ESTADO DEL ARTE.....	9
MARCO TEORICO.....	29
Teoría del enfoque sistémico.....	29
Abordaje de la pareja.....	62
Ciclo Vital del Desarrollo.....	70
Redes sociales.....	72
MARCO LEGAL.....	78
MARCO METODOLOGICO.....	80
Población.....	80
Tipo de Investigación y diseño.....	81
Instrumentos.....	81
Procedimiento.....	87
RESULTADOS.....	89
Análisis de Resultados.....	136
DISCUSION DE RESULTADOS.....	152
CONCLUSIONES.....	163
RECOMENDACIONES.....	168
REFERENCIAS.....	170

## **Resumen**

En esta investigación se da a conocer el uso de las redes sociales dentro de la relación de pareja en las tres etapas como lo son adultez intermedia, adultez joven y adolescencia; mediante un estudio cualitativo con la utilización de varios instrumentos como lo fueron la entrevista semi estructurada, la observación no participante y la narrativa; para obtener la descripción del respectivo uso que se le está dando a la red o redes y así mismo cual es la mayor frecuentada dentro de la comunicación de la pareja; se concluye con las diferencias existentes de acuerdo a la perspectiva, momentos o situaciones de uso, interacción y reglas establecidas en esta misma y corroborando con la teoría sistémica.

Palabras claves: relación de pareja, redes sociales, interacción, reglas y enfoque sistémico.

## **Abstract**

This research discloses the use of social networks within the couple relationship in the three stages such as middle adulthood, adolescence and young adulthood; through a qualitative study with the use of various instruments as were the semi-structured interview, non-participant observation and the narrative; in order to obtain the description of the respective use<sup>2º</sup> that is being given to the network or networks, and likewise which one is the most frequented in the communication partner. The paper concludes with the existing differences according to the perspective, moments or situations of use, interaction and rules established in this and corroborating with the systemic theory.

Keywords: couple relationship, social networking, interaction, rules and systemic approach.



## **Introducción**

El siguiente proyecto investigativo hace alusión a un estudio de caso realizado en tres parejas estipuladas en diferentes ciclos vitales y en diferentes etapas de acuerdo a sus edades cronológicas y a sus sistemas las cuales son adultez intermedia, adultez joven y adolescencia con un objetivo principal el cual es describir el uso que se le está dando a las redes sociales dentro de la relación de pareja como tal; donde se ven expuestas la percepción que se tienen hacia estas mismas, la red o redes que suelen utilizar, la comunicación e interacción a través de ellas, las reglas establecidas en cuanto al uso y las diferencias existentes en las tres muestras debido a la implementación que se le está dando dentro de la relación.

Se llevó a cabo todo este proceso a través de un estudio cualitativo donde se utilizó la entrevista semi estructurada acompañada de unas preguntas bases para la indagación del tema, así mismo se realizó un formato de observación no participante llevado a cabo a las parejas en cuanto al uso de las redes y finalizando con una narrativa expuesta por ellas mismas de acuerdo a la experiencia tenida en relación con las redes sociales.

Se finaliza con los respectivos resultados a los cuales se les hizo un profundo análisis donde se expuso las diferencias existentes en cuanto al uso de las redes sociales dentro de la relación de pareja, y así mismo se corroboró en la discusión con la teoría expuesta en este proceso la cual hace alusión al enfoque sistémico para dar fin con las conclusiones halladas.



### **Justificación**

El propósito de esta investigación se basa en las redes sociales y la relación de pareja, teniendo en cuenta que es un medio de comunicación muy utilizado y así mismo actualizado en la época actual, pues existen diversas formas de contactarnos con nuestro grupo familiar, con nuestras amistades, con personas desconocidas, pero el fin relevante en este estudio es el uso que se le da a las redes dentro de la relación de pareja basándonos en los medios más usados como los son: Facebook, whatsapp, twitter, line, instagram, llamadas telefónicas, entre otros.

Como psicólogos en formación queremos realizar este proceso para indagar como se utilizan estos medios en las relaciones de pareja, para aportar nueva información a la psicología teniendo en cuenta si es un método adecuado que contribuye satisfactoriamente a las relaciones, o si por el contrario están disminuyendo la comunicación, la interacción, la afectividad, entre otros. Para así poder establecer técnicas o estrategias que se puedan llevar a cabo desde el enfoque sistémico, aportando como profesionales orientación adecuada a las personas en cuanto al uso de las redes sociales dentro de la relación de pareja.

En cuanto a la sociedad es una nueva forma de conocer y apropiarse de este tema importante el cual está vigente en la modernidad y del cual sabemos que día a día en nuestro entorno estamos rodeados por diversidad de tecnologías las cuales han aportado a nuestro funcionamiento como seres humanos, ya sea para comunicarnos, llevar a cabo procesos laborales, interactuar con personas desconocidas, adquirir información, entre otras.

Es relevante que las redes sociales en un adecuado uso nos permiten familiarizarnos de manera social, conyugal, fraternal, relaciones de noviazgo,

relaciones con las figuras autoritarias (padre-madre o tutor-tutora) entre otras, pero así mismo se pueden evidenciar casos donde no se da un buen manejo de estos medios y pueden llegar a ocasionar disfuncionalidades en los diferentes núcleos de relaciones, enfatizándonos en esta exploración como ente principal la pareja.

Este estudio nos permite conocer los diferentes usos que implementan las personas que comparten una relación de pareja en cuanto a las redes sociales, como es la interacción, en que momentos suelen utilizarlos, si les ha generado discusiones, desconfianza, les ha servido como acercamiento afectivo cuando están distantes, entre otros aspectos relevantes en la relación de las parejas; lo cual todo esto engloba la descripción en cuanto al uso de las redes.

## **Formulaciones del Problema**

### **Formulación del problema**

¿Cómo se da el uso de las redes sociales en las relaciones de pareja?

### **Planteamiento del Problema**

El énfasis principal de esta investigación es la descripción de cómo se da el uso de las redes sociales (Facebook, Twitter, Whatsapp, Line, etc.), entre las relaciones de parejas, identificando las formas como lo utilizan, si este uso de estos medios les han aportado beneficios al proceso de relación o si por el contrario les han generado discusiones, así mismo la perspectiva positiva o negativa que tengan al respecto de estas redes, si les han generado problemáticas, desconfianza y/o generado mayor acercamiento afectivo o por el contrario distanciamiento, si establecen reglas en cuanto al uso, y si existen diferencias de uso en las tres muestras establecidas en diferentes edades.

Se realiza a través de un estudio cualitativo utilizando las técnicas de entrevistas semi-estructuradas, observación no participante y por último la narrativa, las cuales están conformadas de preguntas básicas que son relevantes para el estudio y así mismo manteniendo contactos continuos con la población en este caso las tres parejas que se encuentran en los ciclos vitales diferentes como son: adolescentes, adultez temprana y adultez intermedia.

## **Descripción del problema**

Nace la idea de investigar este tema como lo es el uso de las redes sociales dentro de la relación de pareja, ya que hoy en día se evidencia una gran extensión de estos medios que permiten establecer contactos con diferentes personas y así mismo que estén ubicadas en diferentes lugares del mundo lo cual es relevante que es un medio que permite establecer amistades, iniciar relaciones de pareja, interactuar con la familia, con los amigos, y así mismo es un uso dentro de las relaciones de pareja.

Según (Castro, 2014) las redes sociales son comunidades virtuales en las cuales los usuarios interactúan con personas de todo el mundo, con quienes poseen gustos e intereses en común. Estas redes funcionan como una plataforma de comunicaciones que facilitan la conexión para crear nuevas amistades o afianzar las ya existentes. Dentro de las actividades se encuentran el compartir fotos, videos, entre otros; en un lugar fácil de acceder administrada por los mismos usuarios. Su uso se ha incrementado debido a su extensión en los teléfonos móviles de última generación (Smartphone), que han colaborado como referente de comunicación y socialización.

Se busca conocer como las parejas utilizan estos medios ya que su accesibilidad hoy en día es muy fácil debido a la existencia de los aparatos electrónicos como los son los teléfonos móviles (celulares), donde estos están compuestos de las diferentes aplicaciones que constituyen las redes como los son: Facebook, Whatsapp, line, Twitter, llamadas telefónicas, entre otros.

Desde el enfoque sistémico Minuchin (citado por Galdeano, 1995), afirma que la pareja es denominada subsistema. En el subsistema se encuentra la pareja

que está unido por un vínculo afectivo. Para que la misma se desempeñe correctamente, debe existir un equilibrio entre los elementos simétricos (cosas en común) y los elementos diferenciadores (los que hacen a una pareja complementaria). Si la pareja se encuentra estructurada de forma adecuada se impulsará el crecimiento de ambos y la correcta identificación de los roles en el subsistema.

Se puede concluir según Diamond (citado por Berger, 2009) que las personas han incrementado el uso de las redes sociales durante los últimos años. Esto ha traído como consecuencia que la mayoría de jóvenes las utilicen para mantener el contacto con las personas cercanas a ellos. El campo de la relación de pareja se encuentra dentro de las redes sociales, debido a que el método de comunicación más utilizado hoy en día son estas redes.

Con base en lo expuesto anteriormente, el presente estudio pretende responder a la siguiente pregunta: ¿Cómo es el uso de las redes sociales dentro de las relaciones de pareja en edades adolescente, adultez temprana y adultez intermedia ubicadas en Pamplona Norte de Santander.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

- Describir el uso que se le da a las redes sociales dentro de la relación de pareja, a través de un estudio cualitativo, para explorar su influencia en la relación.

### **Objetivos Específicos**

- Conocer la perspectiva que posee las parejas acerca del uso de las redes sociales, y cual aplicación utilizan más; a través de entrevistas no estructuradas en una población de adolescencia, adultez temprana y adultez intermedia ubicadas en Pamplona Norte de Santander
- Explorar en que momentos o situaciones suelen utilizar las redes sociales en la relación de pareja, por medio de observaciones y entrevistas semi estructuradas, en una población de adolescencia, adultez temprana y adultez intermedia ubicada en Pamplona Norte de Santander.
- Identificar como se da la interacción en las relaciones de pareja en cuanto al uso de las redes sociales, por medio de entrevistas semi estructuradas en una población de adolescencia, adultez temprana y adultez intermedia ubicada en Pamplona Norte de Santander.
- Determinar si las parejas establecen reglas en cuanto al uso de las redes sociales, por medio de entrevistas semi estructuradas en una

población de adolescencia, adultez temprana y adultez intermedia ubicadas en Pamplona Norte de Santander

- Determinar si existen diferencias en el uso de las redes sociales en las tres muestras estudiadas (adolescencia, adultez temprana y adultez intermedia) ubicadas en Pamplona Norte de Santander.

## **Estado del Arte**

### **Ventajas y Desventajas de las redes sociales en relaciones de pareja**

La respectiva investigación se realizó en la Universidad Pedagógica Nacional “Francisco Morazán” Facultad de Humanidades Departamento de Ciencias de la Educación; ubicada en Tegucigalpa. Este tipo de investigación fue cuantitativa. El objetivo principal fue determinar las ventajas y desventajas de las redes sociales en las relaciones de pareja.

Esta investigación tiene un alcance de tipo correlacional ya que la pregunta problema cuestiona sobre las ventajas y desventajas de las redes sociales en las relaciones de parejas y se ven las distintas opiniones desde el punto de vista social bajo las perspectivas de los estudiantes de la “Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán” (UPNFM) de la modalidad presencial en la sede de Tegucigalpa.

La investigación es “No experimental de tipo Transversal o Transaccional” bajo la modalidad correlacional-causal porque en esta ocasión no se manipulo deliberadamente ninguna variable independiente debido a que el procedimiento de investigación No experimental se realizó mediante la observación de los fenómenos tal y como ocurren en su contexto natural para luego ser analizados de manera objetiva. Recolectando los datos necesarios en un solo momento, en un tiempo único, es decir, que se realiza dicha investigación utilizando un instrumento con preguntas cerradas (encuestas) que serán aplicados a los estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional “Francisco Morazán” ubicado en la sede de Tegucigalpa en la modalidad presencial.



El total de la población de estudiantes en la universidad nacional pedagógica francisco Morazán en el I periodo académico 2015 en el sistema presencial es de 5236 estudiantes matriculados, para determinar la muestra de la población total se trabaja con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permitido del 5N.

En los resultados se encontraron que las redes sociales más utilizadas por los estudiantes de la UPNFM son en primer lugar Facebook indicó un 90.8% y Whatsapp un 87.3%, así mismo se indicó que utilizaban otras redes sociales como Instagram, Skype, Vieber, Twitter y BlackBerry Messenger en menos cantidad, los encuestados (as) indicaron que el 83.0% de los estudiantes utilizan las redes sociales todos los días, el 12.3% las utilizan solo una vez por semana, un 3.5% marco que solo una vez al mes y solo un 5% afirmo que no las utilizan.

Los resultados obtenidos con respecto a que si utiliza el chat multimedia con la pareja reveló un 40.8% confirmo que tiene mucho uso de los chat multimedia, el 30.9% opino que tienen poca utilidad, un 19.8% índico que no utilizan la aplicación y solo el 3.0% no respondió.

Los resultados de consultarle a los estudiantes si por medio de las redes sociales era más fácil o ayudaba a reconciliarse luego de haber tenido una discusión con la pareja indicaron el 56.0% de los encuestados les ayuda en algunas veces a reconciliarse con su pareja luego de una discusión, el 28.8% nunca le ayuda, un 12.5% que siempre y el 2.8% no respondió.

Las respectivas conclusiones fueron que los diferentes procesos sistemáticamente en la investigación, la recolección y análisis de información se pudo concluir que: Las redes sociales representan una gran oportunidad para

aquellas personas que desean conocer y establecer una relación con otras personas. Las personas que utilizan las redes sociales como herramienta para buscar o comunicarse con su pareja se encuentran en un rango de 17 a 21 años de edad, lo cual representa un 30.8%, la cual fue tomada de una muestra de personas entre los 17 y 36 o más edad. El Facebook con un 90.8% es la principal red social para entablar relaciones amorosas por parte de los usuarios de estas aplicaciones. La mayor causa de desentendidos entre las parejas que utilizan las redes sociales se deben a el tipo de mensajes que son enviados o recibidos los cuales generan celos en un 47.0 % indicaron que les producía esta sensación, desconfianza en un 61.8%.

Un 51.6% de los usuarios de las redes sociales han logrado reconciliarse con su pareja con ayuda de estas. \ Los problemas que se puedan por el uso de las redes sociales se pueden evitar, permitiendo que la pareja tenga acceso a todas las actividades que en ellas se realizan

### **Influencia de las redes sociales en la relación de pareja de estudiantes de la Universidad Rafael Landívar**

Esta investigación se realizó en Guatemala de la Asunción en enero de 2015. En la cual se dio a conocer la influencia que ejercen las redes sociales en la relación de pareja. Se realizó por medio de un método cualitativo, el cual se ejecutó a través de semi estructurada con preguntas abiertas. Los sujetos que conformaron el grupo de estudio fueron ocho jóvenes que poseen actualmente una relación de pareja que oscilan en las edades de 20 a 25 años que asisten al Campus Central de la Universidad Rafael Landívar. Esta investigación está respaldada por supuestos teóricos que definen las redes sociales y la relación de pareja. De

acuerdo al análisis de los resultados se concluye que las redes utilizadas con mayor frecuencia por los entrevistados son Whatsapp y Facebook. En relación a la influencia de las redes sociales en la relación de pareja de la población, esta se considera positiva.

Utilizan estos medios como reforzadores positivos para su relación con fines de demostrar interés, dar y recibir afecto, un medio para conquistar a la pareja y reconocimiento de los demás. Entre los conflictos más frecuentes ocasionados por las redes sociales se encontró: la existencia de incertidumbre, malentendidos, celos, inseguridad y reacciones negativas ante relaciones pasadas de la pareja. Los conflictos existentes son de baja incidencia, por lo que, se concluye que la influencia de las redes sociales es mayormente positivas.

### **Influencia del Facebook en la relación de pareja**

Esta investigación se realizó en la Universidad Autónoma Nayarit, ubicada en la ciudad de México. Se realizó con un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo donde se analizó las afectaciones que Facebook genera en la relación de pareja en estudiantes y personal administrativo del área de Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad Autónoma de Nayarit (UAN), los objetivos determinados fueron el conocer con qué frecuencia utilizan la red social, el tipo de información que intercambian y con quién, así también se analizó a quienes afecta más a hombre o a mujeres.

Se aplicó una encuesta integrada por 11 ítems donde se recogió la información sobre la influencia de Facebook en la relación de pareja, obteniendo que un 40% de los encuestados respondieron que ocasionalmente se molestan con su pareja debido a los “me gusta” y/o comentarios que realizan a través de su

cuenta en Facebook y el 37% de los hombres y 33% de las mujeres respondieron no haber tenido alguna ruptura sentimental debido al uso de Facebook.

Se puede concluir que a las mujeres les causa mayor molestia que su pareja utilice el Facebook. Compartir fotos, actividades y los “me gusta” que dan a otras publicaciones son las actividades que más les causa problemas, pero a pesar de que el 70% de los encuestados respondieron si tener problemas debido al uso que le dan a Facebook solo el 30% respondió sí haber tenido una ruptura sentimental a causa de ello. Palabras claves: Facebook y relación de pareja.

### **En busca del Contenido de las Redes Sociales: Los “Motivos de las Relaciones”**

Este artículo propone devolverle a la relación social su importancia como unidad básica de las redes sociales, y explorar lo que constituye su “sustancia” considerada aquí como el “motivo” de las relaciones. Las redes relacionales de un panel de jóvenes fueron construidas a partir de una investigación longitudinal que los sigue desde hace 12 años, interrogándolos cada tres años. Se recogieron datos sobre todas las personas frecuentadas en los distintos contextos de vida y sobre la calidad de dichos vínculos. A partir de las respuestas a la pregunta “¿Qué es lo que los vincula?” tratadas aquí estadísticamente, se puede intentar un primer análisis de ese “motivo” del vínculo.

La distribución de los diversos "motivos" de las relaciones es tratada en función de las características de las personas involucradas en el vínculo (ego y alter) y de las relaciones. Asimismo se intentan mostrar algunas tendencias de sus evoluciones a lo largo del tiempo. Como conclusión en este apartado se encontró que los motivos de las relaciones principalmente contextuales son privilegiados

por los varones, las clases populares y por los jóvenes de un bajo nivel educativo; son más frecuentemente mencionados en el caso de los vínculos recientes, más con 199 compañeros que con amigos, conectados con otros y relativamente susceptibles a no perdurar. Con el tiempo y la edad, la importancia de esos motivos disminuye.

### **Análisis de las Relaciones de Pareja de los Estudiantes de la Universidad de Pamplona**

Esta investigación es un trabajo de análisis de las Relaciones de Pareja de los estudiantes de la Universidad de Pamplona, con el fin de recomendar estrategias para un programa de acompañamiento institucional en dicho proceso, que tenga en cuenta el proyecto de vida y el rendimiento académico desde una mirada sistémica, que permita comprender el desarrollo integral desde lo afectivo emocional como instrumento de cambio y transformación hacia la autorrealización. Los hallazgos se logran a partir de una aplicación de instrumentos cuantitativos de varias escalas con estudiantes inscritos a las diferentes facultades de la Universidad de Pamplona.

Este Macro proyecto de investigación está inmerso en el grupo de Investigación Psicología y Sociedad, Departamento de Psicología, Facultad de Salud dando continuidad a la Tesis Doctoral de una de sus integrantes con el objetivo de realizar investigación en Colombia y especialmente en la población de la Universidad de Pamplona. Algunos de los datos fueron recogidos por estudiantes del Diplomado Abordaje psicológico de las relaciones de pareja dirigido por las mismas autoras con el objetivo de integrar el conocimiento y

expandirlo a un selectivo grupo de estudiantes en formación que puedan replicar la importancia de estudiar las relaciones de pareja.

Esta investigación fue de tipo cuantitativo, el diseño utilizado fue exploratorio, descriptivo; el principal objetivo fue explorar las relaciones de pareja desde la perspectiva sistémica en estudiantes de la Universidad de Pamplona, a través de un diseño mixto, con el fin de diseñar y establecer a futuro un programa de acompañamiento para los estudiantes de la Universidad de Pamplona.

Se evidencio como resultado que cobra relevancia que para muchos de los estudiantes consultados, el significado que dan a sus relaciones de pareja es el de una unión significativa y duradera que vas más allá de la atracción y deseo físico y que los complementa como personas y como seres afectivos. Este aspecto tiene su respaldo teórico dentro de la obra de Sternberg (1989), quien sostiene que las personas tienden a apasionarse en sentido de interés y no de pasión, por sujetos que les colman ciertas necesidades, tales como el apego y la aprobación.

De la misma forma, es interesante que haya un significado esencial de apoyo recíproco entre los entrevistados y sus parejas, esta reciprocidad no se contempla en esta investigación ya que se entrevistó a uno de los miembros de la pareja, pero refuerza la afirmación de Sternberg según la cual lo más importante en relación con el cariño y el amor en la pareja no es realmente cuánto quiere uno al otro sino cuanto cree que le quiere, igualmente los resultados apuntan a que se da en la vida universitaria importancia al desarrollo afectivo emocional a través de la estabilidad con la pareja.

Por otra parte, los estudiantes universitarios dan un significado importante a sus parejas para la construcción de sus proyectos de vida, se evidenció que los

estudiantes reconocen las bases para construir sus proyectos en aspectos personales, de pareja, de familia y laborales, donde se propició una sana aceptación de sí mismo y de las circunstancias que los rodean

### **Impacto de las Redes Sociales e Informáticas en los Jóvenes Preparatorianos**

La presente investigación (expo facto transversal descriptiva) tiene como objetivo principal conocer la actitud de jóvenes preparatorianos de ambos géneros acerca de las redes sociales. Para ello se recolectará información a través de una escala Likert, la cual estará dirigida a un total de 100 jueces (50 de una primera aplicación y 50 posteriores a la T de student). La metodología de administración de tal instrumento es de corte monitoreado y personalizado. Los resultados están orientados a una representación cuantitativa y cualitativa; siendo ellos de alto interés y análisis.

Los objetivos principales de esta investigación fueron, conocer la actitud en los jóvenes preparatorianos sobre las redes sociales cotidianas, conocer la actitud de los jóvenes que utilizan redes sociales hacia los que no las utilizan, Identificar la actitud de los jóvenes preparatorianos sobre las relaciones sentimentales en las redes sociales y por ultimo conocer la red social más utilizada hoy en día.

Como conclusión en esta investigación se encontró, sobre la actitud que tienen los jóvenes preparatorianos acerca de las distintas redes sociales se encontró a través de un cuestionario de escala tipo Likert que constó de 50 ítems, mostró que los jóvenes encuentran favorable este medio de redes sociales porque por medio de éstas se puede mejorar un desempeño en los trabajos de equipo, ayuda a un mejor proceso de socialización manteniéndote informado acerca de los

acontecimientos más relevantes de su comunidad y sus amistades más cercanas sin embargo rechazan la idea de hacer a un lado a las personas que no cuenten con este medio y creen preferible no poner datos personales por cuestión de seguridad, teniendo en cuenta que las personas que cuentan con estas es porque en realidad lo desean y no por obligación ni presión.

### **Influye la Red Social Facebook en los Celos de las Parejas**

Esta investigación trata de demostrar si la red social Facebook influye en los celos de las parejas, y a su dará una idea de cómo esta afecta las relaciones amorosas de las personas. Basados en un estudio previo realizado por Emily Christofides, Amy Muise y Serge Desmarais, publicado en la revista *Cyber Psychology & Behavior* en el 2009, y con la ayuda de un análisis de regresión múltiple de una base de datos obtenidas mediante encuestas a personas entre 17 a 25 años de edad, se pretende determinar la influencia de la red social Facebook de los celos dentro de las relaciones amorosas.

El análisis de los datos fue realizado a través de un enfoque descriptivo en una primera etapa, y de un enfoque de modelación en la segunda. Como conclusión este estudio sugiere que Facebook contribuye a los celos en las relaciones. La relación positiva entre la frecuencia con que un individuo visita el Facebook de su pareja y la presencia de celos en las relaciones actuales o pasadas, es significativa. Dado que Facebook es relativamente nuevo, no hay ninguna relación clara entre él y los celos. Esta investigación solo fue un estudio complementario.

### **El Sentido de Vida en los Jóvenes: Redes Sociales, Relaciones Significativas y Actividades de Ocio**



En esta investigación realizada en la Universidad Complutense de Madrid, se plantea una aproximación sociológica y existencial a la realidad de la juventud en la actualidad, desde un enfoque metodológico cualitativo y cuantitativo. Se presentan algunos resultados que pertenecen a una investigación más amplia cuyo objetivo es estudiar la experiencia de sentido de vida en los jóvenes, el uso dual que hacen del tiempo y la posible influencia de su ocupación prioritaria. Los participantes han sido 346 jóvenes universitarios y no universitarios de entre 16 y 30 años.

En concreto, en este artículo se intenta responder a tres interrogantes: ¿El uso de las redes sociales está relacionado con la frustración existencial? ¿Son las relaciones sociales más significativas, amigos y familia, una fuente de sentido para los jóvenes? Respecto al uso dual del tiempo: ¿Existe correlación entre las actividades de ocio y el sentido de vida? Los resultados obtenidos son coherentes a otros estudios paralelos y nos ayudan a comprender la transición que hacen los y las jóvenes hacia la edad adulta.

Los datos encontrados en esta investigación fueron: el sentido de vida de la juventud se reduce conforme aumenta el tiempo de utilización del ordenador y las redes sociales, el sentido de vida de los jóvenes no está relacionado con las actividades de ocio de fin de semana pero si con las realizadas a diario, las fuentes prioritarias del sentido de vida de la juventud son la familia y los amigos.

### **Parejas Inseguras de su Relación Publican más en Facebook**

Un reciente estudio reveló que las personas que están más inseguras en su relación amorosa postean más en Facebook. La investigación, encabezada evaluó a 108 parejas, a quienes se les pidió mantener un diario durante dos semanas

donde anotaran lo que pasaba en su relación. Asimismo, los expertos observaron cómo interactuaba cada participante con su pareja en la red social, midiendo las publicaciones en el muro, actualizaciones de estado y los comentarios de las fotos realizadas entre la pareja.

El equipo de investigación vio un repunte en las interacciones cuando una pareja sentía que su relación decaía. Cabe indicar que en los últimos años se han realizado varias investigaciones sobre cómo el romance nace y muere en la mencionada red social. Lo cierto es que Facebook tiene tanta información sobre una persona que cualquier estudio puede predecir el estado de una relación.

### **Twitter puede ser Causal de Divorcio, Según Estudio**

Este aporte es encontrado en la revista el tiempo donde se encuentra que: el estudio, publicado en la revista especializada *Cyber Psychology, Behavior and Social Networking*, descubrió que "el uso activo de Twitter puede generar muchos conflictos de pareja vinculados a la red social, lo que a la larga puede conducir a la infidelidad, la ruptura y el divorcio". La investigación, divulgada en Estados Unidos, siguió el paso de trabajos previos, que ya daban muestras del impacto de Facebook en el matrimonio y las relaciones de pareja en general. El autor del estudio, Russell Clayton de la Universidad de Missouri, concluyó que este hallazgo se suma a la pila de evidencia preexistente sobre el lado oscuro de las redes sociales y su papel en las relaciones interpersonales.

Otra investigación de Clayton, publicada en la misma revista el año pasado, halló que el uso excesivo de Facebook tenía consecuencias negativas en las relaciones de pareja. La editora en jefe de la revista, Brenda Wiederhold,

añadió que este tipo de estudios subrayan la necesidad de investigar más el impacto del uso de las redes sociales. "Como la investigación sobre las redes sociales aún está en pañales, no sabemos si otros medios, como por ejemplo Instagram, también pueden impactar negativamente las relaciones humanas", dijo en un comunicado.

Para el último estudio, los investigadores encuestaron a 581 usuarios de Twitter. Entre las preguntas figuraba la frecuencia con la que usaban la red social y a qué tipos de conflictos se enfrentaban los participantes con sus parejas como resultado del uso de micro blog. Clayton concluyó que mientras más activo era el participante en Twitter, más probabilidades había de que tuviera conflictos con su pareja vinculados a la red social. Estas conclusiones "replican en parte" la investigación previa de Clayton sobre Facebook. "Basándome en los hallazgos de ambos estudios, tanto Twitter como Facebook tienen efectos dañinos en las parejas", escribió.

### **Redes Sociales y Jóvenes. Uso de Facebook en la Juventud Colombiana y española**

Las redes sociales se han convertido en ámbitos de interacción social entre los jóvenes, que crean un perfil para relacionarse con los demás. La exposición pública en el caso de los adolescentes puede generar problemas sobre aspectos sociales, emotivos y afectivos. Esta investigación analiza cómo se usa Facebook por parte de los jóvenes y qué experiencia obtienen de ello. Aunque dicen conocer los riesgos, admiten que aceptan a desconocidos como amigos y ofrecen datos reales sobre su vida. Ante esta situación, se hace más evidente la necesidad de la

alfabetización mediática y digital de estos jóvenes que, aunque no deberían estar en Facebook hasta los 13 años, cuentan con un perfil de manera mayoritaria.

Para ello se ha utilizado una metodología basada en el análisis de contenido y las entrevistas en profundidad. Se trata de un estudio comparativo entre Colombia y España. En Colombia se han realizado 100 análisis de perfiles y 20 entrevistas en profundidad. La muestra ha sido de adolescentes de 12 a 15 años, de la Institución Educativa Distrital Técnico Internacional de Bogotá. En España se han analizado 100 perfiles y se han realizado 20 entrevistas a chicos de 12 a 15 años, de Institutos (IES) de Andalucía.

En este estudio se concluyó que tanto en Colombia como en España, la mayoría de los jóvenes de 12 a 15 años utiliza Facebook para relacionarse con sus amigos y amigas. Es un medio más de socialización, tan importante o más que otros. En ambos países los jóvenes tienen necesidad de «estar» en la Red y de mostrarse en ella de la forma más original posible (o, por lo menos, de lo que entienden por originalidad). Por ello, se manifiestan con un lenguaje propio, ajeno a las normas ortográficas y gramaticales al uso. Tanto en Colombia como en España utilizan esta peculiar forma de comunicarse. En el caso de Colombia, además, es habitual ofrecer lo que hemos venido llamando «texto-imagen», es decir, esas imágenes creadas a partir de texto. Esta manifestación de supuesta originalidad también queda patente en las fotografías.

Tanto en España como en Colombia, los chicos y chicas compiten por subir fotos llamativas para sus compañeros/as: posados, fotos con gestos sugerentes, imágenes retocadas, montajes. La mayoría se sobre-expone en las

redes sociales. Muestra de ello son las 114,6 fotos por persona (de la muestra estudiada) en Colombia y las 168 fotos de cada miembro de la muestra española. Únicamente en las «Fotos de perfil», se alcanza la media de 26,1 fotografías por perfil en Colombia y de 23 en España. Cifras muy similares tanto en Colombia como en España.

### **Tres Cambios que Causo Internet en las Relaciones de Pareja**

Atrás quedó el bar, la fiesta de amigos y el encuentro casual: el "mercado virtual" del amor es real y está en expansión. Según un estudio publicado este lunes, dos de cada tres personas que utilizan páginas web para encontrar pareja terminan concretando citas con potenciales "almas gemelas". Y una de cada cuatro parece encontrarla. En concreto, el estudio, del Centro de Investigación pew un organismo estadounidense que analiza tendencias contemporáneas- revela que 66% de las personas que utilizan Match.com, Harmony, cupid y similares (en Estados Unidos), han concertado encuentros con posibles novios. Suelen tener entre 25 y 45 años, son universitarios y ciudadanos. De este grupo, 23% se ha casado o ha establecido una relación sólida de varios años.

Todas las variables analizadas en el estudio, que evalúan la dinámica de quienes recurren a este tipo de sitios, registraron un aumento promedio de 10% al ser comparadas con datos obtenidos en un proyecto similar realizado en 2005. También revelaron cambios en la dinámica de las relaciones amorosas a raíz de la influencia de la web para que "cada oveja encuentre a su pareja".

A continuación se presentan algunos:

En los últimos años se ha vuelto muy común el uso de la red -y cualquier herramienta que ésta ofrezca- para hacer un poco de investigación acerca de la persona con quien se está empezando a salir o de alguien que podría convertirse en un pretendiente. Motores de búsqueda como Google, y redes sociales como Facebook y Twitter, son los medios preferidos para realizar esta labor. Según el análisis del Centro de Investigación Pew, titulado "Citas por internet y relaciones amorosas", este grupo representa un tercio de la población estudiada, lo que equivale a un 23%. El número duplica el registrado en 2005.

Y al parecer, las mujeres se dedican a esta tarea mucho más que los hombres. La curiosidad también es retroactiva. El 38% de los solteros que están a la caza y 32% de quienes están casados o en relaciones estables de menos de 10 años, reconocieron haber buscado información acerca de su "ex". La mitad de los integrantes del primer grupo y un 39% del segundo confesó haber "coqueteado" a través de internet. Las redes sociales también han modificado la manera en la que transcurre una relación amorosa.

Los "adultos jóvenes" (que tienen entre 18 y 29 años) tienden a hacer pública su dinámica, por lo que 31% hace comentarios acerca de sus sentimientos en las redes sociales y comparte fotos de sus salidas con alguien que le gusta o con quien ya tiene una relación. Un 15% de los usuarios de sitios como Facebook y Twitter han invitado a salir a una futura "media naranja" a través de estas plataformas. Y 12% de los encuestados se "hicieron amigos" o empezaron a "seguir" a alguien porque un conocido sugirió que ambos podrían organizar una cita.

En general, quienes recurren a sitios web para conseguir pareja tienen una opinión positiva acerca del tema, pero no para todas las experiencias resulta agradable. Aarón Smith, coordinador del estudio, le dijo a BBC Mundo que, en este aspecto, hubo dos elementos que destacaron los integrantes de la muestra. "El primero es que, en muchos casos, la gente no se presenta como realmente es. El 54% señaló que había personas que no tenían nada que ver con su descripción en la red. La segunda es que un número considerable de usuarios (28%) contacta a otros de una manera invasiva y desagradable, lo que podría catalogarse como acoso. La mayoría de las víctimas son mujeres (42%)".

En lo que respecta a las redes sociales, para algunos pueden convertirse en un doloroso recordatorio de una relación que fracasó. Por eso, 17% de los usuarios eliminó fotos en las que salía con su "ex" o quitó su nombre de las mismas. Mientras que 22% de los participantes en este estudio dijo que sacó de su lista de amigos a la persona (o personas) con quien salió previamente.

### **Influencia de las Redes Sociales en las Relaciones de Pareja**

Este es un artículo donde se evidencia una pequeña investigación que pone en manifiesto como las nuevas tecnologías van abriéndose paso a través de todas las esferas de nuestras vidas, incluso en el área afectiva de la pareja. El objetivo en esta es ver si existe relación entre la confianza depositada en una pareja y que supone que su pareja revise sus redes sociales. Utilizaron una muestra de 162 sujetos con una medida de edad entre 23 a 43 años y con un cuestionario realizado para parejas de forma individual lanzado a las redes sociales, se concluye que existen medias muy altas en cuanto a confianza de pareja, no obstante, los resultados también aporta que si existe una incomodidad

por parte de los evaluados si su pareja le revisa las redes sociales que suelen utilizar.

### **Parejas que Terminan una Relación utilizan hasta una hora más de Whatsapp al día**

Así lo constató primer estudio que indagó en el impacto de las redes sociales en este tipo de relaciones. El año pasado, Daniel Halpern, académico de la Facultad de Comunicaciones de la U. Católica, fue uno de los autores de un estudio que estableció una correlación entre el aumento de la penetración de Facebook en la población de Estados Unidos y el aumento de la tasa de divorcio en este país. Esta investigación fue uno de los precedentes que lo motivaron para estudiar la influencia de las redes sociales e Internet en la calidad de vida de las parejas chilenas, a través del estudio “El rol de las tecnología en el matrimonio”, dado a conocer ayer.

La conclusión: Las personas que terminaron su relación durante el año que duró la investigación, dijeron usar Whatsapp entre dos y tres horas en promedio en un día versus la que continuaron con sus parejas, que declararon usar esta plataforma entre una y dos horas en el mismo lapso. WhatsApp se usó como referente porque aparece con un uso más intensivo de parte de los encuestados. “Los que terminaron usan Whatsapp casi una hora más”, dice Halpern.

### **¿Las Redes Sociales rompen Parejas?**

"Tengo miedo del día en que la tecnología sobrepase la interacción humana, entonces el mundo tendrá una generación de idiotas". Son palabras que



Albert Einstein pronunciaba hace algunos años, y que hoy en día pueden resonar en la cabeza de muchos. Pero lo cierto es que la tecnología, internet y las redes sociales en particular son una realidad más que palpable en nuestra sociedad, donde a pesar de sus evidentes ventajas también, y en función de su uso, pueden hacer mella en nuestras relaciones personales y de pareja.

Tanto es así que en las últimas semanas varios medios de comunicación se han hecho eco de un estudio publicado en la revista *Cyber Psychology and Behaviour Journal* en el cual aseguraban que "28 millones de parejas en el mundo han podido romper su relación por culpa de plataformas como Facebook o Whatsapp". Sin embargo, el mundo no ha podido confirmar la existencia de estos datos o del citado estudio al no estar disponible su contenido. Pero lo que sí hemos podido contrastar, a través de diferentes expertos, es que en España todavía no hay ningún dato o estudio acerca del daño o lo que pueden hacer las redes sociales a las relaciones.

Y en cuanto a las relaciones de pareja, también debería explicitarse todo aquello relacionado con el mundo virtual, pues se tiende a comentar poco o nada lo que ambos miembros de la pareja piensan, por ejemplo, sobre qué es la infidelidad o las normas que han de regir su relación, respecto al control que uno ejerce sobre el otro y poner los límites. "Cada uno tiene su idea al respecto y generalmente existe el 'pensamiento mágico' de que el otro piensa exactamente lo mismo que uno, y cuando se genera algún conflicto se dan cuenta de que no es así", explica la experta.

De este modo insiste en que es muy importante mantener dos ideas claras en cuanto a cómo gestionar las redes sociales para que no acarree ningún problema. Lo primero y fundamental es saber que las redes sociales forman parte

de nuestra vida, que son una realidad y han venido para quedarse. Y en segundo lugar, conocer que hay una delgada línea entre lo que hacemos presencialmente y virtualmente y que ambas se solapan constantemente en nuestras relaciones afectivas (amistades y pareja), y en la parte profesional y formativa. "La conducta en las redes sociales suele ser más impulsiva que la que practicamos en la vida presencial, así que hay que aprender a reflexionar cuando realizamos acciones en la vida virtual", concluye.

### **Nomofobia: Esclavos del Móvil**

El término nomofobia significa "no-Mobile-phone phobia" o, lo que es lo mismo, la dependencia al teléfono móvil llevada al extremo. Es el nombre con el que se ha definido al miedo de estar sin móvil. Puede parecer una simple adicción, pero también es posible que detrás de eso haya un grave problema psicológico.

Las relaciones de pareja se han visto afectadas en gran medida por el uso permanente del Smartphone, aunque también es cierto que las facilita en muchas ocasiones. Hoy en día tenemos muchas formas de comunicarnos, aunque, llevado al extremo, esto provoca un enorme problema.

"El hecho de mantener una relación a través de la pantalla hace que, a la larga, no seamos capaces de ser nosotros mismos cuando estamos cara a cara. Las personas inseguras se benefician al estar protegidas por un teclado y al poder expresar más cosas en la realidad virtual", explica el especialista.

Se trata de un círculo vicioso. El miedo a la inseguridad aumenta la protección de estar detrás de un aparato y, al pasar más tiempo con el artilugio entre manos, más habilidad adquirimos en su uso y más pánico tenemos la cara a cara.

“A veces no somos capaces de trasladar las relaciones que creamos a través del ordenador o del Whatsapp a la realidad del día a día. Ahí estaremos ante un problema”, declara el psicólogo Antonio de Dios.

## **Marco Teórico**

### **Teoría del Enfoque Sistémico**

#### **Teoría General de Sistemas (TGS)**

Desde que Bertalanffy formuló en 1968 la Teoría General de Sistemas (TGS), ésta teoría ha sido ampliamente divulgada. Surgió con la finalidad de dar explicación a los principios sobre la organización de muchos fenómenos naturales y en la actualidad es aplicada al conocimiento de muchas otras realidades, tanto naturales como ecológicas, medioambientales, sociales, pedagógicas, psicológicas o tecnológicas, (Hernández, 1989, 1993 & 1997; Castillejo & Colom, 1987 Cusinato, 1992; Campanini & Luppi, 1996; Rodríguez Delgado, 1997), habiéndose convertido en el modelo predominante en los estudios de familia (Satir, Minuchín, 1986; Selvini, Palazoli, Andolfi, 1993, Musitu et al., 1994, Rodrigo & Palacios, 1998, Gimeno, 1999).

Los trabajos iniciales surgen en terapia familiar y son las Escuelas de Palo Alto y Milán las que basan en él sus propuestas de intervención. Posteriormente, el modelo evoluciona contrastando sus resultados con la experiencia clínica y con la investigación empírica de laboratorio, al tiempo que incorpora elementos de otras Teorías psicológicas, como el constructivismo, la Gestalt, el Psicoanálisis, el modelo Cognitivo Comportamental, la teoría de Aprendizaje Social o la Psicología del Desarrollo, dejando de manifiesto la flexibilidad y la capacidad integradora del modelo. La población de estudio en el modelo sistémico, no queda sólo reducida al estudio de pacientes y familias con problemas graves, sino que explica el comportamiento y la evolución de familias normativas y normalizadas,

sirviendo de base a programas de formación y prevención (Millán Ventura, 1990; Rodrigo & Palacios, 1998, Gimeno, 1999).

Los trabajos mencionados consideran a la familia un sistema, al que le son aplicables los principios propios de los Sistemas Generales, y también otras características relevantes, que facilitan su comprensión y que son específicas de los sistemas familiares. En la actualidad el enfoque sistémico ha permitido definir un nuevo paradigma en la ciencia, por lo que el propósito de nuestro trabajo estriba en exponer las principales aportaciones realizadas con dicho enfoque en los estudios de Psicología familiar, resaltando la relevancia y el significado que el modelo aporta al proceso de desarrollo familiar, a su evaluación y a la intervención familiar.

### **Microsistema, mesosistema y macrosistema familiar.**

El proceso de desarrollo del ser humano, al igual que ocurre en cualquier otro organismo vivo, se enmarca en una serie de sistemas relacionados unos con otros, que son distintos escenarios de interacción con el ambiente. Esta cuestión, esencial en la biología, ha sido tomada en cuenta por Bronfenbrenner (1987), quien la ha aplicado al sistema familiar, considerando que la familia es el sistema que define y configura en mayor medida el desarrollo de la persona desde su concepción.

Dado que para este autor el entorno es algo que trasciende la situación inmediata y afecta directamente a la persona en desarrollo, adoptó la terminología de “modelo ecológico” que se concibe como una disposición seriada de estructuras concéntricas inclusivas, en la cual cada una de las estructuras se encuentra inmersa en la siguiente. Estas ideas no son análogas al modelo de

familia como categoría sistemática en la biología, ni tampoco al concepto de población en la ciencia ecológica.

No obstante, para el estudio de las relaciones familiares desde el campo de la psicología, el modelo ecológico aporta unas bases importantes que nos permiten ver distintas maneras con las que una persona se relaciona con el entorno.

### ***Microsistema.***

Es concebido como el conjunto de interrelaciones que se producen dentro del entorno inmediato, según Bronfenbrenner, (1986), Rodrigo & Palacios, (1998) & Papalia & Olds, (1992), la familia es el microsistema más importante porque configura la vida de una persona durante muchos años. A partir de nuestra experiencia en formación de familias y de nuestra participación en programas de prevención (AVAF, 2003), resaltamos la relevancia que estos términos aportan a los estudios de la familia, como dimensiones básicas, tanto en la valoración del nivel de funcionalidad del sistema, como en la elaboración de pautas para el asesoramiento y el apoyo familiar. Las relaciones que se dan en el interior del microsistema a su vez reciben la influencia del exterior, aunque no se participe de manera directa y activamente en ellas; no obstante, delimitan lo que tiene lugar en el ambiente más próximo, esto es el exosistema.

### ***Mesosistema.***

Como conjunto de sistemas con los que la familia guarda relación y con los que mantiene intercambios directos, es una dimensión importante en los informes de valoración familiar. En cada etapa de ciclo familiar, suele haber unos sistemas de interacción más frecuentes, que todo informe de valoración debe considerar: la escuela, la pandilla, el club deportivo, el partido político o la

asociación de vecinos, son algunos ejemplos. En cada caso, el mesosistema recibe la influencia de la familia, así las tensiones familiares se reflejan en el comportamiento del hijo en la escuela, al tiempo que la familia recibe la influencia de la escuela y del barrio en temas de relaciones sexuales, de prevención del sida, en la educación vial o la evitación del consumo de tabaco, por citar sólo algunos ejemplos.

Por contrapartida la ausencia de integración en el entorno físico y sobre todo social puede ser frecuente en muchos casos de inmigración, interna o externa, y en casos de marginalidad, lo que supone un aislamiento que facilita la entropía y por tanto el deterioro del sistema, dejando a la familia, por ejemplo, sin información sobre recursos sociales reales o potenciales, y sin apoyos puntuales ante las dificultades leves que acaban por incrementar el estrés y los problemas familiares, como cuando una pareja no tiene con quien dejar a su hijo menor durante la jornada laboral. En otros casos, el mesosistema existente puede convertirse en una fuente de apoyo para la delincuencia o el deterioro personal, como en el caso de los adolescentes con absentismo escolar o adictos a sustancias, en cuyo mesosistema de referencia tienen máxima importancia pandillas de iguales con los mismos comportamientos problemáticos con quienes se refuerzan mutuamente.

### ***Macrosistema.***

Entendido como el conjunto de valores culturales, ideologías, creencias y políticas, da forma a la organización de las instituciones sociales. En nuestro caso, la cultura predominante en el entorno familiar es también una dimensión a comparar con la cultura de origen de cada familia. En los casos en que la

divergencia entre ambas sea alta, como en el caso de familias musulmanas que emigran a un país católico, las demandas de cambio que derivan del entorno constituyen una fuente de presión nada fácil de asimilar.

El modelo sistémico nos permite pues observar cómo cada grupo familiar se inserta dentro de una red social más amplia, y desde ésta despliega su energía para alcanzar su propia autonomía, como un todo. Pero a la vez nos permite analizar cómo cada microsistema permite integrar la energía de los demás miembros del sistema, bien sean estos individuos, bien sean subsistemas. En nuestro caso, el microsistema de referencia es la familia, y la pareja y la constelación fraterna son los dos subsistemas de obligada referencia. Ampliando esta idea, Musitu et al. (1994) resaltan la idea de la TGS, según la cual el todo contiene a la parte y en cada parte está contenido el programa, el cual viene determinado por el todo, por lo que podemos deducir que hay una reciprocidad y comunicación constante entre ambas, entre el sistema y sus componentes, y en consecuencia, cierta direccionalidad entre sistema y subsistemas.

Partiendo de estos principios podemos decir que dentro de los sistemas, los subsistemas funcionan con sus características propias, formando una verdadera unidad con la totalidad. La interacción de los componentes en los subsistemas se regula mediante flujos estables, que se retroalimentan por la acción de todos aquellos subsistemas que participan en el sistema. Así, la estructura familiar es compleja y la dinámica general de la misma está mediada por el funcionamiento particular de cada subsistema, en los diferentes ciclos de la vida total del sistema.



### **Definición de familia y conceptos básicos según la TGS**

Desde la perspectiva que nos ocupa, y aunque se integre en un sistema más amplio, la familia se define como un sistema, es decir: “La familia es un conjunto organizado e interdependiente de personas en constante interacción, que se regula por unas reglas y por funciones dinámicas que existen entre sí y con el exterior”, (Minuchín, 1986, Andolfi, 1993; Musitu et al., 1994, Rodrigo & Palacios, 1998).

A partir del enfoque sistémico los estudios de familia se basan, no tanto en los rasgos de personalidad de sus miembros, como características estables temporal y situacionalmente, sino más bien en el conocimiento de la familia, como un grupo con una identidad propia y como escenario en el que tienen lugar un amplio entramado de relaciones. Esta definición de familia supone un gran avance para el estudio de la organización familiar, y de ella extraemos las características del sistema -conjunto, estructura, personas, interacción- y otras atribuibles a los sistemas sociales -abierto, propositivo, complejo-, además de las características específicas del sistema familiar -intergeneracional, larga duración, facilitador del desarrollo personal y social de sus miembros.

Empezando por los términos que aparecen en la definición de sistema, vemos que la familia es:

#### ***Conjunto.***

En tanto que conjunto, la familia es una totalidad, una Gestalt que aporta una realidad más allá de la suma de las individualidades, más allá de los miembros que componen la familia. Esta totalidad se construye mediante un sistema de valores y creencias compartidos, por las experiencias vividas a lo largo

de la vida, y por los rituales y costumbres que se transmiten generacionalmente. Esta cultura familiar fraguada con el tiempo da una identidad al grupo, fortaleciendo el sentido de pertenencia de sus miembros, dando respuesta a sus necesidades de filiación y contribuyendo a la construcción de la propia identidad personal frente al medio, respondiendo a la propiedad de homeostasis o morfostasis de la TGS según (Ochoa de Alda, 1995).

### ***Estructurado.***

Lo mismo que cualquier sistema, la familia lleva consigo una estructura, una organización de la vida cotidiana que incluye unas reglas de interacción y una jerarquización de las relaciones entre sus componentes; también incluye unas reglas que regulan las relaciones entre los familiares y las relaciones con el exterior y que indican quién pertenece y quién queda excluido del grupo familiar (Pearson & Bales, 1955).

Es importante el conocimiento de estas reglas, tanto explícitas como implícitas, que condicionan las propias relaciones familiares, para conocer y comprender a la familia y sentar las bases de cualquier tipo de intervención sobre ella, pues pueden incidir de forma significativa en cómo la familia hace frente a los problemas de cada uno de sus miembros y a su propia problemática como grupo. Las reglas suelen ser acordes con los valores y creencias de la familia y regulan también la detección de las necesidades de sus miembros, la comunicación y las conductas de dar y recibir ayuda, que son de suma importancia para conocer la funcionalidad del sistema.

Las reglas responden a Meta reglas, que son reglas de orden superior, como por ejemplo la que regula la posibilidad de cambiar, o no, las reglas, o como

la que establece reglas diferentes en función del género. En concreto, la meta regla que regula el cambio es de suma importancia, pues si se opone al cambio, bloquea el desarrollo familiar, e incluso la posibilidad de cambiar, aunque el cambio suponga mejorar la calidad del sistema. En esta línea apuntan Watzlawick, Weakland & Fisch (1974) al hablar de la incapacidad de algunos sistemas para generar meta reglas que les lleven a reconocer las propias debilidades y cambiar sus metas, su roles o sus patrones de interacción.

Las reglas de funcionamiento rígido e incuestionable se manifiestan en el propio repliegue de la familia hacia sí misma, pues cualquier cambio se percibe como una traición, como una amenaza o intromisión, hasta el punto de rechazar cualquier intervención guiada desde el exterior, como sucede con la terapia.

La estructura familiar supone que existe una o unas figuras que asumen el liderazgo, por tanto, ellas ejercen una mayor influencia en la elaboración y mantenimiento de las normas familiares, y también en las sanciones que pueden derivarse de su incumplimiento. El líder familiar ejerce también una mayor influencia en el modo de pensar, sentir y comportarse de los miembros de la familia. La estructura familiar es asimétrica y la funcionalidad del sistema requiere que así lo sea, siendo mayor la competencia en aquellas familias cuyo liderazgo recae en los adultos (Beavers & Hampson, 1990).

La funcionalidad del sistema también es mayor cuando el liderazgo es democrático o existe una autoridad flexible (Minuchin, 1984), mientras las familias caóticas, en primer lugar, y las rígidamente autoritarias luego, generan modelos familiares con más carencias para el desarrollo y con menos satisfacción entre sus miembros. Personas. Desde la perspectiva sistémica se ha olvidado a

menudo al sujeto psicológico en aras de la relevancia concedida a la interacción. No obstante, la psicología familiar y la psicología del desarrollo han retomado su papel dentro de la familia como sujeto activo con capacidad de modificar el sistema y de cambiar las metas y los procedimientos internos, sin que el sujeto quede reducido a un mero producto de la globalidad.

La principal crítica dirigida hacia el olvido del sujeto psicológico surge de la terapia familiar, al ver los sentimientos de culpa que se generan en la familia cuando se le asigna al sistema la responsabilidad de la patología de alguno de sus miembros:

*El paciente sintomático.*

La familia se resiste a asumir toda la responsabilidad de tener una hija anoréxica, una madre esquizofrénica o un padre con intentos de suicidio. Sin que la crítica suponga una vuelta a la causalidad unidireccional e individual, y conscientes de que no todos los miembros de la familia tienen el mismo poder para producir o generar el cambio, los estudios de enfoque sistémico reconsideran el papel del individuo. En esta línea se mueve el constructivismo, paradigma de gran relevancia en psicología y que integran también los psicólogos sistémicos que estudian la familia.

Entre ellos es Kriz (1994) quien con más precisión resalta el papel activo del sujeto, pues lo considera activo en tres dimensiones: como procesador activo de la información, como estímulo con impacto en el resto del sistema y como sujeto capaz de desarrollar una comunicación autorreferente, es decir, capaz de entablar un diálogo interior. En la misma línea de defensa del individuo, la psicología del Desarrollo reivindica el fenómeno de la resiliencia (CyruLink, 2002)

como un proceso de desarrollo, que supone una resistencia individual a los entornos adversos y devastadores, entre ellos a la familia; en los casos de resiliencia la persona se desmarca de los modelos que le ofrece la familia, buscando referentes o tutores más allá del entorno próximo, en los que se apoya para potenciar su desarrollo personal y social más allá de todo pronóstico.

***Propositivo.***

Desde esta concepción más ecológica, se puede hablar de sistema evolutivo como otra característica del sistema familiar, que en la terminología empleada en psicología es análogo a “sistema propositivo”, es decir, orientado a la consecución de determinadas metas. Las metas del sistema familiar son en principio asignadas socialmente, y luego interiorizadas; y son básicamente la protección y educación de los hijos y su integración en la comunidad como miembros activos. Si bien esta doble meta es el denominador común de todas las culturas y momentos históricos, su concreción ha ido cambiando, y aún hoy es diferente en cada comunidad y en cada etapa de desarrollo de la familia.

Además, a pesar de que siempre se ha considerado a la familia como un sistema orientado principalmente a la protección y desarrollo de los hijos, la protección es una meta que se hace extensiva a todos los miembros de la familia, especialmente a aquellos más frágiles o vulnerables: enfermos, mujeres, ancianos..., de modo que en las sociedades occidentales se han ido creando leyes y sistemas de protección orientados a que la familia proteja y vele por los derechos de todos.

***Auto organizado.***

La familia plantea sus metas y los medios para lograrlas, de ahí que hablemos de un sistema auto organizado. La familia es pues agente de su propio desarrollo, de sus propios cambios a través de estrategias, normas, recursos y procedimientos aportados por todos sus miembros, que van asimilando del mismo entorno en el que la familia se desenvuelve o bien de su particular historia familiar. Además la auto organización se une a la capacidad de retroalimentación, es decir, de recabar información sobre el proceso de desarrollo familiar, sobre los niveles de logro de las metas y sobre la eficacia de las reglas y de las estrategias activadas a tal efecto.

La retroalimentación posibilita una auto organización más eficaz, aunque no siempre las familias dominan estas competencias, y al valorar su funcionalidad surgen distorsiones cognitivas en la valoración de resultados o de medios, y encontramos resistencia al cambio para reorganizar el sistema. Esta idea de auto organización guarda estrecha relación con el término autopoiesis definido por Maturana y Varela, que significa también una resistencia a los cambios que provienen del exterior, para los que la familia desarrolla procesos de asimilación e integración de lo nuevo en la estructura existente y de rechazo a lo que se considera extraño al sistema. (Maturana & Varela, 1990).

La autopoiesis explica también la ya mencionada resistencia al cambio que vemos en terapia familiar, que encuentra muchos sistemas familiares con episodios de crisis recurrentes o con estructuras disfuncionales que se mantienen a pesar de su poca eficacia, o incluso a pesar del sufrimiento que generan (Pittman, 1990).

### ***Interacción.***

Los miembros de la familia permanecen en contacto entre sí a partir de una serie continua de intercambios que suponen una mutua influencia y no una mera causalidad lineal, sino bidireccional o circular, que tiende a mantenerse estable. Este rasgo de circularidad, unido a la idea de totalidad a la que anteriormente hemos aludido, es en nuestra opinión uno de los rasgos que ha servido de apoyo a las terapias e intervenciones de origen sistémico, contribuyendo a debilitar las terapias centradas en la causalidad lineal y en la persona. Por el contrario, las terapias sistémicas tratan de cambiar el sistema familiar, más que a los miembros designados como enfermos - pacientes sintomáticos- y a reestructurar las interacciones que implican a todos, adultos y niños, enfermos y sanos, dominantes y dominados, porque todos contribuyen a configurar el sistema.

### ***Abierto.***

Desde el punto de vista termodinámico y de la organización, los sistemas se clasifican en abiertos o cerrados, según se intercambie, o no, energía, materia o información con el exterior del mismo. Los sistemas vivos, como los organismos o los ecosistemas, se consideran sistemas abiertos, y también la familia se puede considerar como sistema abierto (Musitu et al., 1994), en tanto que presenta unos límites permeables a la influencia de otros sistemas, como pueden ser la escuela o el barrio.

La familia, como sistema abierto, significa que está en continua interacción con otros sistemas. Existe, por lo tanto, una vinculación dialéctica respecto a las

relaciones que tienen lugar en el interior de la familia y el conjunto de relaciones sociales; aquellas están condicionadas por los valores y normas de la sociedad de la cual la familia forma parte.

### **Estabilidad y cambio: el gran desafío del desarrollo familiar.**

En primer lugar, la familia se puede considerar como un sistema en constante transformación, lo que significa que es capaz de adaptarse a las exigencias del desarrollo individual de sus miembros y a las exigencias del entorno; esta adaptación asegura la continuidad y a la vez el crecimiento psicosocial de los miembros (Lila et al., 2000), si bien es un proceso que ocurre debido al equilibrio entre las dos fuerzas que prevalecen en todo sistema: por un lado la tendencia hacia la homeostasis o morfostasis, es decir la tendencia a mantener estable el sistema adaptándose a los cambios, y por otro, la capacidad de desarrollo y de cambio, o morfogénesis (Ochoa de Alda, 1995), entendida como transformación, propia de algunos organismos, como es el caso de nuestra especie.

Fuerzas que empujan al cambio provienen de los propios miembros de la familia, de los sistemas con los que la familia interactúa (mesosistema) y del propio macrosistema donde se enmarca la familia. No obstante, no podemos obviar dos aspectos básicos en esta concepción aplicada a la familia. Por una parte, que los cambios o transformaciones, por lo general, suelen comenzar produciéndose desde los elementos más externos del sistema, mostrando más resistencia al cambio a medida que nos acercamos al núcleo del mismo.

Ello es debido a que los elementos más periféricos y recientes suelen ser más vulnerables e influenciados por otros sistemas, a la vez que manifiestan una



mayor predisposición al cambio y por tanto a la intervención. Por el contrario, los elementos internos, que suelen coincidir con los primigenios del sistema, suelen estar más protegidos de las influencias externas y resultar así ser más estables, lo cual es lógico al suponer que son la base sobre la cual se constituye el sistema, según ha expresado Andolfi (1993).

En consecuencia, existe la tendencia entre los elementos internos a considerar que sus normas y creencias sean las adecuadas, debido a que a ellos mismos les han servido. Esta característica podría explicar la facilidad con que los hijos se adaptan a las nuevas demandas sociales, mientras que los padres presentan una mayor dificultad para adaptarse o entender las mismas. Y por otro lado, al entender que el equilibrio u homeostasis de todo sistema está íntimamente relacionado con el medio donde el sistema se instaura e interactúa.

Por esta razón podemos encontrar familias disfuncionales, o con grandes desequilibrios desde nuestra perspectiva de normalidad en función de la concepción que tenemos de nuestro propio sistema familiar, pero que en cambio han hecho de la disfuncionalidad una forma de equilibrio y de permanecer como sistema relativamente estable dentro del contexto donde están inmersas, en muchas ocasiones también disfuncional. Existen familias en las que imperan la violencia y los abusos pero que, a pesar del sufrimiento, mantienen durante décadas la misma estructura interna.

Otro aspecto importante, según Andolfi (1993), es entender la familia como un “sistema activo”. Esta expresión no muestra analogía con el lenguaje

propio de la TGS sino que probablemente corresponde a la terminología que este autor ha utilizado para no confundir estabilidad de un sistema con inmovilidad del mismo.

Los cambios sociales acaecidos en nuestro entorno social, económicos, tecnológicos, sociales e ideológicos, acentuados por la globalización, la inmigración, los medios de comunicación, el feminismo, el reconocimiento universal de los derechos humanos, la democratización, el laicismo etc., están demandando a la familia, sobre todo en la cultura occidental, cambios sustanciales y rápidos en su composición y en su organización interna. Se demanda cambios que, por su amplitud y rapidez, son generadores de desorientación y estrés, y para los que las familias no siempre tienen posibilidad de dar respuesta, ni tienen suficiente capacidad de adaptación, por lo que las familias se ven a menudo atrapadas en una escalada de conflictos y crisis que las llevan a la angustia, a la patología y a la ruptura.

### **Subsistemas familiares.**

Aunque son muchos los subsistemas estructurales o funcionales que pueden darse dentro de la familia, como las diferentes familias nucleares que se diferencian en la familia extensa, en el sistema familiar nuclear, que es el referente predominante en nuestra cultura, encontramos dos subsistemas estructurales básicos y bien diferenciados: la constelación fraterna y la pareja, si bien aparecen altamente relacionados entre sí como se demuestra, no sólo a nivel científico, sino en la misma vida cotidiana.

Cada uno de estos dos subsistemas tiene sus propias normas y relaciones que se definen en su interior, aunque, naturalmente, en algunos aspectos vitales de la convivencia reciben influencia mutua uno del otro, mucho más intensa cuando hablamos de la educación de los hijos. La interacción entre los hermanos está influenciada por las relaciones de éstos con los padres; mientras que las relaciones entre los progenitores muchas veces son mediadas por la interacción con los hijos, de acuerdo con Arranz (1989) & Arranz & Olabarrieta, (1998). Según Gimeno (1999), estos dos subsistemas de la familia nuclear son de tipo generacional, pero además sus integrantes se asemejan en intereses, motivaciones, tareas y roles, manteniendo unas reglas propias; todo esto facilita su cohesión, su sentido de pertenencia como subgrupo y su diferenciación del resto de la familia.

Los subsistemas incrementan la funcionalidad de la familia, así es posible que en cada subsistema la comunicación se enriquezca y con ello se afianzan tanto la relación como las tareas que comparten. No obstante, en una situación como la actual, que se caracteriza por la amplia variedad de modelos familiares, los dos subsistemas que diferenciamos no se dan en todos los modelos de familia. La ley del divorcio ha facilitado la aparición de un número creciente de familias monoparentales, en las que no tiene sentido hablar de la pareja como subsistema. Por otra parte, la reducción de la natalidad nos lleva a encontrar muchas familias en las que no existe constelación fraterna, algunas porque las parejas no tienen hijos, y otras muchas porque optan por el hijo único (Alberdi, 1999).

### ***La fratría o constelación fraterna.***

De acuerdo con Arranz (2000) & Arranz et al. (2001), las perspectivas que han tratado de explicar las diferencias entre los hermanos han centrado más la

atención en las variables estructurales, entre las que se pueden citar el orden de nacimiento, la diferencia de edad y o el tamaño de la familia, porque condicionan el rol desempeñado en la familia y también el rol desempeñado en las posteriores familias de procreación (McGoldrick & Gerson, 1987). Sabemos que, además de ser hermano mayor o menor, hombre o mujer, cada uno de los hermanos nace en un momento específico del ciclo vital de la familia, y que también éste ha de influir en la determinación del comportamiento de sus padres hacia ellos y de las expectativas que respecto a él se generen.

El orden de nacimiento en la fratría es importante, no sólo desde el punto de vista de la autoimagen del sujeto atendiendo al lugar que ocupa, sino además por las aspiraciones y expectativas sobre los hijos que se formulan los padres. Según esto, no es lo mismo ser primogénito a ser el último de los hijos, cuando son varios, o ser hijo único (McGoldrick & Gerson, 1987).

La fratría es, en la cultura occidental, un sistema que tiende a desaparecer, dado que el control de la natalidad hace que por ejemplo en Europa la media de hijos por familia se aproxime a uno, siendo España uno de los países con media más baja (Alberdi, 1999).

### **La Comunicación y sus Niveles**

Una de las principales características del modelo sistémico es su énfasis en la comunicación. Centrarse en la comunicación permite estudiar la interacción, lo que ocurre *entre* las personas, en lugar de lo que ocurre *dentro* de ellas. En efecto, a diferencia del concepto de conducta, que habitualmente se entiende referida a un individuo, la comunicación, ya por su naturaleza, necesita dos o más

interactuantes. Concebir la actividad humana como comunicación supone partir de la idea de que lo que hacemos, sea lo que sea, tiene un valor de mensaje, está en relación a otro. Por otro lado, la conducta, foco habitual de la psicología, se entiende distinta de la cognición y la emoción. Contrariamente, la noción de mensaje implica necesariamente la de significado. Toda acción tiene un significado, bien sea algo que se manifiesta de forma motora, verbal o emocional. Todo mensaje debe ser decodificado.

Se sigue de este planteamiento lo que se conoce como primer axioma de la comunicación: es imposible no comunicar. Toda actividad humana es comunicación, y aunque sí que es posible no emitir conductas, no es posible no tener actividad. Cualquiera que sea la actividad (estar inmóvil, dormirse, irse, desmayarse, etc.) tiene valor de mensaje. Influído por la Teoría de los Tipos Lógicos, Bateson concibió la comunicación en dos niveles lógicos distintos, la clase y sus miembros. Todo mensaje aporta información acerca de cada uno de estos niveles.

En el nivel de la clase, indica que tipo de mensaje se trata. El nivel de los miembros, lógicamente inferior, lo constituye el contenido del propio mensaje. Al mismo tiempo, este nivel lógico superior, que indica la clase de mensaje de que se trata, supone una definición de la relación, una propuesta sobre el tipo de relación, que requiere respuesta por parte del otro. Así, la comunicación, vista como intercambio de mensajes, supone una continua negociación acerca de la posición de cada uno. En el apartado se definen como tipos de relación la complementaria y la simétrica, y sus variantes.

El nivel de definición de la relación se transmite habitualmente de forma analógica, en lo no-verbal (expresión facial, postura, gesto), lo para-verbal (tono de voz), y sobretodo el contexto o situación. Es distinto pedir un vaso de agua cuando uno no se encuentra bien (lo cual también se expresa en lo no-verbal y para-verbal), o si el que lo pide es un anciano con dificultades de movilidad, o bien si se hace “por capricho”. También es distinto si se pide a alguien de la familia o bien se trata de un pasajero a la azafata del avión. Y a la vez, es distinto si cuando lo pide las azafatas están visiblemente ocupadas atendiendo una situación de emergencia. Además, el tono (amable o despectivo) y la postura corporal y gestualidad con que se dice, todo ello, nos informa de qué tipo de mensaje se trata, y de la propuesta relacional que hace.

El contenido, o aspecto digital del mensaje, se codifica en función de lo analógico. Debemos saber de qué tipo de mensaje se trata, antes de poder entender qué nos dice. En ocasiones, la definición de la relación se hace también verbalmente (p.ej., cuando alguien dice "te cuento un chiste,..." para indicar que el mensaje siguiente no va en serio). Se considera que la capacidad para meta comunicarse de forma adecuada, es decir, la capacidad de hablar acerca de la relación, constituye una condición de la comunicación eficaz y está íntimamente relacionada con el problema de la percepción de sí mismo y del otro.

Conviene darse cuenta de que en el nivel relacional, los participantes no comunican nada acerca de hechos externos a su relación, sino que proponen mutuamente definiciones de esa relación. Por implicación, toda definición de una

relación lleva consigo una definición de sí mismo, porque es como si la persona estuviera diciendo "así es como me veo en relación con usted".

Por tanto, la comunicación, en virtud de su carácter analógico definitorio de la relación, nos sitúa siempre en una posición. Y cuando respondemos confirmamos o no esa propuesta. Eso supone, que nosotros estamos implicados en nuestra comunicación. Cada mensaje dice algo de nosotros mismos (además de lo que diga el propio contenido), y por tanto, compromete potencialmente el sentido de identidad de los participantes. No es posible escapar a ello puesto que cualquier intento en este sentido, comunica también algo y, por tanto, nos define. Por el hecho de distinguir dos niveles en la comunicación, se plantea la cuestión de si son, o no, coherentes entre sí. Lo que estipula la Teoría de los Tipos Lógicos es que cuando hay una incongruencia entre estos niveles, es decir un miembro de una clase que contradice o niega la clase, se da una paradoja.

Por ejemplo, la afirmación "todos los cretenses son mentirosos" atribuida al cretense Epiménedes es paradójica por aseverar algo acerca del propio mensaje de forma que el receptor del mensaje se halla en un dilema. Si se cree que esta afirmación es correcta entonces no es verdadera puesto que la dicho un cretense, y si no, resulta verdadera. Esta situación confusa generada por el mensaje se da por la incongruencia entre el nivel lógico de la clase (sentencias) y el de los miembros (una sentencia concreta), por aseverar algo acerca de la clase ("las sentencias son mentira").

Estas paradojas se diferencian de las simples contradicciones, del tipo "A y no A", que representan incongruencias al mismo nivel lógico. A diferencia de las paradojas, estas contradicciones simples son aparentes y fácilmente detectables, y no generan confusión ni conflictos de auto referencia. Si las paradojas se redujeran a meros rompecabezas conceptuales no tendrían mayor interés para la comunicación humana y la psicoterapia, pero no es así. Además de estas paradojas lógicas, existen las pragmáticas. Se basan en la distinción anterior entre el nivel de contenido y el relacional, y consideran al segundo como un orden lógico superior al primero.

Así, cualquier contenido digital incongruente con la definición de la relación que transmite el nivel analógico/contextual constituye una paradoja pragmática. Por ejemplo, si una madre dice "te quiero" a un niño, pero lo abraza con rudeza y frialdad, el mensaje transmitido contiene un ingrediente paradójico por la incongruencia entre el contenido verbal (digital) y el no verbal (analógico).

Esta forma de paradoja, la incongruencia entre el mensaje verbal y el no verbal, es la más común en la clínica y la vida cotidiana. La comunicación paradójica es vista como una modalidad disfuncional o, al menos, incongruente de comunicación que, si se instala como patrón predominante de comunicación tiene efectos perturbadores en los que participan de ella, más visibles en los más indefensos, los niños y adolescentes. De hecho, la hipótesis del doble vínculo consiste precisamente en eso, es postular que ese es el patrón comunicacional predominante en las familias de esquizofrénicos.



En ese contexto interaccional, el niño o joven nunca puede verse confirmado en sus mensajes, porque el nivel digital y el analógico discrepan. Si responde a uno está mal en función del otro, de forma que no hay manera de acertar, o de verse confirmado, y eso afecta seriamente al establecimiento de un sentido de identidad, sobre todo si se dan las condiciones postuladas: una relación fundamental para la supervivencia (como la de padres-hijos) y la imposibilidad de escapar del campo. Ciertamente, si no se dan estas dos condiciones sus efectos suelen ser menos desfavorables.

De hecho, la ironía y el humor utilizan mucho el mensaje paradójico, pero los contextos relacionales son muy distintos. Incluso entre padres e hijos pueden darse estos mensajes sin que nadie se perturbe mucho, el peligro radica cuando la comunicación paradójica se instala de forma predominante afectando el desarrollo de un sentido de identidad.

La comunicación paradójica también se da entre pacientes y terapeutas, y de hecho éstos pueden utilizar técnicas paradójicas para promover el cambio en determinadas situaciones. Algunos autores como Haley en la terapia estratégica que desarrolló, y la escuela de Milán en sus comienzos, se caracterizaron por el uso terapéutico de este tipo de comunicación. Para terminar esta sección sobre comunicación, queremos destacar el papel que ha tenido el libro: “Watzlawick, P.; Beavin, J.; Jackson, D. (1967).

### ***Teoría de la comunicación humana.***

Herder, 1981” en la divulgación de visión comunicacional, y del modelo sistémico en general. Durante muchos años ha sido la obra “iniciática” para introducirse a este modelo. Su título original es “Pragmatics of Human Communication” (pragmática de la comunicación humana) lo que supone un

énfasis en los aspectos pragmáticos de la Comunicación. Viene a ser una síntesis de las principales aportaciones del equipo de Palo Alto, con la destreza divulgativa de Paul Watzlawick.

### **Enfoque Sistémico y Ciclo Vital de la Familia**

En los últimos años, los enfoques sistémicos han desarrollado una nueva concepción de la familia como sistema. Estos enfoques, aunque variados y distintos, tienen como punto de partida, los estudios pioneros de Nathan Ackerman en terapia familiar en 1952; las investigaciones de Gregory Bateson sobre las pautas de comunicación en las familias de pacientes esquizofrénicos; los trabajos del Instituto de Investigación Mental (MRI, Mental Research Institute) del grupo de Palo Alto, conformado inicialmente por Don Jackson, Jules Riskin y Virginia Satir en 1959 (luego se unirían al equipo Paul Watzlawick, John Weakland y Jay Haley, para desarrollar modelos de psicoterapia familiar breve) (Ochoa, 2004).

A pesar de las diversas variantes de estos, y otros modelos sistémicos, todos ellos comparten la noción que la familia es “un sistema que se compone de un conjunto de personas, relacionadas entre sí, que forman una unidad frente al medio externo” (Ochoa, 2004, pág. 19).

Este concepto, implica que las relaciones familiares son circulares, es decir, que los miembros de la familia se influyen mutuamente unos sobre otros. En ese sentido una familia no es una suma de personas, ya que al formar una totalidad, adquieren cualidades diferentes a las que se aprecian en cada uno de sus

miembros como unidades. Además, como sistema, una familia adquiere cualidades propias de un organismo viviente.

Algunos autores (Haley, 2002; Ríos, 2005) indican que toda familia pasa por etapas o estadios como si se tratase de un ciclo vital. Estas etapas vienen determinadas por cada cultura, que define los roles y tareas propias de cada etapa. En nuestra cultura, marcada por una clara influencia occidental, se distinguen cuatro etapas.

### **Etapas del Ciclo.**

#### ***Formación de la pareja.***

Todo sistema familiar surge como una unidad conyugal vital, en la que se conjuga la aportación de cada uno de los miembros de la pareja con las presiones e influencias que ejercerán tanto las respectivas familias de origen como el entorno sociocultural en que se van a desarrollar (Ríos, 2003). En esta primera etapa, la pareja debe aprender a relacionarse, negociar y comunicarse equitativamente y de manera, buscando en todo momento la igualdad tanto para el varón como para la mujer (Hellinger, 2005).

#### ***Familia con hijos pequeños.***

Un segundo momento, viene dado por el nacimiento del primer hijo. La presencia de un nuevo miembro en la familia puede desestabilizar el orden familiar, sin embargo si la primera etapa ha sido superada a través del cumplimiento de roles y funciones definidas para cada uno de los cónyuges; es

más fácil ajustarse a los cambios propios de esta etapa siguiendo las pautas de negociación de responsabilidades para con el recién nacido.

A medida que los niños crecen, los padres enfrentan nuevos y variados inconvenientes derivados de la crianza en relación con las particularidades del niño, en cada etapa de su desarrollo. Es en relación con la socialización, la etapa de la infancia y la niñez, el periodo en que los niños interiorizan los patrones de socialización y convivencia que se experimentan en el seno de la familia y los espacios de la vida escolar.

### ***Familia con hijos adolescentes.***

“La adolescencia irrumpe, a través de la pubertad, con profundos cambios en el organismo, que en rigor permiten hablar de una crisis fisiológica, pero que no representan una razón suficiente para postular por analogía una revolución en lo psicológico” (Merani, 1984). Ello quiere decir, que la adolescencia no representa de forma inherente un periodo de rebeldía sin causa ni motivo; pues un adolescente bien orientado que haya iniciado desde su infancia un proceso de crecimiento emocional, seguirá desarrollándose durante la adolescencia ordenada y tranquilamente (Bowen, 1998).

Es necesario eso sí, que se redistribuyan los roles en la familia, otorgando mayor libertad a los hijos adolescentes en la misma medida que aumentan sus responsabilidades. Es prioridad de la crianza y la acción parental consolidar la identidad del adolescente, fomentar su autonomía, respetar su individuación, y respaldar su independencia; permitiendo su expresión afectiva en equilibrio con su conducta responsable. Todo ello depende de la negociación efectiva de roles en la familia.

***Familia con hijos adultos.***

Cuando los hijos crecen irremediabilmente se van del hogar. Los padres acostumbrados a su presencia no siempre saben cómo hacer frente a esta nueva situación, debido a que con frecuencia alguno de los hijos ha sido triangulado, haciendo de nexo entre los padres. Para describir la ausencia de los hijos se utiliza la metáfora del “nido vacío”, y aunque es penoso para los padres separarse de sus hijos, según las costumbres y valores de cada cultura, puede también ser una oportunidad para la realización de los padres en su vida profesional y de pareja. Sin tener que preocuparse por el cuidado de los hijos, la pareja de padres dispone de más tiempo y cuentan con la experiencia y la madurez necesaria para embarcarse en proyectos que dejaron olvidados o que postergaron por dedicarse a la prole.

En este esquema del ciclo vital, se debe tener presente que el tránsito de una etapa a la otra representa un periodo de crisis, pero encierra dentro de sí misma una oportunidad para el crecimiento de la familia (Ríos, 2005). Es necesario también destacar, que además de la crisis que provoca la transición de una etapa a otra (accidentes evolutivos de la familia), pueden identificarse en la historia familiar, múltiples eventos trágicos que son calificados siguiendo la terminología de Thomas Holmes, como sucesos vitales estresantes (Haley, 2002). Dentro de la amplia variedad de sucesos vitales estresantes, se incluye los divorcios, las migraciones, las muertes o pérdidas de un familiar, los accidentes, las enfermedades incurables, las crisis financieras o cualquier otra situación que remece la estabilidad de la estructura y el funcionamiento de la familia; al margen de las dificultades propias del ciclo vital familiar.

### **Etapas del ciclo vital familiar.**

El curso vital de las familias evoluciona a través de una secuencia de etapas bastante universal, por lo que se denomina «normativo», a pesar de las diferencias culturales (Cárter & McGoldrick, 1989). Aunque se producen variaciones idiosincrásicas en cuanto al momento en que tienen lugar los cambios de una etapa a otra y a las estrategias empleadas para afrontarlos, el desarrollo familiar sigue una misma progresión de complejidad creciente. En ella se observan períodos de equilibrio y adaptación y períodos de desequilibrio y cambio. Los primeros se caracterizan por el dominio de las tareas y aptitudes pertinentes a la etapa del ciclo que atraviesa el grupo familiar, mientras los segundos implican el paso a un estadio nuevo y más complejo, y requieren que se elaboren tareas y aptitudes también nuevas.

Los hechos nodales en la evolución familiar que forman parte del «ciclo vital de la familia» son: el nacimiento y crianza de los hijos, la partida de éstos del hogar y la muerte de algún miembro (Cárter & McGoldrick, 1981). Todos ellos producen cambios adaptativos vinculados a las variaciones en la composición de la familia que precisan una reorganización de los roles y reglas del sistema, así como una modificación de los límites familiares internos y externos. Así, en determinadas etapas de la vida de una familia, sus miembros se involucran estrechamente entre sí bajo la influencia de fuerzas familiares centrípetas, como ocurre en la época de crianza de los hijos. En otras, se diferencian y distancian unos de otros bajo la influencia de fuerzas intrafamiliares centrífugas, como es el caso de la emancipación de los hijos (Minuchin, 1984).

Es imprescindible que, en cada una de las fases, los participantes desplieguen habilidades adecuadas de comunicación y negociación que les permitan ajustarse a los cambios evolutivos. Además del ciclo vital normativo que describimos en este apartado, existen ciclos vitales «alternativos», como sucede en la separación o divorcio, la muerte prematura y la incidencia de una enfermedad crónica en el sistema familiar. En estas ocasiones, el ciclo normal se «trunca» y los miembros de la familia deben adaptarse a la nueva situación para seguir viviendo. Sin embargo, dado que ningún capítulo trata específicamente este tipo de problemas no detallaremos aquí los ciclos alternativos. Remitimos a las personas interesadas en el tema al apéndice I de este libro, donde presentamos una tabla resumen del ciclo vital normativo y del ciclo vital alternativo en casos de divorcio y segundas nupcias (Cárter & McGoldrick 1981).

Seguidamente, referiremos las etapas más importantes del ciclo (Cárter & McGoldrick, 1981; Duvall, 1967; Hill, 1970). El lector debe tener en cuenta que el inicio del mismo es arbitrario, ya que mientras una pareja joven decide formar una familia, sus respectivos padres y abuelos se ven enfrentados a otras etapas del ciclo. Si tenemos en cuenta tres generaciones observaremos que los ciclos vitales respectivos se yuxtaponen e implican mutuamente, lo cual da idea de la verdadera complejidad del desarrollo evolutivo familiar. El ciclo se ha dividido en las etapas siguientes: el primer contacto; el establecimiento de la relación; la formalización de la relación; la «luna de miel»; la creación del grupo familiar y la segunda pareja.

### ***Contacto.***

La primera etapa para la formación de una nueva familia comienza cuando los componentes de la futura pareja se conocen.

### ***Establecimiento de la relación.***

A medida que la relación se va consolidando se crea una serie de expectativas de futuro y una primera definición de la relación. Los miembros de la pareja negocian sus pautas de intimidad, cómo comunicarse el placer y el displacer y cómo mantener y maneja sus lógicas diferencias como personas distintas que son.

### ***Formalización de la relación.***

La relación adquiere un carácter formal mediante el contrato matrimonial, que señala la transición de la vida de noviazgo a la nueva vida de casados. Las reacciones de las familias de origen ante la boda son importantes porque normalmente causan un fuerte impacto en el desarrollo posterior de la pareja.

### ***Luna de miel.***

Cuando los cónyuges comienzan a compartir su nueva vida de casados se produce un contraste entre las expectativas generadas en la segunda etapa y la realidad que conlleva la convivencia. Es necesaria una división de las funciones que desempeñará cada miembro de la pareja, la creación de pautas de convivencia -el grado de intimidad emocional y sexual- y una segunda definición de la relación. Asimismo, los recién casados negocian la naturaleza de los límites que regulan la relación entre ellos y sus familias de origen, sus amigos, el mundo del trabajo, el vecindario y otros contextos importantes.

Todo lo anterior implica poner en vigencia los modelos de aprendizaje de las familias de origen respectivos. A menudo, en el proceso de armonizar los



estilos y expectativas diferentes y de crear modalidades nuevas para posibilitar la convivencia se generan conflictos. Ello obliga a que los cónyuges elaboren pautas viables para expresar y resolver tales conflictos. En cualquier caso, las nuevas pautas establecidas regirán la forma en que cada uno se experimentará a sí mismo y a su pareja dentro del contexto matrimonial, por lo que cualquier conducta que esté fuera de lo acordado se considerará una desviación e incluso una traición al pacto (Minuchin, 1984).

### ***Creación del grupo familiar.***

Abarca un amplio espacio temporal, desde que aparecen los hijos hasta que éstos empiezan a emanciparse de los padres. Por consiguiente, comprende importantes sub etapas como son: el matrimonio con niños pequeños, el matrimonio con chicos en edad escolar, el matrimonio con hijos adolescentes y el matrimonio con hijos jóvenes en edad de emanciparse.

El nacimiento de los hijos incide fuertemente en la relación de pareja, porque requiere una nueva división de roles que incluya el cuidado y la crianza de los niños y el funcionamiento familiar de conjunto. Es necesario que los cónyuges desarrollen habilidades parentales, de comunicación y negociación, ya que ahora tienen la responsabilidad de cuidar a los niños, de protegerlos y socializarlos.

Los padres, además de nuevas obligaciones, también tienen derecho a tomar decisiones en temas como vivienda, selección del colegio al que irán los pequeños, fijación de las reglas que van a presidir la convivencia en el hogar y a defender su privacidad como pareja frente al subsistema filial. Si bien los hijos deben tener libertad para investigar y crecer, sólo podrán hacerlo desde un marco

de seguridad que haga su mundo predecible, y esta seguridad la suministran los padres cuando ejercen una autoridad flexible (Minuchin, 1984).

La evolución del grupo familiar supone que el subsistema parental tiene que modificarse y establecer nuevas negociaciones de la relación y nuevos repartos de roles a medida que los chicos van creciendo. Cuando un niño empieza a caminar y a hablar, los cónyuges deben establecer unas normas que al mismo tiempo que alientan el crecimiento, garanticen la seguridad del pequeño y preserven su autoridad como padres. Si nace otro hijo, el sistema familiar se vuelve más complejo y diferenciado, instaurándose un nuevo subsistema, el fraterno.

En el momento en que los hijos empiezan su etapa de escolarización, la familia tiene que relacionarse con el sistema escolar. Surgen nuevas reglas sobre quién debe ayudar en los deberes y cómo lo hará, cuánto tiempo dedicarán los chicos al estudio y cuánto al ocio, a qué hora se acostarán y cómo se considerarán las calificaciones escolares (Minuchin, 1984). El matrimonio con hijos adolescentes debe hacer más flexibles las normas familiares y delegar algunas funciones en los chicos para que empiecen a tomar decisiones por sí mismos. Pero no hay que olvidar que los padres junto con la concesión de más autonomía, también deben exigir más responsabilidad a sus hijos.

La evolución alcanza un punto clave en la época en que los jóvenes comienzan a «abandonar» el hogar. En ese momento, los padres han de permitir la marcha de los hijos y asumir el impacto que les provoca su partida. Por su parte, éstos ahora volcados hacia intereses extra familiares, deben poseer habilidades

adecuadas para relacionarse socialmente y adquirir competencia profesional (Cárter & McGoldrick, 1989).

### ***La segunda pareja.***

Cuando los jóvenes se emancipan, los padres han de retomar su relación como pareja, que ha estado mediatizada por los hijos durante muchos años. Normalmente, se tienen que enfrentar a la jubilación, a la separación y muerte de seres queridos y a la suya propia. En circunstancias en que existe deterioro físico y/o psíquico, los roles de cuidadores se invierten, de forma que son los hijos los que tienen que hacerse cargo de sus padres enfermos; aunque en ocasiones uno de los cónyuges presenta buenas condiciones de salud que le permiten atender a su esposo/a enfermo/a. Es importante que, en este período, los hijos sean capaces de transmitir a sus progenitores aquellas cosas positivas y valiosas que les han legado, y que los padres encuentren significado a su propia vida, para lo cual necesitan poseer cierta capacidad de introspección.

### **El Bagaje Cultural que traen los Padres de sus Familias de Origen.**

La pareja o una familia no se forman de la nada, sino que cada cónyuge viene de distintos sistemas familiares previos que aquí denominamos familias de origen. “Los cónyuges como personas individuales aportan a su familia una historia personal y un modelo familiar que han vivido desde su nacimiento” (Ríos, 2003, pág. 254). Lo mismo pasó con sus padres, y así sucesivamente, hasta los antepasados más remotos.

Aquí no estamos hablando solamente de la familia como estructura, sino también de sus contenidos: el tipo de interacciones, formas de comunicación, sus expectativas y tradiciones, los mitos y secretos, la religión, sus creencias, las tendencias políticas, sus relaciones sociales, los hábitos y costumbres, el folclore, los valores morales y los intereses que les motivan sean estos académicos, estéticos, laborales, etc.

Todos estos contenidos culturales son interiorizados en virtud de los procesos de socialización que se establece en el seno de la familia, donde como hemos visto, se teje una trama de relaciones sistémicas. Es este bagaje cultural, lo que se transmite de una generación a otra, dentro de un contexto cultural más amplio que es la clase social a la que se pertenece. Y ésta también está insertada dentro de un escenario social mayor, como puede ser la cultura local, regional y la nacional. Las familias forman parte de un sistema más amplio y éste sistema más amplio ejerce su influencia en los contenidos culturales de cada familia.

De este modo, lo que ocurre en la familia es siempre un reflejo de lo que ocurre en la sociedad (Esler & Waldegrave, 2002). Precisamente por ello, a aquellos individuos que han sido criados dentro de una misma cultura, se les atribuye los mismos contenidos y regularidades de la personalidad (Sánchez, 1989).

En ese sentido, un inadecuado soporte familiar –afectivo, educativo o económico– obstaculiza el desarrollo de sus integrantes como seres autónomos, diferenciados, saludables y productivos. Lo más lamentable de esta realidad, es que los problemas familiares tienden a perpetuarse en el tiempo, pues los conflictos y carencias de una familia son usualmente heredados a las generaciones que les suceden, a través de los mismos procesos de socialización a los que nos

referimos antes (Schützenberger, 2006; Hellinger, 2003; BoszormenyiNagy & Spark, 2003).

Este círculo vicioso explica en cierta forma, por qué resulta tan difícil revertir los efectos de la crisis social que vivimos, pero también dirige nuestra atención a la recuperación de los valores familiares, tomando como piedra angular el respeto por el orden familiar. En ese sentido, la crianza es un elemento fundamental para la transmisión de valores. La naturaleza de la crianza del niño, le brinda el molde básico para su socialización futura, pues determina la estructura de su personalidad, como un modo concreto de interactuar con los demás.

## **Abordaje de la Pareja**

### **La Pareja**

Dentro de la diversidad de parejas existente, la relación de pareja se ha basado, a veces exclusivamente, en la relación sexual y en el deseo de procreación, aunque la sexualidad no se considere hoy el único vínculo que une a las parejas, ni la procreación su única meta. Es obvio que la pareja ha sufrido en las últimas décadas cambios sustanciales. Podemos decir que hoy es subsistema más deseado y más frágil, al tiempo se han incrementado mucho las exigencias y expectativas respecto a la pareja.

La pareja de procreación es la que da origen a la familia, y a partir de ella se organiza todo el sistema familiar, por eso podemos decir que su papel es decisivo, siendo el subsistema que aporta más recursos - materiales, madurez, cuidados, conocimientos, etc.- a la familia, recursos que se comparten con todos, pero que en especial se destinan a los menores.

La pareja configura el proyecto de vida familiar, plantea las metas, distribuye los roles, formula las normas, es, en suma, el subsistema que tiene mayor poder en la familia. En consecuencia, no es de extrañar que la competencia familiar vaya asociada en primer lugar al hecho de que sea la pareja, o en su defecto la generación adulta, quien sustente la autoridad en la familia (Beaver & Hampson, 1992), al tiempo que, en mayor medida, dependen de la pareja el proceso educativo, la comunicación, la intimidad, la red de apoyo y el clima familiar que se logre mantener. Los vínculos entre la pareja son múltiples, y con manifestaciones propias de este subsistema.

La sexualidad, la comunicación, el poder, los vínculos emocionales, las expectativas de los roles a desempeñar son algunas de las dimensiones relacionales que son básicas para analizar la pareja. Cada dimensión de la relación tiene sus propias reglas y sus propios límites.

### **Relaciones de Pareja**

han cambiado notablemente en las últimas décadas, en sexualidad, en comunicación, en reparto de poder, como también han cambiado la edad para contraer matrimonio, los roles dentro y fuera del hogar, etc., por citar sólo algunos ejemplos (Gimeno, 1999).

### **Parejas Asociativas**

Hoy hablamos de estas porque partimos de que la pareja construye un nosotros, un proyecto compartido, sin que para ello tengamos que renunciar al proyecto personal de cada cónyuge. La tarea de armonización no resulta siempre fácil y es creciente el número de parejas que se rompen, aunque los arquetipos

sociales siguen creyendo en la pareja, pues se cree en la pareja aunque no tengamos la misma pareja para toda la vida. (Russell, 1979).

Difícilmente escapamos a todas las influencias que ejerce la sociedad, y a todos los desafíos que nos vienen del contexto social. Siendo realistas, no necesitamos hacer grandes análisis para darnos cuenta que los cambios producidos en las últimas décadas hacen que las relaciones de pareja sean más vulnerables. La vida va más deprisa y las relaciones exigen gratificaciones inmediatas (Alberdi, 1999).

### **Ritmo Acelerado de la Vida.**

Las parejas sufren esto ya que el poco tiempo dedicado a reflexionar sobre lo que se hace, por qué y para qué se hace; siendo limitados tanto el tiempo dedicado al encuentro con uno mismo, como el tiempo dedicado al encuentro y reencuentro con el otro (Feliu & Guel, 1992).

Es cierto que los cambios son muchas veces mejoras, pero los cambios, que no siempre son elegidos, generan tensión y desorientación porque a menudo carecemos de pautas referentes que nos ayuden a tomar decisiones. Las soluciones de las generaciones mayores sirven poco para orientar a las generaciones jóvenes que se disponen a asumir el compromiso del matrimonio y de la paternidad responsable.

También somos testigos del cambio que hemos tenido en estos últimos años con respecto a la concepción y valor que se atribuye al proyecto personal y profesional, cuyo objetivo básico es la búsqueda de la felicidad (Alberdi, 1999); de esta nueva perspectiva, la autonomía y la autorrealización aparecen como metas individuales incuestionables. Siendo esto muy cierto y válido, no deja de

hacer sentir sus efectos y consecuencias en el proceso de consolidación de la pareja.

Como resultado de esta corriente, nos encontramos que cada vez las mujeres son más conscientes y dispuestas a hacer uso de su libertad y autonomía personal; por lo tanto, también están menos dispuestas a renunciar a esos propósitos, ni a tolerar pasivamente situaciones contrarias a los principios que defienden, aunque sea, como antaño, para salvar el matrimonio (Gimeno, 1999).

Todo ello conlleva una concepción nueva de la pareja y por lo tanto, para que ésta se consolide, hace falta construir el proyecto de pareja (Willi, 1993). Este proyecto no se mantiene si no es un apoyo para el proyecto personal. Para llegar a consolidar un tipo de relación con estas características, es preciso el intercambio mutuo de afecto y comprensión, y es necesaria la valoración recíproca como base para mantener vivo el amor que sustenta dicha relación, buscando un equilibrio entre lo que se da y lo que se recibe (Feliu & Güell, 1992), porque hay que preparar y hacer el camino para la convivencia que va asociada a la relación de pareja.

Según Cusinato, (1992), el sistema conyugal se considera como un binomio de ganancia/pérdida, es decir, en el que lo que para una de las personas es una ganancia lo debería ser también para la otra; y lo que un miembro pierde también supone una pérdida para el otro; por lo cual hay una relación mutuamente interdependiente, que obedece al principio de la reciprocidad. La reciprocidad es lo que define la armonía entre los miembros de una pareja, y facilita que haya un intercambio equitativo de comportamientos, pues normalmente se recibe en proporción a lo que da.



### **Parejas con Nivel de Reciprocidad Alto**

Emplean tiempo en satisfacerse mutuamente; también dedican espacios a la comunicación, garantizan ese intercambio mutuo, aunque procurando enriquecerse y ampliando las posibilidades de transmitir experiencias agradables (Feliu & Güell, 1992). Es necesario, por lo tanto, cultivar la relación, cuidarla y mantenerla para alcanzar la estabilidad.

El amor se considera una condición necesaria para constituir la pareja, y también para mantenerla unida, entendiendo el amor, como indica Sternberg (1999), como una mezcla de pasión, intimidad y compromiso, pero con unos componentes que tendrán que tener los mismos indicadores concretos para los dos cónyuges, que tendrán que ser en definitiva percibidos e interpretados de modo análogo. De poco sirve un ramo de flores o una noche de pasión si no son interpretados por ambos como indicadores de amor.

Tenemos altas exigencias y altas expectativas puestas en la pareja y tenemos la necesidad de armonizar los proyectos individuales entre sí y con el proyecto de pareja; pero la armonía lograda en un momento sirve de poco si no nos adaptamos a los nuevos retos individuales y sociales que se nos plantean, por lo que, además, se exige a la pareja un cambio sincronizado y una actitud positiva hacia el cambio, so pena de que las personas o la relación se destruyan.

Además de las dimensiones relacionales Neuburger (1998), diferencia en la pareja lo que él denomina casa-pareja. La casa-pareja no es la relación en sí misma, es la institución, el tercer yo, la díada percibida como una unidad y diferenciada del exterior, y al tiempo reconocida y valorada desde fuera en función de lo que la sociedad considera que debe ser una pareja ideal. La casa-pareja da identidad a sus miembros, da reconocimiento social y contribuye a

configurar las identidades individuales; es obvio que cohesionan a la pareja, y aunque no siempre mejora su relación, sí que contribuye a que la pareja no se rompa.

Las parejas pueden romperse porque la relación no es satisfactoria, pero otras veces, aunque la relación sea destructiva, la pareja se mantiene porque teme perder la casa-pareja, es decir la seguridad y la identidad que la pareja como grupo de pertenencia siempre nos aporta.

### **El Triángulo del Amor de Sternberg**

Para Sternberg (1989), el amor es una de las más intensas y deseables emociones humanas. Las personas pueden mentir, engañar y aún matar en su nombre y desear la muerte cuando lo pierden. De acuerdo a ese autor, el amor puede abrumar a cualquiera, a cualquier edad (Sternberg, 2000). El amor implica combinaciones de intimidad, pasión y compromiso, estos componentes cambian en relación a diferentes momentos históricos, lugares geográficos y culturas (op.cit.).

Sternberg (1986), plantea su teoría del “triángulo del amor”. Esta teoría está formada por tres componentes: la pasión, el compromiso y la intimidad. Estos componentes son interdependientes entre sí. La intimidad es la capacidad de compartir sentimientos, confiar, sentirse acompañado y saber que el otro tiene los mismos intereses para la relación. Este componente se relaciona con aquellos sentimientos dentro de una relación que promueven el acercamiento, el vínculo y la conexión. Existe un deseo por promover el bienestar de la persona amada, hay sentimientos de felicidad junto a la misma, existe gran respeto, entendimiento, apoyo y comunicación con la persona amada (op.cit.).

La pasión está referida a la sexualidad. Es el estado de intenso deseo de unión con el otro, y es en gran medida la expresión de deseos y necesidades, tales como las de autoestima, entrega, sumisión y satisfacción sexual (op.cit.).

El compromiso consiste de dos aspectos: uno a corto plazo y otro a largo plazo. El primero es la decisión de amar a otra persona, mientras que el segundo es el compromiso por mantener ese amor (Kusnetzoff, 2000), el grado de presencia de cada uno de estos tres elementos determina qué tipo de amor tienen las personas (Papalia, 2001).

En la relación de pareja, cada miembro puede percibir el nivel de los tres componentes del amor de su pareja de un modo muy diferente a como uno mismo juzga su propio nivel de implicación. Por lo tanto, pueden surgir discrepancias en un triángulo entre lo que experimenta un miembro y lo experimentado por el otro. A lo largo del tiempo estos tres componentes van evolucionando de modo diferente, y por lo tanto se modifica la naturaleza de las relaciones amorosas (op.cit.).

En 1986, Hendrick & Hendrick generaron la Escala de Actitudes ante el Amor, a partir de la clasificación realizada por Lee (1973). Esta escala fue creada para medir las diferentes actitudes ante el amor (Fricker & Moore, 2004).

Estos autores clasificaron seis actitudes:

Eros: Un amor apasionado y romántico. Se caracteriza por la atracción física, la pasión, la comunicación abierta y el compromiso con el amante. Este estilo de amor involucra la necesidad de una atracción intensa tanto física como emocional (Fricker & Moore, 2002). Estos amantes saben lo que quieren y van en

busca de esas cualidades específicas, por lo general tienen mucha seguridad en sí mismos (Sánchez, 2006).

**Ludus:** Un amor de juego, de entretenimiento. Se caracteriza por ser un amor permisivo, no hay compromiso, inexistencia de celos, hay poca implicación emocional, no hay expectativas futuras y existen múltiples parejas (Büyükflahin & Hovardaolu, 2004). En este estilo de amor se espera que la pareja entienda las reglas del juego, y tanto el amor como el sexo son vistos como un juego y una diversión (Fricker & Moore, 2002).

**Storge:** Un amor de compañeros, de amigos. Se trata de un amor que se desarrolla de forma lenta, se encuentran similitudes en la pareja, hay intereses en común y confianza (Büyükflahin & Hovardaolu, 2004). Esta actitud ante el amor se desarrolla de forma lenta, se basa en el cariño y la amistad (Sánchez, 2006).

**Manía:** Un amor posesivo y dependiente. Se caracteriza porque hay celos, es un amor turbulento, apasionado y es un estilo de amor emocionalmente intenso (op.cit.). La persona amada está constantemente en el pensamiento de la pareja y ésta tiene una necesidad desesperada de ser amada y también hay una necesidad de ser asegurada de este amor constantemente (Fricker & Moore, 2002).

**Ágape:** Un amor altruista. En este estilo de amor hay una tendencia a perdonar y apoyar a la pareja a pesar de las fallas o defectos de la misma (Büyükflahin y Hovardaolu, 2004). Este estilo combina características de Eros y Storge, lo cual lo hace un estilo de amor intenso y amigable. Estos amantes tienen la cualidad del altruismo, por lo cual anteponen las necesidades de sus seres amados ante las propias (Fricker & Moore, 2002).

Pragma: Un amor práctico. En este estilo de amor es fundamental la selección adecuada de la pareja (Büyükflahin & Hovardaolu, 2004). Este estilo es una mezcla de algunas características de Ludus y Storge. Estos amantes ven el amor como algo práctico (Fricker & Moore, 2002).

## **Ciclo Vital del Desarrollo**

### **Parejas Objeto de Estudio**

En el respectivo estudio, se establecieron tres edades cronológicas definidas en distintas etapas de desarrollo humano según (Papalia, 1992); quien establece en cada ciclo las diferencias a nivel físico, cognoscitivo y psicosocial. Definidos así.

#### ***Adolescencia (11 alrededor de 20 años)***

El crecimiento físico y otros cambios son rápidos y profundos, se presenta la madurez reproductiva, los principales riesgos de salud se deben a problemas de conducta, como trastornos de alimentación y drogadicción.

A nivel cognoscitivo se desarrolla la capacidad del pensamiento abstracto y el razonamiento científico, persiste la inmadurez del pensamiento en algunas actitudes y conductas, la educación se enfoca en la preparación para la universidad o para el trabajo.

A nivel psicosocial la búsqueda de identidad, incluyendo la sexual es un objetivo central, en general las relaciones con sus padres son buenas, el grupo de amigos ejerce una influencia positiva y negativa.

#### ***Adulthood temprana (20 a 40 años)***

El desarrollo físico alcanza su máximo nivel y luego disminuye ligeramente, las elecciones de estilo de vida influye en la salud.

A nivel cognoscitivo el pensamiento y los juicios morales adquieren mayor complejidad, se llevan a cabo elecciones educativas y laborales, a veces después de un periodo de exploración.

A nivel psicosocial los rasgos y estilos de personalidad se estabilizan aunque las etapas y sucesos de la vida generan cambios de personalidad, se establecen relaciones íntimas y estilos personales, pero no siempre son duraderos, casi todos se casan y muchos tienen hijos.

#### ***Adulthood intermedia (40 a 65 años)***

A nivel físico puede iniciarse un deterioro lento de las capacidades sensoriales, así como de la salud, el vigor y la resistencia, pero las diferencias entre individuos son vastas, las mujeres sufren la menopausia.

A nivel cognoscitivo las facultades mentales llegan a su máximo, se eleva la competencia y capacidad practica para resolver problemas, la producción creativa declina, pero es de mejor calidad, algunos alcanzan el éxito profesional y su poder de generar ganancias está en la cúspide, otros experimentan agotamiento y cambio de profesión.

A nivel psicosocial prosigue el desarrollo del sentido de identidad, se produce la transición de la mitad de la vida, la doble responsabilidad de cuidar a los hijos y a los padres causa tensiones, la partida de los hijos deja el nido vacío.

## **Redes Sociales**

### **Breve Historia de las Redes Sociales en Internet**

Hay distintas vías para llevar a cabo investigaciones sobre el establecimiento de redes sociales en internet. Por ejemplo, se pueden trazar las relaciones sociales dentro de la Web analizando los medios utilizados para la comunicación. Así, disponemos de trabajos sobre análisis de redes mediante la utilización del correo electrónico (Tyler; Tang, 2003; Arenas; Díaz-Guilera 2009) o incluso se han llegado a elaborar productos comerciales basándose en las relaciones que se establecían dentro de la Red en forma de enlaces (Brin; Page, 1998)<sup>3</sup>. Por otro lado, también se puede ser más específico y se pueden llevar a cabo análisis sobre una plataforma determinada de publicación web para el análisis de redes como pueden ser los blogs (Merelo; Tricas, 2005).

El ámbito de estudio de las redes sociales en internet puede ser muy amplio, por lo que creemos necesario presentar algunas definiciones.

Aunque en cada una de las definiciones se resaltan algunas particularidades, como los servicios que ofrecen al usuario (foros o mensajería privada), o la plataforma sobre la que se implementan, todas inciden en que su utilidad fundamental es el establecimiento de relaciones personales y el intercambio de información. Así podríamos definir un servicio de red social en internet como una plataforma web cuyo fin es la creación de comunidades en línea mediante la representación de las conexiones personales que los usuarios disponen los unos de los otros. En estos servicios se puede compartir información mediante la utilización de servicios agregados de mensajería personal, microblogging, publicación de fotografías, formación de grupos de interés, etc.

**Antecedentes (1997-2003)**

Aunque puedan parecer un fenómeno reciente, surgieron antes del nacimiento de la Web 2.0. Se puede establecer la fecha de su aparición en 1997, momento en el que se inaugura la web SixDegrees.com. Las principales características de este sitio web eran la creación de perfiles, de listados de amigos, la posibilidad de envío de mensajes a amigos (funciones que ya permitían otras comunidades virtuales), y a partir de 1998, la navegación en las listas de amigos por parte de terceros (esta función sí que era una novedad). Desgraciadamente la falta de un modelo de negocio viable le abocó a su desaparición, y durante la crisis bursátil tecnológica de principios del siglo XXI tuvo que cerrar.

Entre 1997 y 2001 innumerables aplicaciones comenzaron a articular la posibilidad de crear perfiles y de listar amigos agregados a los mismos. Asían Ave (1997, anteriormente Asían Avenue), BlackPlanet (1999) y Mi Gente (2000) permitían crear perfiles personales, profesionales o de contactos y se podían añadir amigos sin necesidad de aprobación por parte del agregado. Por otro lado, servicios como CyWorld7 (2001) o LunarStorm8 (2000) se rediseñaron para empezar a agregar funciones propias de red social como listas de amigos, libros de visita y páginas personales.

**Momento Actual**

Con la explosión de la Web 2.0, los sitios web dedicados a compartir contenidos multimedia comenzaron a implementar funciones de las redes sociales. Dentro de este tipo podrían incluirse servicios como Flickr (intercambio de fotos), Last. FM (hábitos de escucha de música) o YouTube (intercambio de vídeos). Sin embargo, esto no fue un impedimento para el lanzamiento de nuevas redes



sociales o el intento de reforzar su presencia en otros ámbitos geográficos. En cualquier caso, una de las principales particularidades a la hora de lanzar una aplicación de este tipo es su imprevisibilidad para obtener una respuesta del público hacia el que se ha orientado. Por ejemplo Orkut13, adquirida por Google en 2003, estaba dirigida a los ciudadanos estadounidenses, aunque hoy disfruta de una enorme popularidad en Brasil convirtiéndose casi en su red social nacional.

Por otro lado MySpace (2003) creció gracias al apoyo que recibió por parte de las bandas de música indie tras la decepción de los usuarios con el cambio de la política de Friendster. El efecto arrastre que estas bandas provocaron tras la migración de fans se vio potenciado gracias a la posibilidad que MySpace ofrecía de personalizar las páginas personales.

El despegue de MySpace14 se produjo en 2004 tras la incorporación de adolescentes que a su vez invitaban al resto de sus amigos a unirse tras la sugerencia de miembros de mayor edad. El hecho de que MySpace adaptase su política de uso al detectar y aceptar a menores, supuso un incremento en el número de usuarios y, al mismo tiempo, provocó que los grupos de adolescentes y de los fans de bandas de música indie que hasta entonces no se interrelacionaban entre ellos, lo hiciesen mediante sus páginas en MySpace. En cualquier caso, no fue hasta que los medios de comunicación comenzaron a publicitar esta red social cuando se produjeron incorporaciones masivas desde todos los sustratos sociales. El éxito de esta red era tal que fue adquirida por la empresa News Corporation en julio de 2005.

No debe sorprendernos la adquisición de sitios de redes sociales entre empresas dedicadas a medios de comunicación o tecnológicas. De hecho, el caso español es

típico en la ampliación de bases de usuarios de redes sociales mediante la adquisición de otras. La red alemana

Xing15 (2006) compró dos de las redes sociales hispanohablantes más populares, Neurona (2004) y Conozco (2007) durante 2007, buscando de esta forma su desembarco en otras zonas geográficas. Esta fórmula no tiene por qué reproducirse siempre, ya que de hecho la estrategia de la estadounidense LinkedIn pasa por la inclusión de una versión en castellano de su sitio web facilitando la interacción entre usuarios angloparlantes e hispanos.

Finalmente, cabe destacar el caso de Facebook (2004). Fue diseñada en un primer momento para uso privado específico en la Harvard University, y tan sólo se podía acceder a ella si se disponía de un correo electrónico del centro universitario. Posteriormente fue ampliándose hacia otras universidades, empresas y, finalmente, a cualquiera que dispusiese de un correo electrónico (2006). Por supuesto que esto no supone que los nuevos usuarios puedan acceder a las redes privadas ya establecidas dentro de Facebook y, por otro lado, tampoco pueden acceder al perfil de otro usuario hasta que éste no lo admita como amigo u opte dejar su perfil abierto y visible para todos.

### **Popularidad y Utilidad**

Aunque aparentemente pueda parecer que el éxito de una red social se mida por su crecimiento rápido a toda la sociedad en general, lo cierto es que han surgido otros tipos de redes más específicas enfocadas hacia un sector concreto del mercado. En cualquier caso esas plataformas proporcionan la ampliación de relaciones más allá del contacto físico, e instalan (o permiten instalar) en ellas otros tipos de aplicaciones para atraer y retener a los usuarios. No hay datos

fiables sobre su grado de aceptación entre los internautas, pero su crecimiento y popularidad ha obligado a muchas compañías y administraciones públicas a restringir su uso dentro de la jornada laboral debido a que la mayoría de redes sociales ofrecen más oportunidades de ocio que aplicaciones productivas para la institución.

Por otro lado, parece que fomentan una tendencia hacia la creación de identidades digitales de los internautas dentro de la Web, así como la creación de comunidades virtuales erigidas no tanto alrededor de un tema, como centradas en individuos. Hasta ahora las redes sociales han tenido éxito casi exclusivamente como diversión y entretenimiento, pero bien podrían usarse para realizar trabajos colaborativos entre profesionales y entre organizaciones.

Las redes sociales se han convertido en un fenómeno social, cuyo origen proviene de la filosofía Web 2.0. Son plataformas de comunidades virtuales que proporcionan información e interconectan a personas con afinidades comunes. Las redes sociales son uno de los mejores paradigmas de la Web 2.0 y la construcción de opinión en el entorno digital (Cabrera, 2010). En la antropología inglesa, son estructuras de interacción social, caracterizada por el intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contextos de complejidad. El concepto de red social, atendiendo a la definición proporcionada por Wikipedia, se ha utilizado durante más de un siglo para denotar conjuntos complejos de relaciones entre miembros de los sistemas sociales en todas las dimensiones, desde el ámbito interpersonal hasta superar muchas fronteras espacio-tiempo. Gallego define red social como conjunto de individuos que se encuentran relacionados entre sí. En el ámbito de la informática, la red social hace alusión al sitio web que estas personas utilizan para generar su perfil, compartir

información, colaborar en la generación de contenidos y participar en movimientos sociales. Las relaciones de los usuarios pueden ser de muy diversa índole, y van desde los negocios hasta la amistad (gallego, 2010: 176).

## Marco Legal

La protección de la intimidad se volcó específicamente al Código Civil, en su artículo 1071 bis, agregado por la ley 21.173, en la siguiente forma: “El que arbitrariamente se entrometiere en la vida ajena publicando retratos, difundiendo correspondencia, mortificando a otro en sus costumbres o sentimientos, o perturbando de cualquier modo su intimidad, y el hecho no fuere un delito penal, será obligado a cesar en tales actividades, si antes no hubieren cesado, y a pagar una indemnización que fijará equitativamente el juez, de acuerdo con las circunstancias; además, podrá éste, a pedido del agraviado, ordenar la publicación de la sentencia en un diario o periódico del lugar, si esta medida fuese procedente para una adecuada reparación” (este artículo sustituía al art. 32 bis del mismo ordenamiento que en sentido similar había agregado la ley 20.889).

Es el derecho que tiene toda persona humana a que sea respetada su vida privada y familiar, el derecho a no ser objeto de injerencias arbitrarias en la zona espiritual íntima y reservada de una persona o de un grupo, especialmente de una familia. Se trata de hechos de menos gravedad y que solamente afectan a valores morales de la vida doméstica o de la debida cortesía que impone entre los hombres la convivencia en el seno de la sociedad.

Referido a la normativa en particular el artículo 1071 bis del Código Civil contempla, más allá de la revelación de secretos o de intromisiones en lo reservado e íntimo, los ataques u ofensas que mortificando a otros en sus costumbres o sentimientos perturban de cualquier modo su intimidad. Es decir si superada la mera revelación de lo privado se acentúa la lesión por la molestia que produce, prevalece este segundo aspecto y la cuestión roza y hasta se confunde con la estima propia.

La libertad de expresión es aquel derecho fundamental que poseen todos los individuos de poder expresar libremente cualquier pensamiento u opinión; sobre cosas o personas, situaciones, eventos, etcétera; y puede ser tanto de forma verbal como por escrito. Se dice que el ejercicio responsable constituye un pilar para todo Estado democrático de derecho, pues en muchos casos la reflexión y crítica de un aspecto político, por ejemplo, puede llevar a la rendición de cuentas del Gobierno o a dejar en evidencia falencias para su eventual corrección de los poderes estatales.

Este derecho se encuentra consagrado en el artículo 19 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948, así como en diferentes constituciones políticas; como la de Costa Rica en su artículo 29, la Constitución Española y de Colombia en su artículo 20, el artículo 60 de la Constitución mexicana, la Constitución Política de la República de Chile artículo 12, y en la primera enmienda de la Constitución de Estados Unidos.

### **Un derecho que se ejerce a diario**

La libertad de expresarnos, usted la ejerce todos los días; casi sin darse cuenta: cuando conversa con colegas sobre el presidente, cuando entre amigas opina del esposo de la otra, cuando critica un restaurante, cuando habla de fútbol, de religión, de ciencia, entre otros. Pero también lo hace de forma escrita, y no se requiere ser periodista o columnista de un periódico para ello, sí, usted también lo hace mediante las redes sociales.

Muchas personas tienen Facebook, Twitter u otra red que le da la facilidad no solo de encontrarse con amigos, hacerse de algunos nuevos, o en algunos casos encontrar pareja, entretenerse, sino también de dejar plasmada en la escritura lo que se piensa de temas tan distintos y variados como los colores.

Muchos han encontrado un refugio en estas redes -según redes, 2.700 millones de personas en el mundo- para hacer valer sus opiniones casi en forma instantánea, y en algunos casos temerarios, haciendo uso de ofensas, insultos, falacias, chismes, etcétera, básicamente por estar detrás de una pantalla de computadora o celular, y con la falsa creencia de que la libertad de opinión le ampara en todos sus extremos.

### **Límites y limitaciones**

Es vital recordar que, según la vasta doctrina jurídica, ningún derecho fundamental tiene un carácter absoluto en su ejercicio. Es decir, los derechos fundamentales no son un blindaje que hace intocables a las personas, estos tienen límites y limitaciones. De manera que no puede usted alegar un derecho si este pasa por encima de los demás, por ejemplo violando el derecho a la intimidad de otros, ni creer erróneamente que se tiene el derecho ulterior a insultar, ridiculizar u ofender a otra persona; ni atribuirle hechos que a usted no le constan ni tiene pruebas para demostrarlo. Sus opiniones deben cumplir con la ética, la buena fe, el respeto a la imagen, al honor y a la reputación de la otra persona, y si el objetivo es la denuncia social debe realizarse bajo pruebas y fundamentos y sin palabras vulgares o groseras.

En la mayoría de los países que consagran los delitos contra el honor en sus textos penales penalizan por ejemplo las injurias y calumnias con multa como contravenciones, en España para las calumnias existen penas de prisión de hasta dos años o multa, y en casos de funcionarios públicos se puede abrir un proceso de oficio. En cuanto a la violación de la intimidad de otra persona la mayoría de los países fijan condenas de cárcel. "La gente no se da cuenta de que lo escrito queda para siempre. El problema es que, cuando se empieza a reenviar o a 'retuitear', no se sabe dónde puede acabar la cadena", explica el representante del Ministerio Público de Málaga.

## **Metodología**

### **Población**

La elección de los sujetos que conformaron el grupo de estudio se llevó a cabo con una muestra no probabilística o dirigida, la cual está definida como “subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las características de la investigación” (Hernández, Fernández & Baptista, 2010). Se utilizó el muestreo de casos-tipo, cuyo “objetivo es la riqueza, profundidad y calidad de la información, no la cantidad ni la estandarización”. Pág. (397).

### **Muestra**

De esa manera, el presente estudio se realizó con tres pares de sujetos: adolescentes (entre los 14 a 18 años), adultez temprana (entre los 25 a 30 años) y adultez intermedia (entre los 45 a 55 años) de ambos sexos que tuvieran una relación de pareja de al menos seis meses. La psicóloga Fuchslocher (citado por Cajas, 2014) indica que la etapa del enamoramiento abarca del primer mes a los 18 meses, en la cual ambos se sienten comprendidos y admirados uno por el otro y se produce una sensación de afecto mutuo. Teniendo en cuenta esto como influye en el tiempo de duración de estas parejas. Muy probablemente no van a encontrar “dificultad”.

Como criterio de inclusión, se determinó que los sujetos debían utilizar como uno de los medios de comunicación las redes sociales con su pareja.

## **Tipo de Investigación y Diseño**

El presente estudio se trabajó bajo el enfoque cualitativo el cual “utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación” (Hernández, Fernández & Baptista, 2010, p, 7). Los autores indican “que pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante, o después de la recolección y el análisis de datos. Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes, y después, para refinarlas y responderlas”. Pág., 7.

La técnica seleccionada fue el estudio de casos, el cual Hernández y Fernández y Baptista (2010) definen como los estudios que poseen sus propios procedimientos y clases de diseños. Son estudios que al momento de utilizar los procesos de investigación cuantitativa, cualitativa o mixta analizan profundamente una unidad para responder al planteamiento del problema de la investigación, así como, probar hipótesis y desarrollar una teoría.

### **Instrumentos.**

Los respectivos instrumentos utilizados fueron:

#### ***Entrevista semi estructurada.***

La cual Hernández Fernández & Baptista (2010) mencionan que estas “se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos y obtener mayor información sobre los temas deseados (es decir, no todas las preguntas están predeterminadas)”. Pág., 418.



Esta entrevista en nuestro estudio está dividida en cinco apartados cada uno consta de unas preguntas bases para así refutar y obtener información de nuestro estudio el cual es aplicado individualmente; este procedimiento está basado así:

*Perspectiva frente al uso de las redes sociales*

Compuesto por tres preguntas bases para analizar esta perspectiva y así mismo la red que suelen utilizar en su relación de pareja; estas son:

-¿Qué opina en cuanto al uso las redes sociales como son: el Facebook, el Whatsapp, line, Instagram, Twitter, llamadas telefónicas entre otras?

-¿Cuál o cuáles aplicaciones de las redes sociales suele utilizar más para interactuar con su pareja? ¿Por qué?

-¿Considera que el uso de las redes sociales y en especial de la aplicación que más utiliza, dentro de su relación de pareja es importante? ¿Por qué?

*Momentos o situaciones de uso de las redes*

Esta dividió en cuatro preguntas bases para analizar este proceso; las cuales son:

-¿Con que frecuencia utiliza la red social al día para hablar con su pareja?

- ¿En qué momentos o situaciones de su vida diaria suele utilizar más la red para interactuar con su pareja? ¿Por qué?

- ¿De las actividades que usted realiza con su pareja de uno a diez cuantas publica en las redes sociales?

- El uso de las redes sociales como interfiere en su relación de pareja ¿Porque?

*Interacción con la pareja en cuanto al uso de las redes sociales*

Está dividido en cinco preguntas bases para analizar esta área; las cuales son:

-¿Qué tipos de mensaje utiliza usted con más frecuencia para interactuar con su pareja, inbox o público ¿Por qué?

-¿Utiliza usted la red social, como método para conquistar a su pareja? ¿Cómo y Porque?

-¿Se siente más confiado(a) al momento de decirle algo a su pareja por medio de la red social que utiliza que en persona? ¿Por qué?

-¿Cómo cree que afecta el factor de confianza en su relación debido al uso de las redes sociales?

-¿Considera que la interacción de su pareja con otras personas por medio de las redes sociales puede influir en su relación? ¿Por qué?

*Reglas en cuanto al uso de las redes sociales en la relación de pareja*

Está dividido en tres preguntas básicas las cuales evalúan y analizan esta área; las cuales son:

-¿Considera necesario el establecimiento de reglas en cuanto al uso de las redes sociales en su relación de pareja? ¿Por qué?

-¿Qué tipos de reglas o límites ha establecido con su pareja para usar las redes sociales?

-¿Ha tenido problemáticas con su pareja por no cumplir las normas establecidas en cuanto al uso de las redes sociales? ¿En qué situación y porque?

*Uso de redes sociales en la pareja, analizar si ha generado discusiones, desconfianza y/o acercamiento afectivo cuando están distantes*

Está dividido en siete preguntas las cuales analizan y evalúan esta área; las cuales son:

-¿Ha tenido algún conflicto en las redes sociales con su pareja? ¿Podría describirme en que situaciones han sucedido esto?

-¿Ha tenido situaciones en las cuales su pareja conozca a otra persona por medio de las redes sociales? ¿Cómo han sido estas situaciones?

-¿Se ha encontrado en situaciones en las cuales su pareja le ha ocultado algo dentro de las redes sociales? Háblame sobre eso

-¿En algún momento de su relación de pareja ha sentido desconfianza debido al uso de las redes sociales? ¿En qué momento y porque?

-¿Cree usted que las redes sociales han fortalecido su relación de pareja? ¿Por qué?

-¿Considera que la red social es un medio de enlace afectivo fuerte con su pareja? ¿Por qué?

-¿siente y cree desde lo evidenciado con su relación que las redes sociales es un mecanismo que permite mantener acercamiento afectivo? ¿Por qué y en qué situación?

Cada una de las anteriores áreas con sus respectivas preguntas cumplen el objetivo general y así mismo los objetivos específicos requeridos en esta investigación

sobre el uso de las redes sociales en las relaciones de pareja ubicadas en diferentes ciclos vitales como lo son: adolescencia, adultez temprana y adultez intermedia.

Rogers, Bouey & Willing (como se citó en Hernández, Fernández y Baptista, 2010) indican que las características de la entrevista semi estructurada son:

- El principio y el final de la entrevista no se predeterminan ni se definen con claridad, incluso las entrevistas pueden efectuarse en varias etapas. Lo que significa que es flexible.

- Las preguntas y el orden en que se llevan a cabo se adecuan a los participantes.

- Es en buena medida anecdótica.

- El entrevistador comparte con el entrevistado el ritmo y la dirección de la entrevista.

- El contexto social es considerado y resulta fundamental para la interpretación de los resultados.

- El entrevistador ajusta su comunicación a las normas y lenguajes del entrevistado.

- Tiene un carácter amistoso.

- Las preguntas son abiertas y neutrales, ya que buscan obtener perspectivas, experiencias y opiniones detalladas de los participantes en su propio lenguaje.

***Observación no participante.***

La cual según Hernández & Fernández & Baptista (2010), consiste en el registro sistemático, cálido y confiable de comportamientos y conductas manifiestas, pág., 309.

Esta observación se divide en seis apartados importantes como los son:

-Forma de expresarse: De cada uno de los integrantes de la pareja (hombre-mujer) en cuanto a su relación.

-Interacción con su pareja: se observa detalladamente como se comunican, momentos que comparten, situaciones evidenciadas, entre otros.

-Uso de redes dentro de la relación: Se analiza detalladamente como le dan uso a las redes en la relación dual si es concordante con lo expresado en la entrevista.

-fortalecimiento de la relación en cuanto al uso de las redes: Se analiza de acuerdo a lo evidenciado en la entrevista si las redes ha fortalecido la relación y así mismo con lo que se puede observar en la pareja.

-Conflictos dentro de la pareja debido al uso de las redes: Se observa si este uso les trae disfuncionalidades en cuanto a compartir momentos, mediante la entrevista, en la vida diaria, etc.

-Aportaciones de las muestras en cuanto al estudio: Se reciben los comentarios por parte de los entrevistados con el respectivo proceso llevado a cabo de acuerdo a la investigación.

### ***Narrativa.***

Este procedimiento se lleva a cabo como actividad final aplicado a la pareja conjuntamente para describir el uso de las redes sociales por ellos

mismos en la relación desde el momento en que comenzaron a utilizar estos medios. Se realiza en un tercer encuentro para refutar la información con lo expresado en la entrevista y así mismo con lo registrado en la observación no participante.

### **Procedimiento**

1-Se seleccionó el tema de investigación

2-Se llevó a cabo a la formulación de la pregunta de investigación

3-Se buscó información teórica acerca del tema para respaldar la elaboración de dicho estudio, conformada por estado del arte y el marco teórico

4-Se llevó a cabo la revisión del tema con el catedrático asignado

5-Se elaboró un cronograma de tiempo estimado para la investigación

6-Se elaboró un instrumento de investigación, la cual fue una entrevista semi estructurada acompañada de un formato de observación y otro formato de narrativa.

7-Luego de revisar y validar la entrevista se procedió a elegir los sujetos para la investigación, basándose en los aspectos de inclusión determinados para este estudio.

8-Al momento de que los sujetos aceptaron participar en este estudio, se realizaron citas con cada uno de ellos para llevar a cabo cada una de las aplicaciones establecidas.

9-Se realizaron las entrevistas a las tres parejas de las diferentes edades (adolescencia, adultez joven y adultez intermedia) que conforman este estudio

10-Se llevó a cabo la transcripción de los resultados a la respectiva monografía

11-Se analizaron y presentaron los resultados

12-Se realizó la discusión de los resultados en contraposición con el marco teórico que sustentan este estudio

13-Se elaboraron las conclusiones y recomendaciones

## Resultados

### Adulthood Intermedia

#### Entrevista.

NOMBRES Y APELLIDOS: X y Y		FECHA: 17-10-15
OCUPACION: cajera y abogado-juez		TELEFONO: 5680504
SEXO: Femenino y Masculino		EDAD: 43(f) y 51 (m) años
1.PERSPECTIVA FRENTE AL USO DE LAS REDES SOCIALES		
1. ¿Qué opina en cuanto al uso las redes sociales como son: el Facebook, el Whatsapp, line, Instagram, twitter, llamadas telefónicas entre otras?	Ella: Las redes sociales para mí son necesarias en algún momento porque nos podemos comunicar; pero también perjudican y sobre todo a la juventud de hoy en día; ya uno como persona mayor considero que las manejamos con más seriedad y más cuidado al respecto.	
	El: Son medios masivos de comunicación que están hoy en día vigentes y que suelen utilizarse en una prioridad mayor por los jóvenes, para interactuar desde cualquier parte del mundo.	



<p>2. ¿Cuál o cuáles aplicaciones de las redes sociales suele utilizar más para interactuar con su pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Como pareja solemos utilizar más las llamadas telefónicas, porque son más fácil para comunicarnos y pues siempre como los dos trabajamos entonces cuando tenemos un espacio pues nos regalamos una llamada; pero si tenemos aplicaciones de Watsapp y Facebook, aunque no es relevante el uso en nuestra relación.</p> <p>El: Siempre utilizamos la llamada telefónica, porque considero que es un medio más confiable y posee de más privacidad donde podemos dialogar cómodamente; tenemos Facebook y Watsapp pero no le damos uso para nuestra interacción.</p>

<p>3. ¿Considera que el uso de las redes sociales y en especial de la aplicación que más utiliza, dentro de su relación de pareja es importante? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Si claro el uso de las redes son importantes, porque nos permiten comunicarnos, y con respecto a la llamada telefónica que es lo que usamos es un medio que nos permite estar pendiente el uno del otro, dialogar por medio de este de cualquier situación entre otras cosas.</p> <p>El: Si lo considero necesario, y en especial la llamada telefónica pues me permite estar al pendiente de ella, aun estando en la misma ciudad</p>
<p>2. MOMENTOS O SITUACIONES DE USO DE LAS REDES</p>	

<p>4. ¿Con que frecuencia utiliza la red social al día para hablar con su pareja?</p>	<p>Ella: Con respecto a las llamadas telefónicas la utilizamos en la mañana cuando tenemos receso en el trabajo para saber cómo estamos, a medio día para que pase a recogerme al trabajo, en las tardes para saber uno del otro y también el me llama antes de entrar a las audiencias para especificarme que va a estar ocupado.</p>
	<p>El: La utilizo entre unas tres a cinco veces al día diariamente, pues cuando estamos trabajando para saber el uno del otro, para pasar a recogerla, cuando tengo audiencias para avisarle que voy a estar ocupado; y los fines de semana solo cuando salgo de casa y no estoy con ella.</p>
<p>5. ¿En qué momentos o situaciones de su vida diaria suele utilizar más la red para interactuar con su pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Suelo utilizarla más en momentos de trabajo cuando tenemos espacio pues para saber cómo estamos, como vamos, para hablar algo importante de nuestros hijos.</p>
	<p>El: La utilizo más en las mañanas y en las tardes, y si está enferma la llamo más frecuentemente para saber cómo esta y también en situaciones especiales.</p>

<p>6. ¿De las actividades que usted realiza con su pareja de uno a diez cuantas publica en las redes sociales?</p>	<p>Ella: Ninguna, ya que tenemos las aplicaciones de Facebook y Whatsapp pero no le damos uso en cuanto a publicaciones de nosotros como pareja.</p>
	<p>El: No, ninguna nunca publicamos nada; debido a que no le damos uso a las aplicaciones aunque las tenemos abiertas.</p>
<p>7. El uso de las redes sociales como interfiere en su relación de pareja ¿Porque?</p>	<p>Ella: En cuanto al uso de la llamada telefónica que es lo que más solemos utilizar, considero que no interfiere en nuestra relación porque el uso solo es para comunicarnos los dos y hablar de los dos o de nuestra familia, ya los demás contactos son por motivos de trabajo y eso lo tenemos bien claro.</p>
	<p>El: No, no interfiere; porque la comunicación mía aparte de ella, solo es por motivo de trabajo</p>

	<p>y son conversaciones cortas.</p>
<p>3.INTERACCION CON LA PAREJA EN CUANTO AL USO DE REDES SOCIALES</p>	
<p>8. ¿Qué tipos de mensaje utiliza usted con más frecuencia para interactuar con su pareja, inbox o público ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Llamadas de voz, porque es un método que considero más apropiado para comunicarnos, y los dos desde un principio siempre hemos optado por este.</p> <p>El: Llamadas de voz mediante el móvil; de vez en cuando, cuando no podemos hablar por motivo de trabajo nos enviamos un mensaje de texto, a través del celular.</p>
<p>9. ¿Utiliza usted la red social, como método para conquistar a su pareja? ¿Cómo y Porque?</p>	<p>Ella: La llamada telefónica no la utilizo como método para conquistar a mi esposo, solamente para saber cómo estamos, o cuando él viaja, o para algo importante de nuestros hijos y que no estemos juntos.</p> <p>El: Si, por medio de la llamada antes de colgar</p>

	<p>cuando hablamos le digo: te quiero, como estas.</p> <p>Entre otras cosas importantes que considero que son útiles para seguirla conquistando o para recordarle que es importante para mí.</p>
<p>10. ¿Se siente más confiad@ al momento de decirle algo a su pareja por medio de la red social que utiliza que en persona? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Me siento más confiada en expresarle algún sentimiento cuando estamos en persona, porque estamos en privacidad y así mismo con mucha más tranquilidad para dialogar de nosotros.</p> <p>El: Considero que me siento más confiado en el momento de estar en persona; porque siempre es mejor interactuar cuando estamos juntos o frente a frente.</p>
<p>11. ¿Cómo cree que afecta el factor de confianza en su relación debido al uso de las redes sociales?</p>	<p>Ella: Considero que la confianza no afecta entre los dos, en cuanto al uso de las llamadas telefónicas; pues primero que todo yo confié mucho en él y sé que solo las comunicaciones por medio del móvil son motivo de trabajo o familiares.</p>

	<p>El: No afecta, ya que entre los dos es relevante la confianza mutua, y considero que nos conocemos muy bien.</p>
<p>12. ¿Considera que la interacción de su pareja con otras personas por medio de las redes sociales puede influir en su relación? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: No lo considero, ya que se y estoy segura que solo los contactos de él, aparte de yo y de nuestros hijos, solo se dan por motivos de trabajo y familiares.</p> <p>El: No, no lo considero, nos tenemos mucha confianza y tenemos entendido que las demás comunicaciones son por trabajo o familia; aparte de nosotros dos y nuestros dos hijos.</p>
<p>4.REGLAS EN CUANTO AL USO DE REDES SOCIALES EN LA RELACION DE PAREJA</p>	
<p>13. ¿Considera necesario el establecimiento de reglas en cuanto al uso de las redes sociales en su relación de pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Si considero necesario el establecimiento de reglas en cuanto al uso de las llamadas telefónicas que es lo que usamos; porque es incómodo que cuando estemos compartiendo momentos entre familia o entre los dos, se esté usando este medio e interrumpa esas situaciones especiales.</p>

	<p>El: Si lo considero necesario; porque no es adecuado que en momentos de compartir con la familia o los dos juntos, se esté dando uso a la realización de llamadas como así mismo a atenderlas por algún motivo de trabajo, se supone que cada momento tiene su espacio.</p>
<p>14. ¿Qué tipos de reglas o límites ha establecido con su pareja para usar las redes sociales?</p>	<p>Ella: Una regla importante es no llamar ni atender llamadas extrañas cuando estamos compartiendo en la mesa; cuando salimos a pasear, cuando estamos festejando un cumpleaños, entre otros; y siempre tratamos de cumplirlas.</p> <p>El: Hemos establecido no usar el teléfono en las comidas, en momentos de familia y en situaciones importantes.</p>
<p>15. ¿Ha tenido problemáticas con su</p>	<p>Ella: No, no he evidenciado ninguna problemática por no cumplir estas reglas; ya que los dos estamos de acuerdo en aplicarlas y respetarlas.</p>



<p>pareja por no cumplir las normas establecidas en cuanto el uso de las redes sociales? ¿En qué situación y porque?</p>	
	<p>El: No, no he tenido ningún inconveniente con ella ya que la respeto y siempre en esos momentos trato de mantener el celular lejos de mí.</p>
<p>5.USO DE REDES SOCIALES EN LA PAREJA ANALIZAR SI HA GENERADO DISCUSIONES,DESCONFIANZA Y/O ACERCAMIENTO AFECTIVO CUANDO ESTAN DISTANTES</p>	
<p>16. ¿Ha tenido algún conflicto en las redes sociales con su pareja? ¿Podría describirme en que situaciones han sucedido esto?</p>	<p>Ella: No, nunca he discutido con él por medio de la llamada telefónica, empezando que nosotros no solemos discutir, nos entendemos muy bien desde un principio, y pues como no interactuamos por el Facebook ni por el Wathsapp.</p> <p>El: No, en ningún momento he discutido con ella por medio de la red, y mucho menos por el uso.</p>

<p>17. ¿Ha tenido situaciones en las cuales su pareja conozca a otra persona por medio de las redes sociales? ¿Cómo han sido estas situaciones?</p>	<p>Ella: No he vivenciado esta situación, siempre son personas del trabajo y pues la familia; y como no le damos uso al Facebook ni ahora al Whatsapp entonces no considero relevante esto.</p>
	<p>El: No he tenido esta situación</p>
<p>18. ¿Se ha encontrado en situaciones en las cuales su pareja le ha ocultado algo dentro de las redes sociales? Háblame sobre eso</p>	<p>Ella: No la he evidenciado; pues él siempre me comunica con quien habla a través de la llamada y de que se trató el tema.</p>
	<p>El: No, en ningún momento; ella siempre me cuenta todo de sus llamadas y contactos al igual yo lo hago con ella.</p>
<p>19. ¿En algún momento de su relación de pareja ha sentido desconfianza debido al</p>	<p>Ella: No, en ningún momento he sentido desconfianza por el uso de la llamada telefónica ni tampoco a la vigencia del Facebook ni del Whatsapp; porque las llamadas son para comunicarnos los dos, con nuestros hijos y por</p>

<p>uso de las redes sociales?</p> <p>¿En qué momento y porque?</p>	<p>situaciones de trabajo; y con respecto a las dos aplicaciones las tenemos abiertas pero no les damos uso ni para los dos ni para con las demás personas.</p>
	<p>El: No, en ningún momento; porque yo la conozco muy bien y se cuál es el uso de las llamadas telefónicas y pues las aplicaciones no las usamos ni para los dos ni para con otras personas.</p>
<p>20. ¿Cree usted que las redes sociales han fortalecido su relación de pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Si lo creo, en especial las llamadas de voz que es lo que usamos; porque nos permite estar comunicados cuando él viaja, cuando estamos trabajando y esto hace que estemos pendiente el uno del otro y también ante alguna emergencia o situación importante.</p>
	<p>El: Considero que si ha fortalecido nuestra relación, el uso del teléfono para llamarnos mutuamente; sobre todo cuando estamos separados por trabajo, cuando tenemos que viajar; esto hace que podamos interactuar aun</p>

	<p>estando lejos.</p>
<p>21. ¿Considera que la red social es un medio de enlace afectivo fuerte con su pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: No considero que las llamadas sean un enlace afectivo fuerte, si es un método importante y necesario para comunicarnos cuando no estamos juntos, pero en cuanto a la afectividad es mejor el contacto personal; al igual el Facebook y el Whatsapp no los considero importantes en nuestra relación.</p> <p>El: No necesariamente, el enlace afectivo fuerte se da cuando estamos siempre juntos en el mismo lugar; las redes como las llamadas y las distintas aplicaciones permiten una interacción para saber el uno del otro pero no es importante en cuanto a la afectividad de los dos.</p>

<p>22. ¿siente y cree desde lo evidenciado con su relación que las redes sociales es un mecanismo que permite mantener acercamiento afectivo? ¿Por qué y en qué situación?</p>	<p>Ella: Si, porque cuando no estamos juntos nos llamamos para saber cómo estamos, como nos ha ido, dialogar de nuestros hijos, cuando él viaja nos llamamos más seguido para estar al pendiente el uno del otro y pues esto en cierta forma permite un acercamiento afectivo como pareja y como familia, ya que él no está en persona pero si estamos escuchándonos.</p>
	<p>El: En los momentos que estamos distantes si lo considero, porque nos permite estar pendiente el uno del otro, como estamos, como vamos, que necesitamos, entre otros.</p>

**Formato de observación.**

<p>NOMBRE Y APELLIDO: X y Y</p>	<p>FECHA : 18-10-15</p>
<p>OCUPACION</p>	<p>EDAD: 43 (f)y 51 (m)años</p>
<p>SEXO</p>	<p>TELEFONO</p>
	<p>Manejan vocabulario técnico de acuerdo a su nivel académico, en cuanto a la relación de los dos se evidencia el respeto mutuo,</p>

<p>1. FORMA DE EXPRESARSE</p>	<p>el compromiso, el amor, la confianza, la comprensión; ya que hablan el uno del otro de una forma tan honesta y tan comfortable; no se evidencia el uso de palabras desagradables e hirientes del uno hacia el otro.</p> <p>Por lo tanto se concluye que la expresión tanto verbal como no verbal es sumamente buena entre esta pareja, ya que manejan una comunicación asertiva.</p>
<p>2.INTERACCION CON SU PAREJA</p>	<p>Se mantienen en contacto seguidamente ya que es una pareja de casados los cuales tienen dos hijos, uno de ellos ya dejó el nido vacío y el otro aún vive en casa; manejan una buena interacción en cuanto a su comunicación, la confianza, el compromiso, el respeto, la responsabilidad, la organización.</p> <p>La red más usada y que hace parte de su interacción por parte de los dos son las llamadas telefónicas, la cual la consideran relevante en su relación; tiene las aplicaciones de Facebook y Whatsapp pero no hacen uso de estas por lo tanto no</p>

	<p>hacen parte de su comunicación ni interacción.</p>
<p>3.USO DE REDES DENTRO DE LA RELACION</p>	<p>Se puede evidenciar que solo hacen uso de la llamada telefónica y más en momentos que no están juntos como por ejemplo en situaciones de trabajo, cuando el uno tiene que salir de la ciudad y se observa que si tienen las dos aplicaciones de Facebook y Whatsapp pero no hacen uso de ellas pues en la aplicación del Facebook no se encontró nada relevante de ellos dos y en el Whatsapp no se evidencio conversaciones por este medio.</p>
<p>4.FORTALECIMIENTO DE LA RELACION EN CUANTO AL USO DE LAS REDES</p> <p>5.CONFLICTOS DENTRO DE LA</p>	<p>Se observa que el uso de las llamadas telefónicas en la pareja son relevantes y así mismo ayudan a fortalecer el contacto mutuo cuando no están cerca; por lo tanto se deduce que aporta a la relación de pareja.</p> <p>No se observa ningún conflicto ocasionado debido al uso de las llamadas</p>

RELACION DEBIDO AL USO DE LAS REDES	telefónicas ni a las aperturas del Facebook y Whatsapp; ya que se evidencia la confianza mutua y la comprensión y el respeto; las conversaciones por teléfono con otras personas son por motivo de trabajo, familia no hay uso específico de las aplicaciones; y esto se refleja en las dos partes.
-------------------------------------	---

**Narrativa.**

NOMBRE: X	TIEMPO DE RELACION: 20 años de casados
NOMBRE: Y	FECHA: 19-10-15
CIUDAD: Pamplona	DURACION DEL NOVIAZGO: 3 años
<p>Las redes sociales en nuestra relación no afecta ya que solo usamos las llamadas telefónicas aunque poseemos las aplicaciones del Facebook y Whatsapp pero las cuales no les damos uso; las llamadas solo son relevantes para situaciones de trabajo; y al mismo tiempo nos permite mantenernos en contacto a nosotros como pareja; no hemos evidenciado ningún conflicto por el uso del teléfono en cuanto a la realización de llamadas telefónicas.</p>	



Consideramos que el uso que le damos al teléfono es de una manera adecuada, ya que solo es relevante para comunicarnos como pareja cuando estamos distantes, para situaciones de trabajo, para interactuar con la familia, para comunicarnos con nuestros hijos; y todo esto lo hacemos mediante las llamadas telefónicas.

Tenemos vigente en nuestros celulares las aplicaciones del Facebook y del Whatsapp, pero no le damos uso ni para interactuar como pareja, ni para interactuar con nuestros hijos, ni con nuestra familia; ya que no los consideramos medios importantes, como lo consideran hoy en día los jóvenes.

Desde un principio hemos estado adaptados a la realización de llamadas telefónicas para comunicarnos e interactuar, por lo tanto no es relevante para nosotros como pareja hacer uso de estas aplicaciones de Facebook y Whatsapp las tenemos más por influencia de nuestros hijos, pero ni con ellos interactuamos por medio de estas redes sociales.

### **Adulthood Joven (30 y 25 años)**

#### **Entrevista.**

NOMBRES: X y Y	FECHA: 18-10-15
OCUPACION: abogada y abogado	TELEFONO: 3178946024 y 3203488142
SEXO: Femenino y Masculino	EDAD: 25(f) y 30(m) años
<b>1.PERSPECTIVA FRENTE AL USO DE LAS REDES SOCIALES</b>	

<p>1. ¿Qué opina en cuanto al uso las redes sociales como son: el Facebook, el Whatsapp, line, Instagram, twitter, llamadas telefónicas entre otras?</p>	<p>Ella: Las redes sociales para mí tienen ventajas y a su vez desventajas.</p> <p>Ventajas en cuanto a la información que nos proporciona y a la distracción que nos generan</p> <p>Desventajas en cuanto que coartan la comunicación persona-persona y consumen más tiempo de lo normal</p>
<p>2. ¿Cuál o cuáles aplicaciones de las redes sociales suele utilizar más para interactuar con su pareja? ¿Por qué?</p>	<p>El: Son medios útiles, algunos sirven para encontrar personas e interactuar.</p> <p>Ella: Utilizo Whatsapp, porque considero que ahorra una llamada y Facebook para subir fotos o indicar momentos cuando estamos juntos</p> <p>El: Facebook y Whatsapp porque me permiten un mayor contacto y más facilidad para comunicarme con ella, cuando no podemos hablar.</p>

<p>3. ¿Considera que el uso de las redes sociales y en especial de la aplicación que más utiliza, dentro de su relación de pareja es importante? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Pues no es tan importante, a veces ayuda a la comunicación o se puede también se puede entender y comprender mejor al otro o mal interpretar lo que se escribe y publica.</p>
	<p>El: Si lo considero necesario, porque a través de ellas mantengo contacto permanente con mi pareja y me permite expresarle lo que siento.</p>
<p><b>2.MOMENTOS O SITUACIONES DE USO DE LAS REDES</b></p>	
<p>4. ¿Con que frecuencia utiliza la red social al día para hablar con su pareja?</p>	<p>Ella: Whatsapp lo utilizo en las mañanas para saludarlo y en las noches para hablar cosas de los dos o de alrededor; y pues el Facebook no es tan relevante el uso, de vez en cuando una o dos veces por semana.</p>
	<p>El: En la mañana y en la tarde y parte de la noche, yo utilizo más el Whatsapp para hablar con ella.</p>

<p>5. ¿En qué momentos o situaciones de su vida diaria suele utilizar más la red para interactuar con su pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Lo utilizo más en situaciones cuando estamos de paseo y no estamos juntos como para inmortalizar esos momentos y cuando no lo puedo llamar debido a las ocupaciones, cuando necesito que me colabore y cuando necesito comentarle algo, esto lo hago a través del Whatsapp.</p>
	<p>El: Siempre lo utilizo así este lejos de ella o en el mismo lugar y que tenga tiempo, cuando estoy lejos también utilizo la llamada telefónica.</p>
<p>6. ¿De las actividades que usted realiza con su pareja de uno a diez cuantas publica en las redes sociales?</p>	<p>Ella: Creería que cinco, ya que publico fotos, lugares, momentos importantes, felicitaciones y cumpleaños, lo hago por medio del Facebook y del Whatsapp.</p>
	<p>El: Considero que siete, como los son fotos, estados, lugares donde estamos, felicitaciones, cumpleaños, mensajes agradables, momentos importantes y canciones para ella.</p>

<p>7. El uso de las redes sociales como interfiere en su relación de pareja ¿Porque?</p>	<p>Ella: Yo siento que le doy más uso que él; porque mi muro de Facebook esta ha vista pública y la de él está en privado. Esta parte me genera alerta porque no lo puedo ver, y cuando le daba me gusta a fotos de otras personas. Por este lado ha interferido un poco en la relación pero no ha sido motivo de disfuncionalidad</p>
	<p>El: interfiere de manera positiva para mí; porque considero que me acorta la distancia cuando no estoy con ella, cuando no hay minutos le escribo.</p>
<p>3.INTERACCION CON LA PAREJA EN CUANTO AL USO DE REDES SOCIALES</p>	

<p>8. ¿Qué tipos de mensaje utiliza usted con más frecuencia para interactuar con su pareja, inbox o público ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Utilizo más inbox, porque la mayoría de cosas son personales de los dos. Lo que hago público son solo momentos específicos como salidas, felicitaciones, cumpleaños, entre otros.</p>
	<p>El: Mensaje tipo inbox, porque es más personalizado para interactuar con ella.</p>
<p>9. ¿Utiliza usted la red social, como método para conquistar a su pareja? ¿Cómo y Porque?</p>	<p>Ella: si la utilizo para conquistarlo, lo hago enviándole imágenes para recordarle cuanto lo amo; y cuando publico cosas con el me parece importante para que la gente describa que él hace parte de mi vida y él se sienta halagado.</p>
	<p>El: Siempre la utilizo para conquistarla, a través de mensajes, de emoticones; considero que eso alimenta nuestra relación y hace que sea mejor.</p>
<p>10. ¿Se siente más confiada al momento de decirle algo a su pareja por medio de la red social que utiliza que en</p>	<p>Ella: No, me siento más confiada hablándole en persona, considero que si le escribo puede malinterpretar. En momentos cuando estoy disgustada con el si</p>

<p>persona? ¿Por qué?</p>	<p>le escribo o cuando hay alguien cerca.</p>
<p>11. ¿Cómo cree que afecta el factor de confianza en su relación debido al uso de las redes sociales?</p>	<p>El: Depende en ocasiones hay cosas que se pueden expresar mediante las redes como el Whatsapp o el Facebook y otras si requieren que sea personalmente como por ejemplo en este caso solucionar inconvenientes, expresar cosas importantes.</p> <p>Ella: Puede afectar porque el uso de redes pueden generar contactos con más personas que no se muestran como son y pueden persuadir por estas mismas.</p> <p>Pero el casi no le da importancia a eso.</p> <p>El: No afecta, no tengo ningún problema que ella haga uso de las redes pues le tengo confianza.</p>
<p>12. ¿Considera que la interacción</p>	<p>Ella: Puede que si influya porque es un medio de</p>

<p>de su pareja con otras personas por medio de las redes sociales puede influir en su relación? ¿Por qué?</p>	<p>contacto y es diferente tratar personalmente a alguien que interactuar por las redes ya que esto permite expresarse de diferentes maneras que lo puede atraer.</p>
	<p>El: No, no lo considero, ya que le tengo confianza, pero pues puede existir una posibilidad aunque no lo he vivenciado todavía.</p>
<p>4.REGLAS EN CUANTO AL USO DE REDES SOCIALES EN LA RELACION DE PAREJA</p>	
<p>13. ¿Considera necesario el establecimiento de reglas en cuanto al uso de las redes sociales en su relación de pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella No lo considero necesario, porque los dos somos personas maduras en cuanto al uso de las redes. Él debe saber respetar nuestros momentos.</p>
	<p>El: Si me parece importante porque muchas veces se deja de compartir momentos por estar pendientes a estos medios.</p>
	<p>Ella: De pronto cuando los dos hemos aprendido a identificar los momentos en que no debemos hacer uso de este; ejemplo cuando salimos los</p>



<p>14. ¿Qué tipos de reglas o límites ha establecido con su pareja para usar las redes sociales?</p>	<p>dos, cuando comemos, cuando hablamos de los dos.</p> <p>Hubo un momento en que se lo manifesté y no lo volvió a hacer.</p>
<p>15. ¿Ha tenido problemáticas con su pareja por no cumplir las normas establecidas en cuanto el uso de las redes sociales? ¿En qué situación y porque?</p>	<p>El: Hemos llegado a acuerdos en que momentos usarlos y en cuáles no. Por lo menos en comidas, fiestas, películas, cuando estamos los dos solos.</p> <p>Ella: Como tal, se han presentado pero en el momento se solucionan, se nos presentó en una situación después de almuerzo y en las noches donde el no compartía conmigo por estar mirando el Facebook.</p> <p>Pero actualmente ha mejorado.</p> <p>El: Si, porque existió en un tiempo apego a esas redes y dejaba de compartir con ella; por ejemplo una vez después de almuerzo, yo estaba revisando el Facebook y ella se disgustó.</p>
<p style="text-align: center;"><b>5.USO DE REDES SOCIALES EN LA PAREJA ANALIZAR SI HA GENERADO DISCUSIONES,DESCONFIANZA Y/O ACERCAMIENTO AFECTIVO CUANDO ESTAN DISTANTES</b></p>	

<p>16. ¿Ha tenido algún conflicto en las redes sociales con su pareja? ¿Podría describirme en que situaciones han sucedido esto?</p>	<p>Ella: No he evidenciado esta situación, nunca hemos hecho público una discusión, siempre ha sido personalmente.</p> <p>El: Si, pero son más problemas cotidianos y a veces por personas que causan ruidos a la relación, pero los hemos sabido solucionar</p>
<p>17. ¿Ha tenido situaciones en las cuales su pareja conozca a otra persona por medio de las redes sociales? ¿Cómo han sido estas situaciones?</p>	<p>Ella: Que yo sepa no se ha presentado estas situaciones.</p> <p>El: Me imagino que sí, pero me tiene sin cuidado porque confió en ella.</p>
<p>18. ¿Se ha encontrado en situaciones en las cuales su pareja le ha ocultado algo dentro de las redes sociales? Háblame sobre eso</p>	<p>Ella: Si, una vez el hablo con alguien más, lo descubrí porque fui chismosa, no porque él me contara. El Facebook estaba abierto le revise la conversación y pues reaccione mal; llevábamos poquito tiempo de relación me mostré disgustada y hablamos al respecto y solucionamos el mal</p>

	<p>entendido.</p>
<p>19. ¿En algún momento de su relación de pareja ha sentido desconfianza debido al uso de las redes sociales? ¿En qué momento y porque?</p>	<p>El: No lo sé, porque respeto esas situaciones y pues existe limites en la relación y en las redes sociales, no me gusta revisarle las conversaciones ni nada por el estilo.</p>
<p>20. ¿Cree usted que las redes sociales han fortalecido su relación de pareja? ¿Por</p>	<p>Ella: Si llegue a sentir desconfianza después de lo expresado anteriormente. Porque yo antes confiaba ciegamente en él, pero después de eso me mantengo alerta. Pero también ha venido mejorando poco a poco.</p> <p>El: No, no desconfió, a veces me molesto porque ella está mucho tiempo conectada al Facebook pero de ahí no pasa.</p> <p>Ella: No creo que la fortalezca, lo que considero es que hace mortalizar los momentos cuando no estamos juntos y ayuda en cuando a la expresión de sentimientos de otras formas y eso en cierta parte ayuda. Pero en si la red no la fortalece, la fortalecemos nosotros.</p>

<p>qué?</p>	<p>El: Considero que si ha fortalecido nuestra relación, porque por este medio la conquisto, le expreso mis sentimientos y estoy más comunicado con ella.</p>
<p>21. ¿Considera que la red social es un medio de enlace afectivo fuerte con su pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: No lo considero, porque él no utiliza tanto estos medios como yo. Son más evidenciadas las interacciones personales.</p>
	<p>El: Si es necesario, pero no son esenciales ya que es más importante el contacto personal.</p>
<p>22. ¿siente y cree desde lo evidenciado con su relación que las redes sociales es un mecanismo que permite mantener acercamiento afectivo? ¿Por qué y en qué situación?</p>	<p>Ella: Pues puede que facilite el acercamiento cuando estamos lejos por medio de los mensajes por Whatsapp o por el Facebook, a través también de imágenes, las llamadas telefónicas, estados dedicados para uno; de alguna manera esto puede ayudar, pero no del todo.</p>
	<p>El: Si permiten estar más cercanos por motivos de trabajo, las ocupaciones de cada uno; y pues estos medios hacen que nos mantengamos en</p>

	constante interacción y comunicación.
--	---------------------------------------

**Formato de observación.**

NOMBRE Y APELLIDO: X y Y		FECHA : 19-10-15
OCUPACION: abogada y abogado		EDAD: 25 (f) y 30(m)años
SEXO: femenino y masculino		TELEFONO:
1. FORMA DE EXPRESARSE	<p>Manejan vocabulario técnico de acuerdo a su nivel académico, en cuanto a la relación de los dos se expresan con armonía uno del otro, existe comprensión y habilidades para solucionar los problemas que se les presentan manteniendo conversaciones asertivas, se evidencia el respeto mutuo, el amor, la comprensión y la ayuda mutua en todo momento.</p>	
	<p>Mantienen una interacción constante día a día ya que habitan en la misma ciudad en diferente casa, cuando no están cerca hacen uso de los medios de comunicación como son las redes sociales que ellos</p>	

<p>2.INTERACCION CON SU PAREJA</p>	<p>utilizan para interactuar, se observan que salen a pasear mucho los dos juntos para otros lugares.</p>
<p>3.USO DE REDES DENTRO DE LA RELACION</p>	<p>Se observa el uso de las redes dentro de la relación de una manera adecuada, ya que pues le dan el valor porque consideran de ambas partes que son importantes para comunicarse entre los dos, mortalizar momentos y también suelen utilizarlo como método de conquista. La red más representativa en la relación de acuerdo a lo observable es el Whatsapp.</p>

<p>4.FORTALECIMIENTO DE LA RELACION EN CUANTO AL USO DE LAS REDES</p>	<p>Se puede observar que las redes sociales en especial el Whatsapp y el Facebook que son las aplicaciones más usadas en esta relación fortalece en cierta parte esta pareja ya que les permite comunicarse, interactuar, resaltar momentos, entre otros.</p>
<p>5.CONFLICTOS DENTRO DE LA RELACION DEBIDO AL USO DE LAS REDES</p>	<p>Se observa que el uso de las redes en cuanto a las aplicaciones más usadas por esta pareja si ha generado ciertos conflictos en cuanto a los mensajes y otras personas que han querido interrumpir; pero que al igual los han sabido solucionar como pareja y los han sabido llevar acordemente para no volverse a repetir esas incomodas situaciones.</p>

**Narrativa.**

NOMBRE: X	TIEMPO DE RELACION: 3 años y 1 mes
-----------	------------------------------------

NOMBRE: Y	FECHA: 20-10-15
CIUDAD: Pamplona	DURACION DEL NOVIAZGO: 3 años y 1 mes
<p>El uso de las redes nos ayuda con nuestra comunicación, la conquista permanente, permite resolver problemas cuando no estamos cerca, nos permite interactuar por medio de imágenes, canciones, estados, especificar momentos, entre otros aspectos relevantes; así como también las llamadas de voz son importantes aunque hemos disminuido el uso de estas desde que apareció Whatsapp debido a que este para nosotros como pareja es un medio fácil y rápido para contactarnos, hemos disminuido aunque no del todo el uso del Facebook debido a inconvenientes anteriores, ahora solo le damos uso en cuanto a la publicación de canciones, felicitaciones, fotos de los dos, ubicación de lugares, entre otros.</p> <p>Consideramos que el uso de las redes en nuestra relación dual es adecuado ya que no excedemos la utilización de las aplicaciones, pero tampoco las dejamos de lado.</p> <p>Aunque también nos han ocasionado inconvenientes cuando no estamos al pendiente cuando el uno o el otro nos escribimos, o nos llamamos y no contestamos rápido; pero son cosas que se han sabido solucionar entre los dos.</p>	



**Adolescencia (16 y 20 años)****Entrevista.**

NOMBRES Y APELLIDOS: X y Y		FECHA: 02-11-15
OCUPACION: Estudiante bachillerato y estudiante universitario		TELEFONO: 5680504
SEXO: Femenino y Masculino		EDAD: 16(f) y 20(m)años
<b>1.PERSPECTIVA FRENTE AL USO DE LAS REDES SOCIALES</b>		
1. ¿Qué opina en cuanto al uso las redes sociales como son: el Facebook, el Whatsapp, line, Instagram, Twitter, llamadas telefónicas entre otras?	Ella: Son importantes, ya que nos podemos comunicas, nos podemos hablar con personas lejanas, así mismo las llamadas también son importantes ya que nos facilita una comunicación con otras personas de una forma más fácil.	
	El: Considero que son adictivas, que generan conflictos, se pierde comunicación física frente a frente, en vez de acercar a las personas las aleja.	
2. ¿Cuál o cuáles aplicaciones de las redes sociales suele utilizar más para interactuar con su pareja? ¿Por qué?	Ella: Utilizamos Facebook ya que casi no nos vemos, entonces este medio nos permite comunicarnos y de esta manera interactuó con mi pareja.	

	<p>El: Utilizamos Facebook, mensajes de texto y llamadas telefónicas; porque por medio de alguno de estos medios nos comunicamos e interactuamos cuando no nos podemos ver.</p>
<p>3. ¿Considera que el uso de las redes sociales y en especial de la aplicación que más utiliza, dentro de su relación de pareja es importante? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Considero que es un poco importante ya que puedo comunicarme con mi pareja y saber de ella, y más en los momentos o situaciones que no podemos vernos.</p> <p>El: Considero que no es importante, porque las redes sociales no transmiten los sentimientos que se ven y dan en persona, las conversaciones por el chat se vuelven monótonas.</p>
<p><b>2. MOMENTOS O SITUACIONES DE USO DE LAS REDES</b></p>	
<p>4. ¿Con que frecuencia utiliza la red social al día para hablar con su</p>	<p>Ella: Es muy poca casi no me conecto, solo lo hago cuando tengo tiempo y cuando tengo la oportunidad de hacerlo.</p>

<p>pareja?</p>	<p>El: Casi no utilizamos la aplicación solo una vez a la semana, los domingos y en vacaciones más o menos tres veces a la semana.</p>
<p>5. ¿En qué momentos o situaciones de su vida diaria suele utilizar más la red para interactuar con su pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Suelo utilizarla más en temporadas de vacaciones para comunicarnos ya que estamos lejos.</p>
	<p>El: La utilizo más cuando necesito saber de ella, si está enferma y pues porque los dos estudiamos entonces más en momentos de la noche.</p>
<p>6. ¿De las actividades que usted realiza con su pareja de uno a diez cuantas publica en las redes sociales?</p>	<p>Ella: Ninguna, ya que no me gusta publicar para que las demás personas se enteren.</p>
	<p>El: No, ninguna nunca publicamos nada; debido a que ella no le gusta y yo respeto su decisión.</p>
	<p>Ella: Considero que no interfiere, ya que existe confianza mutua entre los dos.</p>

<p>7. El uso de las redes sociales como interfiere en su relación de pareja ¿Porque?</p>	<p>El: Solo nos pasó una vez por un mal entendido, pero no suele afectar nuestra relación; como si es notable en otras parejas.</p>
<p>3.INTERACCION CON LA PAREJA EN CUANTO AL USO DE REDES SOCIALES</p>	
<p>8. ¿Qué tipos de mensaje utiliza usted con más frecuencia para interactuar con su pareja, inbox o público ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Suelo utilizar mensajes internos tipo inbox, pues considero que soy tímida y me gusta la privacidad.</p>
	<p>El: Lo que más utilizamos son mensajes tipo inbox, porque a ella siempre le ha gustado la privacidad y es un poco tímida, dialogamos mejor por estos mensajes que personalmente ya que ella no se siente tan cómoda en persona.</p>
<p>7. ¿Utiliza usted la red social, como método para conquistar a su pareja?</p>	<p>Ella: Se puede utilizar para conquistarlo, pero no lo hago debido a que no me gusta publicarle nada; prefiero personalmente cuando estamos interactuando o compartiendo juntos.</p>

<p>¿Cómo y Porque?</p>	<p>El: No la utilizo como tal para conquistarla, pero si para conocerla más a través de lo que ella comparte por medio del Facebook pues solo lo observo pero no le comento ni le publico nada, prefiero hacerlo todo personalmente u otra opción entre los dos han sido las cartas.</p>
<p>8. ¿Se siente más confiada@ al momento de decirle algo a su pareja por medio de la red social que utiliza que en persona? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Si me siento más confiada en expresarle algún sentimiento a mi pareja por medio del Facebook cuando hablamos por chat, ya que reconozco que soy un poco tímida y por lo tanto no soy nada expresiva cuando estamos juntos.</p> <p>El: Considero que me siento más confiado en el momento de estar en persona; porque puedo observar sus gestos y es más especial que a través de la aplicación.</p>

<p>9. ¿Cómo cree que afecta el factor de confianza en su relación debido al uso de las redes sociales?</p>	<p>Ella: Considero que la confianza en nuestra relación es positiva por lo tanto no afecta, ya que confiamos en el uno y en el otro.</p>
	<p>El: Afecta de manera positiva, siempre hemos tenido presente el respeto y la privacidad y si nos sucede algo lo dialogamos.</p>
<p>10. ¿Considera que la interacción de su pareja con otras personas por medio de las redes sociales puede influir en su relación? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Depende de las mujeres que el tenga agregadas en el Facebook, ya que existen personas que buscan a los hombres, pero yo personalmente confié mucho en él y me tiene sin cuidado que el interactúe con otras personas.</p>
	<p>El: Podría influir, muchas veces se comente el error de dejar entrar otras personas en la vida de uno, solo con el hecho de saludar otras personas puede causar inconvenientes; pero confié en ella y sé que ella me respeta en ese sentido.</p>
<p>4.REGLAS EN CUANTO AL USO DE REDES SOCIALES EN LA RELACION DE PAREJA</p>	

<p>11. ¿Considera necesario el establecimiento de reglas en cuanto al uso de las redes sociales en su relación de pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: La verdad no hemos establecido ningún tipo de reglas, pero si me parece importante como por ejemplo establecer qué tipo de personas puede tener como amigos en el Facebook.</p>
	<p>El: No lo considero necesario, porque si se establecen reglas en cuanto al uso de la aplicación se pierde la confianza y vive uno sujeto a cosas; mientras que la confianza es más importante ya que si existe se puede hablar; y pues creo que poseemos de ella.</p>
<p>12. ¿Qué tipos de reglas o límites ha establecido con su pareja para usar las redes sociales?</p>	<p>Ella: No hemos establecido ninguna.</p>
	<p>El: No hemos establecido ninguna.</p>
<p>13. ¿Ha tenido problemáticas con su pareja por no cumplir las normas</p>	<p>Ella: No, no he evidenciado ninguna problemática con mi pareja por esto.</p>

<p>establecidas en cuanto el uso de las redes sociales? ¿En qué situación y porque?</p>	<p>El: No, no he tenido ningún inconveniente con ella.</p>
<p>5.USO DE REDES SOCIALES EN LA PAREJA ANALIZAR SI HA GENERADO DISCUCIONES,DESCONFIANZA Y/O ACERCAMIENTO AFECTIVO CUANDO ESTAN DISTANTES</p>	
<p>14. ¿Ha tenido algún conflicto en las redes sociales con su pareja? ¿Podría describirme en que situaciones han sucedido esto?</p>	<p>Ella: No, no ha existido ninguna clase de discusión o problemática entre nosotros a través de la aplicación.</p>
	<p>El: No, en ningún momento he discutido con ella por medio de la red, y mucho menos por el uso.</p>
<p>15. ¿Ha tenido situaciones en las cuales su</p>	<p>Ella: No he vivenciado esta situación,</p>



<p>pareja conozca a otra persona por medio de las redes sociales? ¿Cómo han sido estas situaciones?</p>	<p>El: Pues no sé si ha conocido gente nueva a través del Facebook, pero pues tampoco me interesa averiguarle con quien habla y que hace por medio de la red.</p>
<p>16. ¿Se ha encontrado en situaciones en las cuales su pareja le ha ocultado algo dentro de las redes sociales? Háblame sobre eso</p>	<p>Ella: No la he evidenciado; ya que no he tenido el primer caso o situación</p> <p>El: No</p>
<p>17. ¿En algún momento de su relación de pareja ha sentido desconfianza debido al uso de las redes sociales?</p> <p>¿En qué momento y porque?</p>	<p>Ella: No, en ningún momento</p> <p>El: No, en ningún momento.</p>

<p>18. ¿Cree usted que las redes sociales han fortalecido su relación de pareja? ¿Por qué?</p>	<p>Ella: Si creo que ha fortalecido nuestra relación el uso del Facebook, ya que hay cosas que podemos compartir hablando por este medio sin la molestia de que las otras personas estén al pendiente de lo que hacemos o dialogamos.</p>
<p>19. ¿Considera que la red social es un medio de enlace afectivo fuerte con su pareja? ¿Por qué?</p>	<p>El: Considero que si ya que nos permite comunicarnos, y también pues creo que le damos un uso adecuado lo cual no afecta nuestra relación.</p> <p>Ella: Considero que si es un enlace afectivo fuerte porque nos permite interactuar cuando estamos distantes más en vacaciones que es mayor nuestro uso</p> <p>El: Si, porque nos permite transmitir cosas que muchas veces se pasa por alto y pues esto hace que complementemos nuestra relación.</p>

<p>20. ¿siente y cree desde lo evidenciado con su relación que las redes sociales es un mecanismo que permite mantener acercamiento afectivo? ¿Por qué y en qué situación?</p>	<p>Ella: Si, ya que podemos interactuar a través del Facebook, cuando estamos distantes debido a los estudios y a las vacaciones y pues en este proceso hemos reflejado la confianza mutua entre los dos.</p>
	<p>El: Si, porque muchas veces el día no alcanza para verme con ella, o cuando estamos en vacaciones que no estamos juntos; entonces por medio del Facebook interactuamos dialogando, expresando nuestros sentimientos mutuamente y esto hace que nos mantengamos cercanos afectivamente aunque no estemos cerca físicamente.</p>

**Formato de observación.**

<p>NOMBRE Y APELLIDO: X y Y</p>		<p>FECHA : 02-11-15</p>
<p>OCUPACION: Estudiantes</p>		<p>EDAD: 16(f) y 20(m) años</p>
<p>SEXO: Femenino y Masculino</p>		<p>TELEFONO</p>
<p>1.FORMA DE EXPRESARSE</p>	<p>Manejan vocabulario adecuado de acuerdo a su nivel académico, en cuanto a la relación se evidencia que hacen uso de la red social Facebook la consideran importante dentro de su interacción como pareja pero siempre optan por el contacto</p>	

	<p>personal, se puede observar respeto mutuo y por parte de ella se evidencia cierta timidez para interactuar con su pareja.</p> <p>La interacción tanto verbal como no verbal de esta pareja se puede analizar que está en un término normal, ya que existen ciertos obstáculos como la timidez.</p>
2.INTERACCION CON SU PAREJA	<p>Se evidencia que la red más usada dentro de la relación de pareja para interactuar y comunicarse mutuamente es el Facebook, la suelen utilizar en situaciones cuando están distantes y no se pueden ver, lo consideran un medio confiable y seguro ya que es privado solo lo usan por medio de chat para dialogar, no suelen compartir nada en este medio con respecto a la relación, pues lo hacen con el fin de que las demás personas no causen ruidos en esta misma; sobre todo ella le da el valor a esta red ya que considera que es un poco tímida y se siente más segura compartiendo con la pareja a través del chat y no personalmente; por parte de él se observa que prefiere y opta más por el contacto personal para poder observarla y expresarle todo lo que siente.</p>
3.USO DE REDES DENTRO DE LA RELACION	<p>Se puede evidenciar que en esta relación el uso de la red se da de una forma privada donde solo usan el chat para interactuar como pareja y en situaciones cuando no se pueden ver, no optan por ningún tipo de publicación siempre la comunicación es a través de inbox y no consideran relevante el uso del Whatsapp ya que no lo consideran tan confiable y seguro; las llamadas telefónicas las reemplazaron por el contacto en Facebook.</p>

<p>4.FORTALECIMIENTO DE LA RELACION EN CUANTO AL USO DE LAS REDES</p>	<p>Se puede considerar que en esta relación el uso de la aplicación Facebook ha aportado para fortalecer la relación ya que les da la oportunidad de mantenerse en contacto por medio de inbox privados ya que no les gusta compartir nada público, sobre todo a ella la ha favorecido mucho ya que es un poco tímida y se siente más segura hablando por medio del chat que estar personalmente.</p>
<p>5.CONFLICTOS DENTRO DE LA RELACION DEBIDO AL USO DE LAS REDES</p>	<p>No se observa ningún tipo de conflictos dentro de la relación debido al uso de la red social prominente en esta, pues se ve que hay respeto mutuo y confianza por parte y parte y suelen darle un uso adecuado no excediendo de ellas y previniendo que otras personas lleguen a causar ruidos.</p>

**Narrativa.**

NOMBRE: X	TIEMPO DE RELACION: seis meses de noviazgo
NOMBRE: Y	FECHA: 03-11-15
CIUDAD: Pamplona	DURACION DEL NOVIAZGO: 6 meses
<p>En nuestra relación de pareja es más relevante el uso del Facebook para interactuar cuando estamos distantes, no poseemos el uso de Whatsapp; a través del Facebook</p>	

dialogamos a través de mensajes privados tipo chat ya que no nos gusta compartir al público nuestra relación, si compartimos cosas pero no con respecto a nuestro noviazgo, todo lo hacemos de manera personal.

Consideramos importante el uso de esta aplicación para comunicarnos, para expresarnos sentimientos pero todo de forma privada y en momentos y situaciones cuando no podemos vernos, cuando estamos ocupados estudiando, cuando estamos en vacaciones que estamos distantes en diferentes lugares; en cierta parte nos damos cuenta que nos sentimos más confiados expresándonos nuestros sentimientos dialogando por este medio ya que hay un poco de timidez cuando estamos personalmente que no nos permite relevarnos tranquilamente.

Consideramos que le damos un buen uso ya que ante todo existe respeto y privacidad en la utilización de esta red en nuestra relación, no hemos evidenciado problemáticas, ni desconfianzas al respecto por este medio, pues observamos que la forma privatizada en que la utilizamos es importante porque todo es oculto y no lo damos a conocer a otras personas para que no tengan la oportunidad de interferir en nuestra relación y así pues tampoco nos provoquen inconvenientes.

## **Análisis de Resultados**

### **Adulthood intermedia (51 y 43 años)**

Esta pareja se encuentran con un nivel de reciprocidad alto donde según Feliu & Güell (1992), emplean tiempo en satisfacerse mutuamente, también dedican espacios a la comunicación personal, garantizan ese intercambio mutuo aunque procurando enriquecerse y ampliando la posibilidad de transmitir experiencias agradables.

Según Stenberg (1999), el amor se considera una condición necesaria para constituir la pareja y también para mantenerla unida, donde en este caso es relevante, debido a su tiempo de relación la cual es 20 años de casados.

De acuerdo a los resultados en la **entrevista** semi estructurada se encontró en esta etapa:

#### **Perspectiva frente al uso de las redes sociales.**

Esta pareja de adulthood intermedia percibe las redes sociales como medios masivos de comunicación, los cuales son importantes para interactuar con otras personas; consideran que son de gran relevancia para la juventud ya que suelen utilizarlos más que en la edad donde ellos se encuentran; en esta etapa refieren utilizar más las llamadas telefónicas para comunicarse como pareja aunque poseen las aplicaciones de Facebook y Whatsapp pero no les dan uso relevante para comunicarse ni para compartir ningún tipo de situaciones.

Esta pareja considera que el uso de las llamadas telefónicas es importante en su relación porque permiten estar pendiente el uno del otro cuando no están cerca.

### **Momentos o situaciones de uso de las redes sociales.**

Se identifica como primera medida que el uso de las llamadas telefónicas en esta relación es constante diariamente y en situaciones cuando están distanciados como los son: situaciones de trabajo, momentos donde tienen que viajar alguno de los dos, horarios para encontrarse e ir a compartir los espacios alimenticios, entre otros.

### **Interacción de la pareja en cuanto al uso de las redes sociales.**

En esta etapa de adultez intermedia es evidente las llamadas de voz para interactuar mutuamente, donde se identifica que el hombre usa este medio como método para conquistar a su pareja expresándole palabras agradables como: te quiero, te amo, etc., y en su contraparte la mujer no lo utiliza como método para hacer este tipo de expresiones a través de la llamada, los dos refieren que no es un método confiable para expresarse cosas importantes y relevantes en cuanto a su relación y optan siempre por el dialogo personal, se notifica que este uso no causa alteración en sentido de la confianza ya que esta, siempre ha estado presente desde un principio y se tiene claro que las interacciones con otras personas son por motivos de trabajo, familiares.

### **Reglas en cuanto al uso de la red social en la relación de pareja.**

En esta etapa se considera totalmente necesario el establecimiento de las reglas en cuanto al uso del celular para realizar llamadas telefónicas o así mismo recibirlas, donde las han establecido en momentos importantes como los son: horarios de alimentación, compartir con los hijos, compartir con la familia, celebraciones importantes; los fines de semana cuando están en plan de grupo familiar.



No se ha presentado ninguna disfuncionalidad en cuanto al no cumplimiento de estas reglas establecidas dentro de la relación de pareja.

Entrelazando la **entrevista con la observación no participante** de esta muestra se consolida que efectivamente el uso relevante son las llamadas telefónicas para comunicarse como pareja, que mantienen las aplicaciones de Facebook y Whatsapp pero no les dan uso ni para interactuar ellos mismos, ni para interactuar con otras personas; se le atribuye la importancia a las llamadas de voz dentro de la relación ya que es un uso constante y mutuo para comunicarse pero lo hacen en momentos cuando se encuentran distantes como en situaciones de trabajo, viajes, para dialogar sobre algún aspecto de sus hijos, de su familia, y para saber cómo están el uno y el otro y si necesitan algo; y estas características hacen que fortalezca su relación como pareja ya que les permite un contacto de dialogo cuando no están cerca, pero no les proporciona disfuncionalidades como pareja ya que le dan un adecuado uso y en situaciones donde se requiere de la utilización de este medio.

La interacción a través de las llamadas telefónicas con otras personas no causa ruidos debido a que existe alto grado de confianza y saben entender que las demás comunicaciones son por motivos de trabajo y/o familiares, por lo tanto no existe ningún tipo de desconfianza, y se refiere que no les ha causado ningún tipo de adversidad este medio de comunicación

Se evidencia que este uso de red entre la pareja se da más para saber cómo están, para hablar de sus hijos, para quedar de acuerdo los horarios para ir a

almorzar, cuando viajan para estar pendientes el uno del otro. Por lo tanto consideran que este uso fortalece su relación ya que les permite estar más comunicados cuando están distantes y esto hace que tengan un acercamiento afectivo, pero que no lo es del todo un enlace afectivo fuerte debido a que es más importante la presencia personal.

En cuanto al último estudio realizado para confirmar los resultados obtenidos de la entrevista y de la observación no participante realizada a esta pareja, lo cual fue una **narrativa** expresada por ellos mismos en cuanto al uso de la red en su relación desde la propia perspectiva de ellos referenciaron:

Que el uso de las llamadas telefónicas no afectaba su relación ya que esto les permitía mantenerse en contacto cuando no podían estar cerca, nunca les ha causado ningún tipo de ruido debido a que se tienen mutua confianza, respetan las reglas establecidas en cuanto al uso, les permite interactuar a través del dialogo de alguna situación ,persona o de ellos mismos; refieren que para ellos no es importante la utilización del Facebook y tampoco del Whatsapp aunque poseen de estas aplicaciones y no les dan uso. Consideran que como pareja le dan un uso adecuado a la red social en este caso las llamadas telefónicas, y que es importante dentro de su relación.

### **Adulterez joven (25 y 30 años)**

Esta pareja se ubica dentro de una pareja asociativa donde según Russell (1979), la pareja construye un nosotros, un proyecto compartido sin que para ello tengan que renunciar al proyecto personal de cada uno; se puede identificar esta

etapa con esta teoría ya que llevan compartiendo tres años y un mes de relación pero aun no viven juntos ni tienen hijos en común, ya que se refleja primero la culminación de metas individuales para consolidar una relación conyugal como tal.

De acuerdo con la teoría del triángulo del amor de Stenberg (1986), la cual está compuesta por tres componentes que son: intimidad, pasión y compromiso; refiriendo la primera como la capacidad de compartir sentimientos, sentirse acompañado y saber que el otro tiene los mismos intereses para la relación, la segunda hace referencia a la sexualidad, estado de intenso deseo de unión con el otro; y por último el compromiso donde se refleja los dos tiempos a corto y largo plazo, como corto plazo la decisión de amar a otra persona y a largo plazo el compromiso por mantener ese amor. Donde se puede evidenciar en esta etapa la consolidación de los tres componentes.

De acuerdo a los resultados evidenciados en la **entrevista** semi estructurada en esta etapa se encontró:

#### **Perspectiva frente al uso de las redes sociales.**

En esta etapa consideran que el uso de las redes sociales son medios útiles para encontrar nuevas personas y así mismo interactuar, lo perciben como métodos que pueden tener ventajas y desventajas en cuanto al uso; ventajas ya que proporcionan información y distracción al mismo tiempo y en contra parte desventajas ya que coartan la comunicación persona a persona y pueden consumir más tiempo de lo normal.

Las redes más utilizadas dentro de esta relación son Whatsapp y Facebook, ya que consideran que las llamadas telefónicas han disminuido su uso desde que

aparecieron estas aplicaciones las cuales consideran que son más fáciles de acceder, proporcionan fácil comunicación cuando no pueden hablar verbalmente, sirven para compartir y publicar momentos o situaciones importantes de pareja.

En esta relación el hombre considera que el uso de estas aplicaciones dentro de su relación es importante porque a través de ellas pueden mantenerse en contacto seguidamente y así mismo expresar lo que siente, la mujer no lo considera tan importante ya que refiere que ayuda a la comunicación y se puede entender mejor al otro pero pueden existir momentos en que lo que se quiere comunicar el otro lo mal interprete.

#### **Momentos o situaciones de uso de las redes sociales.**

Como primera medida se identifica que el uso por las aplicaciones mencionadas anteriormente en especial Whatsapp es constantemente dentro de la relación ya que expresan usarlas en la mañana, en la tarde y parte de la noche y todos los días cuando no están cercanos, el uso del Facebook no es tan constante como el del Whatsapp.

Se revela que el uso de estas redes sociales la utilizan en momentos o situaciones cuando no están cercanos para dialogar constantemente a través de los inbox, cuando están de paseo juntos para subir fotos de los dos, cuando están compartiendo un momento especial (una cena, un almuerzo, una salida), para ubicar lugares donde se encuentran, los utilizan para contarse cosas de la vida cotidiana y no están cerca, los utilizan cuando están cumpliendo meses, años, para publicar y compartirse canciones, imágenes, dedicatoria, entre otros.

Consideran que de un rango de uno a diez publican de cinco a siete actividades realizadas en pareja en las redes sociales ya sean: publicación de fotos, lugares, momentos importantes, felicitaciones, cumpleaños, lugar donde se encuentran, estados; ya sea por el Facebook o por el Whatsapp.

Dentro de esta relación se considera que la mujer le da más uso a la aplicación del Facebook que el hombre, y el Whatsapp existe una proporcionalidad por parte y parte; se evidencia que el uso de estas redes por parte del evaluado contribuye positivamente a la relación ya que considera que les acorta la distancia y que ya no es necesario el uso de llamadas telefónicas; pero para la mujer si considera que no ha contribuido tan positivamente y que en cierto momento perjudico ya que él tiene privatizado el muro de Facebook y ella no puede ver nada de lo que tiene, por lo tanto refiere que le causa alerta pero que al igual no ha sido causa de disfuncionalidad.

#### **Interacción con la pareja en cuanto al uso de las redes sociales.**

Dentro de esta relación adultez joven se refiere mayor uso para interactuar mediante los mensajes privatizados tipo inbox ya que a sus consideraciones son más adecuados para dialogar mutuamente ya sea a través del Whatsapp o del Facebook cuando están distantes, utilizan estas aplicaciones para conquistarse mutuamente mediante imágenes, mensajes, emoticones, enlaces compartidos como canciones, frases, estados, entre otros, lo cual lo realizan diariamente ya que consideran que esto mejora la relación y expresan a las demás personas que son importantes el uno para el otro y hacen parte de la vida de ellos.

En cuanto a las expresiones se sienten más confiados personalmente que a través de los medios que utilizan, aunque consideran que hay ciertas cosas no tan

importantes que se pueden expresar mediante los medios pero a través de los mensajes privatizados, refieren que en momentos de disgustos han arreglado las cosas a través de la comunicación por las redes pero siempre en inbox, nunca en publicaciones que pueden ser vistas por los demás.

Consideran que el uso de estas aplicaciones puede afectar la confianza en su relación ya que pueden interactuar con otras personas y estas pueden causar ruidos, pero al igual atribuyen confianza el uno por el otro; ya que tienen presente que son personas maduras y que tienen claro y presente lo que tienen y lo que sienten.

Han evidenciado conflictos a través de las redes sociales, en cuanto a que otras personas han causado ruidos a la relación, pero lo cual se ha logrado solucionar; debido a que una vez él hablaba con otra persona y ella lo descubrió, pero hablaron al respecto y no se volvió a repetir esta situación, después de esto hubo cierto grado de desconfianza por parte de ella pero ha venido mejorando en la actualidad.

Consideran que en cierta parte el uso de las aplicaciones en su relación si la han fortalecido ya que son medios para conquistarse mutuamente, estar más comunicados, expresarse sentimientos de otra manera, mortalizar momentos cuando no están juntos y eso contribuye pero en si tienen claro que la fortalecen ellos como pareja y no las redes como tal; por lo tanto no atribuyen que las aplicaciones utilizadas sea un enlace afectivo fuerte entre ellos, ya que priorizan los contactos y las interacciones personales; expresan que facilitan el

acercamiento afectivo cuando están distantes a través de la comunicación por inbox, imágenes, estados, publicaciones entre otros; pero no es tan relevante e importante en la relación como tal.

**Reglas en cuanto al uso de las redes sociales en la relación de pareja.**

Dentro de esta etapa consideran que es importante el establecer reglas en cuanto al uso de las redes sociales ya que a veces dejan de compartir momentos únicos o situaciones por estar al pendiente de las respectivas aplicaciones, pero no ha sido necesario dentro de su relación ya que reflejan que son personas maduras y por lo tanto cada uno tiene que saber en qué circunstancias hacer o no uso de las respectivas redes.

Como tal no han establecido las reglas, pero si han sabido identificar en que momentos no deben hacer uso de estas redes, como lo son: compartir de comidas, cumpleaños, cuando están solos los dos, cuando están en algún tipo de celebración, cuando están de paseo y en situaciones importantes que los comprometan a los dos.

Aunque no han establecido reglas en cuanto al uso de las redes sociales, en ciertos momentos si les genero problemáticas cuando no identificaban el momento de la importancia de estar los dos y no distraerse con el uso a las aplicaciones referido más por parte de ella que lo hacia él, pero lo cual ha mejorado y no se volvió a repetir en el presente.

Entrelazando los resultados de la **entrevista con la observación no participante** realizada a esta pareja se identifica que el uso prioritario y constante son por las respectivas aplicaciones de Whatsapp y Facebook, ya que desde que

aparecieron estos medios en especial el del Whatsapp ha disminuido en gran relevancia las llamadas telefónicas, para comunicarse, interactuar como pareja; estas aplicaciones les permite un contacto continuo a través de los mensajes privados, de las publicaciones como fotos, imágenes, estados, lugares, entre otros; los cuales son de gran importancia en la relación como tal.

Es relevante el uso de las redes mencionadas dentro de la pareja ya que le dan un valor importante ya que fortalecen en cierta parte la relación mortalizando momentos cuando no están juntos o cerca, les permite conquistarse mutuamente mediante diversas señales, se observa que el uso si ha generado conflictos en ciertas situaciones pasadas más por ruidos que causan otras personas, pero los cuales ya no están vigentes en la actualidad se han sabido superar y arreglar y de los cuales ha contribuido para mejorar como pareja.

En cuanto al último estudio realizado para confirmar los resultados obtenidos de la entrevista y de la observación no participante realizada a esta pareja, lo cual fue una **narrativa** expresada por ellos mismos en cuanto al uso de la red en su relación desde la propia perspectiva de ellos referenciaron:

El uso de las redes en especial las aplicaciones vigentes y constantes en nuestra relación como pareja las cuales son Whatsapp y Facebook nos ayuda con nuestra comunicación, nuestra interacción, la conquista mutua, resaltar momentos especiales, nos permite resolver problemas cuando no estamos cerca; nos ha ocasionado problemas por cosas de la vida cotidiana a veces porque quieren infiltrarse otras personas a través de estos medios, pero fue más cosa del pasado que en el momento lo supimos solucionar y no se ha vuelto a repetir.



Consideramos que el uso en nuestra relación es moderada ya que no nos excedemos, pero tampoco los dejamos de lado; así como también las consideramos importantes para ayudar a fortalecer nuestra relación mortalizando momentos y resaltando otros, los cuales permiten un acercamiento afectivo pero no es del todo un enlace afectivo fuerte entre los dos, ya que vale más los contactos y los diálogos personales y constantes y lo cual somos nosotros como pareja quien fortalecemos la relación no las redes sociales como tal.

### **Adolescencia (16 y 20 años)**

Esta pareja de etapa adolescente al igual que la de adultez joven se puede incluir dentro de una relación asociativa, ya que construyen un nosotros, comparten un proyecto, sin que para ello tengan que renunciar al proyecto de vida personal; la tarea de armonizar no resulta siempre fácil y en la actualidad es creciente el número de parejas que se rompen según Russell (1979). En esta etapa se observa que la relación se mantiene ya que llevan seis meses de noviazgo pero no conviven juntos, cada uno tiene su propio proyecto de vida personal pero lo comparten construyendo una relación.

De acuerdo a los resultados evidenciados en la entrevista semi estructurada se encontró:

#### **Perspectiva frente al uso de las redes sociales.**

Esta pareja percibe las redes sociales como mecanismos importantes para la comunicación, para interactuar con otras personas; pero también lo ven desde otro punto de vista donde pueden ser adictivas y generar conflictos ya que se pierde la comunicación persona a persona; en esta edad suelen evidenciar más el uso de la

aplicación del Facebook para interactuar mutuamente como pareja pero por medio de mensajes privados tipo inbox, no hacen uso del Whatsapp y las llamadas telefónicas no son tan relevantes para comunicarse.

Consideran que la red social que utilizan es importante en su relación ya que les permite interactuar cuando están distantes y no se pueden ver.

#### **Momentos o situaciones de uso de las redes.**

Se identifica que el uso del Facebook en esta relación es moderado no tan constante se evidencia que son en momentos que no se pueden ver, cuando están estudiando, cuando están en vacaciones y que no estén ocupados realizando sus actividades.

#### **Interacción de la pareja en cuanto al uso de las redes sociales.**

En esta etapa de adolescencia es evidente el uso del Facebook para interactuar mutuamente como pareja, donde se identifica que no utilizan este medio como método de conquista ya que no suelen publicar ningún tipo de relación entre los dos, solo lo ven como un método para conocer un poco más el uno del otro pero sin la necesidad de revelar al público lo existente entre ellos dos.

Siempre consideran que es mejor utilizarlo privadamente por medio de mensajes tipo chat donde solo interactúen los dos como pareja expresándose sentimientos con palabras escritas ya que les proporciona más confianza debido a que la mujer es un poco tímida en el momento de interactuar personalmente se le hace más fácil a través de este medio, refieren tener mucha confianza en cuanto al uso de esta red con otras personas, ya que no les ha proporcionado discusiones ni adversidades; suelen usarlo mucho más cuando no se pueden ver, cuando están

estudiando y cuando están en vacaciones lo que encierra un todo cuando están distantes.

### **Reglas en cuanto al uso de las redes sociales en la relación de pareja.**

En esta etapa y así mismo en su relación no consideran necesario el establecimiento de reglas en cuanto al uso de la red ya que suelen expresar que si se tienen confianza para que establecer normas las cuales los hacen estar sujetos a cosas que no pueden ser cómodas para el uno o para el otro, ella expresa que sería importante establecer las en cuanto a los contactos que tienen en el Facebook que sean personas conocidas y de confianza tanto para el como para ella.

Debido a que no han establecido ninguna clase de regla en la relación en cuanto al uso del Facebook no se evidencia ninguna disfuncionalidad en cuanto al no cumplimiento de estas mismas.

Entrelazando la **entrevista con la observación no participante** en esta pareja:

Se consolida que efectivamente el uso prioritario es la aplicación del Facebook para interactuar como pareja, se observa un uso privatizado donde solo se dan las comunicaciones por el chat o mensajes tipo inbox, no se opta por las publicaciones ya que no les gusta que nadie observe su relación y así mismo prevenir que otra personas quieran interferir en ella; no consideran necesario el uso del Whatsapp debido a que no les inspira la confianza y la seguridad que les proporciona el Facebook ya que este lo consideran como un medio necesario para ellos dos y más en momentos cuando no se pueden, están distantes por motivo de vacaciones, estudio, entre otras; se suele evidenciar que dentro de la pareja, ella es

un poco tímida y opta por expresarle más sus pensamientos y sentimientos a través de este medio lo cual le proporciona comodidad y seguridad.

Este uso no les ha generado ningún tipo de disfuncionalidad ya que le dan un uso moderado y pues también el nivel de confianza mutua es alta, el establecimiento de reglas de acuerdo a la utilización de este medio no ha sido importante por lo tanto nunca las han llevado a cabo en el proceso de relación; se puede evidenciar el respeto mutuo y la claridad que tiene con respecto a las redes sociales en cuanto que un adecuado uso de estas mismas dentro de la relación es importante y ayuda con este proceso pero en su contraparte puede ocasionar disfuncionalidades debido a causas de ruidos por otras personas, pero en el caso de ellos no se ha evidenciado.

En cuanto al último estudio realizado para confirmar los resultados obtenidos de la entrevista y de la observación no participante realizada a esta pareja, lo cual fue una **narrativa** expresada por ellos mismos en cuanto al uso de la red en su relación desde la propia perspectiva de ellos referenciaron:

Que el uso del Facebook dentro de su relación es importante ya que les permite interactuar cuando no pueden verse, cuando están estudiando, cuando están ocupados realizando sus actividades, cuando están en vacaciones lo cual se encuentran distantes; que es un medio que les permite expresarse sentimientos a través de palabras escritas y cosas importantes pero en un uso privado por medio del chat y por lo cual se sienten más confiados, ya que ella es un poco tímida y no se siente tan cómoda para expresar sus emociones personalmente entonces prefiere hacerlo a través de este mismo.

No consideran importante las publicaciones con respecto a su relación a través del medio ya que optan por la privacidad y el respeto y esto les ha funcionado debido a que las demás personas no suelen causarles ruidos en su relación; así mismo consideran que les dan un uso adecuado a la aplicación ya que no han evidenciado ninguna discusión o problemática al respecto consideran que se tienen mucha confianza el uno por el otro y así mismo respetan sus espacios y no están desconfiando de lo que el uno puede o no hacer en relación con la red.

Consideran que es mejor el uso del Facebook en su relación ya que es un medio más privatizado donde nadie puede ingresar, mientras que el Whatsapp no es tan privado y se puede prestar más para mal entendidos, el uso de llamadas no es relevante en la relación ya que para eso está el Facebook. Aunque consideran que el uso de esta aplicación es importante siempre optan por la interacción personal donde se pueden observar mutuamente.

**Diferencia de uso de las redes sociales en las tres relaciones de pareja ubicadas en ciclos vitales diferentes: (adultez intermedia, adultez joven y adolescencia)**

En las tres muestras establecidas en este estudio es relevante las diferencias en cuanto a la utilización de las redes sociales ya que cada pareja lo emplea y lo percibe de una manera diferente y optando por aplicaciones distintas para interactuar y comunicarse así mismo empleándolo en diferentes momentos o situaciones muy contrarias en cada contexto de acuerdo a donde se desenvuelven cada población.

El uso de estos medios y así mismo la percepción que se tiene de estos mismos se dan de diferentes maneras ya que el ciclo vital de cada pareja es

diferente así mismo su edad cronológica donde se puede especificar diferencias relevantes en lo emocional, cognoscitivo y social ya que son diferentes generaciones y esto influye en cuanto a la percepción y utilización de las redes sociales.

Por otro lado se especifica en cuanto a la interacción donde se ve influida la comunicación también se da de una manera diferente ya que cada pareja está establecida en diferentes contextos y con distinto tiempo de duración y establecimiento de la relación; donde esto influye en cuanto al uso de las redes sociales.

## **Discusión de Resultados**

Antes de iniciar la discusión de los respectivos análisis en cuanto al uso de las redes sociales en las tres poblaciones, tenemos que tener claro la definición de lo que es una pareja y que son las redes sociales:

Según los autores Beaver & Hampson (1992), definen que la pareja configuran el proyecto de vida familiar, plantea las metas, distribuye los roles, formula las normas, es, en suma, el subsistema que tiene mayor poder en la familia; en mayor medida depende de la pareja, el proceso educativo, la comunicación, la intimidad, la red de apoyo y el clima familiar que se logre mantener, los vínculos entre la pareja son múltiples y con manifestaciones propias de este subsistema.

Por otro lado encontramos lo que son las redes sociales donde según gallego (2010) define red social como conjunto de individuos que se encuentran relacionados entre sí. En el ámbito de la informática, la red social hace alusión al sitio web que estas personas utilizan para generar su perfil, compartir información, colaborar en la generación de contenidos y participar en movimientos sociales. Las relaciones de los usuarios pueden ser de muy diversa índole, y van desde los negocios hasta la amistad.

De acuerdo a los resultados obtenidos y así mismo al análisis respectivo de estos en las tres poblaciones objetos de estudio ubicados en un ciclo vital de desarrollo diferente en cuanto a la edad cronológica, donde según lo expuesto por Papalia (1992), expone que en cada etapa se presentan procesos diferentes a nivel físico, cognoscitivo y social; donde consolidamos esta teoría de acuerdo a las parejas estudiadas las cuales fueron: adultez intermedia, adultez joven y adolescencia.

Para este autor la edad adultez intermedia está dentro de los rangos de 40 a 60, en nuestro estudio la edad de la pareja ubicada en esta etapa son de 43 y 51 años donde a nivel físico se evidencia ciertas características como lo son: deterioro lento de las capacidades sensoriales, en cuanto a la salud, el vigor y la resistencia; a nivel cognoscitivo las facultades mentales llegan a su máximo se eleva la competencia y capacidad practica para resolver problemas, la producción creativa declina, pero es de mejor calidad, algunos alcanzan el éxito profesional y su poder de generar ganancias está en la cúspide, otros experimentan agotamiento y cambio de profesión; y a nivel psicosocial prosigue el desarrollo del sentido de identidad, se produce la transición de la mitad de la vida, la doble responsabilidad de cuidar a los hijos y a los padres causa tensiones, la partida de los hijos deja el nido vacío.

Se prosigue con la edad de adultez joven la cual está expuesta entre los 20 a 40 años según el autor, en nuestro estudio la edad de la pareja ubicada en esta etapa son de 25 y 30 años donde a nivel físico se evidencia ciertas características como lo son: alcanza su máximo nivel y luego disminuye ligeramente, las elecciones de estilo de vida influye en la salud; a nivel cognoscitivo el pensamiento y los juicios morales adquieren mayor complejidad, se llevan a cabo elecciones educativas y laborales, a veces después de un periodo de exploración; y a nivel psicosocial los rasgos y estilos de personalidad se estabilizan aunque las etapas y sucesos de la vida generan cambios de personalidad, se establecen relaciones íntimas y estilos personales, pero no siempre son duraderos, casi todos se casan y muchos tienen hijos.

Terminando con la última etapa evaluada en nuestro estudio la cual es adolescencia donde según el autor expone que está ubicada dentro de los 11 hasta



alrededor de 20 años, en nuestra pareja objeto de estudio está establecida en la edad de 16 y 20 años, la cual se expone diferentes características como lo son: El crecimiento físico y otros cambios son rápidos y profundos, se presenta la madurez reproductiva, los principales riesgos de salud se deben a problemas de conducta, como trastornos de alimentación y drogadicción.; a nivel cognoscitivo se desarrolla la capacidad del pensamiento abstracto y el razonamiento científico, persiste la inmadurez del pensamiento en algunas actitudes y conductas, la educación se enfoca en la preparación para la universidad o para el trabajo; y a nivel psicosocial la búsqueda de identidad, incluyendo la sexual es un objetivo central, en general las relaciones con sus padres son buenas, el grupo de amigos ejerce una influencia positiva y negativa.

En relación con lo expuesto por Papalia (1992), en cuanto al proceso de desarrollo a nivel físico, cognoscitivo y psicosocial de acuerdo a las edades cronológicas, en nuestras tres poblaciones estudiadas se evidencian las diferencias expuestas en estos tres niveles mencionados ya que se cumplen con las características mencionadas por el respectivo autor, refutando tanto en la edad como en los procesos que se presentan en cada lapso del ciclo vital del desarrollo humano.

Estos procesos de desarrollo en cada etapa hacen alusión a las diferencias en cuanto a la percepción y así mismo al uso de las redes sociales en nuestras parejas ya que en cada estadio se presentan procesos de madurez diferentes tanto a nivel cognoscitivo, físico y psicosocial.

Es por esto que podemos decir que la adultez intermedia percibe las redes sociales como medios masivos de comunicación y que solo optan por un solo uso

de una red la cual es las llamadas telefónicas pues en su ciclo de desarrollo no consideran importante el uso de las demás aplicaciones aunque poseen de ellas; así mismo el uso de esta red son más por situaciones de trabajo, de viajes lo que hace alusión a cuando están distantes.

En la adultez joven perciben las redes de forma diferente ya que las ven como medios de comunicación e interacción importantes y que así mismo causan ventajas y desventajas; el respectivo uso en este ciclo es diferente ya que lo ven como un componente de conquista, pero que también ha generado conflictos entre ellos suelen utilizar las aplicaciones de Facebook, whatsapp y las llamadas telefónicas ha disminuido su uso ya que consideran que estas aplicaciones remplazan la comunicación.

En la etapa adolescente la perciben como medios importantes para comunicarse y conocer otras personas, pero que al mismo tiempo pueden causar adicción y alejar de las personas cercanas, el uso en este estadio es el Facebook, ya que perciben que este medio es más privatizado para interactuar pero solo por medio de mensajes, las llamadas telefónicas han disminuido su uso debido a la aplicación.

Este tipo de percepción y de uso en cuanto a las redes sociales en cada pareja evaluada se debe en parte a la etapa de desarrollo donde se encuentran ya que esto da paso al nivel de madurez en diversos aspectos.

-Desde el enfoque sistémico se establece el ciclo vital de la familia, donde según la autora Ochoa (2004), dice que a pesar de las diversas variantes de estos, y otros modelos sistémicos, todos ellos comparten la noción que la familia es “un

sistema que se compone de un conjunto de personas, relacionadas entre sí, que forman una unidad frente al medio externo.

Donde según lo establecido por esta autora se interpreta que cada pareja objeto de estudio hace parte de un ciclo vital familiar y así mismo es una familia ya que cada una procede de miembros diferentes, pero se relacionan entre sí para formar una unidad frente al mundo externo, independientemente de las personas que pueden influir en este conjunto vivenciado por dos personas la cual hace referencia a una pareja contextualizada en diferentes etapas de consolidación de la relación.

Según Haley (2002) & Ríos (2005), los cuales indican que toda familia pasan por etapas o estadios como si se tratase de un ciclo vital; estas etapas vienen determinadas por cada cultura, que definen los roles y tareas propias de cada etapa. Estos identifican cuatro etapas importantes las cuales son: formación de la pareja, familia con hijos pequeños, familia con hijos adolescentes y familia con hijos adultos.

En concordancia con lo expuesto por los anteriores autores, establecido dentro de nuestro estudio se establece que las parejas ubicadas entre la etapa adolescencia y adultez joven se ubican dentro del estadio de formación de la pareja, donde según Ríos (2005), establece que es la primera etapa donde están aprendiendo a relacionarse, negociar y comunicarse equitativamente, buscando en todo momento la igualdad tanto para el varón como para la mujer.

Ya que estas parejas aún no se han casado, no conviven juntas y no tienen hijos; están en un proceso de conocimiento y exploración mutuo, para mantener la relación dual; y aquí mismo también se hace alusión en cuanto al uso de las redes

entre estas mismas, en los dos se observa una contraparte ya que la pareja joven suelen utilizar más las respectivas aplicaciones para interactuar como pareja a través de imágenes, estados, fotos, canciones, mensajes entre otros lo cual consideran importante dentro de su relación; mientras que la pareja adolescente opta por un uso más privado donde solo dialoguen ellos dos por medio de mensajes sin la necesidad de publicar diferentes cosas que revelen su relación.

En cuanto al uso de la red social también se haya la diferencia ya que la primera pareja mencionada lo usan en momentos cuando están juntos compartiendo situaciones importantes para ellos como pareja y cuando están distantes; y en la segunda pareja solo le dan el uso cuando están distantes y no se pueden ver; así mismo la pareja joven opta por el uso de varias aplicaciones mientras la adolescente solo opta por el uso de una sola y lo ven más como una forma de poder conocer de la una y de la otra.

Por otra parte la familia o pareja en el desarrollo de adultez intermedia se ubica dentro de la familia con hijos adolescentes según Bowen (1998), establece que es necesario que se redistribuyan los roles, otorgando mayor libertad a los hijos adolescentes en la misma medida que aumentan sus responsabilidades; todo esto depende de la negociación efectiva de los roles en la familia

Se consolida esta pareja en esta etapa ya que llevan 20 años de casados y tienen dos hijos en etapa adolescente, donde es necesario el establecimiento de los roles por parte de cada uno, pero en si es una familia que forman un conjunto independientemente de lo exterior.

Esta pareja en cuanto al uso de la red sociales a diferencia de las otras dos etapas solo usan la comunicación por llamadas de voz, ya que para ellos no es importante

el uso de las otras aplicaciones aunque poseen de ellos; la utilizan en situaciones cuando están distantes por motivo de trabajo, por viajes, para saber cómo se encuentran, para hablar de los hijos, entre otros aspectos.

-Otra característica importante del modelo sistémico es la comunicación; centrarse en la comunicación permite estudiar las interacciones, lo que ocurre entre las personas en lugar de lo que ocurre dentro de ellas (Bronfenbrenner, 1987).

En este proceso se estudió la interacción y así mismo la comunicación de las parejas ya que según el autor es un aspecto importante centrarse en lo que ocurre en las personas y no en lugar de lo que ocurre dentro de ellas, en este sentido se enfatizó en cuanto a las redes sociales respecto a su uso dentro de cada pareja, ya que esto es considerado como un medio de comunicación para interactuar y que en la actualidad está vigente por medio de diversas aplicaciones como pueden ser: Facebook, whatsapp, line, instagram, llamadas telefónicas, entre otras los cuales son métodos para interactuar ya sea a través de mensajes, de voz, de cámara, entre otros.

La comunicación y la interacción en cada etapa es muy relevante por medio de las redes sociales ya que están activas dentro del proceso de la pareja; en las tres poblaciones se constata que se da un uso más elevado cuando no están cerca, cuando están distantes, y solo en una la cual es adultez joven también le dan uso cuando están los dos compartiendo momentos especiales para ellos.

La interacción de las tres parejas en cuanto a las redes sociales se da de manera diferente empezando que las tres poblaciones usan métodos diferentes:

la adultez intermedia usa solo las llamadas telefónicas para saber cómo están, para hablar de sus hijos, para hablar de sus familias, para quedar de acuerdo el encuentro para ir almorzar cuando salen del trabajo; lo consideran parte importante de su relación ya que les permite estar más conectados cuando las obligaciones los hacen separar.

La adultez joven usan las aplicaciones de Facebook y whatsapp, las llamadas telefónicas no son relevantes debido a que consideran que las dos aplicaciones las reemplazan para comunicarse e interactuar, consideran importante el uso de estas redes ya que les permite conquistarse mutuamente a través de publicaciones ya sean imágenes, canciones, estados, entre otros cuando están cerca o cuando están lejos, y así mismo también a permanecer dialogando cuando no están cerca; revelan que estos medios en una ocasión les generaron conflictos por motivo de ruidos de otras personas, pero se han sabido solucionar, y cada día más aumenta la confianza entre ellos dos.

En la etapa adolescente solo se revela el uso del Facebook para comunicarse e interactuar ya que perciben que es un medio más privado a comparación del whatsapp y de las llamadas telefónicas; le dan un uso constante cuando no se pueden ver por motivos de estudio, vacaciones, u ocupaciones de las actividades de los dos; pero solo utilizan el dialogo por mensajes, no les gusta compartir ningún tipo de aspecto que revele su relación ya que consideran que es una manera apropiada para que otras personas no causen ruidos en su relación; consideran importante este uso ya que existe cierto nivel de timidez para expresar sus sentimientos de manera personal y lo prefieren hacer por la red ya que les proporciona seguridad; este uso no les ha generado ninguna disfuncionalidad debido a que existe confianza mutua entre ellos.

Se puede evidenciar que en las tres poblaciones la interacción y así mismo la comunicación se dan de manera diferente pero siempre usando las redes sociales, no dejándolas de lado, independientemente de la aplicación que opten para utilizar dentro de la relación.

-Dentro de la teoría general de los sistemas se ubica un sistema estructurado que según Pearson & Bales (1955), lo conciben como una organización de la vida cotidiana que incluye unas reglas de interacción y una jerarquización de las relaciones entre sus componentes.

En esta misma línea apunta el autor Watzlawick (1974), quien habla de que existe incapacidad en algunos sistemas para generar metas reglas que los lleven a reconocer las propias debilidades y cambiar sus metas, sus roles o sus patrones de interacción.

En las tres parejas estudiadas se evidencia la diferencia en cuanto al establecimiento de reglas para el uso de las respectivas redes sociales que suelen utilizar dentro de su relación para la comunicación e interacción en los diferentes momentos y situaciones.

En este sentido para la pareja de adultez intermedia es sumamente importante el establecimiento de reglas en cuanto al uso del celular para la realización de llamadas así mismo como para recibirlas, en las situaciones cuando están compartiendo ya sea en los horarios de comida, cuando están en el grupo familiar con sus hijos, sus padres; cuando están descansando por motivo del trabajo. Se refiere que las tienen establecidas dentro de la relación como pareja y así mismo con sus hijos y que les ha funcionado de una manera apropiada, ya que

las cumplen y no han presentado discusiones por haberlas irrespetado. Consideran que en estos momentos especiales para ellos no se debe dejar causar ruidos por la red social y así mismo por las otras personas.

En la adultez joven lo consideran necesario el establecimiento de reglas en cuanto al uso de las aplicaciones que utilizan como son Facebook y Whatsapp, donde especifican que como tal no las han establecido pero con las experiencias en su relación han aprendido a identificar esos momentos donde no deben hacer uso de estas redes identificando que son cuando están los dos juntos compartiendo alguna comida, celebrando alguna situación importante para ellos y cuando están dialogando de los dos; especifican que en ciertas ocasiones les han generado conflictos debido a que le dan más importancia a estos medios que a la interacción personal, pero que ha seguido mejorando ya que cada uno identifica esos momentos en que no deben hacer uso de las respectivas redes.

En la adolescencia no consideran necesario el establecimiento de reglas en cuanto al uso del Facebook, ya que refieren que es invadir la privacidad del otro y estar atados a normas que no les fortalece la relación, expresan que para eso existe confianza mutua entre los dos y que no hay necesidad de llevar a cabo unas normas que los rijan en cuanto al uso de la aplicación; se revela que por parte de ella dice que sería interesante establecerlas pero en relación a los contactos que tengan en el Facebook que sea gente conocida y de confianza.

Con relación a todo lo expuesto anteriormente se revela que el uso de las redes en las tres parejas estudiadas establecidas en diferentes etapas como lo fueron: adultez intermedia, adultez joven y adolescencia se da de manera diferente



empezando desde las aplicaciones que suelen utilizar para comunicarse e interactuar entre los dos, lo cual estas características también se llevan a cabo de forma diferente en las tres poblaciones y terminando con las respectivas reglas en cuanto al uso donde se evidencia diferente forma de pensar.

Todo esto se puede consolidar que se da desde un proceso de ciclo vital y desarrollo donde se encuentran lo cual hacen ver y percibir los medios de diferentes maneras y darle un uso diverso en cuanto a la comunicación e interacción entre la pareja de acuerdo a los contextos donde se desarrollan y así mismo a los roles y jerarquizaciones que estos posean y lleven a cabo en su subsistema; se refuta que las tres muestras tienen presente que las redes sociales son medios de comunicación para interactuar y que son parte importante dentro de sus relaciones y consideran que le dan un uso adecuado donde ni exceden de ellas pero tampoco las dejan de lado independientemente de la red que utilicen para mantenerse en contacto.

## Conclusiones

Finalizando con este proceso investigativo llevado a cabo en las diferentes poblaciones desarrolladas en diferentes estadios de ciclo vitales como lo fueron adultez intermedia (43 y 51 años) , adultez joven (25 y 30 años) y adolescencia (16 y 20 años), cada uno con diferentes características las cuales los identifican según definiciones de autores; donde el objetivo general se enfatizaba en la descripción en cuanto al uso de las redes sociales teniendo en cuenta la diversidad de aplicaciones existentes hoy en día y así mismo identificando cuál de estas utilizan dentro de la relación de pareja para mantener un contacto a nivel de comunicación e interacción y si se evidencia necesario e importante el establecimiento de reglas.

Ya que las redes sociales son medios masivos de comunicación con una fácil adquisición hoy en día para interactuar con diferentes personas en cualquier parte del mundo; pero en este caso se enfatiza en el uso como tal dentro de la relación de la pareja.

Se concluye que la percepción ante las redes sociales existentes de las tres parejas estudiadas se contrastan ya que las ven como medios para comunicarse e interactuar con diferentes personas y así mismo en cualquier parte del mundo, también las consideran como parte importante de su relación ya que les proporciona la facilidad de mantenerse en contacto el uno con el otro, independientemente de la aplicación que utilicen ya que en este caso se refuto que cada pareja opta por un medio de comunicación diferente para interactuar entre ellos.

Al mismo tiempo tienen claro que se deben usar adecuadamente ya que un obsesivo o inadecuado uso de estas mismas pueden causar ruidos en la relación y causar disfuncionalidades sobretodo en la adultez joven y en la adolescencia; ya que la adultez intermedia no se encuentran en una etapa tan avanzada en cuanto al uso de aplicaciones aunque las mantienen vigentes pero no las consideran importantes solo optan por el uso de llamadas telefónicas para la comunicación entre ellos.

Se identifica que los momentos o situaciones más relevantes de uso de las redes sociales en cada pareja se da de forma diferente de acuerdo en los contextos donde se estén desarrollando, ya que la adultez intermedia opta por el uso de las llamadas telefónicas cuando están distantes por motivo de trabajo, de viajes, situaciones donde estén separados; así mismo la adultez joven opta por el uso de las aplicaciones como son el Whatsapp y el Facebook cuando están juntos compartiendo momentos agradables, pero también lo utilizan para cuando están distantes ya sea por trabajo, por viajes, en las mañanas para saludarse, parte de la noche para dialogar, para crear acuerdos para verse o encontrarse.

En la etapa adolescente las situaciones más relevantes del uso del Facebook ya que es la aplicación que suelen utilizar, son cuando están estudiando, cuando están de vacaciones, cuando no se pueden ver, y cuando van a planear un encuentro.

Teniendo presente que las redes sociales facilitan una comunicación y así mismo se genera una interacción en este caso entre la pareja, se concluye que es relevante e importante y está en constante uso de la vida cotidiana, pero que cada pareja lo realiza de manera diferente, ya que la relación de adultez intermedia la

utilizan como medio para saber cómo están, para hablar de sus hijos, para hablar de su familia, para quedar de acuerdo los horarios de salida según el trabajo, y cuando están distantes por motivo de viaje para dialogar mientras vuelve a casa.

Se evidencia la diferencia en esta interacción ya que es una pareja con 20 años de casados los cuales tienen hijos adolescentes y donde ya se han quemado ciertos ciclos de sus vidas, con una experiencia enriquecedora.

La interacción en la adultez joven con respecto a las redes sociales que utilizan es relevante ya que es un uso diario así se encuentren distantes o cercanos, ya que optan por la publicación de imágenes, canciones, fotos, estados, ubicaciones de lugar donde se encuentren, mensajes privados, felicitaciones, entre otros; todo esto que represente su relación ante los demás ya que lo consideran como aspectos importantes para ayudar al crecimiento de la relación, este uso en cierta parte de su relación les causo conflictos pero se han sabido solucionar y por lo tanto no ha sido motivo de disfuncionalidad.

La interacción en la adolescencia se da de una manera más privada solo por medio de mensajes de acuerdo a la aplicación que utilizan lo ven como un medio para conocerse y saber un poco más de la otra persona, no consideran necesario la interacción a través de publicaciones por evitar ruidos en la relación causados por otras personas, así como también les genera una forma más segura y confiable para expresarse sentimientos ya que existe timidez a la hora de interactuar personalmente.

En la teoría sistémica es relevante la importancia de las reglas dentro de un sistema o subsistema familiar para que el proceso funcional de estas se lleve mejor, teniendo presente que la pareja es un sistema familiar estructurado en

cuanto a las reglas se concluyó: la etapa de adultez intermedia considera que las reglas son sumamente importante en cuanto al uso de la red utilizada por estos mismos, ya que evidencian que existen momentos o situaciones importantes donde no se debe dejar causar ruido por la aplicación utilizada como lo son: horarios de comida, cuando están con los hijos, cuando están en familia, donde establecen que no deben realizar ni recibir llamadas en cuanto a terceras personas.

La etapa de adultez joven consideran necesario el establecimiento de reglas para el respectivo uso de las redes que suelen utilizar, pero nunca las han establecido ya que consideran que son personas maduras que en el proceso de relación han aprendido a identificar los momentos donde no deben dejar causar ruidos por el uso de estas mismas, se revela que al principio les causaba problemáticas pero poco a poco fue mejorando esto y ya saben que cuando están compartiendo momentos especiales de pareja no deben hacer uso de estas mismas para que así no genere disfuncionalidades.

La etapa adolescente no considera necesario el establecimiento de reglas en cuanto al uso de la red ya que refieren la confianza mutua y que no deben invadir los espacios del otro, así como tampoco estar sujetos a normas que pueden causarles incomodidad.

De acuerdo a todo lo expuesto anteriormente se llega a la conclusión final que el uso de las redes sociales se dan de manera diferente en cada pareja estudiada de acuerdo a las descripciones establecidas en los objetivos específicos, y que así mismo esto también se lleva a cabo por los contextos donde se estén desarrollando y en la etapa donde se encuentren, se consolida la importancia que le dan a la red como medio de comunicación e interacción dentro de la relación,

así a las diferencias en cuanto al establecimiento de reglas para la utilización, ya que cada uno percibe esto de forma diferente; y también se observa las diferencias en las tres parejas en cuanto a la opción de la aplicación que optan por usar dentro de la relación.

Así mismo se puede decir que las tres parejas optan por un uso adecuado de las redes dentro de la relación donde hacen uso de ellas pero no exceden este mismo, lo cual no han causado disfuncionalidad en su proceso de relación y que por el contrario les han ayudado con el fortalecimiento de esta misma, ya que les permite mantenerse en contacto diariamente así estén cerca o lejos, independientemente de cómo las utilizan para interactuar.

Dando fin con el cumplimiento del objetivo principal de este estudio en cuanto a la descripción del respectivo uso que le dan a las redes sociales en la relación de pareja objetos de estudio, donde se evidencia su influencia de una manera positiva, fortaleciendo y ayudando a esta misma, de diferentes formas pero que aportan significativamente a la relación de cada etapa evaluada.

## **Recomendaciones**

Las aportaciones de las parejas estudiadas hacen alusión a la importancia de realizar estos procesos de indagación en cuanto al uso de las redes sociales ya que hoy en día aumentan su consumo para interactuar y comunicarse con diferentes personas, lo cual en una inadecuada implementación de estas mismas pueden generar disfuncionalidades en los diferentes subsistemas existentes.

Como psicólogas en formación y autoras de este proyecto aportamos a seguir realizando más a profundidad esta clase de investigaciones en cuanto a cómo se le está dando el uso a las redes sociales en la actualidad, debido a que son una expansión bastante grande a nivel nacional e internacional; y donde vemos a nuestro alrededor que no solo las parejas hacen uso de las redes para interactuar sino también los niños desde edades muy pequeñas.

Ampliar este estudio en cuanto a una indagación más grande debido a la muestra que no solo participen parejas, sino personas con distintos tipos de relaciones, familias extensas, estudiantes, entre otras poblaciones; para poder realizar un análisis a más profundidad y así mismo concluir si se le está dando un adecuado uso a las redes sociales, ya que estas pueden ocasionar ruidos y también disfuncionalidades debido a las diversas situaciones que se pueden presentar.

En relación con las redes sociales investigar que tan adaptados y condicionados estamos a estos medios, si podemos vivir sin ellos, o si ya hacen parte de nuestra vida como tal y no las podemos dejar de lado.

Retomar más adelante este estudio, teniendo en cuenta los resultados; para crear e implementar estrategias en cuanto a un buen uso de las redes sociales dentro de las relaciones de pareja para que así no sean causantes de disfuncionalidad en este tipo de relación.

Brindar psicoeducación en cuanto al uso de las redes sociales, ya que estas están vigentes en el mundo actual y seguirán expandiéndose y creciendo su consumo por la humanidad, para proporcionar mejor interacción y así generar una adecuada habituación a estos medios sin ocasionar disfuncionalidades comunicativas en cuanto a la relación de pareja.

Como profesionales brindar espacios donde se genere información a las parejas en cuanto al buen uso de las redes sociales, para que estas no afecten y deterioren la relación amorosa; y por el contrario que la fortalezca y contribuyan positivamente.

Realizar un estudio investigativo en poblaciones de relaciones de pareja, para indagar cual red social es más adecuada para el uso dentro de la relación y que no sea causante de disfuncionalidades y por el contrario sea la más complementaria para la relación.

Teniendo en cuenta todas las recomendaciones anteriormente mencionadas, se propondría diseñar manuales, donde se vean expuestas: las reglas, los límites, los espacios de uso, la mejor red social a utilizar para interactuar, entre otros; lo cual brinde ayuda para tener un adecuado uso de las redes sociales dentro de las relaciones de pareja para que estas sean complementarias y satisfactorias y así disminuir los índices de problemáticas por estos medios si llegasen a existir dentro de la relación.



## Referencias Bibliográficas

Andolfi, M. (1993). *Terapia Familiar. Un enfoque interaccional*, Barcelona, Paidós. Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Áscari, A. (2011). *Impacto de las redes sociales e informáticas sobre jóvenes preparatorianos* (Tesis de grado). Universidad Autónoma de Nuevo León. México. Recuperado de: <http://www.monografias.com/trabajos86/impacto-redes-sociales-jovenes/impacto-redes-sociales-jovenes.shtml>

Almansa, A; Fonseca, O; & Castillo, A. (2013). *Redes sociales y jóvenes. Uso de Facebook en la juventud Colombiana y Española* (Investigaciones/research). Institución educativa distrital técnico internacional de Bogotá e Institutos (IES) de Andalucía. Bogotá (Colombia) y Málaga (España). Recuperado de: <file:///C:/Users/Yuri/Downloads/Comunicar-40-Almansa-Fonseca-Castillo-127-135.pdf>

Blanco, W. (2013, 12 de Noviembre). *El uso de las redes sociales requiere el cumplimiento de normas legales*. Mundiario. Recuperado de: <http://www.mundiario.com/articulo/a-fondo/uso-redes-sociales-requiere-cumplimiento-normas-legales/20131112234605012221.html>

Bidart, C. (2009, 01 de Junio). *En busca de las redes sociales: los motivos de las relaciones*. Hispana. Recuperado de: <http://ddd.uab.cat/pub/redes/15790185v16/15790185v16a7.pdf>

Beatriz, G. (8 de noviembre de 2013). *¿Las redes sociales rompen parejas? El tiempo*. Recuperado de: <http://www.elmundo.es/salud/2013/11/08/527bf36061fd3d047b8b4579.html>

Berger, K. (2009). *Psicología del Desarrollo: adultez y vejez*. (7ma. ed.). España: Editorial Médica Panamericana, S. A. Recuperado de:

http://books.google.com.gt/books?id=K8XALshsHLAC&pg=PA14&dq=relaci%

[B3n+de+pareja+en+jovenes+18+a+25+a%C3%B1os&hl=en&sa=X&ei=PeexU8-TJ6qlsQTWg4GADw&ved=0CB8Q6AEwAQ#v=onepage&q=relaci%C3%B3n%20de%20pareja%20en%20jovenes%2018%20a%2025%20a%C3%B1os&f=true](http://books.google.com.gt/books?id=K8XALshsHLAC&pg=PA14&dq=relaci%C3%B3n+de+pareja+en+jovenes+18+a+25+a%C3%B1os&hl=en&sa=X&ei=PeexU8-TJ6qlsQTWg4GADw&ved=0CB8Q6AEwAQ#v=onepage&q=relaci%C3%B3n%20de%20pareja%20en%20jovenes%2018%20a%2025%20a%C3%B1os&f=true)

Bateson, G. y otros autores, (1971). *Interacción familiar, Tiempo Contemporáneo*, Buenos Aires. Recuperado de:

<http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Bronfennbrenner, U. (1986). The ecology of the family as a context for human development, *Developmental Psychology*, 22,723-742 págs. Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar29/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Bronfennbrenner, U. (1987). *La Ecología del Desarrollo Humano*, Barcelona, Paidós. Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Cajas, J. (2014). *Las etapas de enamoramiento en las parejas*. Recuperado de: <http://www.biut.cl/parejas-y-sexualidad/2014/04/descubre-en-que-etapa-deenamoramiento-te-encuentras>

Clayton, R. (7 de junio de 2014). Twitter puede ser causal de divorcio, según estudio. *El tiempo*. Recuperado de: <http://www.eltiempo.com/tecnosfera/novedades-tecnologia/uso-excesivo-de-twitter-puede-ser-causal-de-divorcio/14201424>

Gallego, J. (2010). *Tecnologías de la información y de la comunicación. Técnicas básicas*. Madrid. Editex. Recuperado de: <http://www.teccomstudies.com/numeros/revista-1/136-las-redes-sociales-una->

[aproximacion-conceptual-y-una-reflexion-teorica-sobre-los-posibles-usos-y-gratificaciones-de-este-fenomeno-digital-de-masas?start=10](#)

Castro, L. (2014). *¿Qué es una Red Social?* Recuperado de:

<http://aprenderinternet.about.com/od/RedesSociales/g/Que-Es-Una-Red-Social.htm>

Centre de Sexologia Sabadell. (2014). *La relación*. Recuperado de:

<http://www.sexologias.com/html/relacion.htm>

Galdeano, J. (1995). *La vida de pareja: evolución y problemática actual*. España: Editorial. San Esteban. Recuperado de:

<http://books.google.com.gt/books?id=1tbpWPcLOp8C&printsec=frontcover&dq=la+vida+de+pareja&hl=en&sa=X&ei=xKCxU7O4FOygsQT154QBA&ved=0CCMQ6wEwAQ#v=onepage&q&f=true>

Giracca, C. (2015). "Influencia de las redes sociales en la relación de pareja (Tesis de grado). Universidad Rafael Landívar, Guatemala de la Asunción, México.

Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/42/Castellanos-Camila.pdf>

García, L, & Enciso, R. (2014). Influencia del Facebook en la relación de pareja (Tesis de grado). Universidad Autónoma de Nayarit. Tepic, Nayarit. México.

Recuperado de: <http://www.tecnocientifica.com.mx/volumenes/V4A17.pdf>

Gonzales, C. (6 de agosto de 2015). Parejas que terminan una relación utilizan hasta una hora más Whatsapp al día. La tercera. Recuperado de:

<http://www.latercera.com/noticia/tendencias/2015/08/659-641773-9-parejas-que-terminan-una-relacion-utilizan-hasta-una-hora-mas-whatsapp-al-dia.shtml>

Galdeano, J. (1995). *La vida de pareja: evolución y problemática actual*. España: Editorial San Esteban. Recuperado de:

<http://books.google.com.gt/books?id=1tbpWPcLOp8C&printsec=frontcover&dq=la+vida+de+pareja&hl=en&sa=X&ei=xKCxU7O4FOygsQT154GQBA&ved=0CCMQ6wEwAQ#v=onepage&q&f=true>

Hernández, R; Fernández, C; & Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. (5ta.ed.). México D.F.: McGraw-Hill.

Hellinger, B. (2002). *Lograr el amor en la pareja*. Barcelona: Herder. Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Hellinger, B. (2003). *Reconocer lo que es*. Barcelona: Herder. Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Hellinger, B. (2005). *Órdenes de amor*. Barcelona: Herder. Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Janov, R, (2006). *Constelaciones familiares. Terapia de la reconciliación*. Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Jiménez, M. (16 octubre 2015). *Parejas inseguras de su relación publican más en Facebook*. El meridiano de Córdoba. Recuperado de: <http://elmeridianodecordoba.com.co/vida-hoy/item/69579-parejas-inseguras-de-su-relaci%C3%B3n-publican-m%C3%A1s-en-facebook>

López, A; Parada, A; & Simonetti, F. (1999). *Psicología de la comunicación*. Chile: Alfa omega. Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

McCary, J. (1983). Sexualidad Humana. 4ta edición. México: Editorial el manual moderno S.A. Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Merani, A. L. (1984). Psicología genética. México: Grijalbo. Minuchin, S. (2003). El arte de la terapia familiar. Barcelona: Paidós. Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Minuchin, S; & Fishman, H. (1996). Técnicas de terapia familiar. México: Paidós. Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Minuchin, S. (1984). Calidoscopio familiar, Paidós, Buenos Aires; Barcelona (1991). Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Minuchin, S. (1986). Familias y Terapia Familiar, Barcelona, Gedisa. Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Minuchin, S. y Fishman, H. C. (1981). Family therapy techniques, Cambridge (Mass.), Harvard University Press, Trad. Castellana: Técnicas de terapia familiar, Barcelona, Piados Ibérica, 1988. Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Mogollón, O, & Villamizar, D. (2013). Análisis de las relaciones de pareja de los Estudiantes de la Universidad de Pamplona (Tesis Doctoral). Universidad de Pamplona. Pamplona. Recuperado de: [file:///C:/Users/Yuri/Downloads/95-271-1-PB%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Yuri/Downloads/95-271-1-PB%20(2).pdf)

Morales, V, Carillo, M, & Iza, D. (2012). ¿Influye la red social Facebook en los celos de las parejas? (Tesis de Doctorado). Universidad San Francisco de Quito. Quito. Ecuador. Recuperado de:

[http://www.academia.edu/6515430/UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO INFLUYE LA RED SOCIAL FACEBOOK EN LOS CELOS DE LAS PAREJAS\\_Por](http://www.academia.edu/6515430/UNIVERSIDAD_SAN_FRANCISCO_DE_QUITO_INFLUYE_LA_RED_SOCIAL_FACEBOOK_EN_LOS_CELOS_DE_LAS_PAREJAS_Por)

Moreno, M. (11 de diciembre 1995). El sentido de la vida en los jóvenes: redes sociales, relaciones significativas y actividades de ocio. Revista de estudios de juventud. Recuperado de:

[http://www.injuve.es/sites/default/files/tema4\\_revista95.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/tema4_revista95.pdf)

Musitu, G; Buelga, S; & Lila, M. S. (1994). Teoría de Sistemas. En Musitu, G. y P. Allat, Psicología de la Familia 47-79 págs., Valencia, Albatros.

Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Ochoa, I. (2004). Enfoques en terapia familiar sistémica. Barcelona: Herder.

Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Ochoa, I. (2004) Enfoques en terapia familiar sistémica. Barcelona. Herder S.A. Provenza.

Ochoa de Alda, I. (1995). Enfoques en terapia familiar sistémica, Herder, Barcelona. Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Papalia, D; & Olds, S. (1992). Desarrollo Humano, 4ª. Edición, Santa Fe de Bogotá, McGraw Hill. Recuperado de:

<http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Ros-Martín, Marcos. “Evolución de los servicios de redes sociales en internet”. *El profesional de la información*, 2009, septiembre-octubre, v. 18, n. 5, pp. 552-557.

Disponible en:

<http://www.elprofesionaldelainformacion.com/contenidos/2009/septiembre/09.pdf>

Rosa, M; Resina, M; & Sánchez, A. (2013). Influencia de las redes sociales en las relaciones de pareja (Tesis de grado). Universidad Católica de Murcia. Guadalupe, Murcia. Recuperado de:

[http://www.academia.edu/11503430/Influencia de las redes sociales en las relaciones de pareja](http://www.academia.edu/11503430/Influencia_de_las_redes_sociales_en_las_relaciones_de_pareja)

Sánchez, J. (1989). La personalidad en la cultura. En Ibáñez, E. y Pelechano, V. (comps.) Personalidad vol. 9 de Tratado de Psicología General. Pp.: 141-168. España: Alhambra Editores. Recuperado de:

<http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Sebastián, J; Aguiñiga, C; & Moreno, B. (1987b). La androginia y el ajuste de pareja. Estudios de Psicología, 32, 31-44. Recuperado de:

<http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Selvini, M; Cirillo, S; Selvini, M; & Sorrentino, A. M. (1988). *Los juegos psicóticos en la familia*. Barcelona: Paidós, 1990. Recuperado de:

[http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/31584/1/Modelo Sistemico 2012 2013r.pdf](http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/31584/1/Modelo_Sistemico_2012_2013r.pdf)

Sternberg, R, (1999). El triángulo del amor: intimidad, amor, compromiso. Barcelona, Paidós. Recuperado de:

<http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Stierlin, H. (1997). El individuo en el sistema. Psicoterapia en una sociedad cambiante. Barcelona: Herder. Recuperado de: <http://ucsp.edu.pe/imf/wp-content/uploads/2014/04/Consideraciones-sobre-la-familia-y-la-crianza.pdf>

Smith, A. (22 de octubre de 2013). Tres cambios que causo internet en las relaciones de pareja. Mundo. Recuperado de:

[http://www.bbc.com/mundo/noticias/2013/10/131018\\_tecnologia\\_citas\\_internet\\_tendencias\\_2013\\_kv](http://www.bbc.com/mundo/noticias/2013/10/131018_tecnologia_citas_internet_tendencias_2013_kv)

Willis, J. (1983). La pareja humana: relación y conflicto, Madrid, Morata.

Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>

Zapata, J. (13 de enero de 2014). Nomofobia: esclavos del móvil. Última hora.

Recuperado de: <http://www.efesalud.com/noticias/nomofobia-esclavos-del-movil/>

Gonzales, F. (2015). Aspectos legales y Normativos de las Redes Sociales.

Copyright. Recuperado de: <http://www.gonzalezfrea.com.ar/derecho-informatico/aspectos-legales-redes-sociales-legislacion-normativa-facebook-regulacion-legal-argentina/265/>