



Universidad del Aconcagua

Facultad de Psicología

Mendoza, Argentina

2018

Tesina de Licenciatura en Psicología

**“Asertividad y
satisfacción marital
en una muestra de
parejas
heterosexuales de
Mendoza”**

Directora: Mgter. Sonia Fernández

Alumna: María Yanela Trubiani

Tel: (0261) 152176916

E-mail: yanelatrubiani@hotmail.com

ÍNDICE

Carátula	1
Título	2
Hoja de evaluación	3
Índice	4
Resumen	7
Abstract	8
Agradecimientos	9
Introducción	10
Primera parte: Marco teórico	12
Capítulo 1: Parejas	13
1.1. Introducción.....	14
1.2. Definición de pareja.....	15
1.3. La pareja como sistema.....	16
1.4. Anatomía de la pareja.....	18
1.5. Etapas de la pareja.....	23
1.6. Conflictos en la pareja.....	27
1.6.1. Fin de la pareja: Separación.....	32
1.7. Elementos para el establecimiento de una relación de pareja sana.....	35
1.7.1. Nivel individual.....	36
1.7.2. Nivel relacional.....	38
1.8. Conclusiones.....	41
Capítulo 2: Satisfacción marital	43
2.1. Introducción.....	44
2.2. Concepto de Satisfacción marital.....	45
2.3. Satisfacción marital en la pareja.....	46
2.3.1. ¿Cuándo una relación de pareja puede considerarse satisfactoria?....	47
2.3.2. ¿De qué manera influye la Satisfacción marital en una pareja?.....	47
2.3.3. ¿Cuáles son aquellos factores o elementos que influyen en la Satisfacción marital?.....	48
2.4. Curva de Satisfacción marital.....	53

2.5. Insatisfacción en la pareja.....	54
2.6. Conclusión.....	57
Capítulo 3: Asertividad.....	60
3.1 . Introducción.....	61
3.2 . Concepto de asertividad.....	62
3.3 . Modos básicos de comportamiento.....	63
3.4 . Componentes de la conducta asertiva.....	67
3.5 . Asertividad y comunicación.....	68
3.6 . Asertividad en la pareja.....	69
3.6.1 La expresión de sentimientos positivos y negativos.....	73
3.7 . Conclusión.....	74
Segunda parte: Metodología.....	77
Capítulo 1: Método y procedimiento.....	78
1.1. Introducción.....	79
1.2. Preguntas y objetivos.....	79
1.2.1. Preguntas de investigación.....	79
1.2.2. Objetivos de investigación.....	79
1.2.2.1. Objetivo general.....	79
1.2.2.2. Objetivos específicos.....	80
1.3. Método.....	80
1.3.1. Enfoque.....	80
1.3.2. Tipo de estudio.....	80
1.3.3. Diseño de investigación.....	81
1.3.4. Selección de la muestra.....	81
1.4. Instrumentos.....	82
1.4.1. Escala de interés.....	82
1.4.2. Escala de asertividad de Rathus.....	82
1.4.3. Cuestionario de satisfacción marital.....	84
1.5. Procedimientos.....	84
1.6. Análisis de datos.....	85
Capítulo 2: Presentación y discusión de los resultados.....	86

2.1. Introducción.....	87
2.2. Presentación de resultados.....	87
2.2.1. Caracterización de la muestra.....	87
2.2.2. Descripción del grado de asertividad existente.....	96
2.2.3. Descripción del nivel de satisfacción marital.....	98
2.2.4. Asociación entre asertividad y satisfacción marital.....	99
2.3. Discusión de resultados.....	105
2.4. Conclusiones y propuestas.....	112
Tercera parte: bibliografía y anexos.....	116
1. Bibliografía y fuentes de información.....	117
2. Anexos.....	123

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como principal objetivo aportar conocimiento científico acerca de la asertividad y la satisfacción marital en los miembros de una muestra de parejas heterosexuales de Mendoza, teniendo como hipótesis que existe asociación entre los niveles de asertividad y los niveles de satisfacción marital de los miembros de las parejas. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, siendo un estudio no experimental-transversal con alcance descriptivo-correlacional. La muestra fue no probabilística-intencional compuesta por los miembros de 30 parejas heterosexuales mayores a 24 años que tuviesen al menos un hijo en común y que hubieran compartido al menos 3 años de convivencia o matrimonio. Para responder a los objetivos de la misma se procedió a la administración de las siguientes escalas: escala de interés, escala de asertividad de Rathus (R.A.S.) y cuestionario de satisfacción marital de Lazarus. En el análisis de los datos se obtuvieron estadísticos descriptivos tales como media estadística, desviación estándar, máximos, mínimos, frecuencias absolutas y frecuencias porcentuales; a su vez se llevaron a cabo pruebas de normalidad y diferentes pruebas de hipótesis. Es así que se obtuvo un puntaje medio de asertividad, mientras que el nivel de satisfacción fue alto. Al verificar la asociación entre dichas variables, se observó que si bien existe una correlación positiva muy débil, la misma no es significativa. Por lo tanto se concluyó con que no es posible asumir la asociación entre las variables, lo que sugiere rechazar la hipótesis de la presente investigación.

Palabras clave: parejas, asertividad, satisfacción marital.

ABSTRACT

The main objective of this research was to provide scientific knowledge about assertiveness and marital satisfaction in members of a sample of heterosexual couples in Mendoza. The hypothesis was there is an association between levels of assertiveness and levels of satisfaction marriage of the members of the couples. The focus of the research was quantitative, with non-experimental-transversal design and descriptive-correlational scope. The sample was non-probabilistic-intentional and it was composed by the members of 30 couples over 24 years who had, at least, one child in common and who had shared at least 3 years of coexistence or marriage. The instruments used were: scale of interest, Rathus assertiveness scale (R.A.S.) and Lazarus marital satisfaction questionnaire. In the analysis of the data, descriptive statistics were obtained such as statistical mean, standard deviation, maximums, minimums, absolute frequencies and percentage frequencies. Likewise, tests of normality and different hypothesis tests were carried out. Thus, a middle score of assertiveness was obtained, while the level of satisfaction was high. When verifying the association between these variables, it was observed that although there is a very weak positive correlation, but it is not significant. Therefore, it was concluded that it is not possible to assume the association between the variables, which suggests rejecting the hypothesis of the present investigation.

Keywords: couples, assertiveness, marital satisfaction.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar quiero agradecer a Dios, por su permanente compañía, inmenso amor e inigualable fidelidad no sólo en la carrera sino a lo largo de la vida.

A mis amadas hijas Emilia y Josefina, quienes fueron inspiración y motor sin igual para que este sueño fuera posible. Agradezco desde lo más profundo de mi corazón a mi esposo Ezequiel, mi compañero de vida. Por cada consejo, palabra de aliento y constante apoyo que hicieron que este camino sea más liviano gracias a su compañía.

A toda mi familia, en especial a mis padres, quienes me brindaron las herramientas necesarias para poder formarme como profesional, pero por sobre todo como ser humano. Les agradezco infinitamente Zulma y Freddy por cada esfuerzo que hicieron en el camino de educarme. Gracias papá por hacerlo posible, lo logramos.

A los padres que me dio la vida, les agradezco por cada momento en que su compañía hizo la diferencia en mi vida, gracias Susy, Lito, Dari y Peggy.

A quienes estuvieron en cada momento, me motivaron a ser mejor persona y enseñaron infinitas lecciones, mis amigos. Gracias Pompi, Gonza, Juli, Leo, Ana Paula, Yésica, Luciana, Anita, Caro, Suyai, Lauri.

A mi querida directora Sonia Fernández, por compartir sus experiencias y conocimientos, por guiarme, enseñarme, y sobre todo acompañarme en cada momento, demostrando así no sólo profesionalismo y excelencia en su trabajo, sino que por sobre todo una gran calidad humana.

Agradezco a cada pareja que participó y colaboró con la investigación, abriendo las puertas de su intimidad de manera desinteresada, posibilitando el surgimiento del presente trabajo. A todos y a cada uno se le agradece por la valiosa experiencia y aporte que generó con su participación.

Y por último a cada profesor que sembró en mí alguna inquietud, que me transmitió valores y contribuyó de una manera u otra para formarme como persona y profesional. A ellos GRACIAS.

INTRODUCCIÓN

Estudiar el grado de asertividad que tienen las personas a la hora de transmitir sus ideas y sentimientos, y la percepción que tienen los sujetos sobre su relación de pareja en términos de satisfacción – insatisfacción, es una de las áreas de intereses que los profesionales de la salud debieran considerar indagar. Esto se debe a que en los últimos años se ha observado un incremento significativo en las consultas de pareja. Una de las principales dificultades que presentan las parejas en relación a esto, se encuentra vinculada con la forma de comunicarse, afectando directamente la calidad y duración de la pareja. Este fenómeno bastante actual en la Argentina del 2018, tiene que ver con la falta de entendimiento mutuo provocado por la dificultad en la clarificación y exposición de las ideas y sentimientos donde no sólo se brinde un espacio para ser expuestas, clarificadas y así mismo respetadas, sino también en la imposibilidad de hacerlo respetando al otro interlocutor como ser humano merecedor de un trato digno, pudiendo afectar de manera significativa no sólo la percepción que tengan de la pareja, sino también la continuidad de la misma.

Según los aportes de Gilbert Tordjman (1981) la constitución del vínculo amoroso o pareja, es mucho más que la adición de dos sujetos, es decir, va más allá de los aportes individuales ya que éstos son llamados a conformar un vínculo propio. Dicho vínculo se construye a partir de una organización interna propia y diferente a la de cada uno por separado, y con miras hacia el futuro, es decir, con proyección hacia el mañana.

Una pareja es un vínculo sentimental que une a dos sujetos, en donde ambos satisfacen una serie de necesidades. En este sistema, entran en juego una serie de reglas que ambos deben acordar, ya sea implícita o explícitamente, la posibilidad de expresarlas depende en parte de sus comportamientos asertivos. Según Opazo (1996), se considera a la asertividad como “la capacidad de poder expresar lo que uno piensa y siente, y cuando se es capaz de defender con decisión y firmeza sus derechos, sin atropellar los derechos de los demás” (p.6). Que los sujetos sientan este espacio de pareja como un lugar en donde su opinión sea escuchada, valorada y tenida en cuenta,

será un factor determinante para la percepción positiva del vínculo que han establecido. Se entiende por satisfacción marital a la percepción que ambos miembros de la pareja tienen en relación a ésta en términos de satisfacción e insatisfacción. Conocer cada uno de estas variables en juego, posibilitará acceder a una mejor y mayor fuente de conocimientos sobre los fenómenos actuales en relación a las parejas.

Torres, Cortéz y Heredia (2013) sostienen que “la relación de pareja es uno de los lazos afectivos más importantes en la vida del ser humano ya que le permite vincularse a profundidad, además de satisfacer necesidades primordiales tales como seguridad, pertenencia, confianza, intimidad y sexualidad.” (p.1). Es por este motivo que podría pensarse como un factor de suma importancia la satisfacción marital que dicha pareja siente, debido a que no sólo se encuentran compartiendo constantemente un espacio en común, sino que temporalmente hablando pueden pasar mucha cantidad de años juntos e incluso la vida entera.

Rage-Atala (2002, citado en Torres et al., 2013) plantea que el hecho que las personas cuenten con suficientes recursos psicológicos, puede ser considerado un factor de apoyo tanto para el funcionamiento familiar como para la percepción positiva de la satisfacción marital, promoviendo de esta manera el vínculo conyugal . Por lo tanto, se podría inferir que la asertividad como recurso psicológico, podría llegar a contribuir en el desarrollo de una mejor percepción de la pareja en términos de satisfacción, abriendo la posibilidad de la contribución de grandes beneficios en torno a la pareja. Es el objetivo de la presente, determinar si esto es así.

Por último se considera necesario aclarar que el presente trabajo de investigación se ha organizado en dos grandes partes: la primera corresponde al marco teórico, el cual se encuentra dividido en tres capítulos con la información suficiente como para comprender desde lo teórico-conceptual el fenómeno presentado, siendo el tema principal del primer capítulo la pareja en la actualidad; el segundo hace referencia a la satisfacción marital y cómo influye ésta en el vínculo de pareja; por último, en el tercero, se abordará la asertividad y el rol que juega ésta en los sujetos. La segunda parte corresponde a la metodología, dividida en dos grandes capítulos en donde se exponen tanto la metodología y procedimientos utilizados, como la presentación y discusión de los resultados logrados con la investigación.

PRIMERA

PARTE:

Marco

Teórico

Capítulo 1:

PAREJA

1.1.Introducción

Desde su nacimiento, el ser humano tiene necesidad de establecer vínculos afectivos con quienes lo rodean; en primera instancia, el vínculo más significativo es el que establece con la madre o el cuidador primario (Bowlby, 1969). Sin embargo a lo largo de su ulterior desarrollo, la persona va a ir, estableciendo otro tipo de relaciones interpersonales, y entre ellas se encuentra las relaciones de pareja.

La pareja, en el sistema social actual, es considerada como una unión constituida a partir de la relación entre dos personas, comportándose de esta manera como una unidad, produciéndose dentro de la misma, relaciones diádicas entre sus miembros. Dependiendo de la cultura, las costumbres sociales, leyes y características personales se le irán dando forma a cada una de las relaciones, influyendo significativamente sobre éstas (García Higuera, 2002).

Por lo tanto se puede considerar a la pareja, como la suma de dos individuos que se asocian o se unen, dando como resultado un vínculo propio, un sistema propio. Dentro del mismo se encuentra un funcionamiento diferenciado e independiente del funcionamiento individual de los sujetos por separado.

En concordancia con lo anteriormente planteado, Minuchin y Fishman (2004) en su libro “Técnicas de terapia familiar” sostienen que:

Los nuevos compañeros, individualmente, traen un conjunto de valores y de expectativas, tanto explícitos como inconscientes, que van desde el valor que atribuyen a la independencia en las decisiones hasta la opinión si se debe o no tomar desayuno. Para que la vida en común sea posible, es preciso que estos dos conjuntos de valores se concilien con el paso del tiempo. Cada cónyuge debe resignar una parte de sus ideas y preferencias, esto es, perder individualidad, pero ganando en pertenencia. En este proceso se forma un sistema nuevo (p. 30).

La convivencia, tenida en cuenta como la decisión de vivir junto al otro, es considerada como paso decisivo en la pareja, en donde ambos sujetos deben realizar

necesariamente ajustes, redefinir reglas y pautas de interacción, posibilitando el surgimiento de un nuevo sistema: el conyugal. Es a esta etapa de la pareja donde se le brindará mayor importancia en el presente trabajo.

Por lo tanto, si se tiene en cuenta que todos los seres humanos se sienten inclinados en algún momento de su vida a la conformación de un vínculo sentimental u amoroso, se debe considerar a la pareja como un elemento importante a indagar en el ámbito de la psicología para una mejor comprensión del fenómeno. Es por tal motivo que, en el presente capítulo, se realizará una revisión sobre algunos de los aspectos más relevantes a tener en cuenta en la pareja, focalizando en aquellos elementos que revisten de mayor interés a los fines de la presente investigación.

1.2. Definición de Pareja

La pareja como tal, suele pensarse como un concepto algo evidente, en donde al momento de mencionar el término, casi cualquier persona podría dar una definición de lo que cada uno a nivel personal considera como tal. Sin embargo es importante poder definirla para poder aclarar cuáles son aquellos componentes presentes en su definición que juegan un papel importante en la misma.

Al hablar de pareja o matrimonio, se hace referencia a aquellas personas que han decidido voluntariamente conformar un vínculo con una relativa permanencia en el tiempo, y estén experimentando la convivencia, independientemente que exista o no matrimonio en el sentido estricto de la palabra. Por lo tanto ambos términos se van a utilizar a lo largo del trabajo de manera indistinta, sin hacer distinción del estatus legal de la pareja.

La Real Academia Española, define al término “pareja” como: conjunto de dos personas, animales o cosas que tienen entre sí alguna correlación o semejanza. Dicha definición pone en relieve aquellas similitudes que traen consigo los

miembros de la pareja, sin embargo, no puede dejarse de lado las diferencias que cada uno de los miembros presenta a la hora de conformarla.

Desde un punto de vista sistémico, Biscotti en su libro *Terapia de pareja una mirada sistémica* (2006) propone pensar a la pareja como:

Una construcción relacional sostenida por ambos miembros a través de:

- a) La definición que cada uno se da a sí mismo y le da al otro (“yo quiero que me veas, me pienses, me sientas así”)
- b) La definición que cada uno tiene del otro (“yo te veo, te pienso, te siento así”)
- c) La definición que cada uno recibe del otro (p. 14)

Biscotti (2006) propone considerar a la pareja como un lugar de sostén de la identidad de sus miembros, contemplando que si bien no es el único lugar donde esto ocurre, sí es uno de los más importantes. Esto se debe a que se considera a la identidad como el resultado “del interjuego de entre lo que nos decimos que somos, lo que nos han dicho y lo que nos confirman los contextos” (p.14).

De esta manera tal autor considera a la pareja como un interjuego tanto de los aspectos relacionales, es decir las interacciones que surgen en este espacio en común, como las creencias posibilitadas por dichas interacciones, entendidas como las definiciones que los sujetos tienen tanto de sí y el otro como de la relación.

Se tomará como referencia en el presente trabajo esta última definición, propuesta por Omar Biscotti (2006), considerándola como un valioso aporte para la comprensión del sistema pareja, entendiendo que tal concepción responde a una epistemología tanto constructivista como sistémica del fenómeno en cuestión.

1.3.La pareja como sistema

Las familias según Minuchin y Fishman (2004) están compuestas por sistemas multi individuales de suma complejidad, pero éstas a su vez son subsistemas de una red de sistemas mucho más amplias como lo son el vecindario, la familia de origen, entre otras. Según tales autores el sistema familia está configurado a partir de diferentes subsistemas dentro de la misma los cuales denomina “holones”, tales subsistemas serían:

- ✚ Holón individual
- ✚ Holón conyugal
- ✚ Holón parental
- ✚ Holón de los hermanos

Partiendo desde esta perspectiva, se analizarán y estudiarán los fenómenos del holón Conyugal, es decir, el subsistema conformado por la pareja.

A partir de tal enfoque, se considera que la pareja no está constituida por la suma de dos individuos, sino que por el contrario éstos están llamados a constituir un sistema propio conformado por reglas específicas.

Desde la perspectiva conductual-sistémica planteada por Bornstein y Bornstein (1992) se propone el estudio de la pareja en términos relacionales, poniendo en relieve los procesos interactivos intervinientes, no descartando a su vez los factores individuales que entran en juego en tales interacciones. Tales fundamentos se basan en la comprensión de que la conducta de los miembros de la pareja no ocurre en el vacío o de manera aislada, sino por el contrario, siempre suceden en relación a otras cosas, personas y situaciones, comprendiendo que cualquier tipo de cambio que se ejerza sobre la conducta, repercutirá sobre el sistema pareja.

En concordancia con lo anteriormente mencionado, Estrella (2013) afirma que la pareja está compuesta por dos individuos en cuyo lazo existe una interdependencia entre ambos miembros, produciéndose ésta en un contexto dialéctico, en donde la relación es transformada de igual manera que los individuos, dando como resultado procesos tanto a nivel individual como a nivel pareja.

De la Espriella (2008) menciona que la pareja es un sistema diferente al de la familia, ya que la primera tiene dinámicas que le son propias y que necesariamente deben ser no sólo contempladas como tales, sino también abordadas y estudiadas de forma independiente a la segunda. Es por eso que es necesario considerar a la pareja como un sistema con roles, reglas y organización significativamente diferentes a las de la familia, sistema que a su vez se relaciona con otros sistemas aún más amplios como lo son la familia extensa, el vecindario, etc.

Al momento de establecer una relación y dar comienzo a la convivencia creando un proyecto de vida en común, es necesario que ambos miembros comiencen el establecimiento de nuevos roles, esta vez como cónyuges, para aprender a desempeñar éste nuevo papel (Garrido Garduño, Reyes Luna, Ortega Silva y Torres Velásquez, 2007) considerando esto como esencial para hacer frente a este nuevo estilo de vida a fin de lograr un acoplamiento entre ambos miembros de la pareja.

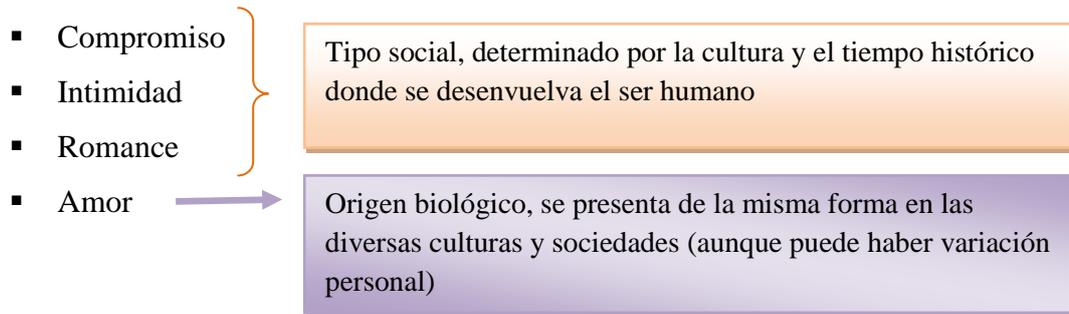
Por lo tanto se contemplará a la pareja no sólo como un sub sistema perteneciente a la familia, sino a su vez como un sistema propio con un modo de funcionamiento significativamente diferente a ésta. Es por tal motivo que se ha considerado la palabra “holón” propuesta por Minuchin y Fishman (2004), como término que facilita la comprensión del fenómeno pareja, entendiendo a éste como *algo que es una parte, pero a su vez un todo*.

1.4. Anatomía de la pareja

Se entiende por anatomía de la pareja, a aquellos elementos que se consideran fundamentalmente parte de la pareja, los cuales están presentes en la mayor parte de los vínculos existentes (Fernández, 2009). Diversos autores han hecho referencia a cuales pueden ser considerados elementos conformantes en una pareja, entre ellos se encuentran diferentes posturas, las cuales si bien no coinciden necesariamente en su tipología, sí coinciden en determinados elementos.

A continuación se presentarán dos posturas o tipologías diferentes, aunque relacionadas, pertenecientes a Maureira Cid (2011) y a Fernández (2009).

Maureira Cid (2011) propone que un vínculo amoroso se basa fundamentalmente en cuatro componentes generados a partir de una combinación entre cultura y biología:



Según tal autor, los primeros tres componentes se consideran de tipo social y éstos dependerán fundamentalmente de la cultura en a la que pertenezca la pareja, dentro de estos últimos se consideran de suma importancia para una relación madura el compromiso y la intimidad. El último componente, es decir, el amor, es considerado independiente de la cultura, ya que se lo estima como un componente biológico, específico de cada individuo en particular.

Teniendo en cuenta lo mencionado, se podrá definir cada uno de estos cuatro componentes de la siguiente manera:

- **Compromiso:** tiene que ver con la responsabilidad e interés que se tengan por la pareja y la decisión de mantenerlos a lo largo del tiempo a pesar de las diferentes dificultades por las que se pueda llegar a atravesar como pareja, debido a que predomina una creencia de que la pareja es especial (Yela, 1997, citado en Maureira Cid, 2011)
- **Intimidad:** hace referencia a la capacidad de sentir seguridad de la pareja, de tener la posibilidad de expresar asuntos personales en donde se brinde un espacio en donde prevalezcan la confianza y la seguridad en el otro, sintiéndose apoyados y comprendidos.
- **Romance:** tiene que ver con el conjunto de comportamientos o acciones que son determinantes a la hora de demostrar interés en alguna persona,

demostrando a su vez un posterior deseo en continuar con el vínculo sentimental. Estos comportamientos van a estar determinados por la sociedad a la cual pertenezcan ambos miembros de la pareja.

- **Amor:** de origen biológico, por lo que dependerá de la estructura cerebral de cada individuo, considerándolo independiente de cualquier tipo de cultura y contemplándolo como un proceso no sólo perteneciente a los seres humanos, sino también que se observa en otras especies del reino animal.

Cabe señalar, que si bien se espera que una relación contenga los cuatro elementos, se considera posible que existan relaciones en dónde sólo aparezca alguno o la mezcla de algunos elementos.

Fernández (2009) en cambio, propone una serie de elementos que hace a la constitución de la pareja haciendo referencia a una serie de ingredientes presentes en ésta, que permiten observar las posibles áreas de generación de conflictos. Se considera importante tener en cuenta que si bien a modo ilustrativo se clasifican como elementos independientes, en la realidad sería imposible considerarlos como elementos separados, ya que son interdependientes. Los elementos en cuestión son:

- a) **El interjuego relacional:** ambos miembros de la pareja traen consigo dos sistemas diferentes provenientes de sus respectivas familias de origen. En este encuentro de dos personas va a ser necesario que logren fusionar o ensamblar ambos sistemas pudiendo generar el suyo propio, logrando así el surgimiento de un nuevo sistema.
- b) **El amor o enamoramiento:** se considera necesario aclarar la importancia de mencionar ambos sucesos que suelen ocurrir al comienzo de toda relación. Sin importar los años que lleve la pareja, ambos elementos (amor y enamoramiento) van a ir variando a lo largo del tiempo. Comprender que estas variaciones son partes naturales y esperables en toda relación es importante para aceptar y tolerar estos cambios en la pareja.

Este ingrediente de la pareja también lo menciona Maureira Cid (2011) como romance y amor, ambos componentes existentes sobre todo en los comienzos de la pareja y que al igual que Fernández (2009) coincide acerca de la variación de ambos a

través del tiempo en la pareja como un factor que necesariamente tiene que tenerse en cuenta.

Considerando al amor como una emoción, García Higuera (2002) señala que como tal, debe entenderse como variable a lo largo del tiempo. Si bien se la puede considerar como un componente fundamental para un buen inicio en la pareja, no necesariamente se lo puede apreciar como un factor base para la constitución de una pareja duradera y feliz.

- c) **El apego:** tal y como se mencionó en la introducción, el ser humano desde el comienzo de su vida tiene la necesidad de establecer vínculos, y si bien en un comienzo este vínculo se establece con su cuidador primario (Bowlby, 1969), con el paso del tiempo este vínculo de apego se establece con su pareja. La pareja de ésta manera pasa a ser para el sujeto su sostén principal y quien brinda seguridad y contención tanto en los buenos como en los malos momentos.

Fernández (2009) opina al respecto:

La pareja es el sistema donde en mayor medida se da un fuerte apego tan parecido como el de la primera infancia, ya que es aquí donde se reactualizan y se reconstruyen caricias, contacto físico, miradas con la sensación de ser entendido y toda una serie de conductas que cultivan la sensación de un vínculo afectivo complementario (p.37)

García Higuera (2002) aclara que es un elemento importante en la constitución de la pareja, considerando el apego como una suerte de apoyo mutuo, en donde se lleva a la práctica este compromiso de estar tanto en la salud como en la enfermedad, en la riqueza como en la pobreza, en la tristeza como en la felicidad. Considerando de esta manera al otro como el principal apoyo ante las dificultades o amenazas que presente su pareja.

- d) **La intimidad:** hace referencia a la sensación de seguridad y confianza que se tienen ambos miembros de la pareja. Es uno de los elementos que también menciona Maureira Cid (2011) como elemento integrante de la pareja. Se

relaciona con la posibilidad de expresarse de manera libre, compartiendo momentos específicamente que atañen a la pareja.

En concordancia con lo mencionado, otro autor, Gottman, (2012) considera el matrimonio, como aquella relación en que ambos sujetos se sienten cómodos siendo ellos mismos, es decir, tomando a la pareja como un espacio en donde ambos deberían sentirse a salvo mostrándose tal cual son. Siguiendo los lineamientos de García Higuera (2002) la intimidad podría considerarse como un elemento importante para la constitución de una relación duradera.

- e) **El cuerpo:** se lo considera uno de los aspectos específicos del sistema pareja, debido a que se relacionan con el cuerpo a través del sexo. Existe una tendencia monogámica en las parejas estables.

Es considerada una de las características propias de la pareja según García Higuera (2002) teniendo en cuenta que cuando las relaciones sexuales suceden fuera de la pareja, pone seriamente en peligro la continuidad de la misma.

- f) **La paternidad/maternidad:** es considerada un factor de suma importancia en la pareja, ya que introduce a los cónyuges en un nuevo sistema: el parental. Este sistema es significativamente diferente al anterior porque los introduce en nuevos roles, ya que, no sólo se consideran pareja, sino que también serían padres ahora.

Según García Higuera (2002) puede ser uno de los factores que posibilitan la necesidad de la conformación del vínculo de pareja, aunque según este autor en los últimos años esta tendencia ha ido en decadencia en algunos países del mundo.

- g) **Los bienes materiales:** son elementos que sirven para evaluar el nivel de proyección que tiene la pareja. También posibilitan observar la relación en términos de simetría o complementariedad, y cuál es el papel que juega el poder en la misma.

Considerado por García Higuera (2002) como un elemento que puede o no estar respaldado legalmente, los bienes materiales pueden compartirse entre los miembros de la pareja como un compromiso económico entre ambos.

- h) **Objetivos personales:** al momento de conformar la pareja, cada uno de los integrantes trae consigo una serie de objetivos o metas personales respecto no sólo de cuál será su desempeño en la pareja, sino también de lo que se espera de ésta. Se considera de suma importancia conjugar las metas de ambos, de manera que se acoplen no sólo los objetivos que tienen en común, sino también los personales de cada uno. Es necesario aclarar que estos objetivos van a ir cambiando conforme la pareja vaya atravesando los diferentes momentos evolutivos de la misma.
- i) **La capacidad de comunicarse y resolver conflictos:** según Fernández (2009), “se trata de los acuerdos que entre dos personas pueden lograr a la hora de tomar decisiones (...) construyendo una modalidad para tomar decisiones, que de alguna manera debe ser siempre aceptadas por los dos” (p.41). La modalidad que utilicen, será propia de cada pareja.

García Higuera (2002) considera que ante la aparición de diferentes tipos de conflictos, la pareja pone en marcha diversos tipos de mecanismos que tienen como objetivo resolver el inconveniente (tales como las habilidades comunicacionales, o de resolución de problemas). Cuando no lo logran resolver, surge entonces una tendencia que no sólo mantiene el problema, sino que lo agrava.

- j) **El compromiso con la pareja:** es otro de los componentes compartidos con Maureira Cid (2011). Hace referencia a la presencia de responsabilidad e interés que se manifiesta en la relación con el otro. Tiene que ver con la decisión de pertenecer y permanecer en pareja pese a las dificultades por las cuales se atraviese.

1.5.Etapas de la pareja

La pareja como sistema complejo pasa a través del tiempo, por una serie de etapas. Diferentes autores han hecho conceptualizaciones acerca de éstas. A continuación se presentaran algunas de ellas.

Linares (2010) propone una clasificación basada en 4 etapas, de las cuales considera que las dos primeras: enamoramiento y amor, se encuentran casi inevitablemente en toda pareja, mientras que las otras dos etapas: desamor y litigio, no necesariamente estén presentes, aunque si revistan de interés clínico para el terapeuta. En resumen las etapas que propone son:

- ✚ **Enamoramiento:** definido como “un estado psico-relacional que conjuga alegría con deseo, excitación y una sensación de bienestar, todo ello en presencia de la persona que lo provoca o evocado por su representación mental” (Linares, 2010, p.76). Considerado por el autor como tamizado de fuertes emociones negativas que a su vez despiertan en el sujeto fuertes sentimientos de amenaza de pérdida del ser amado, lo cual podría tener como consecuencias conductas hostiles y hasta depresión.
- ✚ **Amor:** esta etapa es la considera de mayor plenitud y madurez en la pareja, en la cual hay un predominio del sentimiento de aceptación tanto de los aspectos positivos como negativos. Se puede encontrar una mayor consolidación en la pareja.
- ✚ **Desamor:** hace referencia a una evolución negativa del amor, teniendo como posibles consecuencias la separación y el divorcio de la pareja.
- ✚ **Litigio:** si dicha relación hace crisis instaurándose el desamor, transitando una re conversión que iría desde la conyugalidad a la post conyugalidad con una adecuada gestión, o, si por el contrario si esta reformulación de la pareja no se logra realizar de manera armoniosa como post conyugal se entrará en esta cuarta etapa llamada litigio, donde habrá un predominio de nuevos componentes emocionales, caracterizados por una suerte de enamoramiento a la inversa.

Según las investigaciones de Yela (1997, citado en Maureira Cid, 2011) se pueden referenciar 3 fases o etapas presentes en una pareja:

Tabla 1: fases presentes en la pareja según Yela

Primera fase: ENAMORAMIENTO	Segunda fase: AMOR PASIONAL	Tercera fase: AMOR COMPAÑERO
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Etapa que va desde 1 a 4 años aproximadamente ▪ Sobresale el amor y romance 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Etapa que abarca desde la primera etapa hasta 6 años ▪ Encontramos amor, romance, complicidad y aumento de compromiso 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desde los 6 años en adelante ▪ Encontramos moderado amor y romance, pero aumento de intimidad y compromiso.

El mismo autor señala que a partir de esta tercer y última etapa la pareja puede:

- Estabilizarse como amor compañero
- Evolucionar como amor amistoso (hay compromiso y complicidad, sin romance ni amor)
- Relación de convivencia (sólo compromiso)
- Ruptura de la relación

Biscotti (2009) en su libro “Terapia de pareja una mirada sistémica”, propone un proceso vital de la pareja moderna. Según Quintero Velásquez (1997, citado en Biscotti, 2006) en el grupo familiar se encuentra una permanente interacción tanto a nivel interno como externo siendo afectado cada uno de los integrantes por los cambios que son generados en unos. Se considera por este motivo que tanto el desarrollo, como el crecimiento y funcionamiento familiar, se verán afectados tanto a nivel individual como social y cultural.

Tal autor, propone de ésta manera un ciclo vital de pareja conformado por 7 etapas, las cuales se aclara que no son necesariamente aplicables a todas las situaciones o estratos, entendiendo la necesidad de apelar y adaptarse a las singularidades culturales, sociales e inclusive a la idiosincrasia individual y familiar del sistema. Las 7 etapas en cuestión son:

- ◆ **Luna de miel (entre 1 y 3 años):** en la presente etapa, la pareja se encuentra atravesando por agradable momento, en donde se considera

adecuada tanto la relación sexual como afectiva entre sus miembros. Suele predominar un sentimiento de compañerismo mutuo en donde ambos miembros son de suma importancia para el otro. Se observa mayor tolerancia entre ellos y las relaciones con las familias de origen suelen ser muy agradables y cordiales. En esta etapa el trabajo es importante, ya que se busca cierta estabilidad económica. Predominan el romanticismo y los deseos de agradar y aceptar al otro.

- ◆ **La crisis (entre 4 y 7 años):** coinciden con la llegada de los hijos, lo cual motiva el surgimiento de grandes cambios en el sistema: hay mayores gastos, mayor desencanto sexual, y comienza una observación más madura del otro y de sí mismo. La presente fase es conocida como la terminación de la luna de miel, donde disminuye significativamente el romanticismo, y donde los hijos, amigos, proyectos o inclusive el trabajo, son más importantes que el compañero/a.
- ◆ **Calma en el hogar (entre 8 y 10 años de la unión):** la familia ya posee al menos dos hijos y se percibe cierta calma y rutina. Hay mayor estabilidad económica producto de que la mujer ha salido a trabajar y puede contribuir así con la economía del hogar. Hay un enfriamiento del amor y del romanticismo en la pareja, ya que ésta está mayormente centrada en los hijos, siendo ellos las personas más importantes para sus padres. Aún así es posible observar mayor seguridad tanto personal como sexual junto a la pareja.
- ◆ **Un feliz matrimonio, pero... (de 11 a 14 años unidos):** los integrantes de la pareja se encuentran ya en una etapa madura, en donde se encuentran generalmente centrados tanto en sus trabajos como en la crianza de sus hijos. No se dan cambios significativos, sino más bien, la pareja se encuentra sumergida en la rutina. Pese a esto se logra en esta etapa percibir a la familia como un lugar de protección y soporte ante las demandas y presiones externas.
- ◆ **Consolidación (entre 15 y 19 años de convivencia):** coincide con la entrada de los hijos a la adolescencia, por lo cual se encuentra un mayor alejamiento en la pareja en su función de padres y los hijos, por la mayor

independencia de éstos. Estos cambios generan un mayor acercamiento entre los miembros de la pareja como amigos, confidentes, compañeros y amantes posibilitando que comiencen nuevamente a pensar en ellos como pareja antes que padres.

- ◆ **Dulce hogar (de 20 a 28 años):** si bien no todas las parejas, logran llegar a esta fase, es importante aclarar la importancia del afecto y el respeto en la misma. Las relaciones suelen ser más cordiales y amistosas entre sus miembros y con sus hijos, luego de superar lo que se conoce como la etapa del nido vacío. Se realiza una mayor reflexión e introspección pensando en cómo sobrellevar la próxima etapa.
- ◆ **Retiro del trabajo e independencia de los hijos (más de 30 años):** en cada pareja que llegue hasta la presente etapa, uno de los miembros envejece más rápidamente. Si bien la pareja en esta etapa sale y dialoga menos, peleando con mayor frecuencia, es menos probable que en cualquier otra etapa que se separen. Esto puede deberse a que sería percibido como algo innoble ya que esto supone que si han podido llegar hasta este momento como pareja, cómo es posible que no sigan ya hasta el final.

Se considera en este punto aclarar algunos datos de relevancia que aporta el mismo autor. En relación a la viudez, se estima que es más esperable que sean las mujeres quienes enviuden más que los hombres (salvo que se hayan establecido su unión con un hombre más joven), siendo ellas quienes tienen mayores probabilidades de conformar una nueva pareja una vez que hayan enviudado, en el caso de las parejas heterosexuales. La viudez en esta última etapa no es algo que pueda tomarse por sorpresa, ya que en numerables ocasiones se piensa en ello, siendo a su vez posible encontrar en ella algunas gratificaciones como mayor autonomía económica y personal.

1.6. Conflictos en la pareja

Diferentes autores han hablado acerca de los beneficios tanto en la salud mental como en la salud física, de estar casados. Sin embargo estas ventajas sólo son acertadas en el caso de que la relación no presente grandes conflictos de manera recurrente (García Higuera, 2002). Según el autor, esto se debe a que un conflicto crónico conlleva a un mayor estrés, afectando directamente sobre la salud física y mental tanto de los miembros de la pareja, como de sus hijos.

Al momento de construir una pareja, cada uno de los miembros que la conforman crean diversas expectativas acerca de su vida futura, por lo cual es necesario que se establezcan nuevas reglas a la hora de convivir, en donde toda comunicación o actividad que se realice, contribuya a la armonía familiar. De no ser considerado esto puede llegar a ocasionar la disolución o separación de la pareja (Garrido Garduño, et al., 2007).

Hoy por hoy, es necesario tener en cuenta que los factores sociales influyen significativamente en las crisis de pareja. Dos de los más importantes según García Higuera (2002) son la integración de la mujer en el proceso productivo y el mundo del trabajo y los avances sobre igualdad social de ésta respecto al hombre. También se podrían mencionar aquí fenómenos como el consumismo, condiciones precarias de trabajo, etc.

El mismo autor aclara, que los matrimonios que presenten mayores índices de conflicto, tenderán a tener mayores discusiones e interacciones conflictivas, teniendo menores posibilidades de resolver el conflicto entre ambos.

Duck (1982, citado en Aragón y Cruz, 2014) desarrolló un Modelo Topográfico de Disolución de Relaciones en el que hace referencia a los diferentes factores que detonan la disolución de la relación en cuatro aspectos:

- ✚ **Pre-existencia de fatalidad:** parejas que presentan falta de similitudes, es decir, grandes discrepancias antes de la formación de la pareja, estarían destinadas a culminar su relación en poco tiempo.
- ✚ **Fracaso involuntario:** cuando la comunicación o interacción no suelen ser eficaces para el adecuado desarrollo del vínculo.

- ✚ **Pérdida por proceso:** la relación se va desgastando a medida que pasa el tiempo y se ve desfavorecida por el conflicto.
- ✚ **Muerte repentina:** el vínculo termina abruptamente por factores fuera de control por parte de uno de los miembros de la pareja, lo que hace muy poco probable que se pueda restaurar el vínculo.

García Higuera (2002) por su parte, postula una serie de interacciones asociadas a la generación y mantenimiento de conflictos dentro de la pareja, dividiéndolas en 3 componentes: cognitivos, conductuales y fisiológicos.

Componentes conductuales:

- ◆ **Reciprocidad negativa:** hace referencia a los momentos en los que uno de los cónyuges responde de manera negativa, mientras que el otro a su vez, le contesta de una manera igual de negativa, dando como resultado una escalada de violencia. Este fenómeno es conocido como Escalada simétrica (López, Parada y Simonetti, 1995).
- ◆ **Respuestas hostiles mientras que el otro se retira o no contesta:** según el autor, este tipo de respuesta sólo tiene como consecuencia incrementar aún más los niveles de hostilidad que se están presentando en el momento de la discusión.
- ◆ **Metacomunicación:** se la considera un elemento importante a la hora de resolver problemas en el ámbito de la comunicación. Un ejemplo de esto sería explicarle a la pareja un mensaje de “no me estas escuchando” dirigido a resolver el problema, pero si éste es acompañado por señales agresivas a nivel no verbal, esta lo único que lograría sería incrementar aún más la discusión.
- ◆ **Los cuatro jinetes del apocalipsis:** planteado por Gottman y Silver (2010) el cual postula 4 componentes que pueden causar divorcio en la pareja:
 - ◆ **1er jinete “la crítica”:** ésta no hace referencia a la queja como modo de hacerle saber que la pareja se ha equivocado, sino que va mas allá, siendo algo global, en donde predominan palabras negativas hacia la pareja, como difamación de su personalidad, etc.
 - ◆ **2do jinete “la actitud defensiva”:** tiene como principal objetivo culpabilizar a la pareja, agravando aún más el conflicto.

- ◆ **3er jinete “el desprecio”**: encontramos ofensas tales como el sarcasmo, insultos, bromas hostiles, menosprecio.
- ◆ **4to jinete “actitud evasiva”**: cuando durante una discusión, se tiende a evitar el enfrentamiento sin decir ninguna palabra, bajando la mirada, evadiendo la discusión.

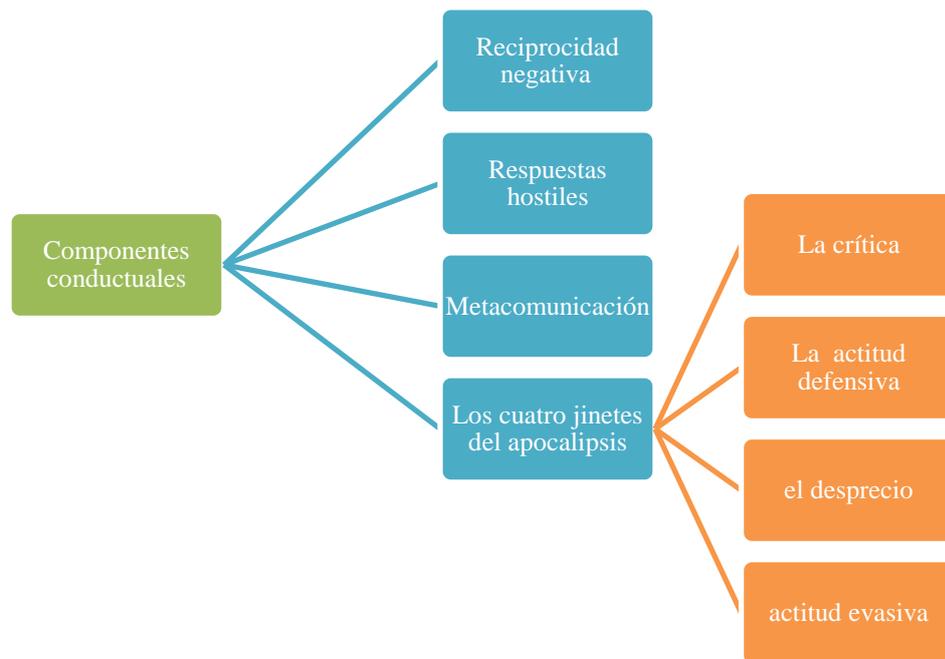


Figura 1: componentes conductuales asociados al conflicto de parejas

Componentes cognitivos:

- ◆ **La atención selectiva:** los sujetos tienden a prestar mayor atención a aquellos sucesos que les molesta o duele y subjetivamente le dan una mayor frecuencia de aparición de la que realmente es.
- ◆ **Atribuciones:** son las razones o causas que le atribuyen a determinados sucesos o acontecimientos. En las parejas con conflictos estas atribuciones suelen poseer rasgos globales, estables e internos (dependiendo el caso).
- ◆ **Expectativas:** tiene en cuenta que es lo que espera cada uno de los miembros en relación a la pareja. Si sus expectativas son negativas, contemplando que no habría ninguna manera de entenderse o resolver el problema, la pareja tenderá a no intentar buscar más soluciones o dejar de intentarlas, produciendo así el fenómeno de “indefensión”, tal y como lo plantea Seligman (2012).

- ◆ **Suposiciones y estándares:** hace referencia a las discrepancias existentes entre lo que creen que debería ser el matrimonio y lo que perciben de éste. Ésta podría ser una causa de problemas en la pareja.
- ◆ **Creencias irracionales:** planteadas por Ellis, suelen ser motivo de disputa en las parejas ejemplo: los miembros de la pareja no discuten, siempre tienen que estar de acuerdo, conocen lo que piensan y siente, etc.



Figura 2: componentes cognitivos asociados al conflicto de parejas

Componentes fisiológicos:

- ◆ Tiene en cuenta las diferencias fisiológicas existentes entre hombres y mujeres, teniendo como consecuencia la influencia en cómo ambos se relacionen. Un claro ejemplo de esto es cómo los hombres tienen mayores incrementos de la actividad autonómica ante el estrés que las mujeres, por ello los hombres se ven inclinados a evitar las situaciones que conlleven a una mayor activación (Gottman y Levenson, 1986, citado en García Higuera, 2002).

1.6.1. Fin de la pareja: Separación

Hoy por hoy, el hablar de separación o divorcio en una pareja, es cada vez más común (Bornstein y Bornstein, 1992). Según los autores Garrido Garduño et al. (2007) esto se debe a que no se llevan a cabo de manera adecuada tanto los objetivos o metas como las negociaciones en la pareja.

Biscotti (2006) considera que la pareja para toda la vida, en la actualidad se encuentra altamente cuestionada. Aunque nadie conforme una pareja para terminar con ella, ni se une en matrimonio para separarse, al parecer la disolución del vínculo antes de que la muerte los separe parece ser una opción cada vez mas considerada.

El divorcio, como fenómenos social en la actualidad, produce significativas alteraciones en la familia, afectando a cada uno de los miembros y sus personalidades, modificando el estilo de vida de todos los que la componen. El divorcio entendido como tal, consiste en la separación definitiva de la pareja (Montoya y Salcido, 2004).

El ponerle fin a una relación considerada como destructiva y dolorosa, puede que no tenga necesariamente consecuencias negativas aparejadas. En algunos casos suele suceder todo lo contrario: la experimentación de un sentimiento liberador y el sentimiento de que la vida le da a la persona una nueva oportunidad para vivir de manera diferente (Bornstein y Bornstein, 1992).

Pese a esos casos específicos, en los que el divorcio es vivido como un proceso beneficioso, la realidad es que en la mayoría de los casos se experimenta un gran dolor como resultado de la disolución de la pareja (Bornstein y Bornstein, 1992).

Las experiencias románticas en la pareja traen aparejadas un conjunto de sensaciones agradables, pero pese a esto, perder al compañero con quien se comparte diversos momentos, acarrea a su vez, una serie de sensaciones u emociones opuesta a aquel primer estado de enamoramiento. Sensaciones como el dolor, enojo y desesperación sobrevienen ante el desencanto de hacer frente a una nueva realidad, en

donde lo que se esperaba de la pareja en términos de expectativas no resultaron posibles (Argyle & Furnham, 1983, citado en Aragón y Cruz, 2014).

Diferentes autores han hecho referencia acerca de distintas situaciones que conllevan a la disolución de una pareja. Según Garrido Garduño et al. (2007) un factor determinante que influye en la disolución de la pareja es la distribución de las actividades cotidianas, involucrando en éstas aspectos de poder, economía, expectativas, entre otras.

Las aventuras amorosas pueden ser consideradas como uno de los elementos que pueden provocar mayor discordia en las parejas. Según Dattilio y Padesky (1995) la infidelidad suelen estar mayormente acompañadas al malestar en la pareja o quizá precederlas. Tales aventuras no necesariamente indican el término de una relación, pero en muchos casos puede significar el fin de la misma.

Desde el punto de vista de Bornstein y Bornstein (1992) tanto los factores cognitivos, como la reciprocidad, y la dificultad para resolver conflictos y hacer frente a los problemas, son considerados como algunos de los factores que influyen negativamente en la pareja.

García Higuera (2002) postula como fuentes que atacan directamente a la continuidad de la pareja el sexo extramatrimonial, la bebida, drogas, celos e incluso gastos indebidos por parte de alguno de los conyugues, situaciones que según el autor, amenazan con gran frecuencia la relación amorosa.

Otro de los factores que pueden provocar una situación de tensión importante en la pareja, es la ira, incluso en ausencia de violencia física, considerada como una relevante causa de tensión en los miembros de la pareja (Dattilio y Padesky, 1995)

Al momento de hacer frente a una separación, las parejas pasan por una serie de etapas en relación a dicho proceso de duelo. Según Aragón y Cruz (2014) las etapas en cuestión son 4:

- ✚ **Negociación:** se define como el primer periodo posterior al rompimiento amoroso que se caracteriza por pretensión cognoscitiva y conductual de llegar a un acuerdo de reconciliación con la ex pareja. Esta intención se basa

en el extrañamiento y anhelo de dicha persona así como por el rechazo a lo que sucede (negación), lo que facilita por un lado, que la persona reconozca que pudo haber hecho algo mal con respecto a la persona o a la relación, y por otro, provoca la experiencia de depresión y otras emociones negativas como la desesperación, la frustración y la ansiedad.

- ✚ **Hostilidad:** es el segundo estadio del duelo romántico en el que la persona reacciona en formas hostiles hacia otras personas, incluyendo intento de chantaje hacia la pareja, inventar cosas que no sucedieron o tratar de vengarse. Además la persona se aísla y trata de evitar a la gente, lo que proporciona la oportunidad de sumergirse en su tristeza, llorar, dejar de comer y auto-flagelarse. Este escenario impide que fácilmente la persona pueda hacer cosas para distraerse, hablar con otros o manejarse con cordura y tranquilidad, contribuyendo con ello a pensar que el rompimiento se dio por la presencia de una tercera persona o falta de amor.
- ✚ **Desesperanza:** esta etapa que involucra emociones negativas como la desesperación, frustración, ansiedad, decepción, resignación, desilusión, y una ausencia total de sensaciones positivas como gusto, bienestar y entusiasmo, esperanza y calma, entre otras.
- ✚ **Pseudo-aceptación:** es la última etapa del duelo romántico que incluye pensamientos de desprecio y arrogancia con respecto a la ex pareja (no encontrará a alguien como yo), al mismo tiempo que la persona se trata de resignar pues ve que no puede hacer nada al respecto, a pesar de tratar de distraerse y adaptarse a la situación. En forma simultánea, la persona siente que su rompimiento fue debido a una tercera persona o por falta de amor, lo que matiza este estadio con gran desilusión y decepción.

Vale aclarar que dichos autores postulan que, teniendo en cuenta cuales fueron las causas del rompimiento, se presentan diferencias significativas en las mencionadas etapas señalando que presentan mayor desesperanza y hostilidad quienes terminan el vínculo por infidelidad, en contraste con quienes lo hacían por otras razones como la falta de tiempo o desacuerdos.

Si se entiende que el establecimiento de la pareja implica un deseo de toda persona por tener una relación satisfactoria, el divorcio implica un aviso de que no logró ese objetivo, al menos no momentáneamente (Bornstein y Bornstein, 1992). Por lo tanto es entendible que ante tal suceso se despierten en las personas implicadas sentimientos negativos asociados a su vez de su nueva vida como divorciado, en donde los cambios implicados son tan radicales en muchas oportunidades pueden llevar a sentir la vida como un verdadero caos.

1.7.Elementos para el establecimiento de una relación de pareja sana

García Higuera (2002) considera que la salud mental y los conflictos de pareja, tienen una relación dialéctica.

Olivar (1982) plantea que se dispone de tres elementos para determinar el buen funcionamiento de una relación, es decir, su ajuste y armonía. Los tres índices que propone son:

- 1) El grado de estabilidad o duración:** se lo considera un índice totalmente objetivo, ya que es observable y a su vez brinda poca información. Se lo evalúa, en sentido negativo, es decir, por la ruptura, la separación o el divorcio.
- 2) Grado de conflictividad:** se lo considera un índice semi-objetivo al que el profesional puede inducir mediante la observación, y el diálogo a través de las entrevistas en la consulta, etc.
- 3) Grado de satisfacción o felicidad conyugal:** considerado el índice de mayor subjetividad, ya que esta percepción es proporcionada por los miembros de la pareja

El mismo autor, hace una diferenciación entre factores internos y externos que influyen en el ajuste de la pareja. A continuación se expondrá, ambos factores de

manera que se pueda apreciar y a la vez ampliar la postura y visión del autor en cuestión.

1.7.1. Nivel Individual

Se puede contemplar la higiene mental de la pareja teniendo en cuenta dos niveles distintos presentes en la relación, el nivel individual, es decir el referente al sujeto (autoestima, valores, autonomía) y el nivel relacional, es decir, contemplando a ambos miembros sumergidos en el sistema pareja y sus respectivas interacciones.

Uno de los aspectos de suma importancia que hace a la pareja tiene que ver con la familia de origen. Ésta se encuentra en relación con aquellos valores, expectativas y experiencias que traen cada uno de los sujetos consigo a la hora de conformar un nuevo sistema entre ambos. Si bien se podría pensar que este factor se debe contemplar a nivel relacional, también es necesario que se lo contemple de manera individual, ya que en la mayoría de los casos los cónyuges provienen de dos sistemas familiares muy diferentes.

Generalmente los sujetos toman como referente a la familia de origen para determinar qué es lo que desean (o lo que no desean) para la suya propia. Es por eso, que tal y como lo plantea Olson (1988), si dos personas provienen de sistemas familiares muy diferentes o con dinámicas diferentes, ésta pareja, a la hora de conformar su propia familia, estará expuesta a mayores dificultades por la falta de compatibilidad que presentan ambos sistemas de origen. Por lo que tal autor considera como indispensable que ambos sistemas encajen para determinar una relación más funcional y satisfactoria.

La autoestima, es otro de los factores individuales de trascendencia. Branden (2011), define a la autoestima como “confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos de la vida” (p.33). El mismo autor, plantea que la autoestima es

considerada como necesaria para un desarrollo normal y sano en el individuo, ya que tiene valor de supervivencia.

Branden (2011) plantea que las personas suelen sentirse atraídas por sujetos que presenta el mismo nivel de autoestima que ellos. Por lo que un sujeto con alta autoestima se sentirá atraído por una con alta autoestima también y ocurrirá lo mismo con aquellos sujetos con autoestima media y baja. Según el mismo autor “las relaciones más desastrosas son aquellas que se dan entre dos personas que se subestiman; la unión de dos abismos no formará una cima” (p.38).

Por lo tanto concluye que a mayor autoestima que presenta la persona, ésta tenderá no sólo a sentirse atraída por personas con su mismo nivel de la misma, sino que a su vez será la base para la construcción de una relación donde se encuentren buena voluntad, benevolencia y respeto. Se entiende que esto sucede de esa manera porque no se percibirá al otro como una amenaza, partiendo de la base que el respeto a sí mismo es la base para el respeto hacia los demás (Branden, 2011).

Algunos elementos a tener en cuenta para los autores Dattilio y Padesky (1995) hace referencia a los sistemas de valores, creencias y aspectos culturales de los miembros de la pareja. Poder considerar las diferencias culturales existentes entre los sujetos y contemplar el impacto que estas tienen tanto en las creencias, valores y expectativas en los mismos, posibilita el establecimiento de una mejor y mayor empatía entre los miembros de la pareja.

En conclusión, es importante aclarar que si bien se puede contemplar a la pareja como sistema considerado como un todo, es necesario que se entienda que éste mismo sistema está a su vez conformado por otro subsistema configurado por cada uno de sus miembros. La importancia de comprender el nivel individual radica en la necesidad de apreciar el fenómeno pareja tanto en su macro sistema como en el micro sistema, considerando sus creencias, autoestima, valores, etc. para no sólo lograr una visión completa de la misma, sino tener la posibilidad de comprender al otro como sujeto en su unicidad e idiosincrasia.

1.7.2. Nivel relacional

Se explicará el nivel relacional de la pareja teniendo en cuenta la interrelación tanto de la pareja conyugal como los miembros pertenecientes a la familia, a partir del Modelo Circumplejo de Olson (1988). En dicho modelo se analizan 3 dimensiones diferentes a fin de realizar una indagación de las interacciones en el sistema.

Las dimensiones en cuestión son cohesión familiar, adaptabilidad y la comunicación y se consideran sumamente necesarias no solamente para la comprensión del funcionamiento del sistema, sino también para el tratamiento de los mismos.

- **Cohesión marital y familiar:** hace referencia a la proximidad o apego que los integrantes de la familia tienen entre sí. Partiendo de esta concepción se puede considerar que existen 4 niveles de cohesión:

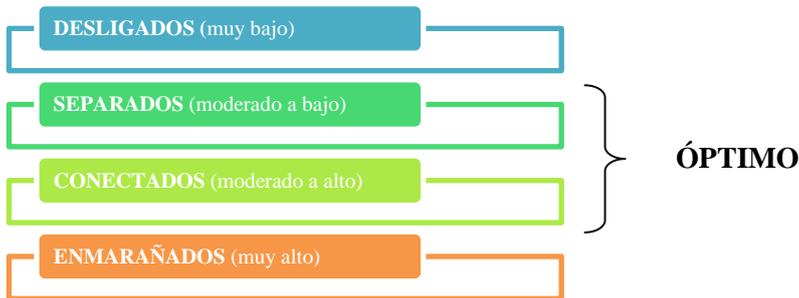


Figura 3: 4 niveles de cohesión marital y familiar

Tabla 2: características de parejas y familias balanceadas y desbalanceadas en la dimensión de cohesión

COHESIÓN	
Parejas y familias BALANCEADAS	Parejas y familias DESBALANCEADAS
Son consideradas más funcionales, siendo capaces de conectarse e independizarse de su familia, teniendo un funcionamiento óptimo.	Son aquellas que se presentan en los polos de la cohesión ya sea por el nivel de apego muy alto o muy bajo. Son consideradas problemáticas.

▪ **SEPARADAS**

Hay cierta distancia emocional, pero no tan extrema como el nivel desconectado, poseyendo cierta independencia. Se lo considera como dentro de los parámetros más óptimos o funcionales de cohesión. Existe tiempo compartido, apoyo y decisiones en conjunto aunque privilegiando en oportunidades las experiencias independientes.

▪ **DESLIGADAS**

Hay un nivel de cohesión muy bajo, en donde los integrantes de la familia hacen su propia vida sin existir casi relación, compromiso y conexión entre ellos. Predominando lo individual, y la independencia, encontrando una separación emocionalmente extrema. No hay apoyo mutuo en la resolución de problemas.

▪ **CONECTADAS**

Se aprecia mayor cercanía emocional, lealtad, suelen pasar tiempo juntos y se observa mayor unión entre los miembros. Amigos e intereses propios y compartidos también.

▪ **ENMARAÑADAS**

Nivel de cohesión muy alto. Se caracteriza por una falta de autonomía y diferenciación self-objeto, hay un extremo apego emocional, dependencia y falta de distancia personal. Generalmente hay pocos amigos e intereses fuera de la familia, hay mucho consenso dentro de la familia. Lealtad extrema.

Teniendo en cuenta este Modelo Circumplejo, se puede considerar como factores altamente problemáticos para los individuos y parejas los altos y bajos niveles de cohesión (desligadas y enmarañadas). En contraste con lo anterior, los niveles considerados como balanceados (separadas y conectadas) son considerados como óptimos para tener una relación lo suficientemente balanceada entre el sistema y el afuera (Olson, 1988).

- **Flexibilidad marital y familiar:** hace referencia a la disposición del sistema familiar hacia la estabilidad y el cambio, teniendo en cuenta la adaptabilidad del mismo. Se miden por: liderazgo, estilos de negociación, roles y reglas de relación. Por lo tanto podemos observar 4 niveles de flexibilidad:

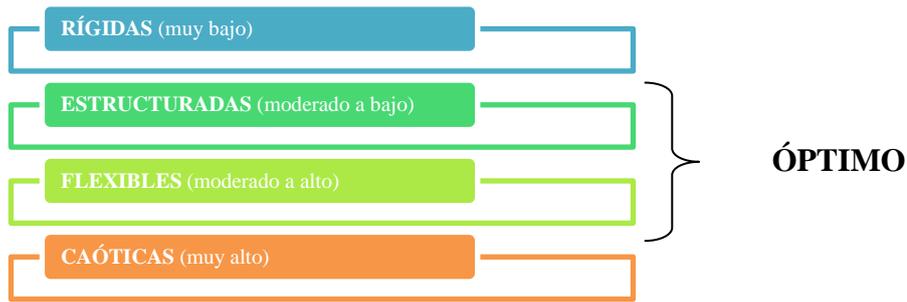


Figura 4: 4 niveles de flexibilidad marital y familiar

Tabla 3: características de parejas y familias balanceadas y desbalanceadas en la dimensión de flexibilidad

FLEXIBILIDAD

Parejas y familias BALANCEADAS	Parejas y familias DESBALANCEADAS
<p>Son consideradas más funcionales. Son niveles facilitadores del funcionamiento marital y familiar.</p>	<p>Son aquellas que se presentan en los polos de la flexibilidad, siendo estos extremos más disfuncionales o problemáticos cuando el sistema se moviliza por los ciclos vitales.</p>
<p>▪ ESTRUCTURADAS</p> <p>Tiende a tener un liderazgo democrático. Hay cierto grado de negociación incluyendo a los hijos. Los roles son estables, con cierta participación de otros. Hay poco cambio de reglas, firmemente impuestas</p>	<p>▪ RÍGIDAS</p> <p>Se da cuando sólo un individuo está a cargo y es controlador. Las negociaciones suelen ser muy limitadas, y generalmente las decisiones son impuestas por el líder. Los roles están estrictamente definidos y no hay cambios de reglas.</p>
<p>▪ FLEXIBLES</p> <p>Hay liderazgo igualitario. Toma de decisiones con acercamiento democrático. Las negociaciones son abiertas y se incluyen a los hijos de modo activo. Los roles son compartidos. Hay cambio fluido cuando es necesario. Las reglas se pueden cambiar y adecuar a la edad</p>	<p>▪ CAÓTICAS</p> <p>Tiene un liderazgo errático o limitado. Las decisiones son generalmente impulsivas y no bien pensadas. Los roles son confusos y cambian constantemente de una persona a otra.</p>

Un sistema considerado adaptativo debe lograr equilibrio entre morfogénesis (cambio) y morfoestasis (estabilidad) (Fernández Moya, 2010). Por lo tanto es necesario que se aprecie que tanto las parejas como las familias necesitan no sólo de la estabilidad, sino también del cambio, siendo la habilidad para cambiar o adaptarse cuando es necesario lo que distingue a los sistemas funcionales de los que no lo son (Olson, 1988).

- **Comunicación marital y familiar:** siendo la tercera dimensión del modelo es considerada una dimensión facilitadora (Olson, 1988) ya que facilita a la familia a poder moverse en las dos dimensiones anteriores.

La presente dimensión facilita: capacidad de escuchar (empatía y escucha atenta), habilidades en el habla, autoapertura (sentimientos respecto a uno y a la relación), claridad, continuidad y coherencia relacional, y respeto y consideración mutua.

Se considera por lo tanto, que una pareja o familia balanceada tienda a tener una muy buena comunicación mientras que en los extremos esta tiende a ser muy pobre.

A partir de todo lo expuesto en el nivel relacional, se puede concluir que es necesario que para que este sistema se considere balanceado (a partir de un funcionamiento óptimo del mismo), tiene que constar de una serie de elementos. Se hace referencia a la posibilidad de la pareja de balancear su nivel tanto de apego como de separación, como así de estabilidad y cambio, posibilitados por una buena comunicación. De esta manera se evitarán las disfunciones o problemas del sistema provenientes de cualquiera de los polos o extremos de las características anteriormente expuestas, caracterizados por altos niveles de rigidez, o en su defecto alta flexibilidad, como así también altos montos de apego o por el contrario una falta casi absoluta del mismo.

1.8. Conclusiones

Las parejas necesitan ser estudiadas y comprendidas como algo más que la suma de las partes individuales. Éstas se caracterizan no sólo por estar insertas en un contexto más amplio como lo es la familia y la cultura, sino que a su vez conforman un sistema propio en donde corren por su cuenta un conjunto de reglas, valores y roles significativamente diferentes al resto.

Reconocer la importancia de tales características, permite una comprensión más precisa y acabada del funcionamiento de las relaciones de pareja, asumiendo a su vez que si bien pueden compartir aspectos en comunes entre ellas, jamás se debe dejar de lado la unicidad y particularidad en el funcionamiento de cada una.

Para poder lograr una comprensión más acabada del fenómeno en cuestión, se considera relevante aclarar que las parejas han presentado numerosos cambios en las últimas 5 o 6 décadas. Tales cambios giran alrededor de aspectos genéricos, expectativas sociales, cambios en la sexualidad, entre otros (Biscotti, 2006). Dichos cambios han producido a su vez modificaciones en las problemáticas actuales de pareja y éstas a su vez han generado una mayor demanda en las consultas de terapia de parejas.

La pareja es un espacio donde se comparte con otra persona intimidad, deseos, miedos y experiencias. Es un lugar compartido no sólo espacialmente, sino temporalmente, llegando a experimentar con esta persona innumerables experiencias y tiempo en común, que puede variar desde meses hasta varios años de la vida.

La capacidad de disfrutar de tales momentos depende en parte de la percepción que ambos miembros tengan de la pareja, tal percepción puede ser entendida en términos positivos o negativos dependiendo el grado de satisfacción que presenten. La satisfacción marital por lo tanto puede ser considerada como un indicador de suma relevancia en una pareja.

A continuación se expondrán los principales conceptos en relación a dicha temática conceptualizada como satisfacción marital, la cual permitirá ampliar los conocimientos en relación a los factores que influyen tanto positiva como negativamente en la pareja.

Capítulo 2:

SATISFACCIÓN

MARITAL

2.1 Introducción

En primer lugar es necesario aclarar que la mayoría de las personas (aunque la acotación parezca algo obvia), está deseosa por establecer una pareja de amor que resulte satisfactoria con otra persona (Bornstein y Bornstein, 1992)

Torres, Cortéz y Heredia (2013) sostienen que “la relación de pareja es uno de los lazos afectivos más importantes en la vida del ser humano ya que le permite vincularse a profundidad, además de satisfacer necesidades primordiales tales como seguridad, pertenencia, confianza, intimidad y sexualidad.” (p.1). Es por este motivo que podría pensarse como un factor de suma importancia la satisfacción marital que dicha pareja siente, debido a que no sólo se encuentran compartiendo constantemente un espacio en común, sino que temporalmente hablando pueden pasar mucha cantidad de años juntos e incluso la vida entera, o al menos lo que queda de ella desde el momento en que deciden compartirla juntos.

Según Garrido Garduño et al. (2007) el aumento de los divorcios o separaciones en este último tiempo se debe a que las metas ya no se enfocan en la interacción de la pareja, ni en establecer una comunicación, sino mas bien en la satisfacción personal (como lo son sentimientos de seguridad, planes personales). Es por este motivo que el pasar de pensar en solamente en uno, a pensar en un *nosotros* se considerada fundamental para un correcto, adecuado y satisfactorio funcionamiento de pareja.

Haciendo referencia a la felicidad conyugal, Mucchielli (1973, citado en Olivar, 1982) afirma que la capacidad de cada miembro para percibir las expectativas de su compañero y actuar en función de éstas, es considerada uno de los elementos o condiciones más importantes para la felicidad conyugal.

A partir de lo anteriormente mencionado se considera necesario aclarar que si bien se encuentra presente en la mayor parte de las personas el deseo de establecer relaciones de pareja satisfactorias, no siempre sucede de ésta manera. Si se entiende a la pareja como el espacio en donde los sujetos esperan satisfacer sus necesidades, cuando

éstos no logran cumplir con sus expectativas, se genera cierto desgaste que puede llegar al divorcio o separación de la pareja como última instancia.

2.2 Concepto de Satisfacción marital

Según la Real Academia Española, la palabra “satisfacción” es definida como acción y efecto de satisfacer o satisfacerse, como así también la razón, acción o modo con la que se sosiega y responde enteramente a una queja, sentimiento o razón contraria. Por otra parte, la misma propone como definición de marital como perteneciente o relativo al marido o a la vida conyugal.

En el diccionario de psicología, Warren (1996) define Satisfacción como actitud caracterizada por un sentimiento de agrado y de quietud motora, generalmente debida a una situación previamente imaginada y cuya idea ha suscitado la actividad motora.

Sol (1993, citado en Labastida Blanquel, 2015) dice que “satisfacer y/o satisfacción” denota de la acción de complacer o completar un acto, deseo o apetito. Como así también agradar y gustar. Por otro lado, el término “marital” lo considera como un adjetivo que hace referencia al marido y mujer, y a lo relativo a la vida conyugal, o algo similar, como lo es la unión libre, o concubinato.

A partir de las anteriores definiciones se podría considerar que la satisfacción se encuentra relacionada con términos tales como: actitud, acción o razón; respuesta a una queja o demanda; acción de complacer o agradar.

Ahora, ya vinculados en un solo concepto, Pick y Andrade Palos (citados Labastida Blanquel,2015), definen la satisfacción marital como “la actitud de los integrantes de la pareja hacia la interacción marital y aspectos del cónyuge” (p. 90), concepto que es reafirmado por Cortés, Reyes, Díaz-Loving, Rivera y Monjarraz (citados en Labastida Blanquel,2015) quienes consideran que: “dicho concepto se ha empleado para describir principalmente la percepción subjetiva que los cónyuges tienen de su pareja y su relación” (p. 58).

Por otra parte, para Farfán (2014, citado en Santos, Yanayaco y Vega, 2017) la satisfacción marital es considerada como la actitud que una persona posee de su matrimonio, pudiendo ser ésta positiva o negativa dependiendo de la satisfacción de sus necesidades y realización personal.

Pero también Cortés, Reyes, Díaz-Loving, Rivera y Monjaraz (1994, citados en Otero Rejón y Flores Galaz, 2016) señalan que:

Se entiende la satisfacción marital como una interpretación subjetiva de cada miembro de la pareja respecto a los elementos asociados con dicha relación, tales como las formas de interactuar, los aspectos de contacto físico-sexual que favorecen el vínculo afectivo, el modo de organización y funcionamiento de la familia y asimismo de la relación conyugal, que incluye la toma de decisiones, la solución de problemas, la distribución y cooperación en la realización de tareas en el hogar, las maneras de divertirse y la forma de atender y educar a los hijos (p. 143).

Se pudo encontrar hasta el momento en las definiciones y conceptos mencionados, diversos elementos comunes que podrían considerarse de relevancia para tener en cuenta en el concepto de satisfacción marital, los cuales podrían influir y favorecer al desarrollo de una percepción positiva de la unión, tal y como lo son: actitud, percepción, refuerzos, satisfacción de las necesidades, realización personal, apego seguro.

2.3 Satisfacción marital en la pareja

Si se considera a la satisfacción marital, como aquella percepción o interpretación subjetiva que tienen ambos miembros acerca de su respectiva pareja o cónyuge, y que ésta puede ser positiva o negativa, entonces podrían surgir ciertos interrogantes cómo: ¿cuándo una relación de pareja puede considerarse satisfactoria? ¿cuáles son aquellos factores o elementos que influyen en la satisfacción marital?; ¿de qué manera influye la satisfacción marital en una pareja?;

2.3.1 ¿Cuándo una relación de pareja puede considerarse satisfactoria?

Gaja, A. (2005, citado en Ezpinoza Vilela, 2017) considera que una relación puede ser considerada satisfactoria cuando ambos miembros que forman la pareja reciben unos beneficios (refuerzos) mayores o superiores a los costes (renuncias) que debe “pagar” a cambio de mantener la unión marital.

Por otra parte, teniendo en cuenta las diferentes investigaciones de los autores mencionados, se puede llegar a la conclusión, de que para que una pareja sea considerada satisfactoria, es necesario que la percepción que tengan ambos miembros de la pareja sobre ésta, sea predominantemente positiva.

2.3.2 ¿De qué manera influye la satisfacción marital en una pareja?

Recientes estudios como los de Solares, Benavides, Peña, Rangel y Ortiz (2011, en Torres et al., 2013) aseguran que la satisfacción marital determina en gran medida la duración y mantenimiento de la unión, así como su buen funcionamiento. De esta manera se puede inferir la relevancia e influencia de ésta en la pareja, ya que estaría determinando en parte no sólo la duración, sino la calidad de la relación.

En concordancia con lo propuesto, Armenta (2013, citado en Otero Rejón & Flores Galaz, 2016) ha considerado la satisfacción marital como: “el principal indicador de la calidad de la interacción en las relaciones de pareja y de la felicidad y estabilidad en la relación” (p. 143), señalando además que ésta es multideterminada por diferentes factores interrelacionados que se pueden agrupar en aspectos individuales, contextuales o de interacción en la pareja.

Gottman y Silver (2010) postulan que una pareja feliz contribuye a un mejor estado de salud en sus miembros, posibilitando un mejor funcionamiento del sistema inmunológico (como aquel que estimula las defensas del cuerpo contra enfermedades). Se descubrió que aquellas parejas más satisfechas no sólo no presentan una disminución del sistema inmunológico (a diferencia de parejas que están en proceso de divorcio), sino que solían experimentar una elevación de la misma.

2.3.3 ¿Cuáles son aquellos factores o elementos que influyen en la satisfacción marital?

Mikulincer (1998, citado en Santos et al., 2017) afirma que el estilo de apego que se adopte, determinará en gran medida la satisfacción marital en la pareja. Asimismo, señala que el estilo de apego seguro debe ser considerado de suma importancia para lograr un matrimonio óptimo, y, por lo tanto, se considera que dicho apego se consigue “cuando la persona que cuida, demuestra cariño, protección, disponibilidad y atención a su pareja, lo que permite desarrollar un concepto positivo de sí mismo, así como, un sentimiento de confianza” (p.55).

Asimismo, Santos et al. (2017) afirman que “es necesario que las parejas opten por una personalidad madura, flexible y adaptable para lograr que su relación resulte más satisfactoria” (p.60). Los mismos investigadores, también llegaron a la conclusión de que “la madurez emocional no es la llave para una relación más duradera, ya que hombres y mujeres, buscan amor, seguridad emocional y comunicación, tal seguridad se da por medio de una relación amorosa y madura” (p.60)

Un elemento básico para una pareja feliz para Gottman y Silver (2010) es la verdadera amistad entre los miembros de la misma. Conociéndose íntimamente y en profundidad, con sus gustos y desagradados, fortalezas y debilidades, teniendo un profundo respeto y consideración el uno al otro no sólo con grandes gestos, sino, con simples detalles en su cotidianidad, manteniendo así su amistad como fundamento de

su amor. Dicha amistad, no impide las discusiones, pero si posibilita que éstas no sean lo suficientemente intensas como para que se vuelvan incontrolables.

Los denominados “intentos de desagravio” (Gottman y Silver, 2010) son otro elemento presente en parejas que se consideran satisfactorias y emocionalmente inteligentes. Este recurso presente en una pareja satisfactoria es “cualquier frase o acción —cómica o no— que impide que la negatividad aumente sin control” (p. 23). Los intentos de desagravio son posibilitados y demuestran un alto índice de éxito, sólo si van acompañados de una amistad matrimonial.

Por lo tanto la verdadera amistad en una pareja mas los intentos de desagravio, posibilitan en la unión desplegar una serie de recursos que fomenten no sólo un ambiente positivo, sino también que aumente de manera considerable la satisfacción marital y la disminución de la infelicidad en la pareja.

Para López (1983, citado en Santos, et al., 2017) la base real para una buena relación marital es tener plena consciencia de las virtudes y defectos, aceptando y conviviendo como parte del individuo.

Vera Olivares, Carolina (2010, citado en Espinoza, 20017), menciona que la satisfacción marital como concepto psicológico implica los siguientes aspectos y comportamientos:

- ✚ Frecuencia e intensidad de la conducta sexual
- ✚ Comunicación en la pareja
- ✚ Intimidad en la pareja
- ✚ Aspectos instrumentales: todo lo relacionado con la participación de ambos miembros de la pareja en las labores del hogar, el manejo, distribución y contribución de los gastos, la toma de decisiones en la familia y la participación en la labor de la crianza de los hijos.

Se considera de suma importancia aclarar que si bien se podría pensar que la percepción de la satisfacción marital puede llegar a ser similar en ambos miembros de la pareja, ya que a ésta se la considera una unidad, en realidad no necesariamente tiene porque darse de esa manera. Una investigación reciente arrojó como resultado que los

hombres se perciben más satisfechos que las mujeres con su relación marital (Otero y Flores, 2016)

Las expectativas sexuales dentro de la pareja, se consideran como un factor que influye directamente en la percepción de una relación. Lograr que tales expectativas sean cubiertas, provocará que dicha percepción sea satisfactoria, diferente a la situación en que no lo sea, donde se experimentarán sentimientos tales como decepciones, enojos y desencuentros que afecten negativamente a la misma. (Fernández, 2009).

Otro elemento fundamental en la pareja, planteado por Armenta Hurtarte y Díaz-Loving (2008) es la comunicación no verbal presente en la misma. Los mismos aclaran en primer lugar que los temas de comunicación en la pareja, no van a determinar el grado de satisfacción de la misma, sino más bien el contenido de la comunicación no verbal presente.

Los resultados de las investigaciones de dichos autores revelan que cuando uno de los integrantes de la pareja percibe que el otro miembro se comunica con un estilo más platicador, optimista y oportuno, produce como resultado una mayor satisfacción en la relación, que si el miembro se comunica de manera intolerante, fría, destructiva, distante o inexpresiva. Dichos resultados coinciden con los de Flores Galaz (2011) que exponen que tanto la ausencia de conflictos como una comunicación positiva en la pareja, favorece y colabora con la satisfacción marital.

Gottman y Silver (2010) en su libro “Las siete reglas de oro para vivir en pareja” menciona los resultados de sus largos años de investigaciones a través de los cuales ha podido observar el comportamiento de diferentes parejas. Con respecto al matrimonio o unión conyugal, logran una serie de aportes significativos y relevantes para poder comprender no sólo el buen funcionamiento de ésta, sino que también la duración de la misma.

Uno de los aportes que proponen afirma que la pareja feliz es aquella que logra que en su dinámica diaria, tanto los pensamientos como sentimientos negativos hacia su cónyuge, no sobrepasen los positivos. A estas parejas las denominan: matrimonio emocionalmente inteligente, considerándola como aquellas que son capaces de respetar

y comprender tanto a su relación como a su pareja, poseyendo mayores probabilidades de conformar una relación satisfactoria.

Gottman y Silver (2010) consideran que las parejas felices no son aquellas que carecen de conflictos, sino más bien, se considera una pareja satisfecha aquella que aún teniendo una serie de dificultades, logra atravesarlos, no teniendo en cuenta la ausencia o presencia de conflictos, sino la manera en la que éstos se encararan. Resulta conveniente aclarar que si bien los autores plantean que no existe un solo matrimonio igual, los considerados matrimonios felices o satisfechos presentaban una serie de similitudes, planteadas como 7 principios:

- ✚ **Mejora tus mapas de amor:** se considera al mapa del amor, a aquella información que se guarda en la mente sobre todo aquello que se considera de importancia sobre la relación y la pareja. Se podría decir que una pareja que conserva un mapa del amor detallado, es aquella que conoce más íntimamente a su cónyuge, conoce sus gustos, fortalezas, objetivos, miedos, etc., considerando que están mejor equiparados a la hora de enfrentar dificultades en su unión de pareja. Por lo tanto si no existiera esta suerte de mapa del amor, no hubiera conocimiento acerca de la pareja.
- ✚ **Cultivar el cariño y la admiración:** hace referencia a la presencia de la sensación mutua de ser amados y respetados. Si la pareja presenta muestras de cariño y admiración mutua, es una pareja que tiene altas probabilidades de salir adelante y no perder la batalla frente a las dificultades. Ambos componentes son esenciales para una relación duradera y gratificante, aún cuando la pareja pase por serios problemas, no dejará de sentir que su cónyuge es digno de amor y respeto, disminuyendo las probabilidades de que la relación sea invadida por los cuatro jinetes, propuestos por Gottman y Silver (2010), mencionados con anterioridad.
- ✚ **Acercarse al otro:** es tener momento de conexión el uno con el otro, en donde ambos expresan una idea u opinión intentando conectarse con su pareja, quien responde a esa demanda sin apartarse o ignorarlo, intentando lograr un acercamiento. De esta manera, se considera que dicha actitud de acercamiento, posibilita la pasión, la cual es mantenida a través de brindar la sensación al

cónyuge de ser valorada/o en la vida cotidiana. Según los autores: “acercarse es la base de la conexión emocional, la pasión y una satisfactoria vida sexual” (p.60).

- ✚ **Deja que tu pareja te influya:** hace referencia a la necesidad de poder contar con la pareja como una suerte de compañero, en donde su opinión y sentimientos sean tenidos en cuenta a la hora de tomar decisiones. No se trata de ceder para que el compañero/a tenga el control absoluto, sino más bien que se lo tenga en cuenta y respete a la hora de tomar decisiones y compartir el poder, para que de esta manera la pareja sea más feliz y duradera en el tiempo.
- ✚ **Resuelve los problemas solubles:** los autores Gottman y Silver (2010) postulan que hay dos tipos de problemas: los insolubles y los solubles. Los primeros son aquellos con los que la pareja tiene que lidiar con el paso del tiempo sin poder resolverlos. Frente a este hay dos alternativas: pueden encontrar el modo de convivir con ese problema de manera que no afecte significativamente la pareja, evitando que la situación empeore o en el caso de una pareja inestable puede hacer no solo que el problema continúe, sino que no se aprenda a lidiar con él de manera efectiva y que se terminen separando. Los segundos, tal y como la palabra lo dice, son aquellos que tiene solución, lo cual no garantiza que necesariamente sea resuelto. Se puede identificar a este tipo de conflicto ya que es menos intenso y doloroso, debido a que generalmente éstos suelen ser un dilema o situación específica, sin existir un problema subyacente de base que agrave la disputa.
- ✚ **Salir del estancamiento:** el objetivo principal no hace referencia a resolver el problema, ya que este puede que sea insoluble, sino a intentar pasar del estancamiento al diálogo, para poder hablar de ello sin lastimarse ni ofender, aprendiendo a convivir con ello. Para ello será necesario comprender la causa, si el conflicto es trivial o trascendental o si éste está relacionado con sueños, anhelos o aspiraciones, respetando y comprendiendo el verdadero significado detrás del inconveniente, apoyando los sueños del compañero.
- ✚ **Crear un sentido de trascendencia:** hace referencia al sentimiento de unicidad y pertenencia que tiene una pareja, considerando la oportunidad de lograr una vida interior entre ambos, con su propio sistema de significados y ritos, reglas y

papeles que brinden a la pareja la sensación de ser parte de una familia. Se crea de esta manera una microcultura perteneciente a la familia, es decir, la cultura que es creada en principio entre dos personas, creada a partir de ciertos mitos, rituales y costumbres que formarán parte de esta unidad. Cuando se logra este sentido de trascendencia los conflictos son menos intensos y los conflictos no suelen quedarse estancados.

2.4 Curva de la Satisfacción marital

A partir de diversos estudios, se ha llegado a la conclusión que a lo largo de la relación de pareja, la satisfacción marital posee una suerte de curva, entendiéndose que la misma presenta diferentes cambios, conforme vaya atravesando las diferentes etapas del ciclo vital de la pareja.

Autores como Spanier y Lewis (1980); Schram (1979); Rollins y Galligan (1978); Spanier, Lewis y Cole (1975); Waldron y Routh (1981), citados en Fernández (2009) aseguran que la curva de satisfacción marital toma forma de U, comenzando ésta a decrecer en la llegada de los hijos, manteniéndose baja cuando los hijos son adolescentes y presentando un incremento en la misma, cuando los hijos se van de la casa.

Coincidiendo con lo anteriormente expuesto, Biscotti (2009) postula que se da un descenso en las actitudes positivas en la pareja luego de la llegada de los hijos, comenzando una fuerte crisis matrimonial aproximadamente entre los 4 y 7 años de establecida la unión.

Según Fernández (2009) a través de tales estudios, han percibido que esta decadencia en la curva de la Satisfacción marital se debe, entre otros factores, a los cambios que se presentan en tanto en la satisfacción sexual, como en los sentimientos de amor.

La misma autora, estima que la llegada de los hijos afecta la satisfacción de la pareja, ya que los hijos, por las claras demandas que presentan en sus cuidados, restan tiempo compartido en la pareja, provocando una disminución significativa en tiempo y forma de la intimidad de la misma. Esto se debe a que a mayor número de hijos, mayor capacidad de resolución de problemas debe tener la pareja por la mayor demanda a la que se enfrentan.

Biscotti (2009) considera que luego de la llegada de los hijos a la pareja, se produce un mejoramiento progresivo en la misma, pasando de centrar la atención exclusivamente en los hijos, a que posteriormente sea el/la esposo/a nuevamente quien ocupe un lugar preponderante en la misma.

2.5 Insatisfacción en la pareja

Considerando que la satisfacción en la pareja se encuentra determinada a partir de la percepción que ambos tienen acerca de la relación y que ésta puede ser tanto positiva como negativa, cabe preguntarse: ¿qué es lo que sucede con aquellas parejas cuya percepción de la relación es negativa?, ¿cuáles son las posibles consecuencias de la insatisfacción en la pareja?.

García Higuera (2002) en sus investigaciones postula que se ha corroborado que la insatisfacción en la relación de pareja, deteriora afectando negativamente la salud mental y física de los miembros de la misma.

En concordancia con los anteriores autores, estudios como los de Gottman y Silver (2010) postulan que en un matrimonio considerado como infeliz, los sujetos se sienten constantemente estresados tanto emocional como físicamente. Se asume que tales niveles de estrés a los que se está constantemente expuesto podrán acarrear como posibles consecuencias una serie de trastornos psicológicos (depresión, ansiedad, suicidios, psicosis, adicciones, violencia, etc.) como así también posibles enfermedades físicas (hipertensión, enfermedades coronarias, entre otras).

Según Costa y Serrat (1995) un factor considerado como creador de insatisfacción en la pareja, es intentar persuadir al otro a través de tácticas de coerción, como lo son las amenazas, chantajes, críticas o regaños, generando este tipo de conductas interacciones tensas y evitativas.

Por otra parte, en relación a aquellos factores que pueden afectar significativamente a la pareja, Biscotti (2006) conceptualiza una serie de elementos los cuales denomina como “problemáticas actuales en las parejas” (p.29). Los elementos en cuestión son 10:

- ◆ **La decisión de casarse:** una de las problemáticas actuales se encuentra en relación al casamiento, siendo el concubinato, una tendencia que va en aumento. El conflicto se presenta a la hora de tomar la decisión de cuándo es el momento para casarse, quién lo decide y si es o no necesario plantearse tal propuesta.
- ◆ **El valor femenino de la maternidad:** el valor de la maternidad ha cambiado, ya que no se lo considera actualmente como la única manera de realización personal, sino mas bien se tienen en cuenta otro tipo de aspectos tales como , el progreso profesional, la libertad, desarrollo personal, etc. lo cual puede entrar en contraposición con las expectativas del varón.
- ◆ **Choque de mandatos:** se relaciona con la contraposición de la idea de casarse para toda la vida y el separarse, entrando en conflicto los mandatos tanto sociales como familiares. Esto puede empeorar en el caso de que la relación sea a su vez complementaria-dependiente.
- ◆ **Lo malo no es tan malo:** cuando la elección de pareja entra en conflicto con los deseos y expectativas de la familia de origen. Se da en los casos en que existen diferentes religiones, niveles sociales o elecciones homosexuales entre otras. Estos desafíos pueden estar al servicio de la rebeldía o por el contrario por la necesidad de ampliar la flexibilidad de la familia.
- ◆ **Influencia del contexto económico:** elemento que hace referencia a la inestabilidad económica propia de Argentina y Latinoamérica.
- ◆ **Los hijos anteriores de él/ella:** en las familias ensambladas se presenta la dificultad de la relación de la pareja con los hijos del matrimonio anterior. El conflicto no suele sobrevenir cuando ambos miembros presentan hijos de parejas

anteriores y están atravesando el mismo momento del ciclo vital. La diferencia fundamental y los inconvenientes provienen de las situaciones en las que cada miembro de la pareja posea hijos que estén atravesando diferentes momentos del ciclo vital o por el contrario que sólo uno de los miembros tenga hijos y el otro no. Ésta es considerada como una posible fuente de crisis en la pareja.

- ◆ **La “ex” y el “ex”:** frente a la tendencia en aumento de las separaciones y la unión con una nueva pareja, la figura del ex o la ex, siempre aparece en escena. El tipo de vínculo que la actual pareja mantenga con su ex, puede estar definido por diversas situaciones, como la dependencia emocional o económica, influencia de la familia extensa, proceso de separación, entre otras. La manera en la que se maneje este tipo de situaciones dependerá de la influencia que tenga esto en la pareja actual.
- ◆ **Fidelidad e infidelidad:** hace referencia a la tendencia monogámica de cada uno de los miembros de la pareja. Es necesario determinar ante una infidelidad si esta es de tipo crónica, o se presenta como una traición en el vínculo expresando o la necesidad de la separación o por el contrario como una expresión de la disfuncionalidad del vínculo.
- ◆ **Las nuevas decisiones sexuales:** hace referencia al blanqueamiento de una diferente orientación sexual por parte de uno de los miembros de la pareja. La situación suele vivirse como un engaño, con lo que puede llevar aparejado una separación un tanto cargada de rencor o por el contrario una separación en buenos términos en donde los ex cónyuges logran una suerte de amistad entre ambos.
- ◆ **Las edades desparejas:** generalmente la tendencia en las parejas latinas ha sido siempre a la conformación de un vínculo en donde las edades han sido similares, existiendo una leve diferencia dada por una mayor edad en el hombre. Actualmente este modelo ha ido modificándose, encontrando parejas con edades iguales y hasta invertidas. Uno de los mayores inconvenientes en la relación se presenta cuando la mujer es unos 10 o 15 años mayor que el varón teniendo ella hijos con el vínculo anterior y siendo la edad entre los hijos y su nueva pareja similar. A diferencia del hombre, quien en cuyo caso suceda algo parecido, socialmente es mucho mas tolerado que la situación anterior. Los temas

recurrentes en estas parejas son los celos, conflictos con los hijos del matrimonio anterior y dificultades en la relación con sus familias de origen.

Si bien cada uno de estos elementos puede ser considerado en algunos casos como fuentes de insatisfacción en la pareja, hay uno de ellos que necesita especial atención no sólo por su actualidad, sino por su significativa influencia en Argentina. Se hace referencia a la influencia del contexto económico.

Tanto en este país como en el resto de Latinoamérica, se presenta este fenómeno producto de la inestabilidad de la economía, dando como resultado en diversas oportunidades situaciones de estrés que afectan significativamente a los miembros de la pareja. La pareja pasa a través del tiempo por diferentes situaciones económicas, ya sea, por la necesidad de que en un momento trabajen ambos miembros, por recibir una herencia o tener un mayor progreso en los ingresos etc.

A pesar de esto, existen a su vez otras situaciones en las que se ven involucrados como consecuencia de la inestabilidad económica típica del país que puede dar como resultado una suba en el nivel de desempleo por el cierre de diversas empresas, la suba de los precios producto de la inflación, etc. Generalmente quien es afectado por esta situación es el hombre de la relación, quien en ocasiones debe cambiar su función y roles en la pareja y familia de proveedor a proveído (Biscotti, 2010).

Es necesario destacar, que si bien algunas parejas logran sortear dicha crisis, para muchas otras, estos acontecimientos pueden ser fuentes generadoras de altos niveles de estrés que harán peligrar la continuidad de la pareja, siendo considerada como una de las más significativas fuentes de insatisfacción en la misma.

2.6 Conclusión

A partir de que se aprobó y se puso en marcha la ley de divorcios en 1987 en la República Argentina, las diferentes teorías y modelos referentes a la satisfacción en la

relación de pareja han sido motivo de mayor estudio a raíz del incremento en la tasa de divorcios según Norton (1976, citado en Cabrera, 2016)

La pareja es considerada uno de los lugares en donde se encuentra tanto la confirmación de la propia identidad, como también un significativo sustento tanto económico como afectivo, que tiende a cumplir la función de lograr una sensación de completud en sus miembros (Biscotti, 2006). Es en este espacio relacional donde se encuentran interactuando cotidianamente, intentando lograr que en esa conformación del vínculo, se encuentren en un espacio donde tanto sus necesidades como expectativas sean satisfechas.

Que se posibilite ese espacio de satisfacción en los miembros, contribuye no solamente a la conformación de un vínculo de calidad en un espacio de contención, sino que también posibilita una mayor y mejor salud física y mental en ambos miembros de la pareja.

Cada uno de los elementos mencionados como contribuyentes o influyentes en la percepción positiva de una satisfacción marital, es un factor a trabajar en las parejas que acuden a consulta. No sólo como estrategia para modificar aquello que se cree disfuncional en la misma, sino como método preventivo para aquellas parejas que aún no presentando disfuncionalidad significativa puedan lograr gozar de una mejor calidad en la relación.

Siguiendo los lineamientos de Castanyer (1996) que una relación se considere satisfactoria, dependerá de que los miembros de la pareja posean una serie de habilidades y convicciones que posibiliten en los sujetos sentirse bien consigo mismos.

Las personas que poseen estas habilidades, según tal autor, son las llamadas personas asertivas. Por eso es que se considera que los sujetos que presentan algún problema en su forma de relacionarse, tienen una falta de asertividad.

Rage-Atala (2002, citado en Torres et al., 2013) plantea que el hecho que las personas cuenten con suficientes recursos psicológicos, puede ser considerado un factor de apoyo tanto para el funcionamiento familiar como para la percepción positiva de la satisfacción marital, promoviendo de esta manera el vínculo conyugal. Por lo tanto, se

podría inferir que la asertividad como recurso psicológico, podría llegar a contribuir en el desarrollo de una mejor percepción de la pareja en términos de satisfacción.

Capítulo 3:

ASERTIVIDAD

3.1. Introducción

Siguiendo los lineamientos de Castanyer (1996), tal como lo dice en su libro “La asertividad expresión de una clara autoestima” señala que:

El que una interacción nos resulte satisfactoria depende de que nos sintamos valorados y respetados, y esto, a su vez, no depende tanto del otro, sino de que poseamos una serie de habilidades para responder correctamente y una serie de convicciones o esquemas mentales que nos hagan sentirnos bien con nosotros mismos. (p. 20)

Las personas que poseen estas habilidades, tal y como se menciona anteriormente, son las llamadas “personas asertivas”. Por eso es que se considera que los sujetos que presentan algún problema en su forma de relacionarse, tienen una falta de asertividad. Por lo tanto, esto podría entenderse de dos formas: poco asertivas son las personas consideradas tímidas, retraídas, prestas a sentirse pisadas y no respetadas, pero también lo son aquellos que se sitúan en el polo opuesto: la persona agresiva, que enfrentan a los demás sin tener en cuenta las necesidades del otro (Castanyer, 1996).

Por otra parte, la asertividad no es considerada un rasgo de la persona, es decir, un individuo no podría ser considerado “asertivo” o “no asertivo”, sino mas bien se podría decir que un sujeto se comporta asertivamente o no asertivamente en diferentes situaciones. Por lo tanto, se podría considerar que un individuo puede comportarse asertivamente en diferentes situaciones, mientras que en otras no lo hace de manera asertiva. Sin embargo, hay sujetos que suelen comportarse generalmente de manera no asertiva, y en estos casos si podría ser válido considerar a la persona como un individuo no asertivo (Caballo, 1993).

Considerando a Alberti (1977b) se podría pensar que la asertividad:

- Es una característica de la conducta, no de las personas
- Es una característica que debe entenderse contemplando a la persona y la situación específica, no es universal, ni se puede generalizar

- Debe tenerse en cuenta el contexto cultural del sujeto
- Está basada en la capacidad de un individuo de escoger libremente su acción (lo cual concuerda con lo que propone Vezzoni (2000) que expresa que lo importante de ser asertivo, es poder hacer uso de la asertividad cuando se decida hacerlo

Comprender el rol que juega la asertividad en la relación de pareja, y cómo influiría ésta en la satisfacción marital, puede generar una significativa contribución de conocimientos tanto para la comunidad científica y profesional, como para las parejas en general.

3.2. Concepto de asertividad

Opazo (1990, citado en, Vezzoni, 2000) advierte que el concepto de Asertividad proviene de la palabra inglesa “assert”, que significa afirmar, aseverar, sostener una opinión con fuerza y seguridad, aclarando que si bien la palabra no deriva de acertar, la conducta asertiva suele ser certera.

Sin embargo, los orígenes de la palabra “asertividad” se encuentran en el latín *asserere* o *assertum*, que significa “afirmar” o “defender” (Robredo, 1995). Es con base en esta concepción que el término adquiere un significado de afirmación de la propia personalidad, confianza en sí mismo, autoestima, aplomo y comunicación segura y eficiente (Rodríguez y Serralde, 1991).

Mauricio Vezzoni (2000) propone diferentes enfoques o posturas frente al concepto de asertividad, las cuales se pueden dividir en tres grupos:

- **Aspectos cognitivos:** se define la asertividad como la capacidad de una persona de afirmar y sostener sus propias ideas y creencias.

- **Aspectos emocionales:** Josep Wolpe (1977) consideró que lo fundamental de la conducta asertiva es poder expresar las propias emociones.

Cabe aclarar, que tanto los primeros como los segundos, se refieren a la capacidad de expresar ideas o emociones ya sean positivas o negativas. Y encontramos un tercer y último enfoque acerca de la asertividad:

Roberto Opazo (1990, p.6), quien define a la asertividad como: “la capacidad de poder expresar lo que uno piensa y siente, y cuando es capaz de defender con decisión y firmeza sus derechos, sin atropellar los derechos de los demás”

Este último enfoque acerca de la asertividad, será con la cual se trabajará y tomará como referente en el presente trabajo de investigación.

3.3. Modos básicos de comportamiento

Castanyer (1996) habla de tres modos básicos de comportamientos que se encuentran presentes en los sujetos, éstos son la persona sumisa, la persona agresiva y por último la persona asertiva. A continuación se hará énfasis en definir y caracterizar a cada uno de ellos:

- 1) **La persona sumisa:** si se está muy pendientes de no herir a nadie, el sujeto se acabará lastimando a sí mismo y a los demás, por lo tanto la persona sumisa no defiende los derechos e intereses personales. Es como si defendiese solo los derechos de los demás, olvidándose de que también es merecedora de derechos (Castanyer, 1996).

Tabla 4: Características de personalidades sumisas

Comportamiento Externo	Patrones de Pensamiento	Sentimientos/Emociones
• Volumen de voz bajo/	• Consideran que así evitan	• Impotencia/ mucha

habla poco fluida/ bloqueos/ tartamudeos/ vacilaciones/ silencios	molestar u ofender a los demás. Son personas “sacrificadas”.	energía mental, poca externa/ frecuentes sentimientos de culpabilidad/ baja autoestima/ deshonestidad emocional (pueden sentirse agresivos, hostiles, etc. pero no lo manifiestan y a veces, no lo reconocen ni ante sí mismos)/ ansiedad/ frustración.
• Huida del contacto ocular/ mirada baja/ cara tensa/ dientes apretados o labios temblorosos/ manos nerviosas/ postura tensa, incómoda	• “Lo que yo sienta, piense o deseo, no importa. Importa lo que tú sientas, pienses o desees”.	
• Inseguridad para saber qué hacer y decir	• Su creencia principal es: “Es necesario ser querido y apreciado por todo el mundo”.	
• Frecuentes quejas sobre terceros	• Constante sensación de ser incomprendido, manipulado, no tenido en cuenta.	

Tal y como lo señala Castanyer (1996) la conducta sumisa tiene como consecuencias:

Pérdida de autoestima/ pérdida del aprecio de las demás personas (a veces) /falta de respeto de los demás. La persona sumisa hace sentirse a los demás culpables o superiores: depende de cómo sea el otro, tendrá la constante sensación de estar en deuda con la persona sumisa, o se sentirá superior a ella y con capacidad de “aprovecharse” de su “bondad”. Las personas sumisas presentan a veces problemas somáticos (es una forma de manifestar las grandes tensiones que sufren por no exteriorizar su opinión ni sus preferencias). Otras veces, estas personas tienen repentinos estallidos desmesurados de agresividad. Estos estallidos suelen ser bastante incontrolados, ya que son fruto de una acumulación de tensiones y hostilidad y no son manifestados con habilidad social (p.29).

- 2) **La persona agresiva:** defiende en exceso los derechos e intereses personales, sin tener en cuenta los de los demás: a veces, no los tiene realmente en cuenta, otras, carece de habilidades para afrontar ciertas situaciones.

Tabla 5: Características de personalidades agresivas

Comportamiento Externo	Patrones de Pensamiento	Emociones/Sentimientos
<ul style="list-style-type: none"> • Volumen de voz elevado/ habla poco fluida por ser demasiado precipitada/ habla tajante/ interrupciones/ utilización de insultos y amenazas • Contacto ocular retador/ cara tensa/ manos tensas/ postura que invade el espacio del otro/ • Tendencia al contraataque 	<ul style="list-style-type: none"> • “Ahora sólo yo importo. Lo que tú pienses o sientas no me interesa” • Piensan que si no se comportan de esta forma, son excesivamente vulnerables • Lo sitúan todo en términos de ganar-perder • Pueden darse las creencias: “hay gente mala y vil que merece ser castigada” 	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad creciente • Soledad/ sensación de incompreensión/ culpa/ frustración • Baja autoestima (si no, no se defenderían tanto) • Sensación de falta de control • Enfado cada vez más constante y que se extiende a cada vez más personas y situaciones • Honestidad emocional: expresan lo que sienten y “no engañan a nadie”.

Tanto los agresivos como los sumisos, sufren una serie de consecuencias por su comportamiento: puede ser, rechazo o huida por parte de los demás, conducta de “círculo vicioso” por forzar a los demás a ser cada vez más hostiles y así aumentar ellos cada vez más su agresividad. Podemos considerar que no todas las personas agresivas lo son realmente en su interior: la conducta agresiva y desafiante es muchas veces una

defensa por sentirse excesivamente vulnerables ante los “ataques” de los demás o bien es una falta de habilidad para afrontar situaciones tensas (Castanyer, 1996).

- 3) **La persona asertiva:** las personas asertivas conocen sus propios derechos y los defienden, respetando a los demás, es decir, no van a “ganar”, sino a llegar a un acuerdo.

Tabla 6: Características de personalidades asertivas

Comportamiento Externo	Patrones de Pensamiento	Sentimiento/Emociones
<ul style="list-style-type: none"> • Habla fluida/ segura/ sin bloqueos ni muletillas/ contacto ocular directo, pero no desafiante/ relajación corporal/ comodidad postural. • Expresión de sentimientos tanto positivos y negativos/ defensa sin agresión/ honestidad/ capacidad de hablar de propios gustos e intereses/ capacidad de discrepar abiertamente/ capacidad de pedir aclaraciones/ decir “no”/ saber aceptar errores. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conocen y creen en unos derechos para sí y para los demás. • Sus convicciones son en su mayoría “racionales” 	<ul style="list-style-type: none"> • Buena autoestima/ no se sienten inferiores ni superiores a los demás/ satisfacción en las relaciones/ respeto por uno mismo. • Sensación de control emocional. La conducta asertiva tendrá unas consecuencias en el entorno y la conducta de los demás • Frenarán o desarmarán a la persona que les ataque • Aclaran equívocos • La persona asertiva suele ser considerada “buena”, pero no “tonta”.

3.4. Componentes de la conducta asertiva

Una conducta puede considerarse asertiva cuando se integran adecuadamente los siguientes componentes (Opazzo, 1990):

1. **Contenido:** se encuentra relacionado con la capacidad de una persona de argumentar en defensa de sus propios derechos, y expresa lo que realmente piensa y siente ante una determinada situación.

Desde esta perspectiva, las personas que se comportan asertivamente logran expresar lo que realmente piensan y sienten, se centran con claridad en lo medular y prefieren una vía directa para decir las cosas. Por otro lado, aquellos sujetos que se considera que tienen comportamientos poco asertivos suelen acomodar sus opiniones para agradar a los demás o evitar entrar en conflicto, emitiendo opiniones por vía indirecta, no responsabilizándose por sus opiniones, encontrando así falta de autenticidad tanto en lo que piensan, como en lo que sienten.

2. **Forma:** tiene que ver con la claridad, seguridad, firmeza con la que se emite una conducta. Está en relación al contexto, si es el momento correcto, lenguaje no verbal (tono de voz, postura corporal, movimientos, gestos) y tiene que ver con una congruencia entre el lenguaje verbal (contenido) y el no verbal (forma).

Vezzoni (2000) muestra que un 80% del impacto de un mensaje interpersonal, se debe al tipo de lenguaje no verbal que use quien está emitiendo un mensaje. En este sentido se ha observado que las personas que actúan no asertivamente presentan una voz fría y sobre controlada, volumen de voz bajo, tartamudeo, respuestas breves con mirada evasiva. A diferencia de las personas que lo hacen asertivamente que presentan un lenguaje no verbal congruente con el contenido que se está comunicando, mayor seguridad, buen volumen de voz, manteniendo por mucho más tiempo la mirada hacia su interlocutor

3. **Tiempo:** hace referencia a la posibilidad de emitir la conducta en el momento oportuno. El sujeto que se comporta asertivamente no se apresura, y no demora

demasiado en emitir la conducta, ya que éste, elige el momento oportuno. Las personas “asertivas” no interrumpen el discurso de los otros, evalúan si es tema que va a plantear va al caso o no, sin rápidas e intuitivas.

4. **Situación:** la conducta debe ser proporcionada adecuada a la situación que se le presente. Esta en relación al *timing*.

3.5. Asertividad y Comunicación

La idea de conformar una pareja suena como algo relativamente sencillo, aunque en el momento de llevarlo a cabo no sea tan idealmente cierto teniendo en cuenta las diferentes responsabilidades y exigencias diarias que el vínculo exige. Ejemplos de lo anteriormente mencionados se pueden constatar a la hora de observar el diálogo que presenta la pareja, su comunicación, como así también la comprensión que tengan de esta. (Garrido Garduño, et al., 2007)

Estrella (2013) afirma que una pareja o matrimonio se constituye como tal en su cotidianidad, teniendo en cuenta tanto las conductas de cada uno de los cónyuges, como así también los intercambios verbales que cada uno de los miembros utilice para comunicarse.

Opazo (1990) en su libro “Biblioterapia para el desarrollo asertivo”, hace una distinción entre asertividad y comunicación. En dicha diferenciación define en primer lugar el término “comunicación”, el cual aclara que se trata de un proceso en el cual se encuentra en relación tanto a la emisión como a la recepción de un mensaje. Por el contrario, la asertividad esta mayormente centrada en la emisión del mensaje, entendiendo que ésta puede contribuir a una comunicación más auténtica y eficaz.

El mismo autor hace hincapié en que a diferencia de la comunicación, la asertividad hace un menor énfasis en cómo se recibe el mensaje, es decir en cómo se es capaz de oír o escuchar el mensaje, entendiendo que ambos procesos no harían

referencia a lo mismo, ya que según él, saber escuchar supone buenas consecuencias en el proceso de la comunicación e implica una mayor sabiduría.

El proceso de comunicación es considerado como uno de los pilares fundamentales donde la pareja sostiene su relación, y por consecuencia, es el espacio donde se pone de manifiesto más claramente los comportamientos tanto asertivos, como no asertivos de la misma (Castanyer, 1996).

Según Bornstein y Bornstein (1992) “la insatisfacción matrimonial está asociada inequívocamente a los déficit de comunicación” (p. 42). De esta manera se puede considerar la asertividad como un elemento influyente en la satisfacción de la pareja, ya que el desarrollo de esta habilidad previene posibles déficit en la comunicación de la misma, posibilitado por la clara y oportuna expresión tanto de los sentimientos como de los pensamientos de ambos miembros.

Por otra parte los aportes de Dattilio y Padesky (1995) en concordancia con lo mencionado, afirman que la posibilidad de la expresión del dolor y el temor que se oculta detrás de la ira o el enojo en una pareja, brinda la posibilidad para que el conflicto sea sustituido por la comprensión de los miembros, la resolución del conflicto y el apoyo de ambos, promoviendo y posibilitando un mayor grado de empatía en la pareja.

Gottman (2012) considera a la empatía, como expresión del entendimiento y apreciación del punto de vista del otro, como un factor fundamental a la hora de una fácil y más rápida resolución de los conflictos que surjan en la pareja

3.6. Asertividad en la pareja

Se encuentran numerosos vínculos de pareja, en donde uno o ambos integrantes de la misma, se comportan de manera agresiva o sumisa, lo cual genera en su

compañero respuestas inadecuadas, teniendo como resultado serios inconvenientes en el funcionamiento de la misma, debido a dicho desajuste emocional y personal (Castanyer, 1996).

Es necesario comprender la influencia que significa el comunicar con claridad los sentimientos, necesidades y deseos, sin dar por sentado que el otro miembro de la pareja sabe, cual adivino, qué es lo que realmente intentan comunicar las diferentes muecas o gestos de enojo que su pareja puede estar realizando.

Siguiendo los lineamientos del mismo autor, éste propone una serie de principios que a su entender contribuyen a un notorio mejoramiento en la conducta asertiva en las parejas. Los principios en cuestión son:

- **Es más apropiado hacer una petición que una demanda:** entendiendo que la primera implica una demostración de respeto y mejora la comunicación en la pareja.
- **Es mejor hacer preguntas que acusaciones:** intentar evitar las acusaciones que sólo acarrearán defensa por parte del otro, sustituyéndola por preguntas, sin dar por sentado nada.
- **Al criticar a la otra persona, hablar de lo que hace, no de lo que es:** implica dejar de lado las etiquetas, que sólo contribuyen a generar mayor defensa y limitarse a hablar de la acción concreta.
- **No ir acumulando emociones negativas sin comunicarlas:** el ir acumulando situaciones sólo empeorará la situación, que sólo terminará generando mayor hostilidad.
- **Discutir los temas de uno en uno:** implica no aprovechar la situación para sacar en cara otra anterior, simplemente charlar o discutir el tema en cuestión.
- **Evitar las generalizaciones:** reemplazar los términos “siempre o nunca”, por otros como “últimamente, en algunos momentos”, etc. con el fin de evitar rotulaciones y encasillamientos que generen mayor conflicto.
- **No guiarse por una excesiva sinceridad en la pareja:** implica la necesidad de pensar en algunas ocasiones, las cosas antes de decirlas,

sobre todo si éstas no darán como resultado una consecuencia positiva. Se refiere al caso de determinados sentimientos o pensamientos que pueden ser pasajeros.

- **La comunicación verbal debe ir acorde con la no verbal:** ambas comunicaciones deben ir en sintonía, para que no se desmerezcan una a la otra y generen consecuencias negativas en el otro.

Castanyer (1996) advierte que una persona considerada como asertiva, desarrollará con su pareja una serie de habilidades. Tales habilidades son:

- **Dar gratificaciones:** tanto materiales como no materiales, no dando por sentado que le gusta lo mismo que a todo el mundo, sino por el contrario proponerse conocer lo que realmente le gustaría.
- **Agradecer gratificaciones:** en ocasiones se da por sentado que la pareja debe necesariamente llevar a cabo conductas gratificantes sin que existiese la posibilidad de agradecerle porque sólo es su deber. Es necesario que se exprese ese agradecimiento abiertamente, generando no sólo una situación que actúe como refuerzo, sino también como indicador que es satisfactorio para la pareja en sí.
- **Pedir gratificaciones:** generalmente se piensa que no hay necesidad de pedir abiertamente las cosas que se quieren a la pareja, entendiendo así que es la pareja quien debería saber exactamente lo que se quiere. Es necesario arrancar la idea que sostiene que pedir exactamente lo que se quiere es rebajarse y no contribuye a la pareja.

Cabe aclarar en este punto, que los autores Garrido Garduño, et al. (2007) hacen referencia a un fenómeno similar en el cual ambos miembros de la pareja presuponen que su cónyuge sabe acerca de lo que está pensando y viceversa, sin comentar sobre el suceso por considerarlo innecesario, como si se sobreentendiera. Éste fenómeno genera en la gran mayoría, que tal omisión produzca como consecuencia serios conflictos o enfrentamientos, desinterés y hasta la búsqueda de otra pareja con quien se tiene la convicción que se logrará esta “lectura de pensamiento”.

Desde este punto de vista, según los autores, tal situación tiene como consecuencia el dejar de pensar en un “uno mismo”, predominando así el “tú” o el “yo”, cuando en realidad se considera fundamental pensar y hablar en plural, es decir en un “nosotros como pareja”, reconociendo la necesidad de igualdad e importancia de ambos miembros (Quiroz, 2001, citado en Garrido Garduño, 2007).

- **Expresar sentimientos negativos:** hace referencia a la necesidad de poder expresar sentimientos como la frustración, tristeza, angustia, enojo, etc., haciéndolo de manera asertiva, para que dicha expresión no desencadene una fuerte discusión. Para ello es necesario:
 - Hablar de forma clara sobre el inconveniente, sin dar por sentado que se sabe sobre él
 - Expresarlo en el momento, y no cuando haya pasado ya un tiempo
 - Comunicarlo de forma activa, y no victimizarse
 - Describir la conducta de uno y del otro sin acusar
- **Empatizar:** hace referencia a la capacidad de ponerse en el lugar del otro y poder apreciar y valorar su punto de vista sobre la situación.
- **Intercambiar afecto físico:** es un intercambio muy importante y muchas veces subestimado, sobre todo con el paso del tiempo, ya que se lo equipara en muchas ocasiones con los intercambios sexuales.
- **Enfrentarse a la hostilidad inesperada y al mal humor:** como se sabe, no todos son buenos y alegres momentos en la pareja, sino que en muchas ocasiones alguno de los miembros puede llegar con un importante malhumor, enojo o cansado, aunque su pareja no sea el responsable de ello. Es importante entender que con regularidad estas situaciones se vuelcan en el hogar o en la pareja y que ante estas situaciones se puede actuar de dos maneras:
 - **Con asertividad repetida:** el miembro que no presenta hostilidad responde con el mismo nivel de enojo o cólera contribuyendo a que la situación empeore.
 - **Con asertividad empática:** se logra empatizar poniéndose en el lugar de su compañero, comprendiendo por aquello que está

pasando y que generó el disgusto, acompañando esta actitud con frases más asertivas y constructivas que posibiliten hacerle comprender a la pareja que el o ella no es responsable de tal enojo.

3.6.1. La expresión de sentimientos positivos y negativos

Continuando con los aportes de Castanyer (1996), el autor propone cómo describir conductas asertivas en la pareja en relación a la oposición y aceptación, es decir, a la expresión y comunicación de los sentimientos positivos y negativos en la misma. Para ello los divide en aceptación asertiva y posición asertiva.

◆ Aceptación asertiva:

a) Elementos no verbales que deben de comunicarse en cualquier caso:

- Contacto visual con el interlocutor
- Tono emocional cálido y cordial
- Volumen de voz audible y claro
- Presencia de sonrisas y gestos de acercamiento

b) Para transmitir el mensaje positivo, se puede seguir este orden:

- **Expresión de elogio/aprecio:** conducta verbal de aceptación en respuesta al comportamiento positivo del otro.
- **Expresión de sentimientos positivos:** transmitir a la otra persona información sobre los propios sentimientos producidos por la conducta del otro.
- **Conducta positiva recíproca:** ofrecimiento de conducta positiva para corresponder a lo que el otro ha hecho.

◆ Oposición asertiva

a) Elementos no verbales que deben de comunicarse en cualquier caso:

- Contacto visual con el interlocutor
- Tono emocional firme, convincente y apropiado a la situación conflictiva (no agresivo)
- Volumen de voz audible y claro
- Movimientos de manos y brazos sueltos y acompañando la verbalización.

b) Para transmitir el mensaje negativo, se puede seguir este orden:

- **Expresión de entendimiento o expresión del problema:** empezar la exposición del problema por comprender el punto de vista del otro o por la descripción del problema o situación conflictiva.
- **Mostrar el desacuerdo:** verbalizar que la conducta de la otra persona no satisface o no es de agrado, pero hacerlo de forma no acusadora, siempre desde la repercusión que la conducta del otro está causando en uno.
- **Petición de cambio de conducta o propuesta de solución:** no se puede dejar una discusión sin este último punto, ya que si no, la otra persona no sabrá cómo llevar a cabo el cambio de conducta que se le pide.

3.7. Conclusión

La asertividad entendida como: “la capacidad de poder expresar lo que uno piensa y siente, y cuando es capaz de defender con decisión y firmeza sus derechos, sin atropellar los derechos de los demás” (Opazzo, 1990, p.6) debe ser considerada como una habilidad importante en la pareja, ya que supone la expresión clara de lo que cada uno piensa y siente, promoviendo así tanto la intimidad de la misma, como la capacidad empática de sus integrantes.

Teniendo en cuenta tantos los tipos de comportamientos posibles en una pareja, sean o no sean asertivos, y por otro lado los componentes de dicha conducta, darán

como resultado un amplio abanico de posibilidades a la hora de poder comunicarse. La observación de las diferentes interacciones en la pareja, brindarán una valiosa herramienta a la hora de interpretar y abordar los fenómenos interaccionales presentes en la misma.

En conclusión, los seres humanos son personas que por naturaleza necesitan del acompañamiento de otro desde el momento del nacimiento, tal y como se introdujo en el comienzo. Si bien en un principio esta función está a cargo de su cuidador primario, a medida que pasa el tiempo amplían sus relaciones extendiéndolas fuera del ámbito familiar.

Esto es lo que ocurre cuando se comienza una relación de pareja, buscando a alguien que guíe, contenga y acompañe, pensando generalmente en esta persona como alguien que los acompañará por un periodo extenso de tiempo.

Que esta interacción resulte satisfactoria, es de vital importancia para que el tiempo compartido entre ambos no sea sólo un acompañamiento témporo-espacial, sino que sobre todo sea de calidad.

Para que esto sea viable, es necesario que como seres humanos puedan desplegar una serie de recursos, para que esta experiencia sea lo más grata posible. La capacidad que se tenga para poder expresar los sentimientos, pensamientos y opiniones, sea negativa o positivamente, dependerá en parte de la asertividad como recurso psicológico importante para que aquella persona con la que se relacionan pueda entenderlos y en parte aceptarlos.

En las relaciones de pareja, como así también en las relaciones en general, un elemento de suma importancia es el intercambio de información. Es necesario poder identificar entonces cómo es que dicha dimensión influye en la satisfacción marital (Armenta Hurtarte y Díaz-Loving, 2008).

La asertividad como habilidad presente en las parejas, podría ser considerada como una de las capacidades o habilidades a desarrollar que garanticen en parte la satisfacción en el vínculo marital. Esto podría deberse, entre otras cosas, a los beneficios que se generarían al establecer un vínculo en que tanto los sentimientos, como

pensamientos y actitudes puedan ser expresados y valorados en un ambiente de respeto mutuo.

SEGUNDA

PARTE:

Metodología

Capítulo 1:

MÉTODO Y PROCEDIMIENTO

1.1. Introducción

Este capítulo se ocupará de la metodología adoptada en este estudio. Por lo tanto se expondrán las preguntas y objetivos de investigación, el enfoque, alcance y diseño de investigación, las características de la muestra, los instrumentos utilizados, el procedimiento de recolección de los datos y el análisis de los mismos.

1.2. Preguntas y objetivos

1.2.1. Preguntas de investigación

1. ¿Cuál es el grado de asertividad presente en la muestra de parejas heterosexuales residentes en la provincia de Mendoza?
2. ¿Cuál es el nivel de satisfacción marital en la muestra de parejas residentes en la provincia de Mendoza?
3. ¿Existe asociación entre la asertividad y la satisfacción marital en la muestra conformada por los miembros integrantes de la pareja?

1.2.2. Objetivos de investigación

1.2.2.1. Objetivo general

- **Objetivo General:** Determinar si existe relación entre los niveles de asertividad de los miembros de una pareja y el grado de satisfacción conyugal.

1.2.2.2. Objetivos específicos

- Determinar el grado existente de asertividad, en una muestra de parejas heterosexuales mendocinas.
- Evaluar el nivel de satisfacción marital en una muestra de parejas heterosexuales mendocinas.
- Establecer si existe asociación entre la asertividad y la satisfacción marital en la muestra conformada por los miembros integrantes de la pareja

1.3. Método

1.3.1. Enfoque

A lo largo del presente estudio se trabajará desde un enfoque cuantitativo debido a que se llevará a cabo una recolección y análisis de datos con medición numérica para responder de esta manera a las preguntas de investigación planteadas. Se hará uso del análisis estadístico para establecer y describir con la mayor exactitud posible los patrones de comportamiento de la muestra seleccionada (Hernandez Sampieri, Fernandez Collado, y Baptista Lucio, 2010).

1.3.2. Tipo de estudio

En relación al tipo de estudio, o el alcance que tendrá el presente trabajo, se determina que se trata de un estudio de tipo descriptivo- correlacional. Los estudios considerados como descriptivos posibilitan mostrar determinadas dimensiones de un fenómeno, visualizando sobre qué (personas, comunidades, objetos, etc) y qué se medirá (variables, conceptos etc.) (Hernandez Sampieri, et al., 2010).

Según tales autores, los estudios descriptivos buscan “Especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p.80). La idea general, gira en torno a describir ciertas tendencias, pretendiendo medir o recoger información sobre ciertos conceptos o variables, de un grupo o población determinada, sin indicar cómo se relacionan éstas.

A su vez, los estudios correlacionales, tomando como base los estudios descriptivos, buscan determinar si existe o no asociación entre dos o más variables, midiendo en primer lugar a cada una de ellas y posteriormente analizando la posible relación existente entre ellas. En el presente trabajo dichas variables son la satisfacción marital y la asertividad (Hernandez Sampieri, et al., 2010).

1.3.3. Diseño de investigación

El diseño de este estudio, entendido como aquel “plan o estrategia concebida para obtener la información que se desea” (p. 120) corresponde a una investigación no experimental, ya que no se manipulará deliberadamente ninguna variable, sino que se observarán los fenómenos tal y como se dan en su contexto, para luego analizarlos y describirlos. La observación de dichos fenómenos se realizará en un momento determinado, es decir, en un tiempo único, por lo tanto este diseño no experimental será de tipo transversal (Hernandez Sampieri, et al., 2010)

1.3.4. Selección de la muestra

La selección de la muestra se llevará a cabo de forma no probabilística intencional, ya que se convocará a los participantes a partir de los siguientes criterios de inclusión:

- ✚ Ambos sujetos integrantes de una misma pareja heterosexual
- ✚ Residentes en la provincia de Mendoza
- ✚ Con una edad de 24 años o más.
- ✚ Al menos 3 años de convivencia o matrimonio
- ✚ Con al menos un hijo en común
- ✚ Sin patologías psiquiátricas que afecten las habilidades sociales de manera significativa.

Se entrevistará a un total de 60 unidades de análisis (30 parejas). Todas ellas deberán firmar un consentimiento informado antes de comenzar a participar.

1.4. Instrumentos

1.4.1. Escala de datos de interés

Se elaborará una escala ad hoc, es decir, que confeccionada para satisfacer las necesidades de este estudio únicamente. En la misma se harán preguntas cerradas, con el fin de caracterizar la muestra (ver anexo).

1.4.2. Escala de asertividad de Rathus (1973)

Se utilizará la adaptación al Español realizada por Carrasco, J; Clemente, M y Llavona, L (1984). La escala está compuesta por 30 ítems, los cuales cada sujeto deberá responder calificando cada frase con el siguiente puntaje, de acuerdo si lo considera desde muy característico en él, hasta muy poco característico.

- +3 = Muy característico de mí, extremadamente descriptivo.
- +2 = Bastante característico de mí, bastante descriptivo.
- +1 = Algo característico de mí, ligeramente descriptivo.
- -1 = Algo característico de mí, ligeramente no descriptivo.
- -2 = Bastante poco característico de mí, no descriptivo.
- -3 = Muy poco característico de mí, extremadamente no descriptivo.

Se deberá cambiar el signo de puntuación de sus respuestas a las preguntas siguientes: 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26 y 30. Y por último se suman todas las respuestas, las cuales oscilarán entre +90 y -90. El resultado de la mínima asertividad es de -90, mientras que el máximo grado de asertividad es de +90.

Fiabilidad: muestra una fiabilidad test-retest moderada-alta, después de un intervalo de 8 semanas en un grupo de 68 sujetos: $r = 0.7782$, siendo p inferior a 0.01. La consistencia interna del instrumento analizada a través del método de las dos mitades (correlación entre puntuaciones pares e impares) fue de 0.7723, siendo p inferior a 0.01 indicando una homogeneidad moderada alta.

Validez: la correlación entre las puntuaciones en el RAS de 47 sujetos y las puntuaciones que les otorgaban en asertividad a esos mismos dos evaluadores independientes fue de 0.7049 reflejando una validez alta en esos términos.

Normas de aplicación: el sujeto debe contestar hasta qué punto la información que contiene cada ítem es característica de él mismo, según una escala de 6 respuestas que va desde muy característico hasta muy poco característico.

Corrección e interpretación: la puntuación total se obtiene sumando los códigos numéricos de cada ítem. Debe cambiarse el signo de los ítems marcados con un

asterisco, la puntuación oscila entre -90 y 90 siendo mayor cuanto mayor es la asertividad.

1.4.3. Cuestionario de Satisfacción marital de Arnold Lazarus (1983)

La presente técnica cuenta con 12 ítems, que evalúan la percepción que tiene el sujeto sobre su relación de pareja, en términos de satisfacción – insatisfacción (siendo el número 10 el puntaje máximo que la persona tiene que evaluar de su pareja, y el número 0 el menor nivel de satisfacción). Obteniendo como resultados posibles: satisfacción alta, satisfacción moderada, satisfacción baja o satisfacción nula.

Los aspectos que valora dicha técnica incluyen:

- Tiempo compartido
- Relaciones sexuales
- Manejo del dinero
- Parentalidad
- Vínculo con la familia de origen
- Hábitos en general

1.5. Procedimiento

Se realizó una selección intencional de los sujetos que participaron en la investigación, ya que se buscó a aquellas parejas, tanto hombres como mujeres integrantes de la misma, que cumplieran con los criterios establecidos para formar parte de la muestra.

Se trabajó con aproximadamente 30 parejas heterosexuales que sean residentes en la provincia de Mendoza, los cuales como se dijo anteriormente, cumplieran con los criterios de inclusión.

A cada uno de ellos se los contactó de manera telefónica o presencial, proponiendo su posible participación en la investigación.

Una vez seleccionados a los sujetos se procedió con la presentación y toma del protocolo de autoadministración, que contenía los diferentes instrumentos para evaluar las variables correspondientes, incluyendo también el consentimiento informado en donde se explica claramente que su participación es voluntaria y que se respetará el anonimato acerca de su participación en la misma. A lo largo de todo el proceso de toma el investigador estuvo presente por si surgía alguna inquietud a la hora de responder el protocolo.

En cuanto a la toma, se realizó en presencia del otro miembro de la pareja. Sin embargo se tuvo en cuenta aclarar que ninguno de los dos podría acceder o consultar en ningún momento los datos o respuestas de su respectiva pareja.

A medida que se realizaban las tomas correspondientes, se le solicitaba a las parejas proponer a otros sujetos que cumplieran con los requisitos para continuar ampliando la muestra.

Una vez obtenida la información proporcionada a través de los instrumentos se procederá al análisis de los datos a partir del programa estadístico Statistics IBM SPSS 21. Una vez obtenidos los resultados, se procederá a realizar las devoluciones pertinentes.

1.6. Análisis de datos

Para el análisis estadístico de los datos, se utilizó el software IBM SPSS Statistics 21. Se aplicaron nociones propias de la estadística descriptiva-correlacional, se generaron tablas de distribución de frecuencias y se calcularon las medidas de tendencia central y de variabilidad.

Capítulo 2:

PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

2.1. Introducción

En el presente capítulo se procederá a la exposición de los resultados obtenidos de la recolección de datos y su análisis correspondiente a partir del programa estadístico IBM SPSS Statistics 21, posibilitando de esta manera lograr la caracterización de la muestra, como así también dar con los objetivos propuestos en el presente estudio. Una vez presentados los resultados, se procederá a la discusión de los mismos a partir de los aportes teóricos realizados con anterioridad y resultados obtenidos en otras investigaciones relevantes sobre el tema en cuestión.

2.2. Presentación de resultados

2.2.1. Caracterización de la muestra

A continuación, se procederá a realizar la caracterización de la muestra, es decir, a exponer aquellas características personales de los sujetos integrantes de la misma. La muestra se encuentra conformada por 60 personas, las cuales 30 son mujeres (50%) y los 30 restantes son hombres (50%). Las edades de los sujetos se encuentran entre los 24 y 62 años, teniendo como promedio una edad de 38 (DE=10,927) años aproximadamente (Tabla 7).

Tabla 7: Edad de la muestra

Edad	
Media	38,58
Desv. típ.	10,927
Mínimo	24

Máximo	62
--------	----

Teniendo en cuenta las edades de las personas según su sexo, se puede observar que la edad promedio de las mujeres es de 37,40 (DE=10,734) con una edad mínima de 24 y máxima de 58. Por otra parte, los hombres, presentan una edad media de 39,77 (DE=11,172), encontrando como edad mínima 26 y como máxima 62 años (Tabla 8).

Tabla 8: *Edad* de la muestra según sexo

Edad		
Mujeres	Media	37,40
	Desv. típ.	10,734
	Mínimo	24
	Máximo	58
Hombres	Media	39,77
	Desv. típ.	11,172
	Mínimo	26
	Máximo	62

En relación al estado civil de las parejas encuestadas, 18 expresaron tener una convivencia de hecho, la cual representa un 30% de la muestra, mientras que 8 personas se encuentran unidas a partir del matrimonio legal (13,3%). Por último 34 sujetos expresan que su unión es tanto legal como religiosa, representando de esta manera el 56,7% del total de la muestra (Tabla 9)

Tabla 9: *Estado civil* de las parejas encuestadas

Estado Civil		
	<i>f</i>	%
Convivencia	18	30

Matrimonio legal	8	13,3
Ambos	34	56,7
Total	60	100

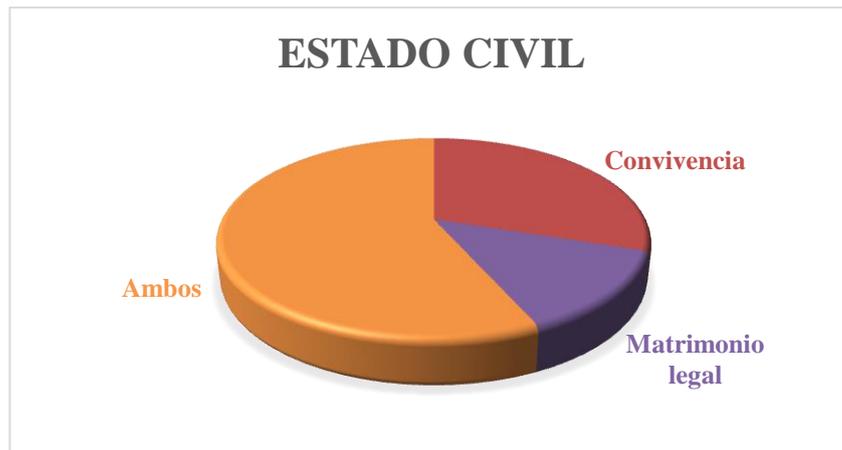


Figura 5: Gráfico de torta: *estado civil* del total de la muestra (n=60).

Teniendo en cuenta los años de convivencia de las parejas encuestadas, se puede observar una media de 13,93 años (DE=10,994), teniendo como edad mínima de convivencia 3 años y presentando una máxima de 40 (Tabla 10).

Tabla 10: *Años de convivencia* de las parejas encuestadas

Años de convivencia	
Media	13,93
Desv. típ.	10,994
Mínimo	3
Máximo	40

Con respecto al número de hijos que poseen los sujetos, se puede observar que 14 personas expresan tener un solo hijo (23,3%); 25 sujetos tenían 2 hijos (41,7); 18 poseían 3 hijos (30%); 2 personas expresaron tener 4 hijos (3,3%); y por último un sujeto afirmó poseer 6 hijos, representando éste último un 1,7% del total de la muestra (Tabla 11).

Tabla 11: Número de hijos que poseen las personas encuestadas

N° de hijos		
	<i>f</i>	%
1	14	23,3
2	25	41,7
3	18	30
4	2	3,3
6	1	1,7
Total	60	100



Figura 6: Gráfico de torta: número de hijos del total de la muestra (n=60).

En cuanto al lugar de residencia se puede observar que 2 sujetos residen en la Ciudad de Mendoza (3,3%); 38 personas establecieron que Godoy Cruz era su lugar de residencia, siendo el equivalente del 63,3% del total de la muestra; 4 expresaron Guaymallén como lugar de residencia (6,7%); otros 4 sujetos residen también en Luján

de Cuyo (6,7%); y por último 12 encuestados residen en el departamento de Maipú, representando éstos un 20% del total de la muestra (Tabla 12).

Tabla 12: Lugar de residencia de las personas encuestadas

Lugar de residencia		
	<i>f</i>	%
Ciudad	2	3,3
Godoy Cruz	38	63,3
Guaymallén	4	6,7
Luján de Cuyo	4	6,7
Maipú	12	20
Total	60	100



Figura 7: Gráfico de torta: lugar de residencia del total de la muestra (n=60).

Teniendo en cuenta el nivel educativo alcanzado por las personas encuestadas, se observa: un sujeto (1,7%) con primaria incompleta como nivel educativo máximo alcanzado; 3 (5%) sujetos con primaria completa; 13 (21,7%) con secundaria incompleta; 13 (21,7%) sujetos con secundaria completo; 16 (26,7%) sujetos expresaron

que su nivel educativo máximo alcanzado era terciario/universitario incompleto; 12 (20%) con terciario/universitario completo; y por último 2 (3,3%) personas con posgrado (Tabla 13).

Tabla 13: Nivel educativo alcanzados por las personas encuestadas.

Nivel educativo		
	<i>f</i>	%
Primaria incompleta	1	1,7
Primaria completa	3	5
Secundaria incompleta	13	21,7
Secundaria completa	13	21,7
Terciario/universitario incompleto	16	26,7
Terciario/universitario completo	12	20
Posgrado	2	3,3
Total	60	100

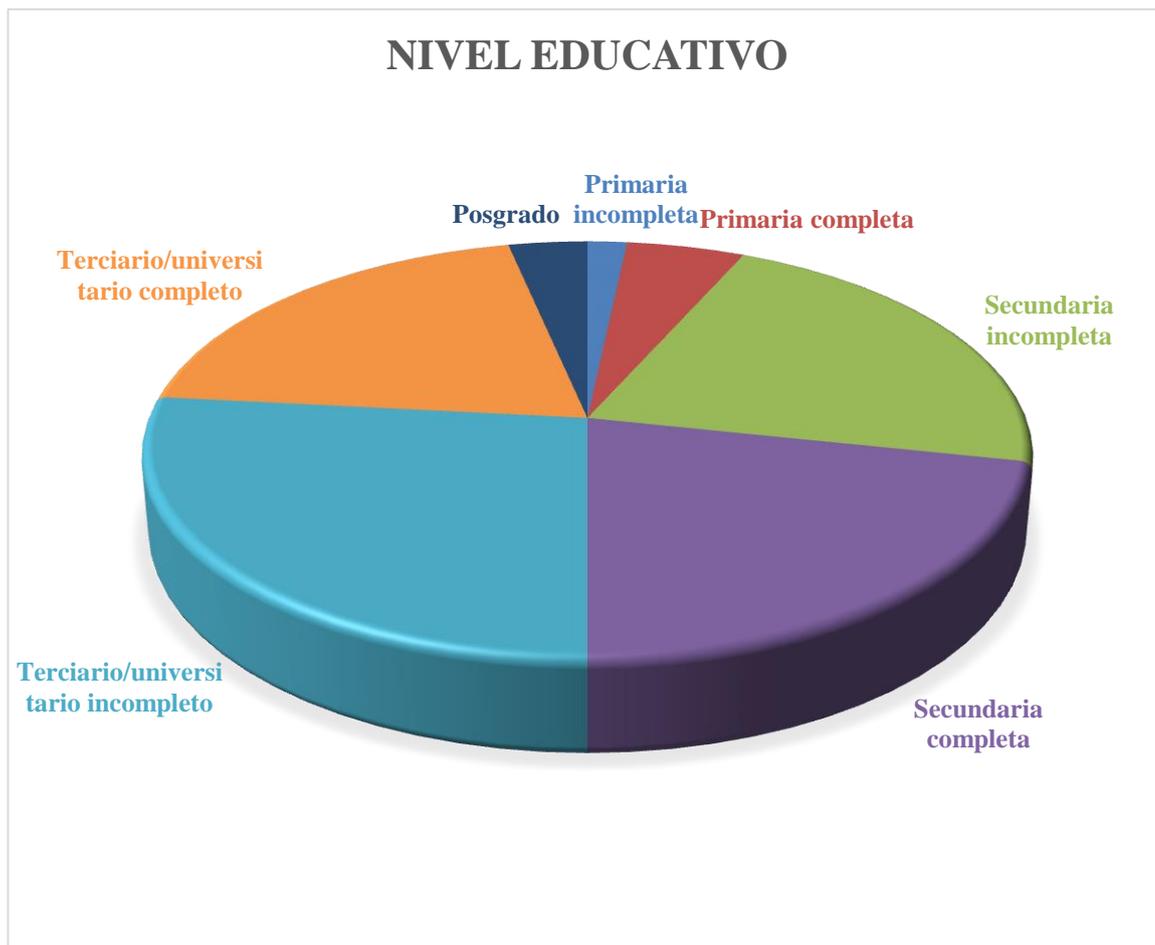


Figura 8: Gráfico de torta: nivel educativo alcanzado por los sujetos encuestados (n=60).

A la hora de percibir cual es el nivel educativo alcanzado por los encuestados según el sexo, se puede observar que en relación a las mujeres que una de ellas (3,3%) presenta primaria completa como nivel educativo máximo alcanzado; 1 (3,3%) con primaria completa; 5 (16,7%) con secundaria incompleta; 6 (20,7%) con secundaria completo; 9 (30%) expresaron que su nivel educativo máximo alcanzado era terciario/universitario incompleto; 6 (20%) con terciario/universitario completo; y por último 2 (6,7%) personas con posgrado (Tabla 14). En los hombres los resultados fueron los siguientes: 2 (6,7%) con primaria completa; 8 (26,7%) con secundaria incompleta; 7 (23,3%) con secundaria completa; 7 (23,3%) con terciario/universitario incompleto; y por último 6 (20%) con terciario/universitario completo (Tabla 14)

Tabla 14: Nivel educativo alcanzados según sexo de los encuestados

Nivel educativo		<i>f</i>	%
Mujeres	Primaria incompleta	1	3,3
	Primaria completa	1	3,3
	Secundaria incompleta	5	16,7
	Secundaria completa	6	20
	Terciario/universitario incompleto	9	30
	Terciario/universitario completo	6	20
	Posgrado	2	6,7
	Total	30	100
Hombres	Primaria completa	2	6,7
	Secundaria incompleta	8	26,7
	Secundaria completa	7	23,3
	Terciario/universitario incompleto	7	23,3
	Terciario/universitario completo	6	20
	Total	30	100

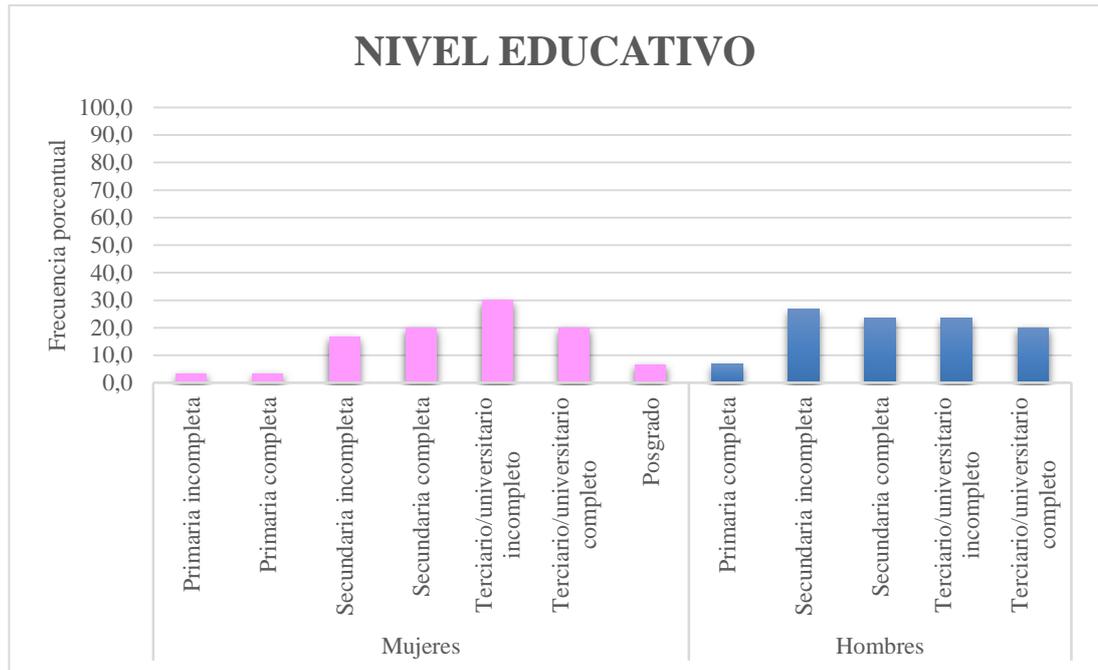


Figura 9: Gráfico de barras: frecuencia porcentual del nivel de estudios alcanzados por los sujetos encuestados según sexo (n=60).

En cuanto al diagnóstico psiquiátrico, un total de 59 personas expresaron no poseer uno, representando el 98,3% del total de la muestra, mientras que solo una persona expresó poseer uno (1,7%). Al momento de indagar cual es el trastorno, ese sujeto respondió que era depresión (Tabla 15).

Tabla 15: Presencia o ausencia de trastorno psiquiátrico en las personas encuestadas

Diagnóstico psiquiátrico		
	<i>f</i>	%
Sí	1	1,7
No	59	98,3
Total	60	100

¿Cuál es ese diagnóstico?

	<i>f</i>	%
--	----------	---

No posee diagnóstico	59	98,3
Depresión	1	1,7
Total	60	100



Figura 10: Gráfico de torta: presencia y ausencia de diagnóstico psiquiátrico en los encuestados (n=60).

2.2.2. Descripción del grado de asertividad existente

Con el propósito de responder al primer objetivo de la investigación, se procederá a describir los niveles de asertividad existentes en la muestra.

Se puede observar que el nivel de asertividad existente en los miembros de las parejas como media es del 2,05 (DE=22,223), teniendo como puntaje máximo un 54 y un puntaje mínimo de -53 (Tabla 16).

Tabla 16: Puntaje de asertividad existente entre los sujetos integrantes de la muestra

Asertividad	
Media	2,05
Desv. típ.	22,223
Asimetría	-,207
Error típ. de asimetría	,309
Curtosis	-,029
Error típ. de curtosis	,608
Mínimo	-53
Máximo	54

Por otra parte, teniendo en cuenta los puntajes obtenidos según el sexo de los encuestados, se observa en las mujeres una media de -3 (DE=18,866), encontrándose mínimos de -39 y máximos de 39. En relación a los puntajes obtenidos por los hombres, se aprecia una media de 7,33 (DE=24,321), encontrando un mínimo de -53 y máximo de 54 (Tabla 17).

Tabla 17: Puntaje de asertividad existente entre los sujetos integrantes de la muestra según sexo

Asertividad		
Mujeres	Media	-3,23
	Desv. típ.	18,866
	Asimetría	,179
	Error típ. de asimetría	,427
	Curtosis	-,244
	Error típ. de curtosis	,833
	Mínimo	-39
	Máximo	39
Hombres	Media	7,33
	Desv. típ.	24,312
	Asimetría	-,695
	Error típ. de asimetría	,427
	Curtosis	,694
	Error típ. de curtosis	,833
	Mínimo	-53
	Máximo	54

2.2.3. Descripción del nivel de satisfacción marital

Intentando responder al segundo objetivo de la presente investigación, se procederá a describir los puntajes obtenidos en relación a la satisfacción marital existente en los sujetos integrantes de la muestra.

El puntaje obtenido por los miembros de la pareja en relación a la satisfacción marital, presentó una media de 93,73 (DE=16,299), teniendo como puntaje máximo 120 y como mínimo 43 (Tabla 18).

Tabla 18: Puntaje de satisfacción marital existente entre los sujetos integrantes de la muestra

Satisfacción marital	
Media	93,73
Desv. típ.	16,299
Asimetría	-1,104
Error típ. de asimetría	,309
Curtosis	1,386
Error típ. de curtosis	,608
Mínimo	43
Máximo	120

En función de las diferencias existentes entre hombres y mujeres en la satisfacción marital, las mujeres presentaron una media de 94,43 (DE=16,933), presentando un mínimo de 46 y un máximo de 120, mientras que los hombres obtuvieron una media de 93,03 (DE=15,897), con un puntaje máximo de 113 y un mínimo de 43.

Tabla 19: Puntaje de satisfacción marital existente entre los sujetos integrantes de la muestra según sexo

Satisfacción marital		
Mujeres	Media	94,43
	Desv. típ.	16,933
	Asimetría	-1,096
	Error típ. de asimetría	,427

	Curtosis	1,336
	Error típ. de curtosis	,833
	Mínimo	46
	Máximo	120
Hombres	Media	93,03
	Desv. típ.	15,897
	Asimetría	-1,200
	Error típ. de asimetría	,427
	Curtosis	1,995
	Error típ. de curtosis	,833
	Mínimo	43
	Máximo	113

2.2.4. Asociación entre asertividad y satisfacción marital

Para cumplir con el tercer y último objetivo de esta tesis se llevaron a cabo, en un primer momento las pruebas de normalidad pertinentes. En este caso se utilizó la prueba Kolmogórov-Smirnov por contar con una muestra de más de 50 sujetos ($n=60$). Esta prueba demostró que tanto la variable de Asertividad como la de Satisfacción Marital se ajustan a distribuciones normales ($p>0.05$).

Tabla 20: Prueba de normalidad Kolmogórov-Smirnov

Pruebas de normalidad			
	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Asertividad	0,09	60	0,2
Satisfacción marital	0,11	60	0,05

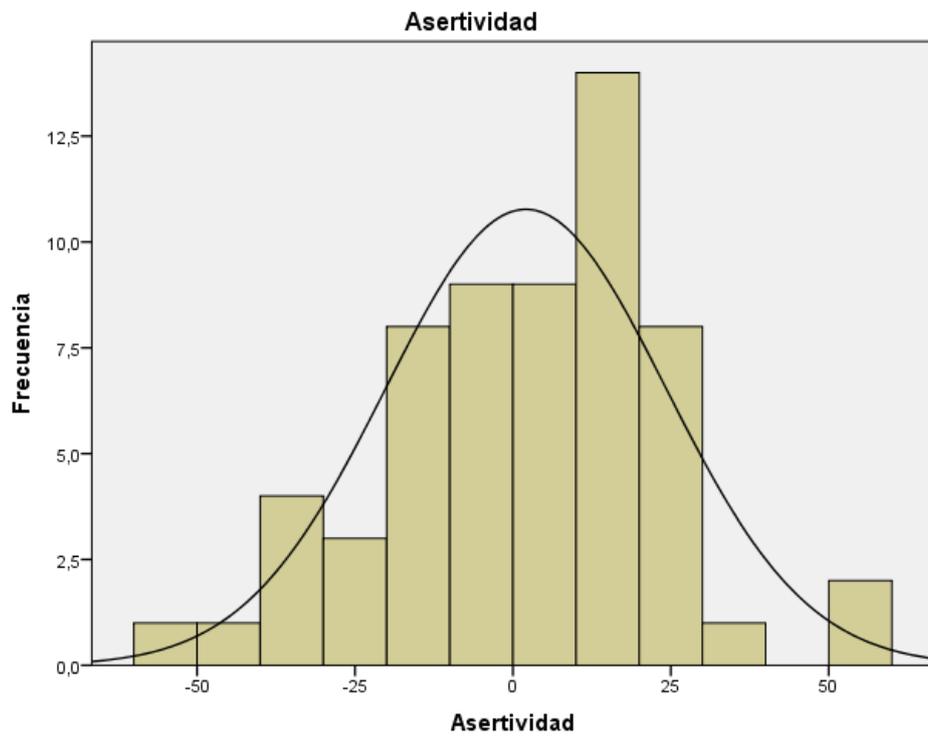


Figura 11: Histograma: prueba de normalidad de la variable asertividad (n=60)

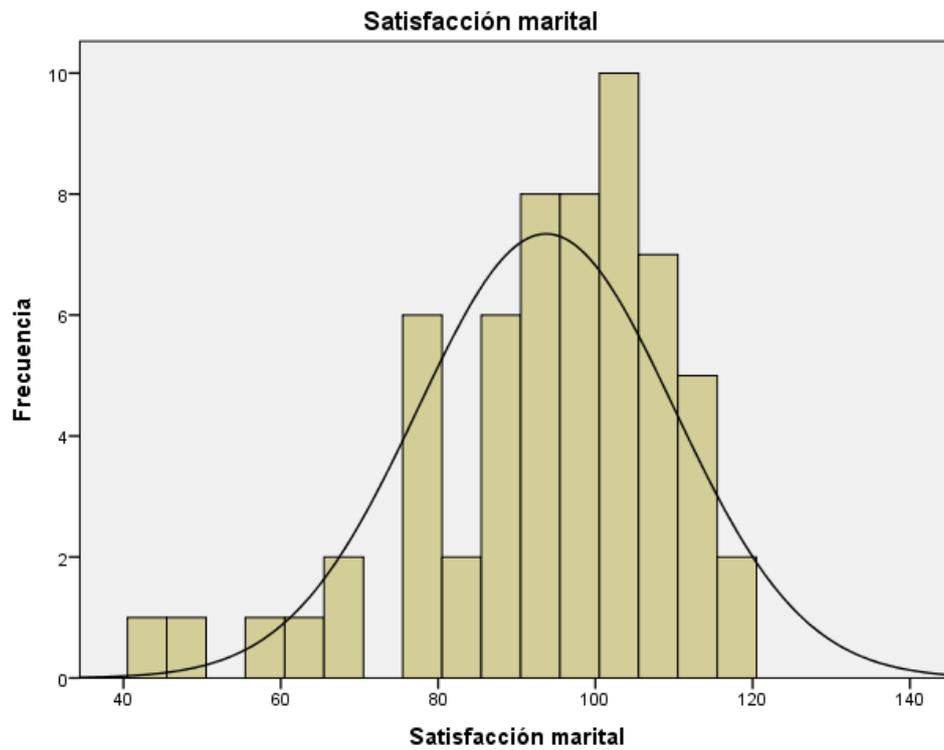


Figura 12: Histograma: prueba de normalidad de la variable satisfacción marital (n=60)

Teniendo esto en cuenta es que se utilizó llevó a cabo la Correlación R de Pearson que dio como resultado que si bien existe una correlación positiva muy débil, la misma no es significativa, $r=0,53$, $p>0.68$. Por lo tanto no es posible asumir la asociación entre estas variables, lo que sugiere rechazar la hipótesis de esta investigación.

Tabla 21: Resultados correlación R de Pearson

Correlaciones			
		Asertividad	Satisfacción marital
Asertividad	Correlación de Pearson	1	0,053
	Sig. (bilateral)		0,68
	N	60	60
Satisfacción marital	Correlación de Pearson	0,053	1
	Sig. (bilateral)	0,68	
	N	60	60

En una segunda instancia se indagó acerca de cómo es que se comportan estas variables al diferenciarlas según el sexo. Entonces se realizaron pruebas de normalidad para las variables de Asertividad y Satisfacción marital para el grupo de hombres y para el grupo de mujeres por separado. En este caso la prueba de normalidad que se utilizó fue Shapiro-Wilk ya que cada grupo contaba con menos de 50 sujetos ($n=30$). La misma determinó que si bien la variable Asertividad si se ajusta a distribución normal en ambos grupos ($p>0.05$), la variable Satisfacción marital, no lo hace ($p<0.05$).

Tabla 22: Pruebas de normalidad Shapiro-Wilk

Pruebas de normalidad				
Sexo		Shapiro-Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.
Mujer	Asertividad	0,98	30	0,83
	Satisfacción marital	0,92	30	0,03

Hombre	Asertividad	0,93	30	0,05
	Satisfacción marital	0,91	30	0,01

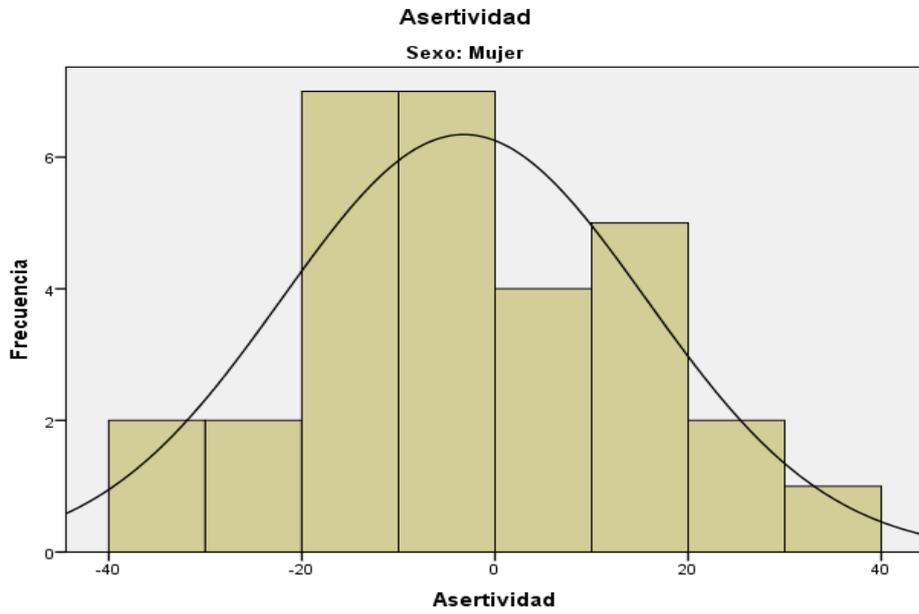


Figura 13: Histograma: prueba de normalidad de la variable asertividad para mujeres (n=30).

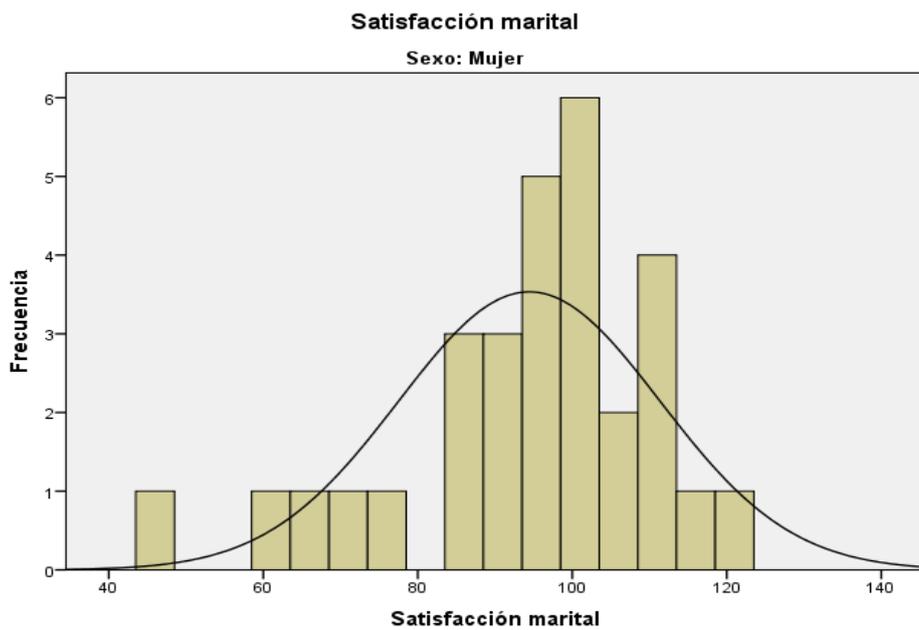


Figura 14: Histograma: prueba de normalidad de la variable satisfacción marital para mujeres (n=30).

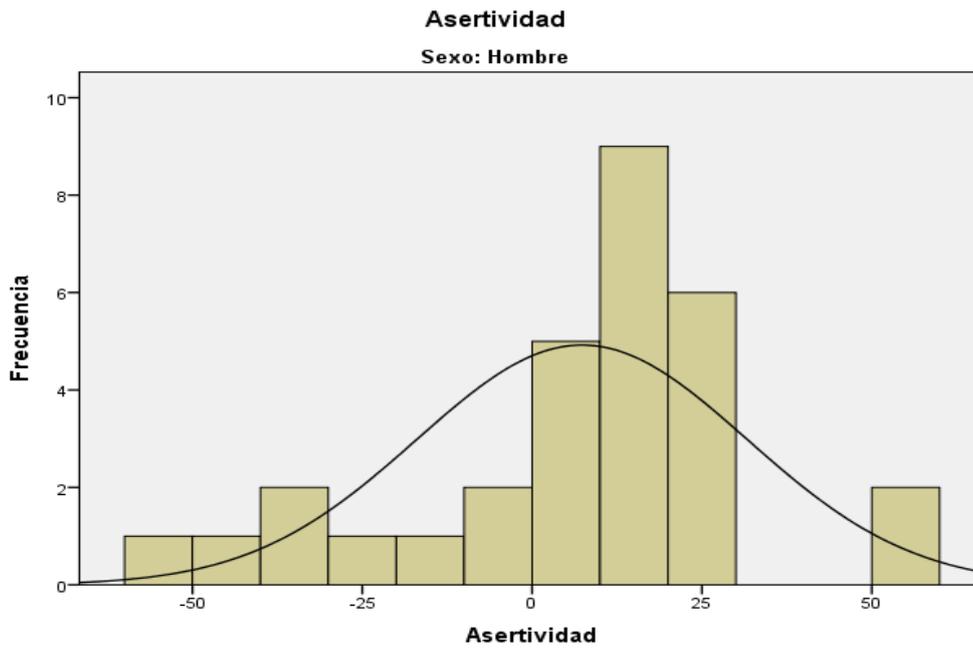


Figura 15: Histograma: prueba de normalidad de la variable asertividad para hombres (n=30).

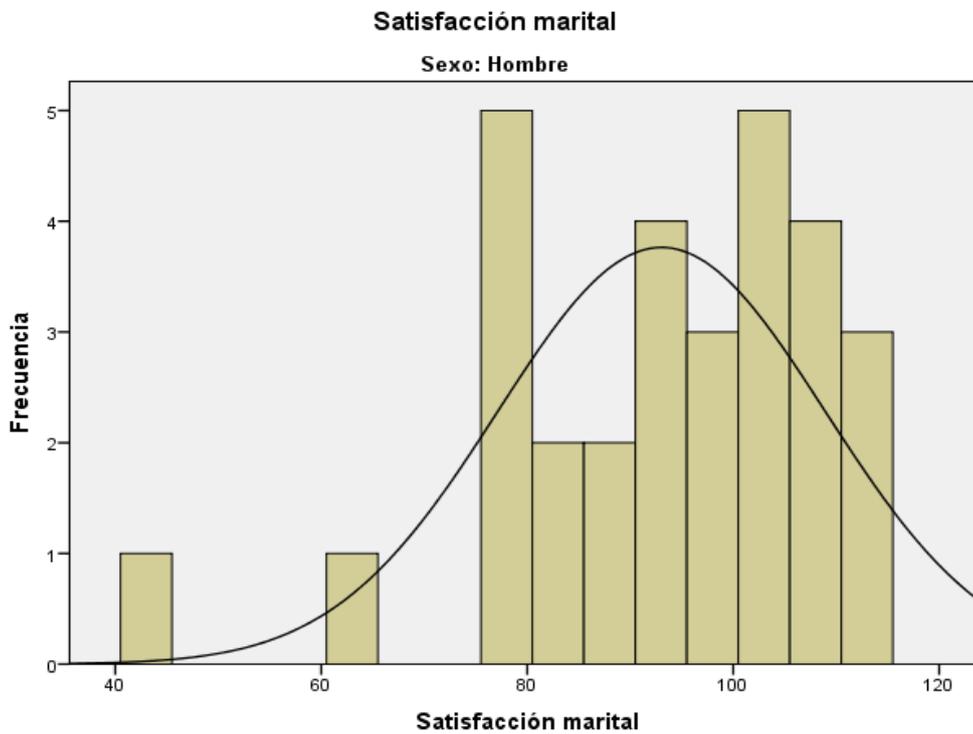


Figura 16: Histograma: prueba de normalidad de la variable satisfacción marital para hombres (n=30).

Entonces se decidió llevar a cabo una prueba no paramétrica, en este caso la Rho de Spearman que señaló que, al igual que ocurrió anteriormente, en ambos grupos existe una correlación positiva muy débil pero no significativa, $r > 0.11$, $p > 0.56$. Por lo tanto no es posible asumir la asociación entre estas variables, confirma que se debe rechazar la hipótesis de esta investigación.

Tabla 23: Correlaciones de Rho de Spearman

Correlaciones					
Sexo				Asertividad	Satisfacción marital
Rho de Spearman	Mujer	Asertividad	Coeficiente de correlación	1,000	,110
			Sig. (bilateral)		,563
			N	30	30
		Satisfacción marital	Coeficiente de correlación	,110	1,000
			Sig. (bilateral)	,563	
			N	30	30
	Hombre	Asertividad	Coeficiente de correlación	1,000	,164
			Sig. (bilateral)		,385
			N	30	30
		Satisfacción marital	Coeficiente de correlación	,164	1,000
			Sig. (bilateral)	,385	
			N	30	30

2.3. Discusión de resultados

A continuación se procederá a la discusión de los resultados obtenidos en la presente investigación, los cuales fueron expuestos en el apartado anterior. Para su análisis y discusión se tendrá en cuenta tanto los objetivos como el marco teórico de la presente y aquellas investigaciones relevantes en la temática.

En primer lugar se tendrá en cuenta la caracterización de la muestra, a partir de la utilización de una escala de interés, la cual recoge diferente información acerca de las personas encuestadas, tales como edad, estado civil, años de convivencia, número de hijos, entre otros.

La presente muestra se encuentra conformada por los miembros de 30 parejas, compuesta por 30 mujeres y 30 hombres en partes iguales, siendo parejas entre sí. La edad promedio de los mismos fue de 38 años, donde la edad mínima fue de 24 y la máxima de 62. Teniendo en cuenta la edad presente en los diferentes sexos, se percibe una media de 37 años en las mujeres, mientras que en los hombres la media es de 39, presentando de esta manera una diferencia de tan solo dos años entre ambos. Esto se debe a que la muestra es intencional y se encuentra determinada según ciertos criterios de inclusión. Se sugiere que en futuras investigaciones dichos criterios puedan ampliarse para poder generalizar los resultados al resto de la población.

En cuanto a la residencia de los encuestados, el 100% pertenece a la aglomeración urbana denominada Gran Mendoza, conformada por la ciudad de la provincia de Mendoza y los departamentos aledaños. La mayor parte de la muestra decía pertenecer al departamento de Godoy Cruz (63,3%), seguido del departamento de Maipú. En menor medida se encontraban las personas pertenecientes a Guaymallén, Luján de Cuyo y Ciudad.

Con respecto al estado civil de los mismos, se puede observar que la mayor parte de la muestra presenta una unión tanto civil como religiosa, conformada por un 56,7% del total de la muestra, es decir, poco más de la mitad de la misma. Le sigue la

convivencia como elección de unión (30%), y el matrimonio legal (13,3%). Un dato a tener en cuenta es que ninguna de las personas encuestadas manifestó tener un matrimonio religioso únicamente, sino que más bien, dicha unión se da enteramente acompañada de la unión civil, diferente a lo que ocurre con el matrimonio civil, que fueron 8 las personas que si optaron por dicha unión.

Se aprecia entonces un predominio tanto de los matrimonios civil y religioso, como así de la convivencia como unión en las personas pertenecientes a la muestra. La presencia de un alto porcentaje en las uniones de hecho, coincide con la percepción de un aumento significativo de las mismas en los últimos años presente en las parejas latinoamericanas, y validados por diferentes investigaciones científicas. Éste es el caso de una reciente investigación realizada en Argentina por Binstock (2009) la cual revela que en los últimos tiempos, se ha podido apreciar en las generaciones jóvenes cambios en el tipo de relación en comparación con las generaciones anteriores. La investigación demuestra que si bien en las generaciones anteriores a las décadas del 60` la unión consensual o convivencia se podía apreciar en casos aislados, en las décadas de los 60`y 70`ya era una opción para aproximadamente la mitad de las parejas. Actualmente en las generaciones pertenecientes a las décadas de los 80`y 90` la unión consensual o convivencia de hecho pasa a ser la norma.

A su vez, Castro Martín, Cortina, Martín García y Pardo (2011), son quienes aprecian que tanto la concepción como la crianza de los hijos dentro del marco matrimonial, han comenzado a disminuir significativamente, dejando de ser mayoría en los últimos años en los países latinoamericanos. De esta manera, tal y como también lo aprecia Binstock (2009) se observa que el comienzo de la maternidad se dan actualmente con mayor frecuencia en el marco de las uniones de hecho.

Al tener en cuenta el número de hijos manifestado por las parejas encuestadas, se aprecia que la mayoría afirma tener 2 hijos (41,7% del total de la muestra), le siguen aquellos que tienen 3 hijos (30%), mientras que el 23,3% expresa tener tan sólo un hijo. Por otro lado las frecuencias más bajas se dieron en 2 personas con 4 hijos y tan sólo un sujeto con 6. De esta manera se observa que un 95% de las personas afirman tener entre 1 y 3 hijos, mientras que el otro 5% entre 4 y 6. Demostrando un predominio de aquellas parejas con pocos hijos por sobre aquellos que tienen varios. Los resultados

anteriormente expuestos, coinciden con las investigaciones de Sánchez Bringas, Espinosa, Espinosa Islas, Ezcurdia y Torres (2004) quienes afirman que en la actualidad las mujeres no sólo comienzan la maternidad y la formación estable de la pareja en edades más avanzadas en comparación con las anteriores generaciones, sino también tienen un número menor de hijos en comparación con éstas. Investigación que concuerda con la de Arriagada (2002) quien afirma que el tamaño promedio de las familias ha disminuido producto de la disminución del número de hijos en la misma y la distancia cada vez mayor de las edades de los hijos integrantes de éstas.

A la hora de considerar el nivel educativo, se lo tiene en cuenta de dos maneras: a nivel general y las diferencias según sexo. A nivel general se puede observar que la mayor parte de la muestra presenta una educación de terciario/universitario incompleto, seguido de aquellos que refieren tanto una secundaria completa como incompleta. Le siguen luego los sujetos con estudios terciarios/universitarios completos. Por otro lado las menores frecuencias las tienen primaria completa, posgrado y por último primaria incompleta. De esta manera, se logra apreciar claramente cómo es que el 50% de la muestra confirma tener estudios superiores, mientras que el resto se ubican entre los estudios secundarios completo e incompleto conformados por el 43,6% de la muestra y por último tan solo un 6,7% de la muestra con primaria completa e incompleta. Se demuestra de esta manera la tendencia en las parejas a tener estudios superiores en comparación con el escaso porcentaje de sujetos con estudios primarios.

Según notas periodísticas provenientes del Diario Clarín (2009) y Página 12 (2011), más del 80 % de los estudiantes universitarios del conurbano bonaerense son sujetos que corresponden a la primera generación de su familia en cursar estudios superiores. Si bien no se ha podido encontrar bibliografía científica que respalde dichos datos a nivel provincial, es un fenómeno que se considera susceptible de observar en la cotidianeidad. Es por tal motivo que se considera interesante poder comprender que el mayor acceso a la educación superior posibilitado en los últimos años concuerda con los datos obtenidos en la presente investigación, donde el 50% afirma acreditar estudios universitarios y/o terciarios.

El segundo aspecto a tener en cuenta en cuanto al nivel educativo alcanzado por los sujetos, se encuentra en relación al sexo. Si bien no se observan grandes diferencias

en los niveles de estudios alcanzados y el número de sujetos que presentan tales niveles, se pueden percibir dos categorías presentes en las mujeres que no se encuentran en los hombres, y por más paradójico que suene estas categorías son: primaria incompleta y posgrado. El dato anteriormente expuesto se lo considera un suceso que puede ser interpretado si se tiene en cuenta los roles de la mujer y la evolución de los mismos a través del tiempo.

Se podría considerar sensata la existencia de la primer categoría correspondiente a primaria incompleta, debido al rol que la mujer a ocupado a lo largo de la historia. Tanto el hombre como la mujer han sido y son sujetados a roles socialmente esperables para cada uno de ellos, donde la función de la mujer ha sido limitada casi exclusivamente al cuidado y mantenimiento de los hijos y el hogar, siendo ésta generalmente excluida del ámbito educativo, privándola de la posibilidad de llevar adelante estudios avanzados (Alberdi y Alberdi, 1984; Arenal, C., 2017).

En tanto la siguiente categoría correspondiente al nivel de posgrado, puede ser leído desde dos ópticas compatibles. Por un lado, el reciente acceso de la mujer al ámbito educacional, lo cual le brinda la posibilidad de acceder a niveles educativos que con anterioridad se le fueron negados (Alberdi y Alberdi, 1984). Y por otro lado la necesidad de una mayor especialización y formación académica de la mujer en relación a los hombres para hacer frente a la innegable desigualdad laboral y salarial existente, viéndose ésta en la necesidad de incrementar sus niveles de estudios para lograr igualdad de oportunidades a la hora de acceder a un puesto jerárquico de relevancia en comparación a los hombres, fenómeno conocido como “techo de cristal” (Rodríguez Pérez y Castro-Lugo, 2014; Chávez y Ríos, 2014).

Ahora bien, teniendo en cuenta el primer objetivo específico de la tesina, en relación a los niveles de asertividad presentes en la muestra, se obtuvo como media un puntaje de 2,05 (DE=22,223). Dicho puntaje refleja un nivel de asertividad media, es decir la mitad del camino entre una asertividad óptima y una falta de asertividad.

Las personas que poseen un nivel de asertividad alto, suelen ser sujetos que generalmente y ante diversas situaciones suelen comportarse de manera asertiva, es decir expresando sus sentimientos u opiniones de manera franca y abierta haciendo

valer sus propios derechos sin caer en la pasividad ni tampoco en la agresividad u hostilidad ya sea verbal o física. Sin embargo aquellos que se encuentran en los puntajes medios, presentan dos tipos posibles de respuestas: suelen ser personas que se comportan asertivamente en determinadas situaciones, sobre todo en aquellas en las que se encuentran realmente cómodos y en confianza, pero no suelen comportarse así en el resto de las situaciones donde responden con cierta pasividad, sin tener la posibilidad de expresar su autoafirmación; o, por otro lado, pueden ser sujetos que aunque sí pueden expresar fácilmente sus opiniones, sentimientos o pensamientos, lo hacen de manera hostil, desatendiendo así el respeto hacia el resto de las personas, poniendo en evidencia cierta agresividad (León Madrigal y Vargas Halabí, 2009).

En cuanto a los resultados obtenidos de los niveles de asertividad en función del sexo, se aprecia en las mujeres una media de -3,23 (DE=18,866), mientras que en los hombres la media fue de 7,33 (DE=24,312). La diferencia existente entre ambos grupos es de un total aproximado de 10 puntos, por lo tanto se aprecia una mínima diferencia entre ellos, dando como resultado una asertividad media en ambos grupos. Un dato a tener en cuenta se encuentra en relación a los puntajes mínimos y máximos de los grupos, ya que mientras que en las mujeres estos se encuentran entre los 39 y -39, en los hombres estos puntajes se sitúan en los -53 y 54. Si bien no hay diferencias en los resultados de los puntajes, se puede apreciar que son justamente los hombres quienes se encuentran en ambos extremos de los puntajes (máximos y mínimos) del total de la muestra.

Un fenómeno particular ocurre a la hora de cotejar los resultados obtenidos entre los miembros de las parejas. Y es que en un 54% de las parejas encuestadas, se perciben puntajes opuestos entre sus miembros, esto quiere decir, que mientras un miembro obtiene un puntaje positivo, el otro, generalmente obtiene como resultado uno negativo. Esto puede deberse a cierta complementariedad presente en las parejas, ya que con el paso del tiempo las integrantes de la pareja logran desarrollar características complementarias, siendo esto una característica común de los sistemas en su intento de lograr el equilibrio. Por otra parte, es necesario contemplar este dato en relación con la elección de pareja, ya que, generalmente se ve como atractivo en el otro aquello que se admira y no posee. Por lo tanto se puede pensar que la asertividad como característica y

recurso presente en el otro, puede ser considerada como un gran atractivo para aquella persona que no la posea o bien la presente en menor medida.

En relación al segundo objetivo específico, se puede apreciar que el nivel de satisfacción marital presentó una media de 93,73 (DE=16,299), reflejando un alto nivel de satisfacción marital en la muestra. Un dato a tener en cuenta, es que tan sólo 3 personas del total de la muestra obtuvieron un resultado menor a los 60 puntos, equivalente a insatisfacción marital, encontrando de esta manera una clara predominancia de satisfacción por sobre insatisfacción marital.

Aún cuando los resultados reflejen éste alto índice de satisfacción, es necesario aclarar, que para una mejor interpretación y comprensión de los resultados, se observe tanto el puntaje global como los puntajes de cada uno de los ítems (Lazarus, 2001). Esto es importante en algunos casos donde la pareja obtiene altos puntajes en la satisfacción general, pero que en determinados ítems la calificación que han puesto es lo suficientemente baja como para tenerla en cuenta, ya que cualquier puntaje ubicado por debajo del tres, sería un área considerada como insatisfactoria y necesitaría especial atención.

Con respecto a los niveles de satisfacción marital presentes entre hombres y mujeres, se observa una escasa diferencia entre ellos, lo cual concuerda con la investigación realizada por Riveros (2017). Sin embargo, al encontrar resultados similares entre ambos sexos, se aprecia una contradicción con respecto a algunas investigaciones sobre el tema. Existe evidencia que señala que es el hombre quien presenta mayores niveles de satisfacción marital que la mujer (Valbuena, 1993 citado en Vera Olivares, 2010; Hernández Martínez, Alberti Manzanares, Núñez Espinoza y Samaniego Villareal 2010; Otero y flores, 2016).

Estas investigaciones revelan que es esperable que la mujer presente niveles más bajos de satisfacción que el hombre, ya que ésta se encuentra sometida constantemente a un estrés mayor que éste, no sólo por la exigencia presente en su desempeño productivo, sino también por el reproductivo, afectando de manera significativa la satisfacción presente en la misma.

En función a nuestro tercer y último objetivo, se llevó a cabo en un primer momento las pruebas de normalidad correspondientes. Una vez que éstas demostraron que tanto la variable asertividad como la variable satisfacción marital se ajustaban a distribuciones normales, se procedió a realizar la correlación R de Pearson. Ésta arrojó como resultado que si bien existe una correlación positiva muy débil, la misma no es significativa. Por lo tanto se concluye con que no es posible asumir la asociación entre dichas variables, lo que sugiere rechazar la hipótesis de la presente investigación.

En una segunda instancia se indagó acerca de cómo es que se comportan estas variables al diferenciarlas según el sexo. Entonces se realizaron pruebas de normalidad para las variables de Asertividad y Satisfacción marital para el grupo de hombres y para el grupo de mujeres por separado. En este caso la prueba de normalidad que se utilizó fue Shapiro-Wilk ya que cada grupo contaba con menos de 50 sujetos ($n=30$). La misma determinó que si bien la variable Asertividad si se ajusta a distribución normal en ambos grupos la variable Satisfacción marital, no lo hace.

Es por tal motivo que se decidió llevar a cabo una prueba no paramétrica, en este caso la Rho de Spearman que señaló que, al igual que ocurrió anteriormente, en ambos grupos existe una correlación positiva muy débil pero no significativa. Por lo tanto no es posible asumir la asociación entre estas variables, confirma que se debe rechazar la hipótesis de esta investigación.

Una de las causas que se cree que ha influido en este bajo índice de significación de la correlación es la poca diferenciación que establece el test de asertividad entre expresarse agresivamente y asertivamente. Esto podría llevar a repensar la validez de dicho instrumento, ya que posiblemente sea un test que no mida de forma precisa aquello que pretende medir.

2.4. Conclusiones y propuestas

A manera de conclusión podemos pensar a la pareja como un sistema que lejos de permanecer estático, cambia permanentemente a lo largo del tiempo, siendo éste un sistema permanentemente influido e influyente en un entorno que lo abarca y lo contiene.

Actualmente en la Argentina del 2018, se pueden apreciar diferentes alternativas al momento de conformar una pareja, y aunque en el presente trabajo se hizo referencia a un modelo de pareja en particular (pareja heterosexual), es necesario aclarar que este tipo de unión es tan solo una de las posibilidades que se encuentran incluidos en aquellos sistemas denominados parejas.

Ante esta pluralidad que se presenta es necesario destacar la importancia de la permanente actualización de los conocimientos científicos sobre el tema para poder hacer frente al desafío. Es el objetivo de este trabajo realizar un humilde aporte a un mundo tan complejo y abarcativo como lo es el estudio de la pareja en el campo de la psicología.

Aún cuando en la actualidad haya una decadencia por el compromiso a largo plazo, abriendo paso al “amor líquido” tal y como lo denomina Bauman, caracterizado por relaciones fugaces, sin compromiso y sin vistas a futuro; pese a que los divorcios vengan en aumento y los matrimonios en caída; es la principal motivación dirigir la presente a aquellas personas que apuestan por un lazo estable y duradero en el tiempo.

Las problemáticas presentes en las parejas pueden ser tan diversas como lo son las parejas mismas, y sobre tales se ha investigado en numerosas ocasiones, siendo por muchos años el objetivo principal de éstas centrarse en las disfunciones, problemáticas y los por menores de las parejas.

Por el contrario, esta investigación tuvo como objetivo intentar brindar herramientas y recursos que puedan dar respuesta a tales problemáticas, siendo el principal foco la salud y no la enfermedad. Es por tal motivo que el interés de la

presente centrar la atención en que es lo que desfavorece o que daña una relación, sino que es aquello que puede beneficiar, influir positivamente o potenciar a una pareja.

Finalmente se llega a la conclusión de que no hay una asociación entre la satisfacción marital y la asertividad, pero aún cuando no la haya, vale aclarar que es innegable la importancia de la sana expresión y manifestación de los propios deseos, sentimientos y pensamientos en el seno de la pareja, y de la importancia que ésta tiene para los terapeutas al poder utilizarla como recurso terapéutico valioso.

Cada uno de los profesionales y futuros profesionales no pueden dejar de ver que se tiene un gran compromiso cada vez que acude alguien a consulta. No sólo se puede llegar a ser responsable de mitigar los síntomas o problemas que se puedan presentar, sino también es necesario tener el compromiso de brindar las herramientas suficientes para desarrollar en los sujetos las habilidades necesarias para que sean ellos mismos quienes puedan a su vez responder a sus propios pedidos o demandas. No hay que olvidar que el cambio que se busca, muchas veces se logra producir desde el aporte y el desarrollo de hábitos más saludables.

Por último y no menos importante se procederá a continuación a la presentación de aquellos aspectos considerados como limitantes a lo largo de la presente como así también la exposición de las sugerencias que se proponen para futuras investigaciones sobre el tema.

La primera limitación se relaciona con el sesgo que puede estar presente en todos los sujetos a la hora de responder, demostrando la influencia de la denominada “deseabilidad social”, es decir, cuando la persona responde de determinada manera conforme a lo que cree que socialmente se espera de ella, restándole objetividad a sus respuestas.

Otra de las dificultades que se presentaron, hace referencia a la dificultad en la generalización de los resultados obtenidos en la presente investigación. Esto se debe al escaso número de parejas que fueron encuestados, debido a la dificultad a la hora de encontrar parejas que estuvieran dispuestas a colaborar abriendo las puertas de su intimidad para contribuir con la investigación.

El instrumento utilizado para medir los niveles presentes de asertividad, ha sido otra de las limitaciones relevantes en lo que respecta al desarrollo de la investigación. Esto se debe a que no sólo el test en sí tiene cierta dificultad en la comprensión y administración, sino que también se puede apreciar que la técnica no ofrece una distinción de aquello que puede ser considerado como una conducta asertiva de aquella considerada agresiva. Ésta última afirmación se hace evidente cuando el sujeto al puntuar cada una de las situaciones y otorgar un puntaje, lo hace en función del “hacer o no hacer, decir o no decir”, sin que se tenga en cuenta el “cómo” se lleva a cabo, perdiendo de vista un aspecto muy importante a la hora de determinar si una conducta es o no asertiva.

Una última observación en relación a la elección de la técnica, es que en un primer momento no se tuvo en consideración que la asertividad tiene que ser tenida en cuenta en contextos y conductas específicas, ya que al hablar de asertividad no se hace referencia a una característica general de una persona, sino más bien de una conducta que tiene que ser entendida en un contexto y situación determinada, ya que un sujeto que puede comportarse asertivamente en un contexto, puede que no lo sea en otro. Es por tal motivo que resulta evidente que la elección de la técnica, no debería haber sido en función de un instrumento que mida la asertividad en general, sino más bien, debería haber medido la asertividad presente en la pareja.

Por último y no menos importante a la hora de hablar de las limitaciones, se hace referencia a la necesidad de aclarar que si bien el trabajo de investigación intenta realizar un aporte a la comunidad científica, es necesario que se comprenda que se lo considera insuficiente para la comprensión total del fenómeno, debido a la complejidad presente en el mismo.

Es por tal motivo que acompañada a cada una de las anteriores limitaciones, se ofrecen sugerencias para las futuras líneas de investigación sobre el tema. La primera sugerencia se encuentra en relación a la necesidad inminente de la ampliación de la muestra, para poder lograr una investigación con un mayor alcance que posibilite una generalización de los resultados.

Se considera relevante la posibilidad de rever los instrumentos de evaluación de cada una de las variables, no sólo teniendo en cuenta las recomendaciones anteriores (donde se aconseja la utilización de una técnica que mida la conducta asertiva de manera más específica, que posea una mayor validez, etc.) sino que exista la posibilidad de la realización de una triangulación de los datos entre las diferentes técnicas que midan las variables a investigar.

Por último, para una hacer frente a la última limitación nombrada, se recomienda para las futuras líneas de investigación sobre la temática, la realización de una investigación de enfoque mixto, que pueda ampliar la comprensión del fenómeno, logrando no sólo una mirada cuantitativa del mismo, sino que a su vez, genere el valioso aporte de la cualitativa. De ésta manera se posibilitaría una mejor y mayor comprensión del fenómeno con una mirada que contemple la innegable complejidad del mismo.

TERCERA

PARTE:

Bibliografía

y anexos

1. Bibliografía y fuentes de información

- Alberdi, I. & Alberdi, I. (1984). Mujer y educación: un largo camino hacia la igualdad de oportunidades. *Revista de Educación. Madrid*, (75). Recuperado de: <https://www.mecd.gob.es/dctm/revista-de-educacion/articulosre275/re2750100501.pdf?documentId=0901e72b813ca2d3>
- Aragón, R. S., & Cruz, R. M. (2014). Causas y caracterización de las etapas del duelo romántico. *Acta de investigación psicológica*, 4(1). Recuperado de: http://ac.els-cdn.com/S2007471914703783/1-s2.0-S2007471914703783-main.pdf?_tid=53dd54be-5523-11e7-895f-00000aacb362&acdnat=1497899767_2a273a5db46d339e0815e7ae412ddc56
- Arenal, C. (2017). *La mujer del porvenir*. FV Éditions. Recuperado de: https://books.google.com.ar/books?hl=es&lr=&id=ZvcnDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=mujer+&ots=hGK46vGeHd&sig=IOB_XtIAedAIAXL6IruX7AETErA#v=onepage&q=mujer&f=false
- Armenta Hurtarte, C., & Díaz-Loving, R. (2008). Comunicación y satisfacción: analizando la interacción de pareja. *Psicología Iberoamericana*, 16(1). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/1339/133915922004.pdf>
- Arriagada, I. (2002). Cambios y desigualdad en las familias latinoamericanas. *Revista de la CEPAL*, 77. Recuperado de: <http://repositorio.cepal.org/handle/11362/10829>
- Binstock, G. (2009). Cambios en la formación de la familia en Argentina: ¿ cuestión de tiempo o cuestión de forma. *X Jornadas Argentinas de Estudios de Población*. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-058/25.pdf>
- Bornstein, M. T., & Bornstein, P. H. (1992). *Terapia de pareja enfoque conductual-sistémico*. Madrid: Ediciones Pirámides.
- Bowlby, J. (1989). *Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. España: Paidós

- Branden, N. (1993). *Poder de la Autoestima*. Barcelona: Paidós. Recuperado de: http://dec.fca.unam.mx/imss/2013/dip_admonestrategica/mod2/EL%20PODER%20DE%20LA%20AUTOESTIMA.pdf
- Caballo, V. (1993) Asertividad, definiciones y dimensiones. *Estudios de Psicología*, 13, 52-62.
- Caballo, V. E. (1993). La multidimensionalidad conductual de las habilidades sociales: Propiedades psicométricas de una medida de autoinforme, la EMESM. *Psicología Conductual*, 1 (2), 221-231.
- Cabrera Ramírez, L. (2016). *Inteligencia Emocional y Satisfacción Marital de Profesionistas del área de Psicología* (Tesis de Licenciatura). Recuperado de: <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/58951/LAURA%20CABRE%20RA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castanyer, O. (1996). *La asertividad. Expresión de una sana autoestima*. Bilbao: Desclée de Brouwer. Recuperado de: <https://www.edesclée.com/img/cms/pdfs/9788433011411.pdf>
- Castro Martín, T.; Cortina, C.; Martín García, T. y Pardo, I. (2011). Maternidad sin matrimonio en América Latina: Análisis comparativo a partir de datos censales. *Notas de Población. CEPAL*, 93. Recuperado de: <http://repositorio.cepal.org/handle/11362/12888>
- Chávez, N. M., & Ríos, H. (2014). Discriminación salarial por género “efecto techo de cristal”. Caso: siete áreas metropolitanas de Colombia. *Revista Dimensión Empresarial*, 12, 2, 29-45.
- Costa, M., & Serrat C. (1998). *Terapia de parejas un enfoque conductual*. Madrid: Alianza editorial.
- Dattilio, F. M., & Padesky C. A. (1995). *Terapia cognitiva con parejas*. Bilbao: Editorial Desclée de brouwer.

- De la Espriella Guerrero, R. (2008). Terapia de pareja: abordaje sistémico. *Revista colombiana de psiquiatría*, 37. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v37s1/v37s1a14.pdf>
- Espinoza Vilela, C. P. (2017). Relación entre el clima social familiar y satisfacción marital en parejas de esposos del grupo Bodas de Cana. Piura, 2014. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/102/ESPINOZA_VILELA_CLAUDIA_PAOLA_CLIMA_SOCIAL_FAMILIAR_SATISFACCION_MARITAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Fernández Moya, J. (2010). *En busca de resultados: una introducción a las Terapias Sistémicas*. Mendoza: Editorial de la Universidad del Aconcagua.
- Fernández, S. S. (2009). *Análisis comparativo de estilos explicativos y satisfacción entre parejas que asisten a terapia de pareja y parejas que no asisten* (Tesis de maestría inédita). Facultad de psicología, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina.
- Flores Galaz, M. M. (2011). Comunicación y conflicto:¿ Qué tanto impactan en la satisfacción marital?. *Acta de investigación psicológica*, 1(2). Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322011000200003
- García Higuera, J. A. (2002). La estructura de la pareja: implicaciones para la terapia cognitivo conductual. *Clínica y salud*, 13(1). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/1806/180618083004/>
- Garrido Garduño, A., Reyes Luna, A. G., Ortega Silva, P., & Torres Velásquez, L. E. (2007). La vida en pareja: un asunto a negociar. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 12(2). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/292/29212212.pdf>
- Gonzales Montoya, S., & Espinosa Salcido, M. R. (enero, 2004). Parejas jóvenes y divorcios. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 1 (7), 16-32.

- Goodman, L. A. (1961). Snowball Sampling.(I. f. Princeton University, Ed.). *Journal Annals of Mathematics*.
- Gottman, J. M. (2012). *Siete reglas de oro para vivir en pareja: Un estudio exhaustivo sobre las relaciones y la convivencia*. DEBOLSILLO.
- Hernández Martínez, N.; Alberti Manzanares, M.; Núñez Espinosa, J., & Samaniego Villareal, M. (enero-junio 2011). Relaciones de género y satisfacción marital en comunidades rurales de Texcoco, estado de México. *Revista internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM*, 21(1). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/654/65421407003.pdf>
- Hernandez Sampieri, R.; Fernandez Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación. Quinta edición*. Perú. Mc Graw Hill.
- Kelly, J. (1987). *Entrenamiento de las Habilidades Sociales*. Nueva York.: Desclée de Brouwer S. A. Bilbao.
- Labastida Blanquel, V. (2015). Los roles de género y satisfacción marital en hombres y mujeres casados residentes en el municipio de Toluca. Universidad autónoma del estado de México. México. Recuperado de: <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/65093/TEISIS.%20ROLES%20DE%20GENERO%20Y%20SATISFACCION%20MARITAL%201.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lazarus A. (2001). *Mitos Maritales*. Nueva Jersey: IPPEM Editorial Recuperado de <http://www.centropsicologicos.com/publicaciones/nuevo/24.pdf>
- León Madrigal, M., & Vargas Halabí, T. (2009). Validación y estandarización de la Escala de Asertividad de Rathus (RAS) en una muestra de adultos costarricenses. *Revista Costarricense de Psicología*, 28(41-42). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/4767/476748706001/>
- Linares, J. L. (2010). Paseo Por el amor y el odio. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 19. Recuperado de: <http://abrap.org/3PaseoporelAmoryelOdio.pdf>

- López, A, Parada, A, Simonetti, F. (1995) Introducción a la Psicología de la Comunicación. Ediciones Universidad Católica de Chile, Santiago de Chile.
- Lui, A. (08 de Junio de 2017). Divorcios express en Mendoza: no tan rápidos y muy caros. , página. El sol. Recuperado de <http://www.elsol.com.ar/nota/305456>
- Maureira Cid, F. (Marzo, 2011). Los cuatro componentes de la relación de pareja. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 14(1), 321-332.
- Minuchin, S., & Fishman, A. C. (2004). *Técnicas de terapia familiar*. Buenos Aires: Paidós.
- Nina Estrella, R. (julio – diciembre, 2013). El Estudio del Matrimonio Desde la Psicología Social. *Revista de psicología social y personalidad*, 30(2). Recuperado de: [http://www.amepso.org/downloads/RPSP29\(2\)-2013.pdf](http://www.amepso.org/downloads/RPSP29(2)-2013.pdf)
- Olivar, R. R. (1982). Comunicación y salud mental de la pareja humana. *Quaderns de psicologia. International journal of psychology*, 6(1). Recuperado de: <http://www.raco.cat/index.php/QuadernsPsicologia/article/view/10.5565-rev-psicologia.426/268192>
- Opazo, R. (1990). *Biblioterapia para el Desarrollo Asertivo..* Santiago Chile: Ediciones ICPSI.
- Otero Rejón, M. D. P., & Flores Galaz, M. M. (2016). Funcionamiento familiar como predistor de la satisfacción marital en hombres y mujeres. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 21(2). 141-152. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29248181004>
- Páramo, M. A. (2012) Normas para la presentación de citas y referencias bibliográficas según el estilo de la American Psychological Association (APA): Tercera edición traducida de la sexta en inglés. Documento de cátedra de Taller de Tesina. Facultad de Psicología, Universidad del Aconcagua. Mendoza.
- Rathus, S. (1973). A 30-item schedule for assessing assertiveness. *Behavior Therapy*, 4. Recuperado de: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005789473801200>

Real Academia Española, (2017). Recuperado de: <http://www.rae.es/>

Rodríguez Pérez, R. E., & Castro-Lugo, D. (2014). Discriminación salarial de la mujer en el mercado laboral de México y sus regiones. *Economía, sociedad y territorio*, 14(46). Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/est/v14n46/v14n46a4.pdf>

Sánchez Bringas, A.; Espinosa, S.; Espinosa Islas, S.; Ezcurdia, C. y Torres, E. (2004). *Nuevas maternidades o la desconstrucción de la maternidad en México. Debate Feminista*, 30. Recuperado de: <http://www.jstor.org/stable/42624831>

Santos, H. A. L., Yanayaco, Y. U., & Vega, C. R. (2017). Estilos de apego emocional y satisfacción marital en los padres de familia del distrito de Huachón de Pasco. *Revista de Investigación Apuntes Psicológicos*, 2(1). Recuperado de: http://revistascientificas.upeu.edu.pe/index.php/ri_apsicologia/article/view/672/757

Tordjman, G. (1981). *La pareja: realidades, problemas y perspectivas de la vida en común*. Grijalbo: México.

Torres, M. R. M., Cortés, M. G., & Heredia, M. E. R. (2017). La satisfacción marital y los recursos psicológicos en las parejas con y sin hijos pequeños en pro del bienestar familiar. *Uaricha*, 10(22). Recuperado de: http://www.revistauaricha.umich.mx/ojs_uaricha/index.php/urp/article/view/10098

Vera Olivares, C. (2010). *Satisfacción marital: factores incidentes* (Tesis de grado). Facultad de Educación y Humanidades, Escuela de Psicología, Universidad del Bio-Bio, Chillan, Chile. Recuperada de: http://cybertesis.ubiobio.cl/tesis/2010/vera_c/doc/vera_c.pdf

Warren, H. C. (1996). *Diccionario de Psicología*. Buenos Aires: Fondo de cultura económica.

2. Anexos

Consentimiento Informado

.....de.....de 2017, Mendoza

Estimado/a:

Se lo invita a colaborar con su participación en el proyecto de tesis “Asertividad y Satisfacción Marital en parejas mendocinas” llevado a cabo por la estudiante de la carrera Licenciatura en Psicología, María Yanela Trubiani perteneciente a la Universidad del Aconcagua. Dicho estudio tiene como principal objetivo aportar conocimiento científico acerca de la asertividad y la satisfacción marital en los miembros de parejas residentes en la provincia de Mendoza. El mismo se encuentra bajo la dirección de la Mgter. Sonia Fernández.

Su participación en esta investigación es totalmente voluntaria. Usted puede elegir participar o no hacerlo. Usted puede cambiar de idea más tarde y puede dejar de participar en la investigación en cualquier momento que quiera, sin necesidad de dar explicaciones. Si usted participa en esta investigación, no tendrá un beneficio directo, pero ayudará a encontrar, en un futuro, soluciones a problemáticas actuales.

Su participación será anónima, es decir, no se compartirá la identidad de aquellos que participen en la investigación. La información que se recoja se mantendrá confidencial. Cualquier información acerca de usted tendrá un número en vez de su nombre. Los resultados del estudio se publicaran para que otras personas interesadas puedan aprender de nuestra investigación, pero siempre bajo estrictas normas de confidencialidad que resguarden su identidad.

Firma:.....

Aclaración:.....

D.N.I.:.....

Contacto:.....

Datos de interés

Lea atentamente y responda a las siguientes consignas:

- Edad:.....
- Sexo:.....
- Orientación sexual:.....
- N° de hijos:.....
- Lugar de residencia:.....
- Estado civil (marque con una cruz)
 - Convivencia de hecho.....
 - Matrimonio legal.....
 - Matrimonio religioso.....
 - Ambos (legal y religioso).....
- Años de convivencia:.....
- Nivel de educación alcanzado (marque con una cruz) :
 - Sin formación.....
 - Primaria incompleta.....
 - Primaria completa.....
 - Secundario incompleto.....
 - Secundario completo.....
 - Terciario/universitario incompleto.....
 - Terciario/universitario completo.....
 - Posgrado.....
- ¿Presenta el diagnóstico de patología psiquiátrica en la actualidad?
 - Si.....
 - No.....
 - ¿cuál?.....

Test de Asertividad, Rathus

INSTRUCCIONES: Indica, mediante el código siguiente, hasta qué punto te describen o caracterizan cada una de las frases siguientes.

- +3 Muy característico de mí, extremadamente descriptivo.
- +2 Bastante característico de mí, bastante descriptivo.
- +1 Algo característico de mí, ligeramente descriptivo.
- -1 Algo no característico de mí, ligeramente no descriptivo.
- -2 Bastante poco característico de mí, no descriptivo.
- -3 Muy poco característico de mí, extremadamente no descriptivo.

Lee detenidamente las siguientes afirmaciones y coloca su puntuación sobre la casilla situada a la derecha.

Nº	ítem	Respuesta
1	Mucha gente parece ser más agresiva que yo.	
2	He dudado en solicitar o aceptar citas por timidez.	
3	Cuando la comida que me han servido en un restaurante no está hecha a mi gusto me quejo al camarero/a.	
4	Me esfuerzo en evitar ofender los sentimientos de otras personas aun cuando me hayan molestado.	
5	Cuando un vendedor se ha molestado mucho mostrándome un producto que luego no me agrada, paso un mal rato al decir "no".	
6	Cuando me dicen que haga algo, insisto en saber por qué.	
7	Hay veces en que provoco abiertamente una discusión.	
8	Lucho, como la mayoría de la gente, por mantener mi posición.	
9	En realidad, la gente se aprovecha con frecuencia de mí.	

10	Disfruto entablando conversación con conocidos y extraños.	
11	Con frecuencia no sé qué decir a personas atractivas del otro sexo	
12	Rehúyo telefonar a instituciones y empresas.	
13	En caso de solicitar un trabajo o la admisión en una institución preferiría escribir cartas a realizar entrevistas personales.	
14	Me resulta embarazoso devolver un artículo comprado.	
15	Si un pariente cercano o respetable me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi disgusto.	
16	He evitado hacer preguntas por miedo a parecer tonto/a.	
17	Durante una discusión, con frecuencia temo alterarme tanto como para ponerme a temblar.	
18	Si un eminente conferenciante hiciera una afirmación que considero incorrecta, yo expondría públicamente mi punto de vista.	
19	Evito discutir sobre precios con dependientes o vendedores.	
20	Cuando he hecho algo importante o meritorio, trato de que los demás se enteren de ello.	
21	Soy abierto y franco en lo que respecta a mis sentimientos.	
22	Si alguien ha hablado mal de mí o me ha atribuido hechos falsos, o la busco cuanto antes para dejar las cosas claras.	
23	Con frecuencia paso un mal rato al decir "no".	
24	Suelo reprimir mis emociones antes de hacer una escena.	
25	En el restaurante o en cualquier sitio semejante, protesto por un mal	

- 2) Contento/a con los amigos que compartimos (...)
- 3) Satisfecho/a con nuestra relación sexual. (...)
- 4) De acuerdo con la cantidad de tiempo que pasamos en el trabajo y en casa (...)
- 5) De acuerdo con la manera en que gastamos el dinero. (...)
- 6) Satisfecho/a con tu desempeño como padre/madre (Esto se refiere al estilo de comunicación de su cónyuge con sus hijos. Si no tiene hijos, marque su grado de satisfacción al respecto). (...)
- 7) Opino que “estas de mi lado”. (...)
- 8) Satisfecho/a con nuestro tipo de diversiones (ej. deporte, vacaciones, salidas) (...)
- 9) Básicamente de acuerdo con tus puntos de vista sobre la vida en general (por ejemplo valores, actitudes, religión, creencias políticas, etc.) (...)
- 10) Generalmente contento/a con la forma en que te vinculas con tu familia (Esto se refiere a los padres, hermanos, etc. de su pareja) (...)
- 11) Generalmente contento/a con la forma en que te vinculas con miembros de mi familia (esto se refiere a sus propios padres, hermanos, etc.) (...)
- 12) Satisfecho/a con tus hábitos en general, tus manerismos, y aspecto global. (...)