

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**



**DIFERENCIAS INDIVIDUALES AL INICIO DE LA RELACIÓN DE PAREJA Y
EL MANEJO DEL CONFLICTO**

**LEIDY JOHANA MORANTES ZAMORA
YANETH BUITRAGO CÁCERES**

**DIPLOMADO EN ABORDAJE PSICOLÓGICO DE LAS RELACIONES DE
PAREJA**

**San José de Cúcuta, Colombia
2017**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**



**DIFERENCIAS INDIVIDUALES AL INICIO DE LA RELACIÓN DE PAREJA Y
EL MANEJO DEL CONFLICTO**

**Directora:
Ph.D. OLGA MARIELA MOGOLLON CANAL**

**Presentado por:
LEIDY JOHANA MORANTES ZAMORA
YANETH BUITRAGO CÁCERES**

**DIPLOMADO EN ABORDAJE PSICOLÓGICO DE LAS RELACIONES DE
PAREJA
San José de Cúcuta, Colombia
2017**

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	7
ABSTRAC	8
Introducción	9
Justificación	11
Objetivos	14
Objetivo General	14
Objetivos Específicos	14
Problema de Investigación	15
Formulación Del Problema	15
Planteamiento Del Problema	15
Descripción Del Problema	16
Marco de Referencia	20
Antecedentes	20
Internacionales	20
Nacionales	24
Regionales	27
Marco Teórico	30
CAPÍTULO I: Enfoque Sistémico	30
Historia	30
Propiedades Sistémicas de la Familia	31
Escuelas y Modelos Sistémicos	34
Elaboración de Hipótesis.	40
Circularidad.	41
Neutralidad.	41
Técnicas de Intervención Sistémicas	42
CAPITULO II: Ciclo vital familiar	50
Conceptos Generales.	50
Etapas del Ciclo Vital Familiar.	51
La Familia como Sistema Relacional	54

Relación de Pareja.	55
CAPÍTULO III: Diferencias individuales y Manejo del conflicto.	60
Diferencias Individuales.	60
Manejo del Conflicto.	62
CAPITULO IV: Metodología	74
Tipo de Investigación	74
Diseño.	74
Muestra	75
Categorías	76
Técnicas	78
CAPITULO V: Análisis de Resultados	81
Tabla 1	89
<i>Matriz por Cruce de Categorías, Pareja N°1</i>	89
Tabla 2	92
<i>Matriz por Cruce de Categorías, Pareja N°2,</i>	92
CAPITULO VI	95
Análisis y Discusión de Resultados	95
Conclusiones	103
Recomendaciones	106
Apéndices	110
Apéndice A. Formato de entrevista semiestructurada aplicada a las parejas PAREJA N° 1.	110
Apéndice A. Formato de entrevista semiestructurada aplicada a las parejas PAREJA N° 2.	114
Apéndice B. Formato de observación empleado en las parejas participantes.	117
Apéndice C. Formato de empleado para la realización del grupo focal.	118
Apéndice D. Material utilizado para la realización del grupo focal.	121
Apéndice E. Material utilizado para la realización del grupo focal.	122
Referencias Bibliográficas	123

Lista de Tablas

Tabla 1 Matriz por Cruce de Categorías, Pareja N°1	64
Tabla 2 matriz por cruce de categorías, Pareja N°2,	66

Tabla de Apéndices

Apéndice A. Formato de entrevista semiestructurada aplicada a las parejas participantes.	79
Apéndice B. Formato de observación empleado en las parejas participantes.	80
Apéndice C. Formato empleado para la realización del grupo focal.	80

RESUMEN

Esta investigación tiene como objetivo explorar las diferencias individuales al inicio de la relación de pareja y el manejo del conflicto y a partir de los resultados obtenidos, elaborar un manual de estrategias psicológicas que contribuyan al mejoramiento de la relación a futuro. La metodología utilizada fue un estudio de caso, aplicando específicamente las técnicas de entrevista semiestructurada, observación no participante y grupo focal, para la recolección de la información. Los resultados revelan que las diferencias que más se presentan en las parejas tomadas como muestra, son las relacionadas al contexto cultural, la familia de origen y la edad de cada uno de los holones; además, cabe señalar que las estrategias utilizadas para el manejo del conflicto son poco significativas.

Palabras claves: Diferencias individuales, manejo del conflicto, inicio de la relación.

ABSTRAC

This research aims to explore the individual differences at the beginning of the relationship and conflict management and from the results obtained, to develop a manual of psychological strategies that contribute to the improvement of the future relationship. The methodology used was a case study, specifically applying the techniques of semi-structured interview, non-participant observation and focal group, for the collection of information. The results reveal that the differences that are most present in the pairs taken as samples, are those related to the cultural context, the family of origin and the age of each of the holons; in addition, it should be noted that the strategies used for conflict management are not significant.

Key words: Individual differences, conflict management, beginning of the relationship.

Introducción

El siguiente proyecto de investigación sobre las diferencias que se presentan al inicio de una relación de pareja se realiza desde el enfoque sistémico, el cual considera la familia como aquella unidad básica de la sociedad basada en la pareja conyugal, donde se desarrollan valores, objetivos, se establecen roles, reglas que determinan la funcionalidad del nuevo sistema, y la manera de afrontar las problemáticas que se van presentando a lo largo de la convivencia, teniendo en cuenta las diferentes costumbres tanto de los miembros del nuevo sistema como de la familia de origen.

Debido a lo anterior, para la presente monografía se plantea como objetivo principal explorar las diferencias individuales al inicio de la relación de pareja y el manejo del conflicto a través del estudio de casos con dos parejas para el establecimiento de estrategias psicológicas mediante redacción de un manual que contribuya a un mejoramiento de la relación a futuro.

Para la investigación se toma como muestra a una pareja sin hijos, conformada por una mujer de 29 años de edad y un hombre de 39 años de edad, quienes conviven hace dos años, en esta relación se pudo evidenciar que existen algunas diferencias, debido a que uno de los miembros (ella) desea disfrutar de una etapa de diversión, la cual evidentemente no culminó satisfactoriamente y así mismo porque existen enfrentamientos entre la pareja debido a la falta de orden, y de aseo en su vivienda.

Así mismo se lleva a cabo la investigación con una pareja sin hijos, conformada por una mujer de 28 años de edad y un hombre de 34 años de edad quienes llevan dos años y seis meses de convivencia. En esta pareja se pudo establecer que existen diferencias, debido a que ambos holones provienen de diferentes contextos, motivo por el cual cada uno de ellos posee diferentes costumbres, las cuales les han generado diversos enfrentamientos como pareja, además de que todavía no han logrado ajustarse a cada una de ellas, razón por la cual esta relación en diversas ocasiones ha generado molestias significativas a tal punto que sus miembros han pensado en una posible ruptura definitiva.

Justificación

La presente investigación se realizará con el objetivo de explorar las diferencias individuales al inicio de la relación de pareja y el manejo del conflicto a través del estudio de casos para el establecimiento de estrategias psicológicas mediante la elaboración de una cartilla que contribuya a un mejoramiento de la relación a futuro.

La relación de pareja es sin duda una de las temáticas más investigadas en la psicología social, dentro de la cual se pretende explicar los factores que intervienen en la interacción al inicio, el mantenimiento y la ruptura de este tipo de relación interpersonal.

Partiendo de la idea de que el conflicto según diversos autores como Baucom y Rankin (1993), citado por Parra, (2007), es el producto de dos situaciones en la relación: 1) las dos personas tienen metas incompatibles; y 2), la consecución de las metas del uno interfiere con la obtención de las metas del otro, lo cual evidentemente influye directamente en la relación de la pareja por la demanda de intereses o prioridades establecidas por cada uno de ellos, como lo plantea Christensen y Pasch (1993), cuando definen que existe una diferencia entre el conflicto estructural de intereses y el conflicto abierto (Idem, 2007).

El primero se refiere a una incompatibilidad de necesidades, deseos y preferencias, mientras que el segundo a su interacción respecto a estas preferencias, es decir un conflicto de intereses puede existir sin que se presente un conflicto abierto.

Otro aspecto a tener en cuenta es que el conflicto, así como lo señalan Burman, (1993), citado por Parra, (2007), es inevitable en cualquier relación íntima y que inclusive para algunas parejas, este tiene una función constructiva, aunque para otras sea destructiva; y precisamente por esta segunda función que se establece la importancia de realizar ésta investigación, teniendo en cuenta que al inicio de toda relación conyugal se presentan diversas dificultades o problemáticas por el mal manejo de las diferencias que existen entre la pareja con relación a las reglas establecidas inicialmente en su sistema familiar, interculturalidad, comunicación, manejo del poder o por sus distintos rasgos de personalidad (pensamientos, sentimientos y actitudes).

Según (Campo y Linares, 2002; Citado por Cuervo, 2014), la pareja se conforma por dos personas procedentes de familias distintas y que deciden vincularse afectivamente para compartir un proyecto en común; y son justamente las diferencias establecidas con relación a las familias de origen, una causal de los conflictos que se pueden presentar en el inicio de la relación. Teniendo en cuenta lo anterior se considera relevante la elaboración de las diferentes estrategias psicológicas las cuales permitirán la prevención o el manejo adecuado de problemáticas como la violencia intrafamiliar, el estrés e incluso la separación definitiva de la pareja.

Actualmente los conflictos maritales se han convertido en una de las mayores problemáticas de la sociedad, por ejemplo en Estados Unidos conlleva al 50% de divorcio (Baucom 2002), en donde uno de cada ocho esposos han incurrido en agresión

física contra su esposo y más de dos millones de mujeres, son severamente golpeadas por su compañero masculino y el 30% de los matrimonios experimentan en algún momento de la relación una manifestación agresiva físicamente (Munroe, et, al. 2002). En Colombia, según el Estudio de Salud Mental del 2003, el 3.5% de los hombres y 3.4% de mujeres, presentan ansiedad por separación. (Ministerio de Protección Social, 2003; Citado por Parra, 2007).

Las estadísticas mencionadas anteriormente resaltan la importancia de buscar o elaborar estrategias psicológicas que contribuyan a un adecuado manejo de conflictos, estableciendo de esta manera una pausa en los índices de problemas conyugales que incentivan la ruptura del vínculo afectivo entre las parejas.

Partiendo de las estadísticas y postulados referidos anteriormente, esta investigación se llevará a cabo con la finalidad de contribuir significativamente en la reducción de éstos altos índices de conflictos que se presentan no solo en Colombia, sino en la sociedad en general, como una de los problemas que se generan en toda relación conyugal y a sí mismo disminuir los índices de separación que se presentan actualmente en las parejas del país; todo esto a través de la elaboración de una cartilla de estrategias psicológicas que promueva el fortalecimiento de la estructura del nuevo sistema de convivencia en la pareja y un manejo adecuado del conflicto.

Objetivos

Objetivo General

Explorar las diferencias individuales y el manejo del conflicto al inicio de la relación de pareja, mediante un estudio de casos para el establecimiento de estrategias psicológicas que permitan el mejoramiento de la relación a futuro.

Objetivos Específicos

Identificar las movilizaciones de una pareja al inicio de su relación, teniendo en cuenta las diferencias individuales.

Describir el proceso de negociación y acuerdos que establece la pareja para resolver sus diferencias.

Diseñar estrategias psicológicas a través de la elaboración de una cartilla para fortalecimiento del nuevo sistema de convivencia en la pareja y lograr un manejo adecuado del conflicto a futuro.

Problema de Investigación

Formulación Del Problema

¿Cuáles son las diferencias individuales y las dificultades en el manejo del conflicto que se presentan al inicio de la relación de pareja?

Planteamiento Del Problema

La relación de pareja es fundamental en el individuo, esta permite el continuo desarrollo como ser social y emocional, en esta etapa de la vida se empiezan a establecer roles, límites y normas en la pareja para resolver las dificultades que se van presentando, experimentando emociones debido a que cada uno de los miembros de esta y sus familias de origen vienen de diferentes contextos, costumbres y en algunos diferentes culturas, esto da paso a las dificultades que se presenta al inicio de la relación, si no hay un manejo del conflicto; estas diferencias se presentaran a lo largo de la convivencia y posiblemente puede terminar en una separación.

Durante el principio de la relación las parejas se centran principalmente en la preservación de la relación, y en una segunda instancia las relaciones implican generalmente el compromiso emocional más profundo al otro y a la relación (Simon, Kobielski, & Martin, 2008). Estos cambios de desarrollo en las experiencias románticas

se acompañan de cambios correspondientes en el conocimiento sobre el significado del conflicto. Los conflictos se consideran a menudo como algo más constructivo que el potencial destructivo. En la literatura marital, la agresión verbal o las expresiones de desprecio o retraimiento, y la negatividad o ira están todos asociados con la insatisfacción y la relación de disolución (Darling et al., 2008). Los estudios muestran un vínculo entre las formas en que las parejas se comunican y tratan sus desacuerdos y el uso de la violencia en sus relaciones íntimas. De hecho, la mayoría de los comportamientos violentos se manifiestan durante el conflicto (Cascardi & Vivian, 1995; citado por Johnson & Ferraro, 2000).

Debido a ello la presente investigación pretender conocer cuáles son aquellas diferencias individuales que se presentan en el nuevo sistema por diversas situaciones, llegando a evitar síntomas que generen mayor malestar en los holones conyugales, fortaleciendo a través de estrategias psicológicas la estructura del nuevo sistema de convivencia en la pareja.

Descripción Del Problema

En las relaciones de pareja existe diferencias individuales por muchos factores, debido a ello esta investigación se realiza teniendo en cuenta, que existen muchas problemáticas en las relaciones ya sean recién conformadas o con algunos años de convivencia; comúnmente por factores como comunicación, tolerancia, la paciencia en el interior de este acuerdo mutuo. Desde el enfoque sistémico se indica que las

dificultades matrimoniales se encuentran cerca del cumplimiento de acuerdos demarcaciones y comparaciones que si no se enmiendan de modo ajustado se forma una predilección a un mayor desconcierto.

Por consiguiente, estos conflictos se observan con mayor periodicidad en las dualidades juveniles y en algunos casos parejas mayores que por falla de estabilidad monetaria concluyen vivir bajo el mismo espacio con la familia de la pareja lo que por consiguiente esto conlleva a mayores confusiones, que la conformación solo de los dos holones conyugales. Esto también provoca una intervención de la familia del cónyuge provocando en la pareja problemáticas en los roles, normas y límites establecidos.

Desde que dos personas deciden formar una pareja, esto debería construirse en un ámbito donde solo conviva los cónyuges y sus hijos próximos, de manera que se vayan enfrentando a las dificultades y debido a esto aportando mejoras al interior del mismo, para un mejoramiento mutuo donde si uno está satisfecho los demás también lo estarán, no por obligación sino por convicción, a través del diálogo ya que uno de los causantes de los conflictos en las parejas recién formadas se centra en la falta de comunicación teniendo en cuenta que un matrimonio es la unión de dos culturas totalmente diferentes, son dos individuos educados y formados en diferentes sistemas familiares que tratan de unirse y formar su círculo en base a las costumbres que traen de su origen y forman nuevas para su futuro sea con hijos o solos como parejas.

Como lo menciona Xavier Serrano Hortelano en una conferencia realizada en (2013) “Cuando dos personas que llevan un tiempo de relación preferentemente de coexistencia, cohabitación y convivencia, mantienen un lazo amoroso y un proyecto común, constituyen una pareja. Estas personas, independientemente de la opción sexual (homo-hetero) que hayan elegido, desarrollan un sistema que va creando sus propias leyes independientes y paralelas a las leyes de funcionamiento de la estructura individual y tienen, por tanto, una dinámica particular con tiempos de relación afín, que van creando una identidad común, además de la individual ya existente. Estos son los aspectos que permiten conocer si hay bases reales en la relación, pues el antes, el durante y el después de la convivencia son momentos diferentes.

Partiendo de estos conceptos, encontramos dos tipos de pareja: la "pareja soltera" y la pareja familiar. En la pareja soltera están las personas que cohabitan en ese sistema. La pareja familiar se forma cuando se crea una familia, que es uno de los objetivos en el proceso de desarrollo de algunas parejas, por lo cual, sigue existiendo una relación de dos, y a su alrededor van habiendo satélites, interferencias con otros sistemas, que son los niños y las niñas de esa familia.

El sistema de la pareja soltera es diferente al de la pareja con familia. Es frecuente que los conflictos de pareja aumenten en una proporción muy elevada a partir de tener el primer o segundo hijo. Se habla de que este momento es la prueba de fuego, aunque antiguamente recomendaban -y aún algunos psiquiatras lo hacen- que las parejas

en conflicto tuvieran algún hijo que otro. Así no habría tiempo para entrar en contacto con el conflicto, pero esta no es una solución, al contrario, es pasar el conflicto a tres o a cuatro, Serrano, X. (2013).

Por otro lado cabe mencionar que los que se casan esperan que su relación sea un éxito; sin embargo, muchos matrimonios terminan en divorcio; es necesario resaltar que antes de conformar una sistema con otra persona se ha pasado por la etapa de la soltería donde se disfruta de autonomía, por ejemplo, no tienen que compartir decisiones financieras, pueden venir a casa cuando lo deseen y pueden mantener su propio espacio exactamente como lo desean siendo estos algunos aspectos de diferencias al momento de conformar una familia.

Entonces esta problemática se ve desde diferentes perspectivas ya que no es solo una causa lo que genera los conflictos en pareja pueden ser las costumbres, anhelos, vivencias, sueños, etc., de dos personas que se unen y esperan ser felices toda su vida.

Debido a lo planteado anteriormente se realiza la investigación sobre las diferencias individuales al inicio de la relación de pareja y el manejo de conflictos, mediante un estudio de caso tomando como muestra dos parejas heterosexuales de 2 a 3 años de convivencia, las cuales actualmente se encuentran pasando por un periodo de crisis en su relación.

Marco de Referencia

Antecedentes

Algunas investigaciones encontradas mediante una extensa revisión documental, dan soporte al presente proyecto investigativo, mediante diversos artículos publicados a nivel local, nacional e internacional, en un periodo no mayor a cinco años, en los cuales se abarcan las temáticas de diferencias individuales, inicio de la relación de pareja y manejo de conflictos.

Internacionales

Título: Inteligencia emocional, celos, tendencia al abuso y estrategias de resolución de conflicto en la pareja.

Autores: Canto Ortiz, Jesús; Perles Novas, Fabiola; Moreno Jiménez, Pilar; San Martín García, Jesús.

Año: 2011

País: España.

El objetivo que plantea la investigación fue analizar la relación entre la inteligencia emocional, los celos y la tendencia al abuso sobre las estrategias violentas de resolución de conflictos en la pareja; así como analizar la capacidad predictiva de dichas variables en una muestra de hombres y mujeres de población general compuesta por 294 personas.

Los resultados que se obtuvieron de la investigación muestran que todas las variables evaluadas tienen una relación significativa con las estrategias propias de resolución de conflictos en la pareja; siendo la relación positiva con los celos y la tendencia al abuso y negativa con la inteligencia emocional. Asimismo, se encontró que todas las variables analizadas tenían capacidades predictivas sobre las estrategias propias de resolución de conflicto en la pareja; destacando la percepción sobre las estrategias de resolución de conflicto de la pareja. Estos resultados muestran la importancia de estas variables en la predicción de la violencia en la pareja y dirigen la atención hacia actuaciones para su prevención.

Llegando a la conclusión que esta investigación ha contribuido a tener una mayor comprensión de los factores que están implicados en la utilización de la violencia en las relaciones de pareja en población general. Los resultados encontrados en cuanto a la influencia de los celos y la inteligencia emocional sobre las estrategias de resolución de conflictos en la pareja resultan marcadamente relevantes de cara a detectar posibles situaciones de riesgo.

Título: Relación Entre las Estrategias de Manejo del Conflicto y la Percepción de la Violencia Situacional en la Pareja.

Autores: García Méndez, M; Méndez Sánchez.

Año: 2015

País: México.

De acuerdo a esta investigación como objetivo se planteó determinar si las estrategias de manejo del conflicto influyen en la violencia situacional en la pareja. A una muestra de 342 participantes se le aplicó la Escala de Estrategias de Manejo de Conflicto y la Escala de Violencia en la Pareja. Los resultados indicaron que los hombres muestran mayor afecto, tiempo y acomodación que las mujeres ante los conflictos de pareja; sin embargo, ellas perciben más violencia física y económica, así como mayor intimidación y humillación-devaluación. Un modelo estructural para el análisis de los datos mostró que la violencia fue predicha por las dimensiones de las estrategias de manejo del conflicto de evitación, tiempo, afecto, acomodación y reflexión-comunicación.

Título: Estilos de resolución de conflictos y violencia en parejas de adolescentes

Autores: Bonache, Helena-; Ramírez-Santana, Gustavo-; Gonzalez-Mendez, Rosaura.

Año: 2016

País: España. (Universidad de la laguna)

El objetivo de la investigación es analizar Factorial Confirmatorio (CFA) con el paquete estadístico LISREL 8.80 (Jöreskog y Sörbom, 2006), mediante mínimos cuadrados ponderados. Se examinaron tres modelos para cada una de las dos subescalas con el fin de determinar dónde ajustaban mejor los datos: el modelo de cuatro factores propuesto por Kurdek (1994) y otros dos modelos de tres factores (Kurdek, 1995, 1998). Para estos últimos modelos, las cargas de los ítems fueron liberadas para facilitar su

variabilidad en las subescalas propuestas y se fijaron en cero para las subescalas restantes.

Teniendo como resultados las estructuras factoriales propuestas por Kurdek eran adecuadas para los datos, se realizó un análisis factorial confirmatorio (AFC) para cada modelo y subescala. Todos los modelos permiten una correlación entre los tres factores. El modelo A, que representa el modelo original de cuatro factores (1994), no mostró un buen ajuste porque $RMSEA > 0,06$ y $CFI < 0,95$. El modelo B, que excluye el factor 2 (Positivo) de los cuatro factores originales (Kurdek, 1995), también arrojó valores de ajuste inadecuados porque $CFI < 0,95$.

Finalmente, el modelo C (Kurdek, 1998) excluye el factor 4 (Conformidad) de los cuatro factores originales. Al recuperar el ítem 12 (procedente de Conformidad) para el factor 3 (Retirada), el modelo C muestra el mejor ajuste al cumplir con todos los criterios ($SRMR < 0,08$, $RMSEA < 0,06$ and $CFI > 0,95$). El AFC también reflejó que todos los ítems tenían cargas en los factores esperados superiores a 0,30, con valores $p < 0,001$. La solución que mejor se ajusta para ambas subescalas (modelo C) es una estructura de tres factores compuesta por Retirada, Implicación en el conflicto y Positivo, incluyendo al primer factor el ítem “no defender la propia opinión”.

Los artículos de las diferentes investigaciones expuestos anteriormente en este apartado, tanto locales como nacionales e internacionales, sirvieron como base para el

desarrollo del presente proyecto, teniendo en cuenta la similitud con relación a las temáticas abordadas en la actual investigación, motivo por el cual se toma como referencia las técnicas de recolección de información implementadas, así mismo los resultados obtenidos en cada una de ellas y los posibles métodos de intervención que se puedan emplear para el manejo de las diversas problemáticas con relación a las diferencias individuales que se puedan presentar cada una de las parejas abordadas.

Nacionales

Título: Experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja

Autores: Victoria Eugenia Acevedo Velasco y Lucía Restrepo de Giraldo

Año 2010

Ciudad: Cali, Colombia

Objetivo: Este estudio propuso generar una indagación reflexiva grupal para evaluar la cartilla “Vivir feliz en pareja” (Acevedo & Restrepo, 2008), su utilidad para el enriquecimiento de la vida conyugal y su aporte a fin de generar nuevos materiales de apoyo para el trabajo psicoeducativo con parejas. Método. Estudio cualitativo donde participaron voluntariamente 12 parejas, en la adultez media, con educación universitaria y estrato económico medio-alto, que habían hecho parte de la Fase I de la investigación "Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali, Colombia" (Acevedo, Restrepo & Tovar, 2007).

Los instrumentos utilizados fueron: la cartilla "Vivir feliz en pareja" (Acevedo & Restrepo, 2008), un cuestionario de evaluación de la misma y una entrevista. Las parejas hicieron lectura de la Cartilla, realizaron los ejercicios, diligenciaron el cuestionario de evaluación diseñado para este estudio, y 10 de ellas participaron en grupos focales, audios grabados y transcritos para posterior análisis cualitativo. Resultados. Las parejas evaluaron positivamente la cartilla y resaltaron los temas de la expresión de afecto, los asuntos financieros y el tiempo libre como fundamentales; dieron importancia a la experiencia de grupo focal para trabajar con parejas, y brindaron sugerencias para procesos de psicoeducación con grupos y para futuras investigaciones. Conclusiones. La Cartilla se valora como un instrumento útil para el enriquecimiento de la vida conyugal, y como insumo para el trabajo reflexivo con grupos de parejas.

Título: comunicación emocional y problemas conyugales en parejas que asisten a psicoterapia sistémica: una relación recursiva.

Autores: Emma Sánchez Bedoya

Año: 2013

Ciudad: Bogotá D.C

El objetivo general del estudio fue comprender la relación entre los significados de los problemas conyugales y la comunicación emocional, así como la concepción de pareja que enmarca dichos significados, para los integrantes de tres parejas que asistieron a terapia sistémica. La noción de Comunicación Emocional fue concebida

como la comunicación verbal y no verbal que expresa la vivencia emocional entre los miembros de la pareja, y la influencia mutua de estados emocionales entre ambos.

Se realizó un análisis de narrativas categorial y holístico de contenido sobre las transcripciones de las sesiones de los procesos psicoterapéuticos, encontrándose que las formas de comunicación emocional en la pareja son determinantes para que un problema conyugal se establezca como tal, se incremente o se resuelva. Las formas comunicacionales de recriminación, descalificación y reproche aparecen dentro de las más significativas en el establecimiento de patrones de dominación sumisión, o reacciones de defensa y distanciamiento afectivo en la pareja.

Título: La violencia en las relaciones de pareja en Medellín y sus representaciones sociales.

Autores: Gladys Rocío Ariza Sosa

Año: 2011

Ciudad: Bogotá D.C.

La violencia en las relaciones de pareja es un problema de salud pública, en el cual subyacen las construcciones culturales de género. El objetivo de la tesis, estructurada en siete capítulos, es comprender las representaciones sociales de las personas agredidas, agresoras y quienes les atienden, sobre la violencia en las relaciones de pareja, en los contextos histórico, sociocultural, político y económico de la ciudad de Medellín, en la primera década del siglo XXI. El desarrollo metodológico, de carácter

cualitativo, se basa en la teoría de la Representación social, articulada con la historia discursiva, los estudios críticos del discurso, y los contextos explicativos de la violencia.

Las condiciones estructurales de la violencia en las relaciones de pareja identificadas en Medellín son la inequidad de género, la división sexual del trabajo y la dominación masculina. Las condiciones coyunturales son el feminismo, el cambio en las relaciones de género y el fortalecimiento de las masculinidades hegemónicas en el contexto de la violencia social. En un proceso histórico complejo, el movimiento de mujeres de la ciudad, logró posicionar la violencia en las relaciones de pareja como un problema social de dominio público, en un ambiente político de confrontación de representaciones sociales, entre la tradición, la transición y el cambio. Así, esta violencia se configura como evitable, mediante el despliegue comprometido y articulado de un conjunto de iniciativas de orden científico, político y social.

Regionales

Título: La comunicación en la prevención de las dificultades en el manejo de las diferencias individuales en relación de pareja

Autores: Jiménez Mosquera, Angee y Peña López, María

Año: 2010

Ciudad: Pamplona. N. de Santander.

El objetivo de la investigación fue prevenir las dificultades en el manejo de las diferencias individuales en las relaciones de pareja, a través de la comunicación posibilitando la homeostasis del holón conyugal. Utilizando como metodología de tipo cualitativo una muestra de tres parejas heterosexuales en edades comprendidas entre los 30 a 57 años de edad, para ello utilizaron los siguientes instrumentos de recolección de datos: entrevista semiestructurada, cuestionario adaptado del COMRI y un grupo focal.

Como resultados obtuvieron que dentro del sistema algunas de las diferencias individuales identificadas son: la toma de decisiones, discrepancias en cuanto a pensamientos, sentimientos y emociones a pesar de que estas diferencias se presenten, los holones tratan de recurrir a la comunicación para encontrar una solución adecuada.

Título: Mecanismo de ajuste y adaptación de una pareja recién constituida en momentos de crisis.

Autores: Cristancho Angarita, Tatiana y Martínez Duarte, Sonia

Año: 2011

Ciudad: Pamplona. N. de Santander.

El objetivo de esta investigación fue describir la relación de una pareja recién constituida que estaba pasando por una crisis dentro de su ciclo vital, por medio de herramientas propias de la investigación cualitativa para fortalecer la estructura del nuevo sistema. Para esta investigación los autores tomaron como muestra a una pareja recién constituida, aplicando las siguientes técnicas: observación, la

entrevista semiestructurada y el diario de campo, los resultados les permitieron identificar dificultades en la superación de las etapas del ciclo vital familiar y mecanismos de ajuste de la pareja para afrontar los cambios manifestando con ello la necesidad de negociar dentro de la convivencia, así como también del establecimiento de límites con las familias de origen generando una adecuada organización del sistema.

Título: Relaciones de pareja universitaria.

Autores: Díaz Huertas, Karen Vanessa; Buriticá Rodríguez, Yury Andrea.

Año: 2012

Ciudad: Pamplona. N. de Santander.

El objetivo de esta investigación fue elaborar una propuesta psicológica sobre el manejo de las relaciones de pareja teniendo en cuenta el diagnóstico de la investigación “Análisis de las relaciones de pareja de los estudiantes universitarios” realizada por Ph.D Olga Mariela mogollón y Ph.D Diana Janeth Villamizar, para aportar estrategias de intervención en este tipo de población. La metodología utilizada fue la acción participación, debido a que se combinan dos procesos: el de conocer y el de actuar. Se llevó a cabo mediante la realización de talleres psicoeducativos.

Marco Teórico

CAPÍTULO I: Enfoque Sistémico

El primer capítulo de la presente monografía tiene como objetivo dar a conocer el origen del enfoque sistémico, sus principales aportes, las propiedades sistémicas de la familia, los principales modelos sistémicos, entre otros. Al hacer una revisión teórica de todo lo que engloba el enfoque sistémico se podrá reconocer cuales son las mejores técnicas de intervención para tratar las diferencias individuales en las relaciones de pareja.

El enfoque sistémico engloba muchos aspectos importantes los cuales deben ser conocidos para hablar con más precisión acerca del tema, uno de los determinantes que permite abordarlo con mayor claridad son sus conceptos, dentro de los cuales se encuentran la energía, flujos, ciclos, realimentación, sistema abierto, reservas, recursos de comunicación, catalizadores, interacciones mutuas, jerarquías, agentes de transformación, equilibrios y desequilibrios, estabilidad, evolución.

Historia

El autor Ludwig von Bertalanffy (1969), es considerado el padre de la Teoría General de Sistemas y el menciona que Aristóteles fue la primera persona que formuló la tesis sistémica fundamental "el todo es más que la suma de las partes". Así como Ludwig von Bertalanffy, biólogo y filósofo austriaco, han sido muchos más los autores

que a través de la historia han dejado un gran legado y dieron lugar a las primeras raíces del enfoque sistémico.

Existen muchos teóricos que nos hablan acerca de que es un sistema. “Se entienden por sistema uno o más elementos ligados entre sí de modo que al cambio de estado de un elemento seguirá un cambio en el estado de otros elementos del sistema; tal cambio irá seguido de un nuevo cambio en el elemento primeramente modificado, y así sucesivamente” (Parson & Bales, 1955; Citado por Salazar, 2014, p.2)

El enfoque sistémico tiene muchas aportaciones significativas para la psicología, pero al hacer una revisión teórica se encuentra que la principal aportación de este modelo es proponer trasladar la acción terapéutica fuera del de lo individual. Salazar (2014) afirma: “La principal aportación de los modelos sistémicos es proponer trasladar la acción terapéutica fuera del ámbito de lo intrapsíquico o lo individual, para llevarla al ámbito de los patrones de interacción interpersonal. El concepto básico es el de sistema, y el marco conceptual fue proporcionado por Ludwig Von Bertalanffy con su Teoría General de los Sistemas. Este autor define un sistema como un complejo de elementos en interacción” (p.2)

Propiedades Sistémicas de la Familia

Para (Feixas et al., 2016) la familia se puede ver como un sistema, pero esto implica la aplicación de algunos principios de la Teoría General de Sistemas a la familia.

La familia como sistema abierto.

La familia como conjunto de individuos dinámicamente estructurados, cuya totalidad genera normas de funcionamiento, en parte independiente de las que rigen el comportamiento individual. El sistema es abierto en tanto intercambia información con el medio.

Totalidad.

El cambio en un miembro afecta a los otros, puesto que sus acciones (y significados) están interconectadas con las de los demás mediante pautas de interacción (interdependencia). Las pautas de funcionamiento del sistema familiar no son reducibles a la suma de los individuos (no-sumatividad).

Límites.

El sistema se compone de varios subsistemas, entre los que existen límites con una permeabilidad de grado variable.

Jerarquía.

La familia está estructurada jerárquicamente de acuerdo con varias formas de organización.

Retroalimentación.

La conducta de cada miembro influye en la de los demás en forma de feedback positivo (favorecedor) o negativo (corrector).

Equifinalidad.

Se puede llegar a una misma pauta de interacción a partir de orígenes y caminos muy diversos. El estado final es independiente del estado inicial.

Tendencia a estados constantes.

La necesidad de economizar favorece la aparición de redundancias comunicacionales, que con el tiempo dan lugar a reglas interaccionales que pueden llegar a convertirse en parámetros del sistema. Con cada movimiento interaccional disminuye el número de variedades comunicacionales posibles (proceso estocástico). Los mecanismos que preservan el mantenimiento de las reglas interaccionales se consideran homeostáticos por su función de mantener un determinado equilibrio.

Los modelos sistémicos a través de la historia han sido aplicados en la terapia de la familia y dentro de los autores más representativos están Haley, Watzlawick, Minuchin y Selvini-Palazzoli. Los terapeutas que siguen el modelo sistémico hacen distinción de dos grandes grupos de sistemas, los sistemas abiertos y los sistemas cerrados.

Las características del sistema abierto según (Salazar, 2014) son:

Mantiene continuos intercambios con su entorno.

Puede alcanzar su estado final independientemente de las condiciones iniciales.

Patentiza una cierta manera de mostrar una “voluntad propia”.

Asimismo, las características de un sistema cerrado son:

No mantiene ningún tipo de intercambio con su entorno.

El estado final depende de las condiciones iniciales de dicho sistema.

Hay un aumento de entropía en su seno, es decir, un empobrecimiento energético y, con ello, una pérdida constante de calidad. Los sistemas se autorregulan por medio de mecanismos de reatalimentación (feedback). Otros principios sobre los que giran las conceptualizaciones de los seguidores de este enfoque se basan en los fundamentos de la teoría de la comunicación humana propuestos por la escuela de Palo Alto.

Es imposible no comunicar.

En toda comunicación se puede distinguir entre aspectos de contenido (nivel digital) y aspectos relacionales (nivel analógico).

La incongruencia entre los dos niveles de la comunicación da lugar a mensajes paradójicos (paradojas pragmáticas).

Escuelas y Modelos Sistémicos

Cibanal (2016) define el Modelo de Palo Alto, el Modelo Estructural y la Escuela de Milan de la siguiente manera:

Modelo de Palo Alto.

Los iniciadores de este modelo fueron terapeutas vinculados al Mental Research Institute de Palo Alto (California). Los fundadores de esta escuela son Jackson, Watzlawick y Weakland. Los autores de la escuela de Palo Alto piensan que las

conductas problemáticas es mejor considerarlas (para su mejor transformación) en términos de un comportamiento que es mantenido por los intentos de solucionarlo. El esquema de aparición de un síntoma podría ser el siguiente:

Un cambio evolutivo (o un nuevo requerimiento externo) precisa de un nuevo tipo de respuesta. El sujeto da una respuesta equivocada y en vez de abandonarla cuando observa que no consigue el efecto deseado, aplica una dosis más alta de la misma solución. Si el error es circunstancial, no se producirá un síntoma, pero si persiste se llegará a él. Producida la desviación, las personas que rodean a quien comienza a desviarse tratan de solucionar el problema.

El hecho de que no consigan nada no les motiva a cambiar su esquema de actuación, sino a aplicarlo más activamente, de suerte que el síntoma queda ligado a las conductas del grupo, constituyendo la manera en que es mantenido (ya que, de variarse, cambiaría la conducta desviada). Si se trata de algo circunstancial, no se producirá el síntoma, pero si se persiste se llegará a él.

La reiteración en el sujeto y en su grupo social no es neutra en relación a la conducta desviada, sino que desencadena lo que los teóricos de sistemas llaman un proceso de amplificación de la desviación, que, en definitiva, implica una intensificación de la conducta sintomática, es decir, su agravamiento, y la posterior radicalización en los intentos de solución en el sentido de aplicar con mayor rigor y en mayores dosis aquellas soluciones que mostraron su ineficacia.

La meta terapéutica fundamental es la de introducir alguna variación en el esquema de solución del problema que viene utilizando el paciente en relación con su propio síntoma, o los allegados en relación con el síntoma del paciente. Esta meta viene definida tanto por el paciente (o cliente) que señala cuál es el cambio mínimo que supondría estar en el camino de la solución del problema, como por el terapeuta que ha de diagnosticar cuál es el tipo básico de solución intentada por el paciente. En este contexto la meta es cambiar el tipo de solución intentada por la estrategia opuesta.

Las formas de introducir este cambio son de varios tipos: El cambio mínimo: la filosofía de intervención de la escuela de Palo Alto no acepta el pretender cambiar dramáticamente una situación, confía más bien en un cambio pequeño que afecte a la secuencia de solución del problema. Utilización de las características del paciente, de sus valores e ideología, incluso su lenguaje, para vehicular en sus propias claves la intervención. Permanente búsqueda de una " posición inferior". Es decir, se evita la confrontación directa con el paciente. De esta manera, la posición "por debajo" favorece la maniobrabilidad del terapeuta y la posibilidad de atribuir fácilmente los méritos del éxito al cliente.

Modelo estructural.

Los autores representativos de este modelo son Minuchin, Montalvo y Fishman. El objetivo terapéutico es a reorganización de la estructura familiar. Dice Minuchin que no

existe diferencia entre los problemas que tiene que afrontar una familia "normal", y los de una familia presuntamente "anormal": ésta última es aquella que enfrenta los requerimientos de cambio internos y externos con una respuesta estereotipada.

La familia es un sistema que opera a través de pautas transaccionales. Las repeticiones de las transacciones generan pautas acerca de qué manera relacionarse, cuándo y con quién. La estructura familiar refleja en el presente de la entrevista, las pautas de transacción de la familia. Minuchin, hace un especial hincapié en que la evaluación (o diagnóstico), ha de realizarse desde la experiencia de unión del terapeuta con la familia.

Los estructuralistas se fijan más en el patrón interaccional que en el síntoma. El síntoma se explica como la respuesta de defensa de un organismo; todos los organismos cuando se ven sometidos a determinadas circunstancias reaccionan adaptándose al cambio, estas conductas de adaptación pueden llegar a ser los síntomas. El cambio se produce cuando una situación es desequilibrada. Como quiera que la tendencia del sistema es a volver a equilibrarse, la nueva situación generada será, presumiblemente, distinta de la anterior.

La concepción de Minuchin parece establecerse, por tanto, en los siguientes hechos: La familia se configura en torno a un equilibrio cuyo reflejo temporal es la estructura que el terapeuta provoca durante la entrevista, la situación no cambiará si dicho equilibrio no es desafiado, es el terapeuta el que tiene que desafiar y por lo tanto

desequilibrar la familia, producido el desequilibrio la familia vuelve a reequilibrarse sobre otros presupuestos más sanos.

El proceso de reequilibramiento está igualmente dirigido por el terapeuta, una de cuyas misiones es la de investigar nuevas conductas a ensayar por la familia, conductas que se experimentarán durante la entrevista. Un tema clave en el enfoque estructural de Minuchin es el concepto de "límites entre subsistemas". El sistema familiar se diferencia y desempeña sus funciones a través de sus subsistemas. Los individuos son subsistemas en el interior de una familia. Las díadas, como la de marido-mujer o madre-hijo, pueden ser subsistemas. Los subsistemas pueden ser formados por generación, sexo, interés o función.

Cada individuo pertenece a diferentes subsistemas en los que posee diferentes niveles de poder y en los que aprende habilidades diferenciadas. Los límites de un subsistema están constituidos por las reglas que definen quiénes participan, y de qué manera. La función de los límites reside en proteger la diferenciación del sistema.

Para que el funcionamiento familiar sea adecuado, los límites de los subsistemas deben ser claros. La claridad de los límites en el interior de una familia constituye un parámetro útil para la evaluación de su funcionamiento. Así, el "subsistema conyugal" tendrá límites cerrados para proteger la intimidad de los esposos. El "subsistema

parental" tendrá límites claros entre él y los niños, permitiendo el acceso necesario entre ambos subsistemas.

Es posible considerar a todas las familias como pertenecientes a algún punto situado entre un "continuum" cuyos polos son los dos extremos de límites difusos (familias aglutinadas), por un lado, y de límites rígidos (familias desligadas), por el otro. La mayor parte de familias se incluyen dentro del amplio espectro normal.

Otro concepto con el que trabaja Minuchin es el de "holón". Según, A. Roestler, refiriéndose a esta dificultad conceptual, señaló que "para no incurrir en el tradicional abuso de las palabras todo y parte, uno se ve obligado a emplear expresiones torpes como subtodo o todo-parte". Creó un término nuevo "para designar aquellas entidades de rostro doble en los niveles intermedios de cualquier jerarquía": la palabra holón, del griego holos (todo) con el sufijo on (como en protón o neutrón), que evoca una partícula o parte.

Escuela de Milán

La escuela de Milán se desarrolló en la década de 1971 a 1980 a través de las investigaciones del equipo formado por Mara Selvini, Prata, Boscolo y Cecchin. Al finalizar esa década, el equipo se disuelve en dos: Mara Selvini y Prata permanecieron juntas algunos años más; Boscolo y Cecchin crean otro Instituto. El equipo de Milán desarrolla, para la coordinación de la sesión terapéutica, tres directrices.

Elaboración de Hipótesis.

Por elaboración de hipótesis se entiende la capacidad del terapeuta para construir una hipótesis basada en las informaciones que posee. Con esa hipótesis el terapeuta determina el punto de partida de su propia investigación. Si la hipótesis resultara errada, se deberá formular otra basada en las informaciones recogidas durante el trabajo de verificación de la hipótesis anterior.

Antes de la primera entrevista con la familia, y en base a las informaciones recogidas en la "ficha telefónica", el equipo terapéutico se reúne para elaborar una primera hipótesis. Al empezar la primera sesión con una hipótesis ya construida, el terapeuta puede tomar la iniciativa, actuar con orden, controlar, interrumpir, guiar y provocar transacciones, evitando. Así, el quedar atrapado en conversaciones desprovistas de valor informativo.

Etimológicamente, "hipótesis" significa lo que está debajo, es decir, la propuesta que sirve de base a una construcción conceptual. Es, por tanto, una suposición que se hace como base de un razonamiento, sin referencia a su verdad, como punto de partida para una investigación. La hipótesis, como tal, no es ni verdadera ni falsa, sino sólo más o menos útil. Su función esencial es la de proporcionar una guía para obtener nuevas informaciones que la confirmarán, refutarán o modificarán. Toda hipótesis que

formulemos deberá ser sistémica, es decir, deberá incluir a todos los componentes de la familia y proporcionarnos una suposición relativa a todo el funcionamiento relacionar.

Si el terapeuta actuara de modo pasivo, como observador, sería la familia la que, de acuerdo con su propia hipótesis lineal, podría imponer -su procedimiento destinado exclusivamente a señalar quién está "loco" y quién es "culpable". Por el contrario, la hipótesis del terapeuta introduce en la familia el poderoso "input" de lo inesperado, lo improbable, y por eso actúa para producir información y evitar descarrilamientos y desórdenes.

Circularidad.

Por circularidad se entiende la habilidad del terapeuta para realizar preguntas circulares. Se trata de indagar de qué modo ve un tercero una relación diádica. Es decir, todo miembro de la familia será invitado a decir cómo ve la relación entre los otros dos miembros. Al proponer preguntas de tipo circular, además de obtener informaciones, se alcanza simultáneamente el objetivo de introducir en la familia "inputs", conexiones entre distintos hechos, permitiéndole adquirir una nueva visión del problema.

Neutralidad.

Por neutralidad se entiende la capacidad del terapeuta de no tomar partido por ninguno y de no preferir evaluación alguna. Cuanto más asimila el terapeuta la epistemología sistémica, más interesado está en provocar realimentaciones y recoger informaciones, y menos en hacer juicios moralistas de cualquier clase. El hecho de emitir un juicio cualquiera, sea de aprobación o de desaprobación, implica, implícita e inevitablemente, una alianza con alguna de las partes.

El equipo de Milán también pone especial cuidado en captar y neutralizar lo antes posible cualquier tentativa de coalición, seducción o relación privilegiada con nosotros realizada por algún miembro o subgrupo de la familia. El terapeuta sólo puede ser efectivo en la medida en que se coloque y mantenga en un nivel diferente (metanivel) del de la familia.

Técnicas de Intervención Sistémicas

Teniendo en cuenta la finalidad del presente proyecto de investigación, es necesario realizar una revisión de las técnicas utilizadas en cada escuela. Del Río (2012) define las siguientes técnicas de intervención:

Terapia individual.

El creador de la terapia individual Luigi Bóscolo, modificó en 1990 el dispositivo terapéutico de tal manera de poder trabajar con pacientes en terapia individual. El funcionamiento de esta psicoterapia es -en parte- semejante al modelo de

Milán, pero Bóscolo modifica uno de los ejes que conducen al terapeuta en el proceso de cambio, y agrega un cuarto eje.

A) Mantiene la formulación de hipótesis. B) El interrogatorio circular se lleva adelante “presentificando un tercero” que realmente está ausente, pero que ejerce o ha ejercido influencias sobre el paciente. C) reemplaza la neutralidad por la flexibilidad, dado que llegó a afirmar que la neutralidad absoluta no es posible alcanzarla, como tampoco la objetividad. D) Introduce la deconstrucción de historias: todo paciente narra su historia, su problema, e incluye la impronta de su subjetividad. De estas narraciones analizará como el poder se infiltra en las relaciones interpersonales, como se conciben las cuestiones de género, el sentido que se le otorga a los problemas, el apego, la pertenencia, el espacio y el tiempo.

Terapia de las narrativas.

Micheal White, un Trabajador Social australiano, implementó en la terapia el análisis de las narrativas escritas que le pedía a sus pacientes con problemas de audición. Esta producción escrita, que el paciente prepara en su domicilio durante el transcurso entre dos sesiones, fue muy práctica para trabajar con pacientes introvertidos o poco comunicativos. El análisis de las narrativas se hace en la sesión siguiente y es semejante a la deconstrucción que estructuró Luigi Bóscolo.

Terapia conversacional.

“A través de la interacción dialógica los dilemas se disuelven”, esta frase la propone Harlene Anderson, ella sostiene que los terapeutas en general se equivocan al

intentar colaborar en la solución de los problemas y las soluciones existen en el lenguaje, por lo tanto, un problema se transforma en un dilema, y la solución en disolución.

Terapia feminista.

Thelma Jean Goodrich retoma algunas intervenciones del modelo de Milán, como ser el interrogatorio circular y el uso del genograma. Goodrich abordó a través de la terapia de pareja o familia, los problemas relacionados con cuestiones de género, maltrato, violencia familiar, disfunción sexual, entre otros. Recurriendo también a la dialógica y la deconstrucción de las narrativas, busca que la mujer descalificada o golpeada reconozca “ser mujer para otro” y lo transforme en “ser una mujer para sí”.

Por otra parte Feixas et al., (2016), menciona las siguientes técnicas de intervención propuestas por Minuchin y Milan:

Unión y acomodación (joining).

Esta es una técnica estructural, para la cual Minuchin sugiere que en una primera fase hay que conseguir "entrar" en el sistema, unirse o acoplarse a la familia. Para ello emplea:

En primer lugar el rastreo: este hace referencia a “la recogida de la información interaccional y estructural. Le interesa comprender las pautas y reglas familiares, y principalmente su estructura (alianzas, coaliciones, jerarquía, etc.) y para ello explora las

situaciones que le cuentan (y sobre todo quién y cómo las cuenta) para poder captar dicha estructura”.

Por otro lado el mantenimiento: este “supone actuar respetando las reglas actuales del sistema a medida que se van descubriendo. Por ejemplo, si la madre actúa como portavoz de su hijo, en los primeros momentos el terapeuta va a permitir su papel intermediario. Posteriormente, cuando la acomodación sea suficientemente buena, va a impedirlo (en la fase de reestructuración)”.

En tercer lugar el mimetismo: “consiste en realizar alguna acción que resulte paralela a las de la familia. Por ejemplo, se puede quitar la chaqueta si algún miembro de la familia lo hace. Con ello se pretende la potenciación de algunos elementos de similitud entre el terapeuta y la familia por medio verbal o, preferentemente, no verbal. El mimetismo intenta conseguir que los miembros de la familia sientan al terapeuta más próximo, como si formara parte de su sistema, al menos en una cierta medida. Una vez el terapeuta se ha ganado cierta confianza de la familia, y conoce los canales de comunicación y sus estructuras, puede utilizar las técnicas de reestructuración”.

Técnicas de reestructuración

La redefinición positiva del síntoma: aquí se intenta proporcionar una lectura relacional distinta de los hechos, que ponga en duda las estructuras del sistema. Se trata de desafiar las definiciones dadas en la familia, entre las que se incluye el rol del

paciente identificado, cuestionando así su visión de la realidad. Por ejemplo, pensemos en un niño de unos tres años que comienza a llorar en el transcurso de la sesión. La familia puede interpretar esto como un fastidio y, en último término, como una falta de competencia de la madre, que no puede hacer callar al niño. Pero el terapeuta puede utilizar exactamente los mismos hechos (el llanto del niño) otorgándoles un valor positivo: "Bueno, también él tiene algo que decir aquí". Al intervenir de este modo, el terapeuta está proponiendo una reformulación positiva del llanto del niño y a la vez le está otorgando el papel que merece, en el sentido de que un niño de tres años requiere mucha atención por parte de los padres.

Prescripción de tareas:

Se trata de que varios miembros de la familia hagan cosas conjuntamente. En ocasiones estas tareas se ponen al servicio de la promoción de alianzas alternativas a las existentes, en lo que se denomina reestructuración de límites.

Dramatización en la sesión (enactment):

El terapeuta pide que alguien de la familia realice alguna acción, en el aquí y ahora de la sesión, que tiene el significado de alterar alguna función o estructura. Por ejemplo, una madre que se queja de que su hijo (de cinco años) es incontrolable, y que ella es incapaz de hacerlo. En un momento en el que el chico no para de ir de un lado para otro, el terapeuta le puede pedir a la madre que se siente encima de él. De esta forma, queda claro a nivel analógico que la madre tiene más poder (y fuerza física) que su hijo pequeño, por tanto, si no lo controla es, en última instancia, porque no quiere. Se rompe así la regla de la incontrolabilidad del niño, aunque solo sea una vez.

Desequilibración:

Consiste en que el terapeuta forme una alianza intensa con un subsistema de la familia (a menudo el niño, o el más débil de los miembros de la pareja) para forzar una reestructuración de límites. Es, obviamente, una de las técnicas más arriesgadas, y requiere que el terapeuta luego lo compense para recuperar la neutralidad. De no ser así, corre el riesgo de convertirse en un aliado de un parte del sistema, y perder la confianza del resto.

Así mismo (Feixas et al., 2016) señala las técnicas que desde 1980, el equipo de Milán describe y que ha sido una guía maestra para gran parte de los terapeutas sistémicos.

La connotación positiva

Consiste en atribuir un significado positivo a la conducta problema o síntoma (a menudo en términos de generoso sacrificio) y del contexto relacional donde adquiere su funcionalidad, especificando la contribución de cada uno de sus miembros a la pauta circular. A menudo, se describen estas movilizaciones como inspirados por algún motivo noble, como el de mantener la familia unida.

Así mismo, al proporcionar una explicación lógica sobre el porqué cada miembro actúa de la forma en que lo hace, el terapeuta y su equipo se sitúan en una posición de neutralidad, de no juzgar, lo que sitúa las conductas de los distintos

miembros al mismo nivel, evitando descripciones del tipo “víctima-victimario”, “bueno-malo” o “sano- loco”. A diferencia de la re-definición positiva del síntoma, empleada por los terapeutas estructurales, esta intervención connota positivamente todas las conductas que forman parte de la secuencia que forma el patrón circular en el que el síntoma se inserta.

Del mismo modo, el equipo de Milán afirma que definir sólo el síntoma de manera auténtica tiene la implicación de definir al resto de la familia de forma contraria, que supone una cierta alianza del terapeuta con el portador del síntoma. Mientras que ellos propugnan una posición de neutralidad. La connotación positiva sienta las bases para una posible intervención paradójica de no cambio. En efecto, si lo que está pasando en la actualidad tiene un valor positivo, mejor no cambiar y persistir con los síntomas. Esta intervención tiene a menudo un fuerte componente provocativo que cortocircuita los patrones interaccionales del sistema e impide la funcionalidad que tenía previamente el síntoma. Puesto que la familia se siente mal con el síntoma, se encuentra con el dilema de confirmar la visión del equipo terapéutico y no cambiar, o bien descalificarlo cambiando. Esta modalidad de terapia trabaja con un contrato de unas diez sesiones, pero con un intervalo mensual, para dar tiempo a la familia a digerir el input provocativo del equipo.

Es importante para el presente Proyecto de Investigación poder tener conocimiento acerca de cada una de las técnicas utilizadas desde el Enfoque sistémico, ya que esto permitirá saber cuál es la técnica más adecuada y efectiva para trabajar con

las relaciones de pareja, donde cada uno de los integrantes está llevando un proceso de reconocimiento y afrontamiento de sus diferencias individuales. Así mismo es importante resaltar cada una de las conceptualizaciones, historia, escuelas y modelos que emplea el enfoque sistémico, para garantizar un mayor conocimiento y entendimiento de la presente investigación tanto para los autores como para los lectores de la misma.

CAPITULO II: Ciclo vital familiar

El ciclo vital familiar es una serie de etapas a través de las cuales una familia puede pasar con el tiempo. Las etapas típicas del desarrollo familiar incluyen los períodos de adulto joven, una pareja recién casada, una familia con niños pequeños, una familia con adolescentes, el nacimiento de los hijos, y una familia en la vida posterior. El ciclo vital familiar enfatiza en los efectos del matrimonio, el divorcio, el nacimiento y la muerte en las familias, así como los cambios en los ingresos, los gastos y los bienes.

Conceptos Generales.

La unidad familiar es un sistema que forma un agrupamiento. Los miembros de la familia regulan las respuestas tanto internas como externas (Minuchin, 1974). Por lo tanto, desde una Punto de vista, la familia como un todo y los individuos que componen las familias mutuamente influyentes. Como tal, un cambio en el sistema familiar repercutirá en todos los miembros de este.

Dentro de este marco, el concepto de ciclo de vida familiar remite a un proceso por el cual transitan todas las familias, independiente de su configuración, y que lleva a sortear una serie de crisis y reconfiguraciones durante su desarrollo, que permitirán ir sobrellevando tanto las dificultades individuales como grupales (De la Revilla; 2009; citado en: Jara, 2011) esto quiere decir que la conformación de una familia está estructurada de una forma sistematizada que a lo largo de los años y de la historia misma ha desencadenado varias clasificaciones para ellas.

De acuerdo al enfoque sistémico de la psicología: Minuchin (1981) señala que la familia es:

Una unidad de desarrollo social que enfrenta una serie de tareas de desarrollo. Estas difieren de acuerdo con los parámetros de las diferencias culturales. La familia experimenta cambios y acomodaciones a lo largo de las distintas etapas del proceso de desarrollo familiar. En las diferentes etapas la familia va modificando su estructura. Se enfrenta al desafío de cambios internos y externos y a mantener, a la vez, su continuidad. Debe estimular al crecimiento de sus miembros mientras se adapta a una sociedad en transición.

Etapas del Ciclo Vital Familiar.

Minuchin y Fishman (1981), citado por Jaime, Reina y Espinoza, María, Pérez, Angélica /2013) identifican cuatro etapas principales de desarrollo que la familia vivencia:

La primera etapa es el romanticismo de pareja. En esto Se establece un nuevo sistema y se deben establecer nuevos roles y reglas.

Esta primera etapa del ciclo vital familiar es el período de establecimiento, comienza con el matrimonio y continúa hasta que nazca el primer hijo. También se conoce como etapa de "familiarización", cuando dos socios tratan de conocer la psicología y las perspectivas de comportamiento de cada uno. Ambos socios deben

aprender a manejar adecuadamente los recursos de tiempo, energía e ingresos para alcanzar su meta a largo plazo en su vida matrimonial.

La segunda etapa es las familias con niños pequeños.

Esta etapa implica el desarrollo y funciones específicas para cada uno de los cónyuges y una reorganización de la familia, relaciones con el nacimiento de un niño.

Esta etapa de consolidación y apertura supone comúnmente haber sobrepasado las dificultades; y por tanto, se inicia un proceso de observación del crecimiento y desarrollo asociadas a la crianza de niños pequeños, lo que permite que la relación matrimonial se profundice y amplíe (Jara, 2010), esto a su vez provoca el desarrollo de actitudes que influyen en la futura vida familiar. Durante este período los padres toman las medidas necesarias para hacer ajustes con sus relaciones y el nuevo hijo también. Los padres tienen que asumir diferentes responsabilidades para mantenerse al día con el cambio rápido de la situación.

La tercera etapa se llama familias con hijos en edad escolar o adolescentes que se caracteriza por la necesidad de la familia para relacionarse con otros sistemas.

Lo que difiere esta etapa que se puede encasillar como la “expansión” cubre un período más largo que la etapa familiar inicial e incluye un número de etapas secundarias. Comienza con el nacimiento del primer niño y termina cuando el último niño sale de casa. La primera sub etapa se conoce como hijo y por escuela y también está marcada por la acumulación de bienes.

Esto a su vez provoca el desarrollo de actitudes que influyen en la futura vida familiar. Durante este período los padres toman las medidas necesarias para hacer ajustes con sus relaciones y el nuevo niño también. Los padres tienen que asumir diferentes responsabilidades para mantenerse al día con el cambio rápido de la situación.

Familias con hijos adultos. Durante este período, renueva su papel y aprenden a relacionarse como adultos. Además, los padres se convierten en pareja otra vez.

Según Minuchin y Fishman cada familia pasa por un ciclo que comienza con el matrimonio de dos jóvenes que crece con la llegada de los niños y luego se vuelve a casa de dos personas. Una visión del ciclo de vida de la familia, desde su inicio hasta su fin, asumiendo que no hay rupturas, revela etapas definidas y discernibles. Cada etapa tiene sus propias situaciones y problemas claramente definidos.

Dominar las habilidades y los hitos de cada etapa le permite pasar con éxito de una etapa de desarrollo a la siguiente. Si no domina las habilidades, puede seguir avanzando a la siguiente fase del ciclo, pero es más probable que tenga dificultades con las relaciones y transiciones futuras. La teoría del ciclo de vida familiar sugiere que la transición exitosa también puede ayudar a prevenir enfermedades y trastornos emocionales o relacionados con el estrés. Si es un padre o un niño, un hermano o una hermana, unidos por la sangre o el amor, sus experiencias a través del ciclo de vida de la familia afectarán a quiénes son y en quiénes se convierten. Cuanto más entienda acerca de los desafíos de cada etapa del ciclo, más probable que exista un éxito futuro.

Las etapas para describir el desarrollo a menudo hacen hincapié en la importancia de completar las tareas de las etapas anteriores con el fin de construir las bases para la siguiente etapa. Para formar con éxito la relación íntima, es importante que los individuos sean capaces de descubrir quiénes son como persona y han adquirido las habilidades de manejar la vida, como las finanzas, el tiempo, los intereses, las relaciones interpersonales, entre otros.

La Familia como Sistema Relacional

Según Andolfi (2001) es necesario considerar a la familia como un todo orgánico, es decir, como un sistema relacional, que está constituido por una o más unidades vinculadas entre sí de modo que el cambio de estado de una unidad va seguido o precedido por un cambio en las otras unidades.

Los psicólogos que trabajan con las familias suelen verlos como una unidad. Se supone que todos los miembros tienen diferentes personalidades, perspectivas e interpretaciones de los acontecimientos. Lo que un miembro hace o no hace afecta no sólo a sí mismo, sino a todos los demás miembros de la familia. Es como un juego de billar. Cuando se dispara la bola blanca en un racimo de otras bolas que los dispersa en varias direcciones; Algunos más que otros. En otras palabras, la acción de un miembro afecta a todos los demás en ese sistema familiar.

El objetivo de cualquier sistema familiar es construir en las relaciones individuales de cada persona de una manera que engendra cooperación, respeto, amabilidad y amor. Los padres modelan mucho este comportamiento si quieren que sus hijos sigan esa línea de pensamiento. Es un esfuerzo deliberado, pero la recompensa de tener un sistema familiar que es saludable y vibrante vale la pena el esfuerzo.

Relación de Pareja.

Una relación de pareja es la conexión entre dos personas que surge a través de un vínculo amoroso y estas relaciones pueden durar desde unos pocos segundos durante los cuales se inicia una conversación corta y se determina que el interés no está ahí o que la compatibilidad no es probable o pueden durar toda la vida. Para entender los niveles en los cuales las relaciones se desarrollan y evolucionan, los clínicos y los investigadores han completado estudios a largo plazo para entender tanto los éxitos como los fracasos de las relaciones y por qué las rupturas de las relaciones maritales o románticas ocurren, Durana, (1996). Estos estudios exploraron diferencias de género, resolución de conflictos, manejo de la ira, cambios sexuales y otros cambios físicos; la forma en que entramos y maniobramos a través de las relaciones puede determinar nuestro éxito y la tasa de fracaso.

Hay muchas etapas en las relaciones románticas. La primera llamada la etapa de enamoramiento (Khoshaba, 2012). Hay una tremenda atracción que puede tomar completamente el enfoque de uno y completamente consumir hasta el punto de nada en

su vida importa. No se puede dejar de pensar en esta persona y tienden a pasar cada minuto con esta persona; en esta etapa la persona se vuelve dependiente, necesitada, obsesiva insegura y celosa durante un tiempo. A menudo este tipo de enamoramiento es más después de unas semanas o meses y en muchos casos termina con una ruptura, pero hay esas relaciones que continúan a la siguiente etapa.

La cual podemos llamar a esto la etapa de comprensión. Durante este tiempo las parejas se conocen íntimamente. Cosas como gustos o disgustos, intereses, objetivos de carrera e historias de aventuras infantiles llevan conversaciones durante mucho tiempo en la noche. Hay un deseo de saber todo lo que se pueda y con frecuencia se encontrará con ganas de contarle al nuevo compañero todo sobre él/ella.

Esta próxima etapa puede ser llamada la etapa de perturbación (Khoshaba, 2012). Este es el punto cuando se experimenta el temido "primer argumento". Esta es una unión crítica en una relación y es a menudo el factor determinante de cómo la relación se desarrollará más o terminará abruptamente. Este es también el punto en el cual las reglas de compromiso son más importantes si la relación es seguir adelante. La lucha debe ser justa. El desacuerdo puede y es a menudo sólo una interpretación errónea de una acción o declaración o una mala comunicación. Estos son fáciles de arreglar si la ira se saca de la ecuación.

Si el primer argumento no terminó la relación, la siguiente etapa se puede lograr. Esta puede ser la etapa de la opinión. Este es el punto en el que empiezas a formar la opinión sobre la otra persona, la relación, el compromiso con la relación y el futuro de la relación. Esta etapa puede ser muy importante para la continuación de la relación. Si ambos parecen tener la misma opinión de la dirección y la seriedad de la relación que puede pasar a otra etapa, sin embargo, si no una ruptura puede resultar.

Esta etapa siguiente es la etapa de moldeado. A menudo las parejas tienen una idea preconcebida de lo que será su pareja perfecta y es durante esta etapa cuando se ha tomado la decisión de crear un futuro con esta persona, muchos comienzan a tratar de cambiar o dar forma a la pareja para satisfacer esas expectativas. Un punto muy importante que debe hacerse durante esta etapa es la felicidad con uno mismo. Si hay casos de baja autoestima u otras emociones como celos o incluso ocurrencias de obsesión; cualquier cambio hecho o inferido durante este período es de corta duración y engañoso (Khoshaba, 2012) el resultado puede ser perjudicial y la razón de la ruptura. La honestidad y la comunicación con respecto a las intenciones y los deseos son imperativas a través de este período.

Si la relación está todavía en curso, se puede introducir la siguiente etapa. Esta es la etapa de felicidad. La relación parece moverse más suave y parece que han encontrado el complemento perfecto y las parejas a menudo deciden casarse durante esta etapa. Muchas relaciones continúan en esta etapa algunas parejas se mueven

directamente a la etapa de confianza completa y viven felices para siempre y algunos se mueven a una etapa más crítica llamada la etapa de duda.

La etapa de duda también puede terminar una relación. Los estudios han demostrado que esta etapa es la base de muchos divorcios, Durana, (1996). Durante esta etapa la duda comienza a fluir en la relación. Las parejas pueden empezar a pensar en otras personas o a veces se imaginan lo que están perdiendo porque se establecieron y en estos casos a veces se produce el engaño. Cuando se enfrentan a ciertas actividades o relaciones extramaritales, la mayoría de los cónyuges que engañan culpan a la relación. Puede ser cualquier cosa desde el aburrimiento, el sexo dinero o simplemente la falta de atracción, pero en la mayoría de los casos no aceptan la responsabilidad de sus acciones.

Otra etapa que se encuentra es la satisfacción sexual o la etapa del gusto. Este es un punto en algunas relaciones cuando la impulsión sexual o los deseos cambian. Esto puede ser marcado por un repentino desinterés en el sexo o la falta de sexo apasionado. Si las parejas no mantienen el mismo nivel de interés, puede haber problemas. Muchas veces uno de los dos pierde interés y el otro se vuelve insatisfecho y busca satisfacción fuera de la relación a través de otras relaciones, ya sea el uso de un sustituto (o una nueva relación completa en las primeras etapas del enamoramiento (De Maria y Hannah, 2003).

Como se puede evidenciar en el presente capítulo con relación a las etapas del ciclo vital familiar existen diferencias en cada uno de estas. En la presente investigación se identificará la etapa en la que se encuentran las parejas actualmente y como ha sido ese proceso de ajuste y acomodación, teniendo en cuenta las nuevas reglas y roles que se establecen como pareja al iniciar la relación, resaltando que debido a las diferencias que se establecen individualmente se presentan múltiples desacuerdos, diferentes objetivos o intereses personales.

CAPÍTULO III: Diferencias individuales y Manejo del conflicto.

Diferencias Individuales.

Las diferencias individuales hacen parte de la forma como cada persona piensa, siente y actúa frente a diferentes situaciones, no obstante, de acuerdo con Penn, et, al. (2002) las diferencias individuales han recibido notablemente menos atención, señalando así que esta variable se refiere al equilibrio que mantiene una persona entre su propia autonomía y la adaptación a la pareja. Esto supone una armonía entre la reactividad emocional y la utilización del pensamiento lógico. De esta manera, una persona con baja diferenciación en su relación de pareja sería incapaz de resistir la influencia de sus impulsos emocionales (Penn, et, al. 2002).

Más allá de las personas consideradas de manera individual, Bartle & Rosen (1994) sugieren que la violencia entre las parejas puede ser en parte explicada mediante una falta de equilibrio entre los elementos de unión y los elementos de diferenciación con la pareja. Penn, et, al. (2002) encontró que la diferenciación en la relación de pareja correlacionaba significativamente con diferentes variables según el género de los que responden a la escala.

Así, las mujeres con una mayor diferenciación en la relación mostraban también una mayor satisfacción marital, mientras que, para los hombres, una menor diferenciación se relacionaba con una mayor incidencia de agresión física hacia sus

parejas. Por otra parte, en este mismo estudio, Penn no encontró correlaciones significativas entre la diferenciación en la relación de pareja con otras variables como los celos románticos y los patrones de comunicación entre la pareja.

También cabe mencionar que está asociado a este retroceso respecto a los conceptos que implican diferencias individuales se ha dado marcha atrás en lo que respecta a las causas biológicas de los comportamientos, dando pie casi exclusivamente a los factores culturales, educativos y morales. Esta tendencia ha logrado aludir a causas genéticas, por ejemplo, está prácticamente prohibida en las publicaciones de la Asociación Americana de Psicología y en cambio se da por sentada, la incidencia de los factores sociales y culturales como causantes de las diferencias sin ninguna otra comprobación adicional; así correlaciones entre factores sociales y comportamiento son abordadas como pruebas de causalidad, a pesar de la advertencia de que tales interpretaciones no son permisibles, advertencia que cualquier recién llegado que empieza a estudiar recibe hasta la saciedad.

No resulta difícil de entender que cualquier correlación que se obtenga entre las movilizaciones de los padres y las movilizaciones de los hijos puede ser atribuida a causas genéticas con la misma facilidad con que se suele implicar una influencia causal directa del comportamiento paterno sobre la del hijo; incluso estas hipótesis alternativas raramente se toman en consideración y las interpretaciones inmediatas se resuelven en términos causales. Este prejuicio de cara a las opciones viene a ser, desde luego, una

negación de la ciencia en toda regla; ahora bien, es tan común que pasa desapercibida en las páginas de la revista *Psicología Social y Personalidad* de acuerdo a Expósito; Moya; Valor-Segura, I; (2010).

En lo que respecta a las diferencias comportamentales entre hombres y mujeres, particularmente en la esfera sexual, se cuenta en numerosos relatos en torno a los estereotipos que existen en muchas culturas: puede ser útil contemplar en qué medida estos estereotipos tienen vigencia en la actualidad. Eysenck (1976) aplicó un largo cuestionario de actitudes y comportamientos sexuales a un amplio número de varones y mujeres, tanto adolescentes como adultos, y halló notables diferencias en sus respuestas a bastantes cuestiones.

Manejo del Conflicto.

Las raíces de la terapia familiar se establecieron a principios de los años 1900, con el surgimiento del movimiento de orientación infantil (1909) y consejería matrimonial (1920). El tratamiento psicoanalítico se aplicó en forma paralela y confidencial realizando sesiones con los cónyuges y proporcionó una sólida base teórica para Investigaciones familiares y maritales. El desarrollo formal de la terapia familiar se remonta a finales de la década de 1940 o principios de la década de 1950. Los primeros pioneros de la terapia familiar incluyeron Ackerman; Bowen; Wynne; Campana; Bateson, Jackson, Haley y Satir; Lidz y Flick; cabe mencionar a otras figuras importantes, incluyendo Carl Whitaker, Salvador Minuchin e Ivan Boszormenyi-Nagy, han mejorado el desarrollo de la terapia familiar, (Badiou, 2001).

Una indicación aparente y clara de la terapia familiar es la presencia de conflictos estresantes en una familia, con o sin comportamientos sintomáticos en uno o más miembros del sistema familiar. La terapia familiar también puede aplicarse a problemas en las relaciones dentro de la familia, que pueden dar lugar a acciones disfuncionales por parte de uno o más miembros de ella. Es por ello que una comunicación eficaz es vital para la salud y el funcionamiento de las relaciones románticas (Badiou, 2001).

Es normal que una pareja se pelee de vez en cuando, sólo parte de lo que significa estar juntos, conflictos y argumentos no necesariamente pondrán en peligro una relación. De hecho, hay momentos en que los desacuerdos realmente acercan a una pareja. La clave es cómo usted y su pareja deciden manejar el conflicto. Las parejas con habilidades de resolución de conflictos usualmente se involucran en manifestaciones que no mejoran la relación, cabe mencionar que todas las parejas tienen conflictos en algún momento, lo cual no es malo, si se trabaja el problema.

Las parejas exitosas tienen la capacidad de resolver problemas y dejarlos ir; se centran en el cuidado de la cuestión en lugar de atacar a la persona. Incluso cuando están enojados, encuentran maneras de estar bien y de permanecer cerca al mismo tiempo.

Es por ello que según (Lemaire, 2010). Parten de un punto de vista desde la psicología social, la pareja es una entidad social acotada, basada en la relación entre dos

personas. Se comporta como una unidad o sistema y esto es reconocido así por los que la rodean. Es dentro de la pareja como institución social donde se producen las relaciones diádicas entre sus miembros. Si bien las relaciones suelen respetar el marco de las leyes, los usos y las costumbres del contexto social más amplio, los intercambios de cada día marcan y definen características básicas de cada pareja.

Históricamente, el papel de la pareja y la familia ha ido cambiando, hasta hace poco la inmensa mayoría de las parejas estaban constituidas por un par de personas de distinto sexo que en función de razones propias decidían compartir su cuerpo, apoyarse mutuamente en la salud y en la enfermedad, en la riqueza y en la pobreza, en la alegría y en la tristeza, hasta que la muerte los separase. La pareja era en realidad un matrimonio formal que tenía como objeto social la creación de la familia y plasmaba sus intenciones legalmente en un contrato matrimonial de acuerdo a (Tapia, 2008).

Actualmente, ninguna de las dos cosas es necesaria para que un entorno social considere que dos personas constituyen una pareja; muchas parejas no tienen intención de formar una familia y no plasman su relación por medio de un contrato explícito. El concepto de pareja se ha hecho más amplio. En esto han jugado su papel tanto los cambios culturales como la extensión de la vida humana y el surgimiento del divorcio como una conducta social habitual.

Los divorcios son estresantes y pueden causar también tipos de problemas emocionales y físicos que van desde dolores de cabeza, ansiedad, depresión, ataques de pánico, alteración de los patrones de sueño, enfermedades psicosomáticas, dolores de

espalda y otras dolencias. Los expertos comparan el divorcio con una muerte y las etapas de duelo de la ira, el miedo, la pérdida, la tristeza y la curación que acompañan a la muerte.

La ira y la decepción son sentimientos comunes que pueden surgir durante las negociaciones de divorcio. De hecho, muchas veces las partes tienen dificultades para comunicarse entre sí acerca de cómo resolver los asuntos de divorcio, tales como la división de la propiedad, la custodia de los hijos, las visitas y los asuntos de manutención de los cónyuges y los hijos. Además de buscar el apoyo de la familia, los amigos y el asesoramiento de la profesión, una serie de parejas están optando por la mediación de divorcio para resolver sus problemas con el fin de evitar el estrés de un juicio costoso y prolongado.

Es así como la calidad de las relaciones íntimas es un factor crítico en el ajuste personal y el bienestar, la mala calidad de las relaciones es un factor de riesgo significativo tanto para los niveles diagnósticos como subclínicos de síntomas depresivos, señala Pereira, et, al (2009), y los síntomas depresivos aumentan el riesgo de interrupciones de la relación, aunque el ajuste marital y la depresión conyugal están entrelazados con efectos bidireccionales, la investigación sugiere que los problemas de ajuste marital más comúnmente preceden a la depresión, y no al contrario . Sin embargo, quedan preguntas sobre cómo los problemas de ajuste marital pueden conducir a la depresión.

La atención dada al conflicto marital es comprensible cuando consideramos sus implicaciones para la salud mental, física y familiar. Los conflictos matrimoniales se han relacionado con el inicio de síntomas depresivos, trastornos de la alimentación, alcoholismo masculino, consumo de bebidas episódicas, consumo excesivo de bebidas alcohólicas y consumo fuera del hogar. Aunque los individuos casados son más saludables en promedio que los solteros, el conflicto marital está asociado con una mala salud y con enfermedades específicas como el cáncer, la enfermedad cardíaca y el dolor crónico, quizás debido a que los comportamientos hostiles durante el conflicto están relacionados con alteraciones inmunológicas, endocrinas y cardiovasculares.

Según Rojas, (2013), menciona que la agresión física se produce en *“alrededor del 30% de las parejas casadas en los Estados Unidos, lo que lleva a lesiones físicas significativas en alrededor del 10% de las parejas”*. El matrimonio es también el contexto interpersonal más común para el homicidio, y las mujeres son asesinadas por sus parejas que por cualquier otra persona. Finalmente, el conflicto marital se asocia con importantes resultados familiares, incluyendo la mala crianza de los hijos, la mayor probabilidad de conflictos entre padres e hijos y el conflicto entre hermanos. Los conflictos maritales que son frecuentes, intensos, físicos, no resueltos y relacionados con el niño tienen una influencia particularmente negativa en los niños, al igual que los conflictos maritales que los esposos atribuyen a las acciones de sus hijos.

Los conflictos matrimoniales pueden ser prácticamente por cualquier cosa. Las parejas se quejan de fuentes de conflicto que van desde abuso verbal y físico hasta características y manifestaciones personales. La inequidad percibida en la división del trabajo de una pareja está asociada con el conflicto marital y con la tendencia del hombre a retirarse en respuesta a un conflicto. El conflicto sobre el poder también está fuertemente relacionado con la insatisfacción conyugal.

Los informes de los cónyuges sobre el conflicto por relaciones sexuales extramatrimoniales, el consumo problemático de alcohol o el consumo de drogas predicen el divorcio, al igual que las declaraciones de las esposas de que los esposos son celosos y gastan dinero de manera absurda. Mayor gravedad del problema aumenta la probabilidad de divorcio. A pesar de que a menudo no se informa que sea un problema por parte de las parejas, la violencia entre los recién casados es un predictor del divorcio, al igual que la agresión psicológica (agresión verbal y conductas agresivas no verbales que no están dirigidas al cuerpo del compañero).

La desconexión o el retiro están, a su vez, relacionado con disminuciones posteriores en la satisfacción conyugal. Sin embargo, la inferencia de las diferencias de género confiables en los patrones de retirada de la demanda sería prematura, como muestra una investigación reciente que muestra que el socio que se retira varía de acuerdo con los deseos de la pareja que cambian. Así, por ejemplo, cuando un hombre

desea cambiar, la mujer es la que se retira. Por último, los patrones de conflicto parecen ser relativamente estables con el tiempo, lo propone Expósito, et, al. (2010).

En la investigación realizada por García, et, al (2016), mencionan que los teóricos han pedido más exploración y extensión de los modelos existentes sobre la comunicación interpersonal y la depresión. El modelo de depresión de la discordia matrimonial de Beach (1990) sugiere que la perturbación en la relación matrimonial es un poderoso predictor de los síntomas de la depresión futura. De acuerdo con esta teoría, los problemas de ajuste marital están asociados con el manejo de conflictos por parte de los socios de manera hostil y sin apoyo, fomentando eventuales aumentos en los síntomas depresivos. Además, se cree que la erosión de los elementos positivos de la relación matrimonial, como la cohesión de los pares, la intimidad y la aceptación de la emocionalidad, contribuyen a aumentar los síntomas de la depresión.

Un trabajo reciente ha apoyado la noción de que el conflicto marital puede desempeñar un importante rol mediador entre el ajuste marital y la depresión. Por ejemplo, Carrillo, (2004) encontró que los estilos de conflicto negativos como los patrones de retirada de la demanda y la evitación eran mediadores parciales en el vínculo entre la depresión y la angustia marital en una muestra comunitaria. Es importante destacar que este estudio también encontró una mediación significativa para el conflicto constructivo mucho menos estudiado también. Resultados similares se encontraron examinando estos procesos en una muestra clínica de pacientes deprimidos.

Sin embargo, estos estudios no probaron específicamente el modelo de discordia marital, sino que examinaron la depresión y el conflicto como predictores del ajuste marital.

En general, las investigaciones han demostrado que las esposas tienden a sentirse más responsables del manejo de sus relaciones y pueden ser más sensibles a los problemas de relación que sus maridos. Además, las mujeres experimentan depresión a una tasa dos veces superior a la de los hombres según Vera, (2010). Por lo tanto, los hallazgos más fuertes en las asociaciones entre el ajuste marital, los conflictos maritales y la depresión parecen probables para las esposas en comparación con los esposos. Sin embargo, los hallazgos relacionados con las asociaciones entre depresión, ajuste marital y conflicto en esposos y esposas han variado según las diferencias metodológicas.

En muestras comunitarias de parejas con síntomas depresivos, se ha reportado un vínculo más fuerte entre el ajuste marital y la depresión para las esposas que para los esposos transversalmente pero típicamente no se encuentra diferencia en las relaciones para Maridos y esposas longitudinalmente de acuerdo a Vera, (2010).

Cabe mencionar que la psicología sistemática sobre el matrimonio surgió en gran parte entre los psicólogos clínicos que querían ayudar a mejorar a las parejas que experimentan problemas. En los 30 años transcurridos desde esta evolución, el conflicto marital ha adquirido un estatus especial en la literatura sobre el matrimonio. En primer lugar, muchas de las teorías más influyentes del matrimonio tienden a reflejar la opinión

de que *"la angustia resulta de la respuesta aversiva e ineficaz de las parejas al conflicto"* (Gomes, 2014).

En segundo lugar, la investigación sobre el matrimonio se ha centrado en lo que hacen los cónyuges cuando están en desacuerdo entre sí, y las revisiones de la interacción matrimonial están dominadas por estudios de conflicto y resolución de problemas. En tercer lugar, las intervenciones psicológicas para las parejas en dificultades a menudo apuntan a las habilidades de resolución de conflictos (Gomes, 2014).

La suposición de que la gestión de conflictos es la clave del matrimonio exitoso y de que las habilidades de conflicto pueden modificarse en la terapia de pareja ha resultado útil para impulsar el estudio del matrimonio en la corriente principal de la psicología. Sin embargo, puede haber sobrevivido a su utilidad, y algunos investigadores ahora están pidiendo una mayor atención a otros mecanismos (por ejemplo, el apoyo social del cónyuge) que podrían ser responsables de los resultados del matrimonio.

De hecho, la controversia sobre si el conflicto tiene efectos beneficiosos o perjudiciales sobre el matrimonio a lo largo del tiempo es responsable, en parte, del reciente recrudescimiento de la investigación longitudinal sobre el matrimonio. A pesar de las diversas opiniones sobre cómo el conflicto central es para entender el matrimonio, los esfuerzos actuales para estudiar el conflicto en un contexto marital más amplio, que se ve como situado en un nicho ecológico más amplio, son un buen augurio para avanzar

en la comprensión y conducir a intervenciones preventivas y terapéuticas más poderosas.

Por otra parte una de las estrategias psicológicas que se pretende plantear en la presente investigación, para el manejo del conflicto en las parejas, es la comunicación, la cual según (Marc y Picard, 1992; citado por la Revista electrónica en América Latina especializada en comunicación, Razón y Palabra, 2011), es un “conjunto de elementos en interacción en donde toda modificación de uno de ellos afecta las relaciones entre los otros elementos”.

Así mismo Ídem, (2011). Refiere que la comunicación es un sistema abierto de interacciones, inscritas siempre en un contexto determinado. Como tal, la comunicación obedece a ciertos principios: el principio de totalidad, que implica que un sistema no es una simple suma de elementos sino que posee características propias, diferentes de los elementos que lo componen tomados por separado; el principio de causalidad circular, según el cual el comportamiento de cada una de las partes del sistema forman parte de un complicado juego de implicaciones mutuas, de acciones y retroacciones; y el principio de regulación, que afirma que no puede existir comunicación que no obedezca a un cierto número mínimo de reglas, normas, convenciones. Estas reglas son las que, precisamente, permiten el equilibrio del sistema.

Por otra parte es relevante, mencionar los axiomas de la comunicación, en los cuales según (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1971; citado por la Revista electrónica en América Latina especializada en comunicación, Razón y Palabra, 2011) plantean que: primero es imposible no comunicar, por lo que en un sistema dado, todo comportamiento de un miembro tiene un valor de mensaje para los demás; en segundo lugar, en toda comunicación cabe distinguir entre aspectos de contenido o semánticos y aspectos relacionales entre emisores y receptores; como tercer elemento básico, los autores señalan que la definición de una interacción está siempre condicionada por la puntuación de las secuencias de comunicación entre los participantes; el cuarto axioma apunta a que la comunicación humana implica dos modalidades, la digital (lo que se dice) y la analógica (cómo se dice); y el quinto axioma establece que toda relación de comunicación es simétrica o complementaria, según se base en la igualdad o en la diferencia de los agentes que participan en ella, respectivamente.

El planteamiento de los axiomas descritos anteriormente rompe con la visión unidireccional o lineal de la comunicación. De alguna manera, los axiomas marcan el inicio para comprender que la comunicación no es sólo cuestión de acciones y reacciones; es algo más complejo, y debe pensarse desde un enfoque sistémico, a partir del concepto de intercambio, (Idem, 2011).

Si bien existen diversas diferencias en una relación de pareja que llevan a tener conflictos, y es normal porque permiten el crecimiento y fortalecimiento de la relación, sin embargo, el hecho de no tener la madurez emocional para manejar todos a aquellos

problemas que se van presentando a lo largo de esta, puede generar una inestabilidad para los dos cónyuges. Debido a ello en la investigación se pretende identificar estas diferencias y generar estrategias psicológicas para el manejo de estos conflictos.

CAPITULO IV: Metodología

Tipo de Investigación

El presente proyecto de investigación se realizó a través de un enfoque cualitativo, el cual, según Hernández, Roberto; Fernández Carlos y Baptista, María del Pilar (2010), se guía por áreas o temas significativos de investigación. Sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos (como en la mayoría de los estudios cuantitativos), los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos.

Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes, y después, para refinarlas y responderlas. La acción indagatoria se mueve de manera dinámica en ambos sentidos: entre los hechos y su interpretación, y resulta un proceso más bien “circular” y no siempre la secuencia es la misma, varía de acuerdo con cada estudio en particular.

Diseño.

La presente investigación se desarrolló mediante un estudio de casos, los cuales son considerados por algunos autores como una clase de diseños, a la par de los experimentales, no experimentales y cualitativos (Williams, Grinnell & Unrau, 2005),

mientras que otros(as) los ubican como una clase de diseño experimental (León & Montero, 2003) o un diseño etnográfico (Creswell, 2005). También han sido concebidos como un asunto de muestreo o un método (Yin, 2009). La realidad es que los estudios de caso son todo lo anterior (Blatter, 2008; Hammersley, 2003). Poseen sus propios procedimientos y clases de diseños. Los podríamos definir como “estudios que al utilizar los procesos de investigación cuantitativa, cualitativa o mixta; analizan profundamente una unidad para responder al planteamiento del problema, probar hipótesis y desarrollar alguna teoría” (Hernández Sampieri & Mendoza, 2008).

Muestra

La presente investigación se llevó a cabo con dos parejas heterosexuales, en los cuales se indagará todas las dificultades o problemáticas que se presentaron durante el inicio de su relación y el manejo que le dieron a cada una de ellas.

Descripción de la pareja número uno:

Mujer de 29 años, oriunda de Florencia Caquetá, vive en Cúcuta hace 10 años, creció en una familia nuclear (3 hermanos y una hermana). Hace dos años decide formar una relación de hecho con su pareja “*nosotros nos conocimos por medio de mi hermano y el hermano de él, eran muy amigos mi hermano con el hermano de él de mi esposo y....Por ahí pues empezamos a salir y eso, mi cuñado pues era amigo mío y nos presentó y pues así empezó todo*” Actualmente es estudiante de enfermería en el Sena, frente a esto manifiesta que es un poco difícil debido a que su pareja es muy celoso “*el cree que voy a conocer a alguien más y lo voy a dejar*”.

Hombre de 39 años, oriundo de la ciudad de San José de Cúcuta, Norte de Santander, creció en una familia monoparental conformada por su madre y un hermano

(ausencia de padre) trabaja como comerciante e independiente, en la misma ciudad, hace dos años decide proceder a la convivencia con su pareja.

Descripción de la pareja número dos:

Mujer de 28 años oriunda de Convención (Norte de Santander), vive en el municipio de Villa del Rosario (Norte de Santander) desde hace 15 años, hasta los 14 años de edad vivió con sus padres, 3 hermanos y 3 hermanas. Actualmente es estilista independiente, quien labora desde su hogar, estudia en las noches (bachillerato por ciclos). Hasta su edad actual ha tenido dos relaciones de hecho (con la pareja actual), con quien convive desde hace dos años y seis meses. *”Nos conocimos por medio de mis hermanas que eran muy amigas de él, eso fue en mayo del 2015... empezamos a salir con mis hermanas y él, y pues con los días empezamos a salir solos y nos hicimos novios y.... pues ahí vamos”*.

Hombre de 34 años de edad oriundo de San José de Cúcuta (Norte de Santander), creció en una familia conformada por su madre, padre, un hermano y dos hermanas con quienes tiene buena relación, estudios realizados: bachiller académico y técnico en servicio al cliente. Trabaja actualmente como comerciante independiente.

“Bueno nosotros nos conocimos en la casa de ella, vivía con las hermanas, ella se había separado y se fue a vivir con las hermanas, yo era amigo de las dos hermanas de ella, salíamos mucho a rumbear porque una de las hermanas era la novia de un amigo mío y yo me la pasaba mucho con él, y pues ahí nos conocimos, un día salimos todos y pues empezamos a charlar y ya”.

Categorías

Existen tres categorías a tener en cuenta en la actual investigación.

Inicio de la relación: La primera etapa del ciclo vital familiar es el romanticismo de pareja, en la cual se establece un nuevo sistema y se deben establecer nuevos roles y reglas.

Esta primera etapa es el período de establecimiento, comienza con el matrimonio y continúa hasta que nazca el primer hijo. También se conoce como etapa de "familiarización", cuando dos socios tratan de conocer la psicología y las perspectivas de comportamiento de cada uno. Ambos socios deben aprender a manejar adecuadamente los recursos de tiempo, energía e ingresos para alcanzar su meta a largo plazo en su vida matrimonial, Minuchin & Fishman (1981), citado por Jaime, Reina y Espinoza, María, Pérez, Angélica (2013).

Diferencias individuales: Según Martínez, Nelson (2015), el concepto de diferencias individuales está asociado a los conceptos de personalidad, inteligencia, cognición, motivación, estilos de aprendizaje y otros términos de psicología. Citando a De acuerdo a Fierro, Alfredo (1992), usa el concepto de personalidad para referirse a cualidades diferenciales, peculiares del individuo y relativamente estables en su conducta. De hecho, según Santrock (2006), se puede hablar acerca de las diferencias individuales de la personalidad y en otras áreas, pero la inteligencia es la que recibe la mayor parte de la atención, y sobre la cual se han planteado la mayoría de las conclusiones acerca de las distintas capacidades de los estudiantes. A sí mismo (Santrock, 2006), define la inteligencia como la capacidad mental general que puede medirse y cuantificarse por medio de un número.

Conflicto: Es una incompatibilidad entre conductas, percepciones, objetivos y/o afectos entre individuos y grupos, que definen sus metas como mutuamente incompatibles. Puede existir o no una expresión agresiva de esta incompatibilidad social. Dos o más partes perciben que en todo o en parte tienen intereses divergentes y así lo expresan” (Suárez Marines), citado por Baron, Edmundo (2006).

Técnicas

Las técnicas que se implementaron para la realización de la presente investigación fueron:

Entrevista semiestructurada: De acuerdo con Hernández, Roberto; Fernández, Carlos Baptista & María (2014) 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 u obtener mayor información. (p.403) (Apéndice A).

Observación no participante: Es aquella en la cual se recoge la información desde afuera, sin intervenir para nada en el grupo social, hecho o fenómeno investigado. El observador no participa en la vida social del grupo al que observa, sino que “participa como observador”. En la observación no participante el observador es poco visible y no

se compromete en los roles y el trabajo del grupo como miembro de él, sino que se mantiene apartado y alejado de él. Además, deliberadamente no simula pertenecer al grupo.

El investigador está más interesado en las conductas de los participantes que en alcanzar significación por medio de la participación personal. El interés radica en el registro válido del comportamiento utilizando una estrategia poco visible de recogida de datos para no interferir la secuencia natural de los acontecimientos. Benguria, S; Alarcón, B; Valdés, M; Pastellides, P y Gómez, L (2010). (Apéndice B).

Grupo focal: Según (Korman, Abraham, 2001: Citado por Martínez & Nelson, 2011) un grupo focal es una reunión de individuos seleccionados por los investigadores para discutir y elaborar desde la experiencia personal una temática o hecho social que es objeto de una investigación; por su parte /Krueger, Richard, 1991; Citado por Martínez, Nelson 2011), delimita los grupos de discusión de otros procesos grupales, en base a una serie de características que los definen: constituyen una técnica de recogida de datos de naturaleza cualitativa, que reúne a un número limitado de personas (generalmente entre siete y diez) desconocidas entre sí y con características homogéneas en relación al tema investigado, para mantener una discusión guiada en un clima permisivo, no directivo. (Apéndice C).

Fiabilidad del proceso: Antes de proceder a la aplicación de los instrumentos utilizados para la presente investigación, fueron evaluados por tres expertos en la

temática. Quienes fueron la Ps. Mg. Luz Stella Rojas Galvis, PhD. Carmen Graciela Espinel y el Ps. Mg. Wilmer Mendoza Manzano, los cuales actualmente se desempeñan como docentes de clase directa del programa de Psicología de la Universidad de Pamplona, campus Villa del Rosario. Así mismo cabe resaltar que las sugerencias realizadas por los expertos estuvieron relacionadas con el mejoramiento de la redacción.

Por otra parte se realiza la prueba piloto a una pareja con ocho meses de convivencia, quienes cumplieron con los criterios de inclusión establecidos inicialmente para llevar a cabo el desarrollo de la presente investigación. Durante la aplicación de la entrevista semiestructurada se evidencia que esta pareja responde con facilidad a cada una de las preguntas planteadas.

CAPITULO V: Análisis de Resultados

A continuación se describen los resultados en los instrumentos aplicados.

Observación no participante

Pareja uno:

Se acuerda con la pareja uno la realización de acompañamiento a actividades diarias durante tres días. Durante el primer encuentro se les socializó la temática y el objetivo de la investigación y así mismo el respectivo consentimiento informado. Durante esta visita la pareja se encuentra en la casa, la esposa acaba de llegar del Sena, institución en la cual estudia auxiliar de enfermería, mientras que su esposo está en la casa. En el momento de la visita, se evidencia que él hombre se encuentra haciendo aseo (lavando la loza).

La actitud del esposo es un poco a la defensiva, con relación a lo que demuestra su expresión corporal, lenguaje verbal y no verbal frente a su esposa, según le expresa en un tono en voz alta, porque la casa estaba sucia y porque ella llega tarde.

En el segundo día de la observación, se lleva a cabo la aplicación de la entrevista a la pareja. Durante la realización de la visita, las investigadoras hacen presencia de una discusión, debido a que la pareja este día tenía un compromiso adquirido desde hace una semana con una pareja amiga de ella, más sin embargo la familia de él llama a invitarlos a una reunión familiar, motivo por el cual él cancela el anterior compromiso sin tener en cuenta la opinión de su esposa, por consiguiente se da inicio al conflicto entre la pareja. Ella enojada le exclama que porque no tiene en cuenta lo que ella quiere, como solía hacerlo durante la época de noviazgo y así mismo ella debe someterse a la decisión que tome su esposo. Ante esta situación ella menciona que últimamente

siempre es así, más sin embargo después de responder la entrevista ella decide ir al primer compromiso adquirido y él se va con su familia.

El tercer momento de la observación no participante (durante el encuentro para la realización del grupo focal) en el cual se evidencia que el holón femenino emplea un papel pasivo con relación a su esposo, teniendo en cuenta que es su pareja quien dirige la realización de las diferentes actividades llevadas a cabo

Pareja dos:

Para la observación de esta pareja, se acuerdan tres (3) días para llevar a cabo la observación, iniciando con el acompañamiento en las actividades de la pareja, en este primer encuentro se les expuso la temática y el objetivo de la investigación y así mismos el respectivo consentimiento informado. Durante el encuentro la mujer se encuentra en la casa con su suegra, un poco ansiosa debido a que el esposo sale del trabajo a la 1:00pm y no había regresado, además no le responde las llamadas ni los mensajes, así mismo la madre del esposo, le manifiesta que no se preocupe que ella sabe que siempre se va a tomar con los amigos después de salir del trabajo.

Por otra parte se evidencia en las expresiones faciales y lenguaje corporal de la joven la angustia e inconformidad por la situación, motivo por el cual le manifiesta a su suegra que así no llegaran a ninguna parte, que de seguir así ella se marchará de la casa, porque el hecho de estar conviviendo en pareja no incluía estar los fines de semana siempre sola, ante esta situación. Mas sin embargo se disculpa con las psicólogas encargadas de la investigación por su actitud y así mismo agrega que durante el noviazgo su esposo no solía salir con tanta frecuencia y que cuando lo hacía, era juntos y no solo de rumba, sino además a ir a cenar, a cine o a comer un helado.

Para el segundo encuentro, en el cual se lleva a cabo la aplicación de la entrevista, en el porche de la casa se encuentra el holón masculino dialogando con su

madre, mientras que su esposa está lavando y doblando la ropa. Los dos muestran una actitud amable y tranquila, e intercambiando ideas desde sus lugares y con buen humor, sin embargo tiempo después ella le pregunta que porqué él no deja la ropa sucia en el canasto donde debe ir, y el piso del baño siempre lo deja mojado cuando se ducha, mientras él la ignora y sigue hablando con su mamá. Una vez finalizada la entrevista el holón masculino manifiesta que debe salir de casa, motivo por el cual se despide y se traslada en su motocicleta, mientras su esposa se queda un poco molesta por la salida de su pareja.

El tercer momento, se llevó a cabo durante la realización del grupo focal, en el cual se evidencia en esta pareja que emplean la comunicación, teniendo en cuenta que tienen presente la opinión de cada uno de los holones, sin embargo no se muestran seguros a la hora de tomar las decisiones frente a las problemáticas planteadas.

Grupo focal

El tema a tratar en el grupo focal fue las diferencias individuales y el manejo del conflicto al inicio de las relaciones de pareja. La finalidad de realizar este encuentro luego de haber aplicado anteriormente la entrevista semiestructurada a las dos parejas de las tres participantes en el grupo de enfoque, fue crear una discusión grupal de los puntos de vista, que tienen los participantes sobre la forma de como manejan el conflicto, dificultades o desacuerdos que se presentan entre los miembros. Además facilitando un intercambio mutuo de ideas con el fin de tener una visión más amplia del adecuado manejo del conflicto en las relaciones de pareja. Para este grupo se diseñó un protocolo, quedando de la siguiente manera.

Se citan los participantes al lugar acordado, una de las integrantes responsables de la presente investigación realiza la bienvenida, de manera que se sientan cómodos, se

invita a sentarse en mesa redonda, posterior a ello se realiza la presentación de todos los participantes y se da una explicación general del motivo de encuentro, (en que consiste un grupo focal y cuál es el objetivo de la investigación), así mismo se les indican las normas a tener en cuenta durante el encuentro (permanecer en silencio cuando algún participante este hablando, respetar el turno, pedir la palabra, expresarse de forma clara y sincera, hablar exclusivamente de lo que se desea investigar, tener disponibilidad y participación activa.

Posteriormente la siguiente integrante responsable de la investigación se dirige a los participantes para dar inicio a la actividad *“muy buenas tardes, antes de iniciar queremos darles la bienvenida y agradecerles por la asistencia. Los hemos convocado para llevar acabo un conversatorio sobre aquellas diferencias que se presentan al inicio de la relación de parejas y como es el manejo de dichas diferencias, iremos abordando el tema desde la perspectiva que a cada uno de ustedes le parezca más relevante u oportuno, también iremos concretando los aspectos que vayan surgiendo de interés para el presente estudio. Es importante para nuestra investigación que sus opiniones se sometan a discusión, de una forma adecuada sin atropellar las opiniones de los demás, la idea es que puedan expresarse con total libertad, esto con el objetivo de conocer los diferentes puntos de vista y pensamientos de cada uno de ustedes”*

Antes de dar inicio a la actividad se le aclara a los participantes que las investigadoras no harán parte del grupo focal ya se empleará un papel directivo y objetivo, por medio del cual se observará y dirigirá la actividad, por lo cual no participaremos en la producción de ideas, ni tampoco se evaluará como bueno o malo cada una de sus intervenciones, así mismo estará atentos ante los posibles interrogantes que se presenten durante el encuentro.

Una vez dadas las instrucciones se procede a dar inicio a la actividad. Los ejercicios e interrogantes que se plantearon allí fueron los siguientes:

1. Se plantea un caso hipotético:

Juan y Sara son una pareja que llevan dos (2) años de noviazgo y han decidido formalizar su relación, Juan es un hombre que viene de una familia donde le enseñaron

que las mujeres solo deben estar en la casa, cuidar a los hijos, y atender al esposo; por el contrario Sara es una mujer a la cual le han enseñado que las mujeres trabajan y pueden ser independientes y también pueden estar al pendiente de sus hijos con la ayuda de su esposo quien deben colaborarle en casa. Debido a ello han tenido muchos problemas sin llegar a un acuerdo.

- ¿Quién de los dos consideran ustedes que tiene la razón?

Para el anterior interrogante se plantean dos opciones de forma general con relación al género de los participantes. Inicialmente los hombres plantean que “Juan” tiene la razón, teniendo en cuenta las costumbres y/o creencias que le fueron enseñadas en su familia de origen, además argumentan desde su propia experiencia, respecto a que son personas de una edad promedio entre los 30 y 39 años, que ellos durante su crianza observaron que sus padres (género masculino) eran quienes tomaba las decisiones en la casa y sus madres solo obedecían y se dedicaban a las labores domésticas y al cuidado de los hijos; por su parte las participantes (género femenino) señalan que “Sara” está en lo correcto, teniendo en cuenta que las mujeres actualmente son seres independientes, las cuales pueden aportar tanto económicamente como con sus ideas u opiniones a la hora tomar una decisión con relación a los temas del hogar o de la pareja.

Con las anteriores respuestas se puede evidenciar que existe una diferencia marcada entre los participantes con relación a las percepciones que se tienen con relación a las tareas que deben cumplir en la relación con respecto al género que posee cada holón.

- ¿Cuál considera ustedes que sería la solución más conveniente para la relación de Sara y Juan?

Como respuesta general a esta pregunta se obtuvo que la mejor herramienta o estrategia para resolver este tipo de diferencias en la pareja es establecer acuerdos o responsabilidades por medio del diálogo.

2. Ejercicio práctico: Se entrega a cada pareja unas frases, las cuales deberán asociar con una palabra (apareamiento con la respuesta más lógica). (Apéndice D)

Se socializan los resultados y posteriormente se plantean los siguientes interrogantes:

¿Cuáles consideran que son las diferencias más comunes que causan conflictos en la relación de pareja?

Durante el ejercicio la pareja uno (1) el hombre toma el control sobre el ejercicio, es quien opina sobre las frases y cambia algunas de las que su pareja considera correcta, la mujer se muestra tranquila, y un poco permisiva ante su pareja confiando en las respuestas de él. La pareja dos (2) discuten más para ponerse de acuerdo en las respuestas, lo cual les lleva mucho más tiempo que las demás parejas para resolver el ejercicio. La pareja 3 (invitada externa a la investigación) se les observa más de acuerdo en las respuestas y flexibles a la opinión el uno del otro.

Durante la socialización de forma general los participantes refieren que las problemáticas más frecuentes se presentan por diferencias con relación a las roles que se desempeña cada holón, teniendo en cuenta las labores domésticas, así como movilizaciones adquiridas durante la vida sin pareja y en su familia de origen.

3. Ejercicio práctico: Se entregan unas fichas y las parejas deberán armar un cuadrado que complete una frase, cada pareja tendrá sus propias fichas para resolverlo. Para realizar este ejercicio podrán hacer lo que quieran menos hablar (deberán intercambiar fichas con las demás parejas para poder lograrlo). (Apéndice E)

- ¿Cuál considera que es la mejor forma de resolver los conflictos en una relación de pareja?

Durante el ejercicio práctico los participantes discuten, se ríen, mueven las fichas para todos lados sin ningún éxito con el ejercicio. Al anterior interrogante todos los participantes estuvieron de acuerdo en que la mejor forma de resolver un conflicto es a través del diálogo, más sin embargo, los participantes refieren que en muchas ocasiones no lo colocan en práctica para llegar a la solución de un determinado conflicto que se esté presentando. *“A veces uno siempre se pone a pelear, el uno dice una cosa y el otro otra y se forma un problema más grande, en vez de hablar de buena manera”* (hombre participante externo a la investigación).

El holón masculino de la pareja dos refiere que la forma de resolver el conflicto es a través del diálogo y del buen humor, que él siempre le busca humor al tema para terminar haciéndola reír y olvidarse del conflicto.

Por otra parte para llevar a cabo el análisis de los resultados fue necesario emplear la matriz por cruce de categorías, la cual según Cisterna (2005) consiste en lo siguiente:

“Entiendo por proceso de triangulación hermenéutica la acción de reunión y cruce dialéctico de toda la información pertinente al objeto de estudio surgida en una investigación por medio de los instrumentos correspondientes, y que en esencia constituye el corpus de resultados de la investigación”.

Se procede a realizar la triangulación de resultados por cruce de categoría de la siguiente manera: en primer lugar se recopiló toda la información perteneciente al objeto de estudio propuesta en la investigación, mediante los instrumentos aplicados, posterior a ello se selecciona toda la información obtenida en el trabajo de campo, se cruza la

información por cada una de las categorías investigadas tomando como base los resultados obtenidos a través de los instrumentos utilizados (entrevista semiestructurada, observación no participante y grupo focal).

Tabla 1 <i>Matriz por Cruce de Categorías, Pareja N°1</i>			
Pareja N° 1	Inicio de la relación de pareja	Diferencias individuales	Manejo del conflicto
Inicio de la relación de pareja	<p>Esta pareja se conoció en la ciudad de San José de Cúcuta, hace aproximadamente cuatro años, fueron novios por un periodo de un año; actualmente llevan dos años de convivencia, ella manifiesta que fue él quien tomó la iniciativa de la convivencia en pareja, y que tuvieron algunas dificultades para adaptarse debido a las diferencias que presentan en cuanto a sus costumbres y personalidades.</p> <p>El por el contrario refiere que la decisión de iniciar la convivencia en pareja fue prácticamente de los dos, en cuanto a diferencias, si existen, pero considera son cosas que se pueden manejar. Sin embargo los dos están de acuerdo en que fue el momento adecuado para el inicio de la convivencia en pareja.</p>	<p>Las diferencias que se presentaron al inicio de la relación fueron problemáticas que se generaban al querer realizar actividades propias de cada edad en el caso de ella: tener amistades, salir a bailar, ir a cine, comer un helado, entre otras (con amigos, amigas y sus hermanos), Él por el contrario manifiesta que ya vivió esa etapa, por lo tanto no le afecta, más sin embargo señala que en ocasiones solo extraña algunas amistades.</p> <p>Por otra parte el orden y aseo en su lugar de residencia que es una costumbre marcada desde la infancia para él, por el contrario para ella no es significativo (de hecho manifiesta ser un poco desordenada en cuanto al orden y aseo del hogar).</p>	<p>Al iniciar la relación en pareja teniendo en cuenta que ambos holones traen diferentes costumbres y empezar a adaptarse a ellas, genera conflicto más en ella que en él, debido a que ella extraña más cosas de su vida sin pareja que él, como su libertad para estar más tiempo con las personas que le agradan y considera puede tener momentos de diversión, diferentes a las que tiene con su pareja, Él por el contrario considera que ya esas actividades no le hacen falta.</p> <p>Los dos están de acuerdo en que él es quien toma la iniciativa a la hora de buscar una solución al conflicto y lo hacen a través del dialogo.</p>
Diferencias individuales	<p>Al iniciar la convivencia en pareja, se percibieron diversas diferencias debido a que principalmente son dos personas pertenecientes a diferentes regiones del país lo cual influye en el proceso de alimentación debido a las costumbres propias de cada región (ella tiene unas costumbres marcadas y el otras). Así mismo la diferencia con relación a la edad, debido a que esta pareja está conformada por una mujer de veinte</p>	<p>Las deferencias que se presentan en esta pareja son principalmente por los gustos con relación a la personalidad y el patrón cultural teniendo en cuenta la ciudad de origen de cada uno de ellos. Ella en muchas ocasiones manifiesta que estaba acostumbrada a salir, a bailar con sus amigas, amigos, sus hermanos, ir a cine con ellos de una manera tranquila sin que alguien le reclame o le ponga problema debido a los celos, hoy en día</p>	<p>En este caso se presentan algunas discusiones en momentos en los que ella quiere salir sola y/o hacer ciertas actividades sin su pareja y no puede, por lo cual se observa que es un poco frustrante para ella, más sin embargo ella siempre termina aceptando que es una relación y mientras estén juntos así debe ser. Durante el grupo focal se evidencia que ella toma un papel sumiso por lo cual siempre permite que sea su</p>

	<p>nueve años y un hombre de treinta y nueve.</p>	<p>lo anterior mencionado no lo puede hacer, debido a que su pareja siempre está pendiente de su celular, para ver quien le escribe (según lo manifiesta la entrevistada). Refiere que si ella quiere salir debe ser con él, si tiene algún evento sola debe pedirle permiso a su pareja, puesto que de no hacerlo, esto muy seguramente le generará problemas con el esposo.</p> <p>Por otra parte ella refiere que le tocó acostumbrarse a preparar dos comidas al mismo tiempo por los diferentes gustos con relación a su pareja, o ajustarse a comer los alimentos que son del agrado de su esposo.</p> <p>También manifiesta que ella es un poco desordenada, lo cual genera conflicto en muchas ocasiones por el aseo y el orden en la casa.</p> <p>Así mismo se pudo evidenciar que él trae como costumbres de su familia de origen, reunirse en fechas especiales o los fines de semana. Se considera un hombre muy extrovertido, así mismo manifiesta que en algunas ocasiones actúa como un niño. También refiere que no existen muchas diferencias en su relación, pero las que existen son muy marcadas, en cuestiones como el orden, el aseo, y la puntualidad. Manifiesta que le molesta mucho el desorden y encontrar la casa sucia, por más mínimo que sea (esto también se pudo evidenciar en la observación no participante) tanto así, que refiere que</p>	<p>esposo quien tome la iniciativa en resolver las diferentes actividades planteadas.</p>
--	---	--	---

		esta situación le cambia el estado de ánimo inmediatamente.	
Manejo del conflicto	<p>Iniciando la convivencia, ella manifiesta que fue flexible con las preferencias de su esposo en relación a las diferencias que se presentan en la alimentación, siendo complaciente muy frecuentemente con la realización de sus comidas favoritas.</p> <p>En cuanto a las actividades de diversión, por lo general se cohibía de salir con sus amigos, para evitar los enfrentamientos con su esposo, por lo cual prefería esperar el momento en el cual su pareja pudiera realizar dichas actividades con ella.</p> <p>Él en cuanto al aseo y el orden trataba de dialogar con ella y de esta forma promover un sentido de pertenencia hacia las cosas, y el orden en el hogar, sin embargo manifiesta que en ocasiones no funcionaba porque se considera extremadamente ordenado.</p>	<p>Manejar adecuadamente el conflicto, teniendo en cuenta cada una de las diferencias que se presentan en esta pareja, no ha sido sencillo. Debido a que para él es esencial mantener el orden y el aseo dentro del hogar, por lo cual la única forma de mantenerlo así es realizarlo él mismo, a lo cual su esposa ya se acostumbró.</p> <p>Por su parte para ella se torna un poco complicado realizar dos tipos de comidas diferentes, teniendo en cuenta que es doble trabajo, en lo cual se invierte más tiempo y energía, más sin embargo esta ha sido la mejor estrategia para no tener problemas frecuentemente con su pareja.</p>	<p>Durante la realización del grupo focal él menciona que la mejor forma de resolver los conflictos es dialogando, más sin embargo su esposa aclara que en el momento en el que se encuentra exaltada o con ira, este método no funciona.</p> <p>Por otra parte, durante la aplicación de la entrevista, ella refiere que la forma más adecuada de resolver los conflictos que se presentan con relación a las diferencias individuales, es la reestructuración a las necesidades mutuamente, es decir él limpia u ordena la casa y ella prepara dos comidas totalmente diferentes y con esto se evitan las posibles discusiones.</p>

Tabla 2*Matriz por Cruce de Categorías, Pareja N°2,*

Pareja N° 2	Inicio de la relación de pareja	Diferencias individuales	Manejo del conflicto
Inicio de la relación de pareja	<p>Esta pareja se conoce en Cúcuta, Norte de Santander, hace aproximadamente 3 años. Su noviazgo duró algunos meses y actualmente llevan dos años y medio de convivencia. Durante la entrevista ella manifiesta que la decisión de la convivencia fue de los dos, debido a que ya llevaban “varios meses siendo novios”, por el contrario, él refiere que fue ella quien tomo la iniciativa, debido a que se mudó a vivir relativamente cerca de su casa. Ella refiere que a veces considera que fue el momento adecuado para iniciar la convivencia en pareja y en ocasiones cree que debió esperar un poco más; por el contrario él manifiesta que si fue el momento adecuado para dar inicio a la vida en pareja.</p>	<p>Las diferencias que movilizan de forma significativa en el inicio de la convivencia en pareja están relacionadas con la ciudad de origen; por un lado ella refiere que es “de pueblo” por lo tanto tiene costumbres totalmente diferentes a las de él, como por ejemplo levantarse temprano, preparar la comida a tiempo, hacer el aseo, pasar mayor tiempo en familia, y así mismo manifiesta que por el contrario su pareja es mas de estar y compartir con los amigos, lo cual les ha ocasionado constantes conflictos como pareja. Por su parte él refiere que no existen muchas diferencias entre él y su pareja.</p>	<p>El conflicto que se presenta al inicio en relación a dichas diferencias, manifiesta ella es que se molesta mucho cuando su pareja pasa más tiempo con los amigos, que con ella, además de no recibir colaboración en cuanto a la preparación de las comidas y la realización del aseo. Ella refiere que la mejor forma de resolver el conflicto es el dialogo, más sin embargo en algunas ocasiones no funciona. Él durante el grupo focal manifiesta que cuando discuten ella siempre termina cediendo a la reconciliación.</p>
Diferencias individuales	<p>Inicialmente una de las diferencias que se pudo encontrar es que él siempre ha pasado mucho tiempo con los amigos, y poco con ella; y es precisamente factores como el trago o la rumba en general, lo que más esfuerzo ha tenido que realizar el participante, para evitar los posibles enfrentamientos a causa de esta movilización.</p> <p>Por otra parte cabe destacar que durante la realización de la entrevista él resalta o contesta las preguntas con relación a sus diferencias y no menciona las posibles</p>	<p>Las diferencias que se encuentran en esta pareja están relacionadas primero que ella es de pueblo y el de la ciudad, por lo tanto ella manifiesta que traen diferentes costumbres en cuanto a la comida, rutinas, y actividades. Una de las diferencias que más le afectan, es el hecho que él pasa más tiempo con los amigos bebiendo alcohol los fines de semana, lo cual le afecta de forma significativa la relación, debido a que ella es una persona que le agrada estar en familia, viendo películas, paseando o</p>	<p>Una de las soluciones que plantea él para resolver el conflicto con relación a las salidas con sus amigos es no realizar estas acciones con tanta frecuencia, puesto que en su vida de soltero solía salir de rumba con sus amistades los días sábados y domingos de cada semana, ahora por el contrario lo realiza con poca frecuencia, por ejemplo cada quince o veinte días o en algunas ocasiones prefiere no salir, y de esta forma disminuye los posibles conflictos con su pareja.</p>

	diferencias o acciones que posee su esposa.	realizando cualquier otra actividad, pero reunidos en familia. Otra diferencia se basa en el aseo; ella refiere que él es un poco desordenado, dejando las cosas de la casa fuera del lugar de donde deben ir. Por otro lado él manifiesta que si colabora en la casa con algunos quehaceres debido a que en su casa le enseñaron a colaborar con las actividades domésticas. A pesar que a ella le gusta pasar tiempo en familia, refiere que en ocasiones también extraña salir con amigos los fines de semana, sin tener que dar explicaciones. Él por el contrario manifiesta que no extraña realizar este tipo de actividad, (por lo que se pudo observar se evidencia que es porque lo hace con frecuencia).	Así mismo él refiere que con relación a las actividades domésticas, por lo general cuando ella no se encuentra en la casa, él suele lavar la ropa, cocinar y hacer el aseo, lo cual es congruente con lo que refiere su esposa, debido a que ella manifiesta durante la aplicación de la entrevista que la diferencia que más han podido manejar como pareja está relacionada con el aseo del hogar.
Manejo del conflicto	Al inicio de la relación la mejor estrategia para resolver los conflictos era el dialogo, debido a que de esta manera lograban entender aquellos acciones que le generaban malestar a su pareja y de esta forma evitar realizarlos nuevamente, sin embargo siempre con la esperanza de que esta situación pudiera llegar a cambiar, lo cual no ha sido posible hasta el momento.	La mayoría de conflictos que presenta esta pareja es entorno a estas diferencias que han marcado la relación, por un lado las discusiones son muy frecuentes, la mayoría de veces por la misma situación, (cuando el esposo sale a tomar con los amigos) aunque, él emplea sus propias estrategias para, reconciliarse y de alguna manera generarle esperanzas de un cambio en esta situación. Por otra parte aunque el orden, el aseo y las preferencias en cuanto a la alimentación ha sido también un tema de discusión, refieren que lo han logrado manejar, y adaptarse a las diferentes personalidades.	Los dos holones durante la realización del grupo focal refieren que la mejor estrategia para resolver el conflicto es dialogar, así mismo ella resalta que en ocasiones el dialogar funciona, pero nuevamente todo vuelve otra vez a sus rutina, como se pudo evidenciar durante la realización de la observación no participante, precisamente en un momento donde la esposa le reclama a su pareja por el desorden de la casa, en un tono de voz alto y él simplemente la ignora. Así mismo se pudo evidenciar que en la entrevista realizada al esposo, él refiere que otra forma de solucionar los problemas es evitando las salidas con los amigos, lo cual no es congruente con lo que refiere su pareja,

			debido a que en la aplicación de la observación no participante se pudo evidenciar que ella se encontraba sola en la casa, porque posiblemente su esposo estaba bebiendo con sus compañeros de trabajo.
--	--	--	---

CAPITULO VI

Análisis y Discusión de Resultados

Para la presente investigación en primer lugar se tiene en cuenta dos parejas en su primera etapa de relación dentro del ciclo vital familiar, la cual consiste en el período de establecimiento, que comienza con el matrimonio y continúa hasta que nazca el primer hijo, es la etapa del romanticismo de pareja, la familia experimenta cambios y acomodaciones a lo largo de las distintas etapas del proceso de desarrollo familiar implementando nuevos roles y reglas.

Para la recolección de la información en esta investigación inicialmente se toma una pareja para realizar la entrevista en conjunto, con lo cual no se logró un resultado esperado, debido a que se cohibían de expresar las ideas, un holón en frente del otro, así mismo es el hombre quien asume la dirección de la entrevista, teniendo en cuenta que es él precisamente quien siempre responde inicialmente y con mayor frecuencia a cada una de las preguntas formuladas; motivo por el cual esta pareja se descarta y se realiza la aplicación de los instrumentos a dos nuevas parejas por separado, encontrando los siguientes resultados:

Se encontró que evidentemente estas parejas presentan diferencias individuales; entendiendo como diferencias individuales según Penn, et, al. (2002) El equilibrio que mantiene una persona entre su propia autonomía y la adaptación a la pareja, en el caso

de las dos parejas investigadas debido a que provienen de diferentes contextos, lo cual hace que se generen algunas dificultades para reestructurarse con relación al nuevo sistema familiar, entendiendo este tal como lo menciona Minuchin & Fishman (1981) una unidad de desarrollo social que enfrenta una serie de tareas de desarrollo. Estas difieren de acuerdo con los parámetros de las diferencias culturales.

En este caso las dos parejas que hicieron parte de la investigación provienen de diferentes contextos lo cual hace que tengan diferencias en cuanto a costumbres de cada lugar de origen proveniente, junto con sus familias y sus diferentes personalidades.

En la primera pareja existe una diferencia de edad significativa de diez años, las principales diferencias que se encuentran en esta pareja es que ella, desea disfrutar de una etapa la cual evidentemente no culminó satisfactoriamente y menos aún, teniendo en cuenta su relación actual, frente a esto refiere quisiera tener amistades salir con ellos y también con sus hermanos (los cuales son solteros y viven cerca de ella) a bailar y a pasar momentos de diversión sin su pareja. Con estas manifestaciones se evidencia la falta de confianza, madurez y poca comunicación por parte de los dos holones para llegar a un acuerdo al respecto, debido que su pareja considera esta acción como irrespeto hacia él y hacia la relación.

Por el contrario, su esposo considera que ya ésta etapa de salir con amigos solos sin su pareja, no es necesaria para él, debido a que refiere la vivió y la disfrutó en su momento. Respecto a esta situación se evidencia que ella aun siendo consciente de la

situación y de sus preferencias, decide formalizar su relación, siendo indiferente a este tema al inicio de esta y debido a que los holones actualmente pasan por momentos diferentes del ciclo vital.

Para él, la diferencia más significativa es en cuanto al orden, el aseo en su vivienda, puesto que manifiesta ser muy insistente con el tema, lo cual a su vez le genera conflictos con su pareja por no ser lo suficiente organizada y ordenada para su satisfacción, debido a esta situación se generan constantes discusiones, y cambios en su estado de ánimo, sin embargo se han podido ajustar un poco a esa situación, siento ya una costumbre para él realizarlo con la finalidad de obtener su propia tranquilidad.

Con respecto a la segunda pareja al igual que la primera provienen de diferentes contextos y cada holón tiene sus propias costumbres y diversas personalidades. Durante la aplicación de las tres herramientas se pudo evidenciar que es una relación donde hubo poca claridad en el momento de iniciar la convivencia en pareja, teniendo en cuenta que existieron muchas incoherencias a la hora de responder tanto en él como en ella, un poco de inseguridad con lo que manifestaban; en él por ejemplo se pudo evidenciar la falta de compromiso con su pareja y por otra parte ella se muestra muy conforme a lo que él le ofrece, así mismo manifiesta que tienen diferencias en cuanto a las comidas, el orden de la casa, ella quisiera que él le colabore más al respecto, que sea más entregado a la relación, lo cual no es así.

Por ende esta situación les genera conflictos en el momento que ella desea pasar tiempo juntos, pero él no está disponible porque prefiere estar la mayoría de veces bebiendo alcohol o compartiendo con sus amigos; al suceder esto, ella se siente un poco frustrada, al no poder tener control sobre la situación, por lo cual en algunas ocasiones piensa que no era el momento adecuado para formalizar su relación de pareja, debido a que ha intentado manejar los conflictos que esto les genera, haciéndolo a través del dialogo, sin embargo manifiesta que esta es una solución transitoria, la cual no ha generado resultados favorables hasta el momento, a consecuencia de que en diversas ocasiones han intentado terminar con la relación, tal cual como lo refiere su esposo en la entrevista realizada.

A pesar de esforzarse a mantener una relación estable con su pareja, admite extrañar, amistades, hacer actividades diferentes a las que realiza con su pareja y también la tranquilidad de estar sin pareja para reflexionar.

Evidentemente esta pareja por lo que manifiesta en la entrevista proceden a la convivencia en muy poco tiempo, sin permitirse conocer más a profundidad tanto defectos como cualidades, con ausencia de una comunicación, límites o reglas claras dentro de la relación, lo cual hoy en día genera dificultades para manejar los conflictos que se presentan.

Así mismo una indicación aparente y clara de la terapia familiar es la presencia de conflictos estresantes en una familia, con o sin manifestaciones sintomáticas en uno o más miembros del sistema familiar. Es por ello que una comunicación eficaz es vital para la salud y el funcionamiento de las relaciones románticas como lo menciona (Badiou, 2001).

Ahora bien, retomando lo que manifiesta el modelo estructural de Minuchin (1981) el cual plantea que cada individuo pertenece a diferentes subsistemas en los que posee diversos niveles de poder y en los que aprende habilidades diferenciadas. Los límites de un subsistema están constituidos por las reglas que definen quiénes participan, y de qué manera. La función de los límites reside en proteger la diferenciación del sistema.

Para que el funcionamiento familiar sea adecuado, los límites de los subsistemas deben ser claros. La claridad de los límites en el interior de una familia constituye un parámetro útil para la evaluación de su funcionamiento. Así, el "subsistema conyugal" tendrá límites cerrados para proteger la intimidad de los esposos.

En el caso de los dos subsistemas conyugales que participaron en la investigación, se pudo evidenciar que los límites establecidos que protegen la diferenciación del sistema, generan inconformidad para los miembros que lo conforman, puesto que existen diferencias marcadas entre los holones, en algunos aspectos que resultan poco semejantes, lo cual hace que tengan diferentes gustos o deseos, y no permiten ir en una misma dirección, motivo por el cual se genera frustración al no poder

realizarlo, por el hecho de querer permanecer en una relación. Como lo mencionaba antes el concepto de Penn, et, al. (2002) las diferencias individuales se refieren al equilibrio que mantiene una persona entre su propia autonomía y la adaptación a la pareja, en este caso las parejas tratan de adaptarse reprimiendo su autonomía en algunas situaciones para que la relación pueda tener un “futuro” como lo manifiesta uno de los holones,

Dentro de las causas de dichas diferencias individuales que generan conflicto en la relación se pudieron encontrar que factores como las costumbres que traen las parejas desde sus familias de origen y también el no tener plena seguridad de iniciar una vida en pareja y, lo que ésta significa.

Según la revista *Psicología Social y Personalidad* de acuerdo a Expósito, F; Moya, M; Valor-Segura, I; (2010). Manifiestan que la Asociación Americana de Psicología da por sentada, sin ningún tipo de argumentación, la incidencia de los factores sociales y culturales como causantes de las dificultades; Así mismo los resultados obtenidos en el estudio de caso con las dos parejas se puede afirmar que evidentemente si hay incidencia de los factores sociales y culturales, los cuales movilizan en gran medida las diferencias individuales que se presentan en la relación, dado que traen diversas costumbres y lo que esto representan en su contexto habitual, y el hecho de tener poco control o manejo de la situación.

Si bien es normal que una pareja discuta en algunas ocasiones en vista de que es parte de lo que significa estar juntos, lo cual significa que conflictos y argumentos no necesariamente pondrán en peligro una relación si se maneja adecuadamente, de esta forma Lemaire, (2010), parte de un punto de vista desde la psicología social, mencionando que la pareja es una entidad social acotada, basada en la relación entre dos personas. Se comporta como una unidad o sistema y esto es reconocido así por los que la rodean. Es dentro de la pareja como institución social donde se producen las relaciones diádicas entre sus miembros. Si bien las relaciones suelen respetar el marco de las leyes, los usos y las costumbres del contexto social más amplio, los intercambios de cada día marcan y definen características básicas de cada pareja.

Considerando el aporte del anterior autor, se denota que la pareja va reestructurando las manifestaciones de cada uno de los holones, a través de los intercambios que surgen a medida que pasa el tiempo y estas a su vez son acomodadas para mejorar su relación de pareja; sin embargo, no es tarea fácil cuando las dos partes no están comprometidas cien por ciento en llevar una relación estable y más aún cuando están en diferente dirección o con metas y objetivos totalmente distintos.

Por otra parte, Carrillo, L. (2004) encontró que los estilos de conflictos adversos como los patrones de retirada y evitación eran mediadores parciales en el vínculo entre la depresión y la angustia marital. Tomando como base los resultados obtenidos del grupo focal, se puede evidenciar que esta estrategia de evitación y retirada si se emplea

en las parejas participantes, una vez que uno de los holones, ante el planteamiento de la pregunta ¿Cuál considera que es la mejor forma de resolver los conflictos en una relación de pareja?, comunica que la mejor estrategia es el diálogo, (pero en la realización de la entrevista uno de los holones manifiesta cohibirse de salir con amigos demás por evitar discusiones con su pareja), también aclaran que en el momento en el que se presenta un conflicto, inicia la discusión verbal para establecer quién de los dos conyugues tiene la razón, postura que a su vez es afirmada por los demás participantes.

En definitiva, es así como a través de la realización de la presente investigación se puede confirmar la validez de algunos de los planteamientos establecidos por varios autores y al mismo tiempo se puede plantear una contradicción o mejor una idea diferente de aquellos aspectos que evidencian con relación a las diferencias individuales que se presentan al inicio de la relación de pareja y el manejo del conflicto que se le da a cada una de ellas.

Conclusiones

En conclusión se lleva a cabo la investigación dando cumplimiento a los objetivos planteados inicialmente, a través del estudio de caso con las dos parejas tomadas como muestras, teniendo en cuenta que se logró explorar las diferencias individuales significativas que se presentan al conformar una relación de pareja en su etapa de inicio; así mismo conocer como es el manejo que se le da a ese conflicto generado por dichas diferencias.

Estas diferencias individuales que presentan las parejas participantes en la investigación, relacionadas principalmente como las costumbres que trae cada holón de su familia de origen, tales como el orden, el aseo en el hogar y los hábitos alimenticios, así mismo las asociadas al manejo de las relaciones sociales, teniendo en cuenta que uno de los holones considera prioritario pasar tiempo con sus amigos o compañeros de trabajo, mientras su esposa toma con mayor importancia el pasar tiempo en familia, también se evidencia el deseo de uno de los holones por compartir tiempo con sus amigos y familiares, sin contar con la aprobación de su pareja para realizarlo.

Por otra parte, se pudo identificar las movilizaciones que se presentan en las parejas derivadas de las diferencias descritas anteriormente; tales como el constante conflicto verbal, que se manifiesta como resultado de la ausencia de una comunicación clara a la hora de realizar las diversas manifestaciones, así mismo, la cohibición y acomodación por parte de uno de los holones hacia su pareja,

Del mismo modo, se logra describir el proceso de negociación y acuerdos que establece la pareja para resolver los conflictos que generan las diferencias encontradas desde el punto de vista de las costumbres que traen desde sus familias de origen, los holones emplean diversas estrategias para el manejo del conflicto a través del dialogo, en esta situación los cónyuges optan por acomodarse a la situación siendo flexible con las preferencias del otro holón, llegando a realizar acciones para su propia tranquilidad, en el caso de la pareja uno, la esposa decide en algunas ocasiones preparar dos tipos de comidas diferentes, para satisfacer las demandas de cada uno de los holones del sistema conyugal, sin embargo en otras ocasiones decide acomodarse a las preferencias de su pareja, del mismo modo el esposo en la mayoría de veces decide realizar las tareas domésticas, para no entrar en discusión con su pareja y evitar que se genere un conflicto, En la segunda pareja el esposo llega a un acuerdo de no salir con la misma cantidad de veces que solía hacerlo y pasar más tiempo con su pareja, como ella lo desea, no obstante este acuerdo se da de una manera transitoria sin éxito a largo plazo.

También se pudo evidenciar en las parejas participantes con relación a la diferencia establecida por las relaciones interpersonales, que uno de los holones de la pareja número uno evita salir a compartir su tiempo con sus amigos y familiares, para no generar un malestar en su pareja. Así mismo uno de los holones de la pareja número dos, comunica que el acuerdo que emplea actualmente es disminuir la frecuencia con la cual se reúne con sus amigos o compañeros de trabajo, teniendo en cuenta que anteriormente acostumbraba a salir todos los fines de semana. Sin embargo a pesar de buscar

estrategias para manejar las diferencias a través de la comunicación esto en ocasiones se da de manera transitoria (con más frecuencia en la segunda pareja)

Tomando como base lo planteado anteriormente, se establece que por medio de cada una de estas negociaciones los holones buscan la forma para lograr acomodarse a su relación, con el objetivo de que esta sea sana y duradera; aunque se logró evidenciar que son acuerdos momentáneos en algunas diferencias, sobre todo en la segunda pareja, por lo cual fue necesario e importante diseñar una cartilla con estrategias psicológicas para fortalecer la estructura del nuevo sistema de convivencia en la pareja y lograr un manejo adecuado del conflicto, debido a las diferencias que se pudieron hallar en estos nuevos subsistemas familiares.

Es así como de forma general se puede concluir que la pareja es un tipo de relación interpersonal, donde se presentan diversas diferencias individuales, como las mencionadas anteriormente, las cuales puede afectar la dinámica y la estabilidad de la relación, por ello es necesario fortalecer las habilidades comunicativas para el mantenimiento y a su vez el futuro de la misma, debido a que estas se encuentran presentes en la relación de las parejas participantes, no obstante, fluctúan en la mayoría de las ocasiones, lo cual impide manejo adecuado del conflicto.

Recomendaciones

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en la presente investigación, las psicólogas en formación recomiendan emplear para la temática de las diferencias individuales al inicio de la relación de pareja y el manejo del conflicto las siguientes técnicas planteadas desde el enfoque sistémico:

En la técnica estructural de Minuchin citado por Feixas et al., (2016), Unión y acomodación (joining) manifiesta que en una relación de pareja es importante comprender las pautas y reglas familiares, principalmente su estructura, por ejemplo: las alianzas (como está conformada, cuales son los acuerdos entre los miembros), el orden jerárquico (como está organizada) es decir para ello se debe explorar las situaciones en las que se encuentra la pareja.

Por otra parte este mismo autor hace referencia al mantenimiento: lo cual significa actuar respetando las reglas actuales del sistema a medida que se van descubriendo.

Teniendo en cuenta lo planteado anteriormente se les recomienda a los holones, establecer reglas y una jerarquía desde el momento de proceder a la convivencia en pareja, como también dar cumplimiento a cada una de ellas y de esta manera garantizar una sana dinámica familiar y así mismo el mantenimiento de la relación a futuro.

En cuanto a la técnica de reestructuración propuesta por la escuela de Palo Alto se manifiesta:

La prescripción de tareas: en este punto Feixas et al., (2016), sugiere que los miembros de la familia hagan cosas conjuntamente. Debido a que en ocasiones estas tareas se ponen al servicio de la promoción de alianzas o acuerdos alternativas a las existentes, a esto se le denomina restructuración de límites.

La anterior técnica se emplea con el objetivo de que cada miembro del subsistema conyugal cumpla con un rol o unas funciones dentro de la relación, motivo por el cual se debe establecer las actividades que debe realizar específicamente cada holón, ya sea relacionadas a las tareas domésticas o a todas aquellas que se puedan presentar con relación al establecimiento del nuevo sistema familiar.

Así mismo Feixas et al., (2016) menciona las técnicas utilizadas en el enfoque sistémico por el equipo de Milán desde 1980.

La connotación positiva

Esta técnica consiste en atribuir un significado optimista al problema o síntoma (a menudo en términos de generoso sacrificio) y del contexto relacional donde adquiere su funcionalidad, especificando la contribución de cada uno de sus miembros a la pauta circular. En otras palabras consisten en comunicarles a los miembros del sistema que su problema tiene lógica y un significado dentro del contexto en el cual se encuentra el sistema.

Teniendo en cuenta lo descrito anteriormente se les recomienda a los miembros del subsistema conyugal, que deben tener claro que todo problema puede ser manejado,

por lo cual cada holón debe comprometerse consigo mismo y con su pareja a buscar las posibles actividades o estrategias que puedan generar un adecuado manejo del conflicto, debido a que si se presentan problemas en la relación es porque existen falencias en el manejo de los mismos.

Así mismo, con relación al manejo del conflicto es relevante tener en cuenta un aspecto muy importante como lo es la comunicación, la cual según (Marc y Picard, 1992; citado por la Revista electrónica en América Latina especializada en comunicación, Razón y Palabra, 2011), es un “conjunto de elementos en interacción en donde toda modificación de uno de ellos afecta las relaciones entre los otros elementos”; motivo por el cual se toma como base los axiomas de la comunicación planteados por Watzlawick, Beavin y Jackson, 1971; citado por la Revista electrónica en América Latina especializada en comunicación, Razón y Palabra, (2011). En primer lugar se debe tener presente que es imposible no comunicar, por el cual se les recomienda a los holones que a la hora dirigirse a su pareja deben tener presente que no solo se comunica a través del lenguaje verbal, sino también a través de las expresiones faciales y otro tipo de manifestaciones corporales tales como la respiración, movimientos acelerados y repetitivos, sudoración entre otros.

Por otra parte los miembros del subsistema conyugal deben tener en cuenta que la comunicación humana implica dos modalidades, la digital (lo que se dice) y la analógica (cómo se dice); razón por la cual no sólo es necesario saber emplear las palabras adecuadas a la hora de comunicarse con su pareja, sino que además se debe tener presente otros aspectos tales como el nivel de la tonalidad de la voz, el lenguaje no

verbal y el momento o la situación en la que se va a expresar un mensaje. Al mismo tiempo se debe tener en cuenta que la relación conyugal está conformada por dos holones, es decir que uno de ellos es el complemento del otro, motivo por el cual se recomienda que antes de tomar una decisión importante o que moviliza la relación es necesario comunicar a la pareja y contar su aprobación y de esta forma evitar posibles conflictos.

Finalmente se les recomienda a las parejas que han iniciado la convivencia en pareja que ante las diversas situaciones generadoras de conflicto, donde no es posible llevar a cabo un manejo del mismo con éxito, deben buscar ayuda de un profesional de la salud mental, experto en relaciones de pareja, quien les proporcionará las herramientas o estrategias necesarias para el mantenimiento de la relación a futuro.

Apéndices

Apéndice A. Formato de entrevista semiestructurada aplicada a las parejas PAREJA N° 1.

PREGUNTA	RESPUESTA	CATEGORÍA
1. ¿Cuál de los dos conyugues tomo la iniciativa de la convivencia en pareja?	F: “Él. Porque él empezó de que quería pues que estuviéramos los dos solos, aparte” M: “Pues fue prácticamente de los dos eso fue dialogado”	Inicio de la relación
2. ¿Han tenido dificultad para adaptarse a la vida en pareja?	F: “Si. Porque... pues de todas maneras los gustos de él son distintos a los míos. En la comida por lo menos, la comida él... a mí me gusta digamos el pescado y a él no le gusta. Eee a mí me gusta el pollo, a él no le gusta no le gusta el pollo y así ósea, cosas siempre contrarias”. M: “No, son cosas que se manejan, son cosas manejables pero no, en realidad no”	
3. ¿Qué es lo que más extrañan del estilo de vida antes de la convivencia?	F: “El salir sola, tener amigos, tener amigas, ir sola, sí”. M: “Pues en lo personal nada porque pues viví todo lo que pude vivir en la soltería no me faltó nada por vivir” en la vida en general sin pareja “de pronto lo único algunas amistades, no más”	
4. ¿Considera que fue el momento adecuado para proceder a la convivencia como pareja?	F: “SI. Si, si porque pues... si quería estar con otra persona como para ver... eee compartir y saber que se siente estar con otra persona, las cosas de él y las mías”. M: “Si”	
5. ¿Cuáles son las	F: Pues las costumbres es... de que en mi tierra, pues	

<p>costumbres que trae desde su familia de origen?</p>	<p><i>porque no soy de Cúcuta, eee, allá pues el desayuno todos los días, siempre es caldo, arepa, eee, pues es bastante, caldo, arepa, carne frita, cosas así y aquí las costumbres de aquí de, de aquí de él es un huevo revuelto, un pan o un sándwich y ya; y entonces por ahí también uno choca.</i></p> <p>M: <i>“Las costumbres que traigo de la familia de origen pues que se reúnen eventualmente en cumpleaños, y en ocasiones especiales, nos reunimos todos en familia y es una costumbre que viene de bastante atrás, desde que era muy pequeño” y en lo personal, algo que yo traigo es que soy muy extrovertido, me muestro tal como soy y me considero muy muy niño todavía”</i></p>	
<p>6. ¿Cuáles son las costumbres que trae de su vida sin pareja?</p>	<p>F: <i>”De que iba a bailar con mis amigas, amigos, mis hermanos o ir al cine, pero entonces así de recocha no más, no es estar con alguien que lo esté celándolo a uno y ahí encima”.</i></p> <p>M: <i>“Pues que tomaba mucho, vivía mucho en la calle, vivía muy relajado muy desinteresado de pronto en las responsabilidades porque no tenía obligaciones”</i></p>	<p>Diferencias individuales</p>
<p>7. ¿Qué conflictos les ha generado dichas diferencias?</p>	<p>F: <i>“Pues o sea los conflictos que, que nos, las diferencias de que eee yo no puedo tener ya amigos y al escribirles, pues él siempre tiene que estar viendo el celular mío, revisándolo, entonces ya no es lo mismo, ya no es... eee la comida, que yo tengo que... pues por obligación o hacerle la de él aparte y hacer la mía aparte...y pues ya no puedo salir con frecuencia, sino de que tiene que ser con él o de que voy a una actividad de pronto de donde estoy estudiando y ya tengo pues que como quien dice pedir permiso para poder ir y sino pues no puedo ir, porque pues el problema de una vez”.</i></p> <p>M: <i>“No, ninguna porque me ha enseñado hacer más responsable, a pensar muy bien antes de gastarme un peso en la calle a tomar ya socialmente, entonces no</i></p>	

	<i>ninguna”</i>	
8. ¿Ha tenido que modificar alguna de esas diferencias?	<p>F: <i>“Pues tengo que eee, ahorita pues la costumbre es de que yo tengo que hacer por lo menos que al desayuno que lo que él coma y pues comer yo o hacer aparte la comida mía o cuando voy a salir pues... con él tengo que salir es con él”.</i></p> <p>M: <i>“Si, si pero no me ha costado para nada, todo es voluntad”</i></p>	
9. ¿Considera que existen las diferencias que similitudes en la relación?	<p>F: <i>“Son más las diferencias en el motivo de que eee, pues la comida, eee la cuestión pues de salir, eee y en el aseo también, que hay una diferencia terrible porque yo soy de las que llego y me quito las zapatos y jummm donde me los quité ahí los dejé y él es pues con la peleadera de que porque dejé los zapatos ahí, porque no los recojo, porque... y soy de las que me levanto y lo primero en hacer es salir de la pieza, no tender la cama, no arreglar la cama y eso, entonces ya es la costumbre de que él lo hace”.</i></p> <p>M: <i>“No, son cositas que se pueden manejar, no tanto en lo personal sino de pronto un poquito en el entorno del hogar, como el aseo, el orden la puntualidad, a mi sinceramente me molesta, me incomoda ver la casa sucia desordenada ver la cocina sucia a si sea una cuchara sucia me incomoda mucho me molesta mucho podemos decir que me cambia el ánimo”.</i></p>	
10. ¿Cuál es la mejor manera de buscar una posible solución para resolver las diferencias?	<p>F: <i>“pues en la cuestión de salir y eso, eee espero siempre de que él quiera y pueda, pues salimos los dos, porque ya no se puede salir eee yo sola yeso, pues entonces siempre salimos los dos y pues la cuestión de la comida también, trato de hacer lo que a él le gusta y pues si yo tengo ganas de hacer otra cosa, pues lo hago aparte”.</i></p> <p>M: <i>“Yo creo que la palabra exacta para eso es tener</i></p>	

	<p><i>sentido de pertenecía, que los dos sintamos que las cosas es de los dos y que las tareas es de los dos, dialogamos lo que pasa es que muchas veces se pierde porque yo soy muy exageradamente ordenado me gusta tener una casa limpia soy extremadamente muy muy muy exagerado en el aseo entonces ella es un poquito más tranquila”</i></p>	<p>Manejo del conflicto</p>
<p>11. ¿Cuál de los dos conyugues toma la iniciativa de buscar solución?</p>	<p>F: <i>“Siempre es él”.</i></p> <p>M: <i>“Yo, a través del dialogo”</i></p>	
<p>12. ¿Han intentado terminar la relación por alguna diferencia?</p>	<p>F: <i>“No. Pues por eso no. No, no así de que váyase o me voy, no”.</i></p> <p>M: <i>“No para nada”</i></p>	
<p>13. ¿Qué diferencias han logrado manejar?</p>	<p>F: <i>“Que diferencias hemos logrado. Lo de la comida que él, hay veces come lo que yo haga y listo ya. Se arreglan las cosas así. Y pues lo del aseo también o sea tratamos de que si a él no le gusta a veces eso, pues yo voy y lo recojo”.</i></p> <p>M: <i>“De pronto la puntualidad de pronto las cosas que se planean hacer tratar de hacerlas y lo que no si no se ha podido todavía es lo del aseo”</i></p>	
<p>14. ¿Cuál es la diferencia que más les genera problemáticas como pareja?</p>	<p>F: <i>“La del aseo, porque él es muy ordenado, se pasa de ordenado, él quiere a toda hora estar barriendo, trapeando y yo pues cualquier cosita una pipa, un papelito, pumm al piso y él es de una vez atrás mío recogiendo”.</i></p> <p>M: <i>“El orden y el aseo”</i></p>	
<p>15. ¿Qué diferencias ponen en riesgo su relación?</p>	<p>F: <i>“pues la diferencia es de que eee, pues como decía, es el aseo, porque yo soy desordenada, para que voy a decir mentiras, soy de las que me quito digamos la ropa y la dejo encima de la cama y me levanto o, no tiendo la cama y él es detrás con la escoba con... recogíendome</i></p>	

	<p><i>hasta el uniforme para ir a lavarlo y eso, entonces púes siempre chocamos en ese sentido, aunque ya uno como que se va acostumbrando y bueno él conmigo se va como acostumbrando y ya no hay tanta pelea por eso, porque él ya sabe que lo hago porque él ya prácticamente me acostumbró de que yo lo dejo ahí y él va y lo recoge y lo lava”.</i></p> <p>M: “No, ninguna”</p>	
--	---	--

Apéndice A. Formato de entrevista semiestructurada aplicada a las parejas
PAREJA N° 2.

PREGUNTA	RESPUESTA	CATEGORÍA
1. ¿Cuál de los dos conyugues tomo la iniciativa de la convivencia en pareja?	<p>F: “<i>la convivencia en pareja la tomamos los dos, porque ya llevábamos varios meses siendo novios y pues tomamos la iniciativa de que ya era hora de irnos a vivir”</i></p> <p>M: “<i>Pues ella, por lo de que ella se fue a vivir al lado de la casa y entonces, o sea me fui a vivir con ella”.</i></p>	Inicio de la relación
2. ¿Han tenido dificultad para adaptarse a la vida en pareja?	<p>F: “<i>si, algunas veces hemos tenido dificultades para adaptarnos” ¿porque? “porque el trae unas costumbres diferentes a las mías”</i></p> <p>M: “<i>No, para nada”.</i></p>	
3. ¿Qué es lo que más extrañan del estilo de vida antes de la convivencia?	<p>F: “<i>amistades, pasar mucho más tiempo sola, salir, a bailar no darle explicaciones a nadie”</i></p> <p>M: “<i>Pues... la rumba, pero eso no la extraño mucho porque...”</i></p>	
4. ¿Considera que fue el momento adecuado para proceder a la convivencia como	<p>F: “<i>pues.... A veces pienso que si a veces pienso que debí esperar un poco más” ¿Por qué? “porque... porque no se a veces chocamos en muchas cosas en las diferencias de él cómo en las mías”</i></p> <p>M: “<i>Si, porque ya era mucha rumba y eso lo que le trae a uno es pérdida”.</i></p>	

pareja?		
5. ¿Cuáles son las costumbres que trae desde su familia de origen?	<p>F: <i>“Mis costumbres son de pueblo y pues son de levantarme temprano, son muchas cosas diferentes a la ciudad, que él es de la ciudad y yo soy de pueblo, muchas costumbres diferentes de la familia, el aseo, estar más como en familia centrado más en la familia”</i></p> <p>M: <i>“No, la costumbre que me ha dado siempre mi mamá y mi papá es el respeto y que sea responsable”.</i></p>	
6. ¿Cuáles son las costumbres que trae de su vida sin pareja?	<p>F: <i>“Mis costumbres... pasar más tiempo sola, salir con mis amigos, pasar fines de semana con mis amigos con mi familia hacer muchas actividades aparte que hace uno con la pareja. A él le gusta compartir mucho tiempo con los amigos los fines de semana, casi no le gusta esta como en familia en el hogar en la casa, le gusta pasar mucho más tiempo con los amigos que conmigo, eh el aseo a veces es un poco desordenado, (los zapatos donde se los quita los deja, la cama no me la ayuda a tender) y eso me saca de casillas me enoja.”</i></p> <p>M: <i>“No, las costumbre que yo siempre traigo es, o sea ayudar a hacer aseo, yo siempre antes de estar sin ella, yo lavaba mi ropa, si entiende?”</i></p>	Diferencias individuales
7. ¿Qué conflictos les ha generado dichas diferencias?	<p>F: <i>“pues que a veces discutimos mucho por eso, pues es un conflicto que marcan la relación, y me pongo muy brava”.</i></p> <p>M: <i>“Ninguno, porque por lo menos cuando ella no está pues... yo lavo, no, cocino si no porque no he aprendido y hago aseo en la casa y eso”.</i></p>	
8. ¿Ha tenido que modificar alguna de esas diferencias?	<p>F: <i>“si, como tratar de adaptarnos el uno al otro, eh dialogar mucho para poder llevar la relación hacia un futuro”.</i></p> <p>M: <i>“Pues algunas, por lo que ella hay veces que se pone brava no me quiere lavar y eso. Me toca que... Y lo que me mencionaba de la rumba ha tenido que bajarle de pronto un poquito? Aaa, si claro, claro, porque ya, no y eso ya no, por lo menos yo hay veces tomaba sábado y domingo, ahorita</i></p>	

	<i>por ahí tomo de vez en cuando los sábado y hay veces que ni tomo”.</i>	
9. ¿Considera que existen las diferencias que similitudes en la relación?	F: “ <i>no, las diferencias no son muchas, más bien son pocas, eh las diferencias como las que el se la pasa compartiendo más con amigos que conmigo y el aseo más que todo</i> ” M: <i>No, no creo.</i>	
10. ¿Cuál es la mejor manera de buscar una posible solución para resolver las diferencias?	F: “ <i>la manera ha sido el dialogo pero a mi yo ya he dialogado pero funciona a cierto tiempo pero ya vuelve otra vez a sus rutinas y peleas por lo mismo</i> ” M: “ <i>Dejar de tomar</i> ”. ¿Cuál es la metodología que utilizan para resolver ese conflicto? “ <i>Dialogar, hablando</i> ”	
11. ¿Cuál de los dos conyugues toma la iniciativa de buscar solución?	F: “ <i>a veces la tomo yo a veces la toma el</i> ” M: “ <i>Yo</i> ”. ¿Porque usted? “ <i>Porque yo soy el que la cometo</i> ”.	
12. ¿Han intentado terminar la relación por alguna diferencia?	F: “ <i>si, por el tiempo, por el tiempo, porque a mí me gusta pasar más tiempo los dos y a él le gusta es pasar tiempo con los amigos, salen a bailar o a tomar toma mucho con los amigos</i> ” M: “ <i>Sí, claro</i> ”. ¿En algún momento? “ <i>En algún momento no, en varios</i> ”.	
13. ¿Qué diferencias han logrado manejar?	F: “ <i>pues el aseo, ahorita si, el aseo hemos logrado manejar un poco</i> ” M: “ <i>Las diferencias, por lo menos que, ya ahorita como le digo, ya no es igual, ya no tomo mucho así como si me entiende? Porque antes eran todos los fines de semana, ahorita ya es cada veinte días, cada quince días, por ahí de vez en cuando</i> ”.	Manejo del conflicto
14. ¿Cuál es la	F: “ <i>el tiempo que él no comparte conmigo que se va por</i>	

<p>diferencia que más les genera problemáticas como pareja?</p>	<p><i>allá con los amigos a tomar”</i></p> <p>M:”<i>El alcohol, el tomar”</i></p>	
<p>15. ¿Qué diferencias ponen en riesgo su relación?</p>	<p>F: <i>“pues la misma que el sale por allá con los amigos a tomar, y ese tiempo pues lo deja de compartir conmigo, y pues a mí me gusta compartir más tiempo con la familia, salir a paseo los dos, pasar un domingo juntos compartir tanto con mi familia como con la familia de el ver una película ir a piscina bueno estar juntos”</i></p> <p>M: <i>“Eso. La rumba y el trago es lo que más me genera problemas”</i></p>	

Apéndice B. Formato de observación empleado en las parejas participantes.

OBSERVACIÓN	SITUACIÓN
<p>Explorar las diferencias que se presentan en la relación de pareja.</p>	<p>Acompañamiento en actividades diarias en sus casas para analizar las conversaciones, actitudes lenguaje (verbal y no verbal) y reacciones ante las situaciones que se presenten entre las parejas y las personas que les rodean (si se presentan)</p>
<p>Identificar el manejo del conflicto que la pareja acomoda a su relación de pareja</p>	<p>Presenciar las estrategias que utilizan los holones de cada una de las parejas participantes ante los posibles conflictos que se puedan presentar.</p>

Apéndice C. Formato de empleado para la realización del grupo focal.

Objetivo(s) Investigación
<p><i>Objetivo General</i></p> <p>Explorar las diferencias individuales al inicio de la relación de pareja en el manejo del conflicto a través del estudio de casos para el establecimiento de estrategias psicológicas mediante la elaboración de un manual que contribuya a un mejoramiento de la relación a futuro.</p> <p><i>Objetivos Específicos</i></p> <p>Identificar las movilizaciones de una pareja al inicio de su relación teniendo en cuenta las diferencias individuales.</p> <p>Describir las reestructuraciones en la relación de pareja mediante el manejo la resolución de conflictos que los miembros acomodan a su relación.</p> <p>Diseñar estrategias psicológicas a través de la elaboración de un manual para fortalecer la estructura del nuevo sistema de convivencia en la pareja y lograr un manejo adecuado del conflicto.</p>
Objetivo Grupo Focal
<p>Analizar las diferencias individuales y el manejo del conflicto que existen entre las parejas del grupo mediante actividades lúdicas y preguntas para comparar los resultados con las parejas participantes en la investigación.</p>

Nombre moderador
Leidy Johana Morantes Zamora
Nombre observador
Yaneth Buitrago Cáceres

Lista de asistentes Grupo focal	
1	Belsy Hermida Lugo
2	Sergio
3	Gibelly Cárdenas
4	Fabio
5	Yudy
6	Alberto Flórez

Preguntas estímulo	
1	<p>Caso hipotético: Juan y Sara son una pareja que llevan 2 años de noviazgo y han decidido formalizar su relación, Juan es un hombre que viene de una familia donde le enseñaron que las mujeres solo deben estar en la casa, cuidar a los hijos, y atender al esposo, por el contrario Sara es una mujer a la cual le han enseñado que las mujeres trabajan y pueden ser independientes y también pueden estar al pendiente de sus hijos con la ayuda de su esposo quien deben colaborarle en casa. Debido a ello han tenido muchos problemas sin llegar a un acuerdo.</p> <p>Cual considera usted que sería la solución más conveniente para la relación de Sara y Juan?</p>
2	<p>Ejercicio práctico: Se entrega a cada pareja unas frases y deberán asociar la palabra con la respuesta más lógica.</p> <p>Se socializan los resultados.</p> <p>¿Cuáles son las diferencias que existen entre ustedes que causan conflictos en la relación?</p>

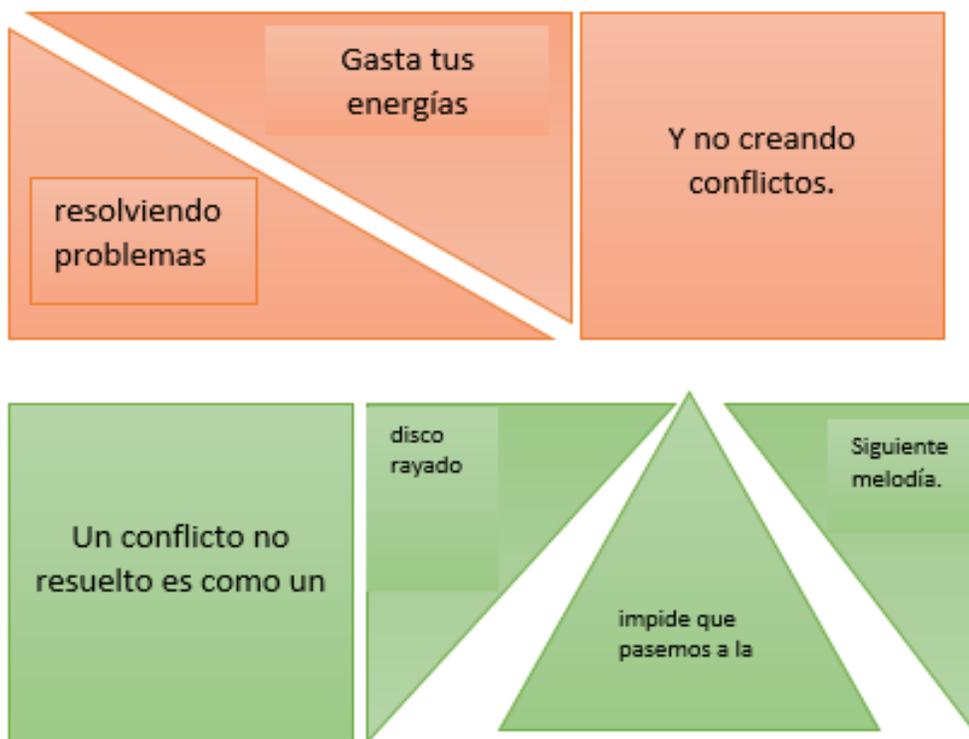
3	<p>Ejercicio práctico: Se entregan unas fichas y las parejas deberán armar un cuadrado, cada holón tendrá su propia ficha para resolverlo (deberán intercambiar fichas)</p> <p>¿Cuál considera es la forma más adecuada de manejar un conflicto en la relación de pareja?</p>
----------	---

Chequear elementos presentes en el grupo focal (evaluación del observador)	
Lugar adecuado en tamaño y acústica.	
Lugar neutral de acuerdo a los objetivos del Grupo focal.	
Moderador respeta tiempo para que los participantes desarrollen cada tema	
Moderador escucha y utiliza la información que está siendo entregada.	
Se cumplen los objetivos planteados para esta reunión.	
Explicita en un comienzo objetivos y metodología de la reunión a participantes	
Permite que todos participen.	
Reunión de 40 a 60 minutos aproximadamente.	
Registro de la información (grabadora)	
Refrigerios adecuados y no interrumpen el desarrollo de la actividad.	

Apéndice D. Material utilizado para la realización del grupo focal.

Vayamos al grano.	Dijo el dermatólogo.
Estoy rodeado de animales.	Dijo Noé.
Eres la única mujer en mi vida	Dijo Adán.
Mi novia es una perra	Dijo Pluto.
Mi mujer tiene un gran físico.	Dijo Albert Einstein.
Creo en la reencarnación.	Dijo la uña.
Estoy hecha una vaca.	Dijo un toro gay.
Nunca pude estudiar Derecho.	Dijo el jorobado de <u>Notre Dame</u> .
Me gusta la humanidad.	Dijo un caníbal.
Mi vida está hecha de aspiraciones.	Dijo un asmático.
No hay nada tan importante que no podamos olvidar.	Dijo el Alzheimer.
La vida está en constante movimiento.	Dijo el Parkinson.
Estoy en cinta.	Dijo Scotch.
Nosotras apoyamos la liberación femenina.	Dijeron todas las presas en la cárcel de mujeres.
A mí lo que me revienta son los camiones.	Dijo un sapo.
Es mejor dar que recibir.	Dijo un boxeador.

Apéndice E. Material utilizado para la realización del grupo focal.



Referencias Bibliográficas

- Acevedo y Restrepo (2010) Experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/801/80115648006.pdf>
- Ackerman N. W. (1958), La psicodinámica de la vida familiar, Basic Books, Nueva York; Trad.,
 Psicodinamica della vita familiare, Boringhieri, Torino 1968
- Andolfi, M. (2001). Terapia Familiar. Barcelona: Paidós Terapia Familiar.
- Badiou, A. (2001) “El amor como escena de la diferencia”, Buenos Aires, *Revista de Psicología y Psicoterapia de Grupo*, XXIV, 1.
- Barón, E. (2006). Manejo de conflicto. Fundación Compromiso. Recuperado el 08 de abril de 2017 de <http://www.gestionsocial.org/archivos/00000386/BaronResolConflicto.pdf>
- Baucom, D.H., Shoham, V., Mueser, K.T., Daiuto, A D., & Stickle, T R. (1998). Empirically supported couple and family interventions for marital distress and adult mental health problems. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 53-88
- Benguria, S. Et al (2010). Observación. Métodos de investigación en educación especial. Recuperado el 05 de abril de 2017 de https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentacion/es/Curso_10/Observacion_trabajo.pdf
- Carrillo, L. (2004). Relación entre estilos de comunicación, manejo de conflicto y satisfacción en la relación de pareja. (Tesis de licenciatura). Universidad de las Américas, Puebla, México
- Cibanal, L (2000). Introducción a la sistémica y terapia familiar. Recuperado de http://www.aniorte-nic.net/apunt_terap_famil_13.htm

- Cisterna (2005) categorización y triangulación como procesos de validación del conocimiento en investigación cualitativa obtenido de:
<http://www.ceppia.com.co/Documentos-tematicos/INVESTIGACION-SOCIAL/CATEGORIZACION-TRIANGUALCION.pdf>
- Durana, C. (1996) Una Evaluación Longitudinal de la Eficacia del Programa Psicoeducativo PAIRS para Parejas. Publicado en *Terapia Familiar*. Vol. 23 (1).
<Http://connection.ebscohost.com/c/articles/24694484/longitudinal-evaluation-effectiveness-pairs-psychoeducational-program-couples>. Obtenido 4-2-2013
- DeMiria, R. & Hannah, M. (2003) *Construyendo relaciones íntimas*. Nueva York: Brummer-Routledge.
- Eguiluz, L. (2004). *Terapia Familiar*. Pp. 54. México: Editorial Pax México.
- Expósito, F; Moya, M; Valor-Segura, I; (2010). Emociones Poderosas y no Poderosas ante Conflictos de Pareja: Diferencias de Género. *Psychosocial Intervention*, 19() 129-134. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179815545004>
- Feixas, G. Et al (2016). El modelo sistémico en la intervención familiar. Universidad de Barcelona. Recuperado de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/31584/6/Modelo_Sistematico_Enero2016.pdf
- García, F E; Sánchez Sánchez, A; Fuentes Zárate, R; (2016). Amor, satisfacción en la pareja y resolución de conflictos en adultos jóvenes. *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 14() 284-302. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461546437004>
- Gomes, I C; (2014). Conflictos conyugales en la contemporaneidad y transmisión psíquica: investigación e intervención con parejas. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339631789005>

Gracia Fuster, E.; Musitu Ochoa, G. (2000) *Psicología Social de la Familia*, Barcelona: Paidós.

Grych, J.H., & Fincham, F.D. (Eds.). (2001). *Interparental conflict and child development: Theory, research, and applications*. New York: Cambridge University Press.

Heene E, Buysse A, Van Oost P. Indirect pathways between depressive symptoms and marital distress: The role of conflict communication, attributions and attachment style. *Family Process*. 2005;44:413–440. doi: 10.1111/j.1545-5300.2005.00070.x.

Hernández, Roberto, et al, (2010). *Metodología de la investigación*, quinta edición. Recuperado del 05 de abril de 2017 de https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf

Johnson & Ferraro, (2000). *Research on Domestic Violence in the 1990s: Making Distinctions*. Recuperado de: <https://pdfs.semanticscholar.org/fdf1/bad61aa2e4a42b14340cb5349147f6739cb8.pdf>

Jara, C. (2011). *Ciclo Vital Familiar* (pp. 1-7). Recuperado de http://prontus.uv.cl/pubacademica/pubprofesores/r7pubcarolinareyes/site/artic/20110310/asocfile/ciclo_vital_familiar.pdf.

Kessler RC, Berglund P, Demler O, Jin R, Koretz D, Merikangas KR, ...Wang PS. The epidemiology of major depressive disorder: results from the national comorbidity survey replication. *Journal of the American Medical Association*. 2003;289:3095–105. doi: 10.1001/jama.289.23.3095.

Khoshaba, D. (2012). *Las primeras etapas de la caída en el amor Manténgase bien a pesar de sentirse eufórico, en peligro de extinción y agotado, por completo*. Publicado el 20 de marzo de 2012 en *Psicología Hoy*.

[Http://www.psychologytoday.com/blog/get-hardy/201203/the-early-stages-falling-in-love](http://www.psychologytoday.com/blog/get-hardy/201203/the-early-stages-falling-in-love). Recuperado 4-1-2013

- Koerner, K., & Jacobson, N.J. (1994). Emotion and behavior in couple therapy. In S.M. Johnson & L.S. Greenberg (Eds.), *The heart of the matter: Perspectives on emotion in marital therapy* (pp. 207-226). New York: Brunner/Mazel.
- Lemaire, J. (2010). *La pareja humana: su vida, su muerte y su estructura*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Martínez, N. (2011). Reseña metodológica sobre los grupos focales. Recuperado el 08 de Abril de 2017 de <http://rd.udb.edu.sv:8080/jspui/bitstream/11715/446/1/4.%20Resena%20metodologica%20sobre%20los%20grupos%20focales.pdf>
- Martínez, N. (2015). Las diferencias individuales y el aprendizaje. Recuperado el 08 de Abril de 2017 de <http://www.redicces.org.sv/jspui/bitstream/10972/2057/1/4.%20Las%20diferencias%20individuales%20y%20el%20aprendizaje.pdf>
- Minuchin S. (1974), *Familias y Terapia Familiar*, Harvard University Press, Cambridge, Mass .; Trad. *Famiglia y terapia de la famiglia*, Astrolabio, Roma, 1981.
- Minuchin, S. (1979). *Familias y Terapia Familiar*. México: GEDISA Mexicana. Salvador Minuchin.
- Penn, C. et al. (2002). An exploratory study of female partner aggression: The role of relationship dynamics. Master of Science in Human Development. Faculty of the Virginia Polytechnic Institute.
- Pereira, X; Tapia Villanueva, L; Poulsen, G; Armijo, I; Sotomayor, P; (2009). Resolución de Entrampes en Parejas en Conflicto: Aproximaciones desde las parejas y los terapeutas. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XVIII(1) 101-114. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921792001>

- Rehman US, et al. The marital context of depression: Research, limitations, and new directions. *Clinical Psychology Review*. 2008;28:179–198. doi: 10.1016/j.cpr.2007.04.007.
- Revista electrónica en América Latina especializada en comunicación, *Razón y Palabra*, 2011. Pensamiento sistémico y comunicación. Recuperado de <file:///C:/Users/EQUIPO/Downloads/PAUL%20W%20COMUNICACION%20HUMANA.pdf>.
- Rojas, M C; (2013). Parejas de hoy: conflictos y diversidad. *Vínculo - Revista de NESME*, 10() 30-34. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139437793006>
- Salazar, M. (2014). Modelos sistémicos – Terapia familiar. Recuperado de <https://es.slideshare.net/MariaElenaSalazar/modelos-sistemicos>
- Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación*, (6ta ed.). D.F., México: McGraw Hill
- Schneider, F., Gruman, J., y Coutts, L. (Eds.). (2012). *Psicología social aplicada: Comprender y abordar los problemas sociales y prácticos*. Thousand Oaks, California: SAGE Publications, Inc
- Serrano X. (2013) Conflictos de pareja y conflictos sexuales [Obtenido de: sexualeshttp://www.esternet.org/pareja_conflictos.htm](http://www.esternet.org/pareja_conflictos.htm).
- Simon, F. Et al (2002). *Vocabulario de terapia familiar*. Barcelona, España: Editorial Gedisa.
- Tapia, L. (2008). *La evaluación del Ajuste marital (AM)*. Series de Investigación Clínica en Terapia de Pareja N°1. Santiago de Chile, Ed. Facultad de Psicología. Universidad del Desarrollo. (En prensa)

- Vangelisti, A. L. (2015). Communication in personal relationships. In M. Mikulincer, P. R. Shaver, J. A. Simpson, & J. F. Dovidio (Eds.), *Interpersonal relations. APA handbooks in psychology: Vol. 3. APA handbook of personality and social psychology* (pp. 371e392). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Vera, C. (2010). *Satisfacción marital: factores incidentes*. (Tesis de licenciatura). Universidad del Bío Bío, Chillán
- Vogel DL, Karney BR. Año Demands and withdrawal in newlyweds: Elaborating on the social structure hypothesis. *Journal of Social and Personal Relationships*. 2002;19:685–701.
- Wai-Yung Lee, George M. Simon. (1998). *El arte de la terapia familiar*. Barcelona, España: Editorial Paidós