

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA - CIEPs-
“MAYRA GUTIÉRREZ”**

**“EL DIVORCIO DE LOS PADRES Y SU REPERCUSIÓN EN LA CONCEPCIÓN
DE LA RELACIÓN DE PAREJA QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES BECADOS
DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE
CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

POR

NÁTALY MAGALÍ MOLINA JAUREGUI

**PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE
PSICÓLOGA**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIADA**

GUATEMALA, NOVIEMBRE DE 2016

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a circular emblem. It features a central shield with a figure on horseback, a crown above, and various heraldic symbols like castles and lions. The shield is flanked by two columns with banners that read 'PLUS' and 'ULTRA'. The outer ring of the seal contains the Latin motto 'CÆTERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACCADEMIA COACTEMALENSIS INTER'.

CONSEJO DIRECTIVO
Escuela de Ciencias Psicológicas
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía
DIRECTOR

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO

Licenciada Dora Judith López Avendaño
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

Pablo Josue Mora Tello
Mario Estuardo Sitaví Semeyá
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

M.A. Juan Fernando Porres Arellano
REPRESENTANTE DE EGRESADOS



C.c. Control Académico
CIEPs.
UG
Archivo
Reg.006-2016
CODIPs. 2701-2016

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

11 de noviembre de 2016

Estudiante
Nátaly Magalí Molina Jauregui
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO SEGUNDO (22º) del Acta SESENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (67-2016), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 11 de noviembre de 2016, que copiado literalmente dice:

VIGÉSIMO SEGUNDO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: **“EL DIVORCIO DE LOS PADRES Y SU REPERCUSIÓN EN LA CONCEPCIÓN DE LA RELACIÓN DE PAREJA QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES BECADOS DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA”**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

Nátaly Magalí Molina Jauregui

CARNÉ: 2010-15765

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Josseline Acuña y revisado por el Licenciado Pedro José de León Escobar. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

M.A. Myrner Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO

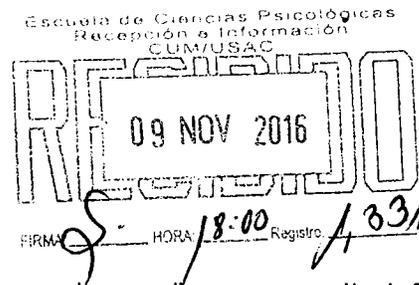


/Gaby

UG-512-2016

Guatemala 9 de noviembre de 2016

Señores
Miembros del Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
CUM



Señores Miembros:

Deseándoles éxito al frente de sus labores, por este medio me permito informarles que de acuerdo al Punto Tercero (3º.) de Acta 38-2014 de sesión ordinaria, celebrada por el Consejo Directivo de esta Unidad Académica el 9 de septiembre de 2014, la **estudiante NÁTALY MAGALÍ MOLINA JAUREGUI, carné No. 2010-15765 Y Registro de Expediente de Graduación No. L-34-2016-C** completado los siguientes Créditos Académicos de Graduación para la carrera de Licenciatura en Psicología:

- 10 créditos académicos del Área de Desarrollo Profesional
- 10 créditos académicos por Trabajo de Graduación
- 15 créditos académicos por haber aprobado Examen Técnico profesional privado. (Exonerada)

Por lo antes expuesto, con base al **Artículo 53 del Normativo General de Graduación**, solicito sea extendida la **ORDEN DE IMPRESIÓN** del Informe Final de Investigación **"EL DIVORCIO DE LOS PADRES Y SU REPERCUSIÓN EN LA CONCEPCIÓN DE LA RELACIÓN DE PAREJA QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES BECADOS DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA."**, mismo que fue aprobado por la Coordinación del Centro de investigaciones en Psicología -CIEPs- "Mayra Gutiérrez" el 7 de noviembre del año en curso.

Así mismo se hace constar que la estudiante en mención fue exonerada del Examen Técnico Profesional Privado por tener promedio de 91.47 puntos.

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Atentamente,

M.A. MAYRA LUNA DE ALVAREZ
DOCENTE ENCARGADA
UNIDAD DE GRADUACIÓN

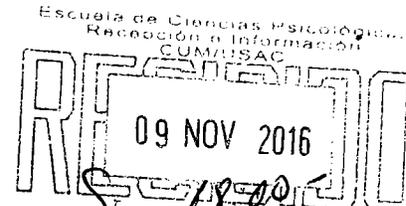


Adjunto: Constancia expediente de graduación (fotocopia), Dictamen de Control Académico, (Original) fotocopia de DPI, Cierre de Pensum (Original), Constancia de Expediente Estudiantil (Original), Solvencia General (Original y copia amarilla) y Asignación 2016, Constancia original de Créditos, Informe final de Investigación con cartas originales y Copia Of. CODIPs.1265-2016 de exoneración extendida por Consejo Directivo.



CIEPs. 111-2016
REG: 006-2016

INFORME FINAL



Guatemala, 08 de noviembre de 2016. 006-016

Señores
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Me dirijo a ustedes para informarles que el licenciado **Pedro José de León Escobar** ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

“EL DIVORCIO DE LOS PADRES Y SU REPERCUSIÓN EN LA CONCEPCIÓN DE LA RELACIÓN DE PAREJA QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES BECADÓS DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA”.

ESTUDIANTE:
Nátaly Magalí Molina Jauregui

CARNE No.
2010-15765

CARRERA: Licenciatura en Psicología

El cual fue aprobado el 07 de noviembre del año en curso por la coordinadora del Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs-. Se recibieron documentos originales completos el 07 de noviembre del 2016, por lo que se solicita continuar con los trámites correspondientes.

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”




Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce
Coordinadora
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs.
“Mayra Gutiérrez”

CIEPs. 111-2016

REG. 006-2016

Guatemala, 08 de noviembre de 2016

Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce
Coordinadora
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs
Escuela de Ciencias Psicológicas

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

“EL DIVORCIO DE LOS PADRES Y SU REPERCUSIÓN EN LA CONCEPCIÓN DE LA RELACIÓN DE PAREJA QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES BECADOS DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA”.

ESTUDIANTE:
Nátaly Magalí Molina Jauregui

CARNÉ No.
2010-15765

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el 07 de noviembre 2016, por lo que se solicita continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAR A TODOS”



Licenciado Pedro José de León Escobar
DOCENTE REVISOR

c. archivo

Guatemala 18 de agosto de 2016

Licenciada
Miriam Elizabeth Ponce Ponce
Coordinadora
Centro de Investigaciones en Psicología –CIEPs-
"Mayra Gutiérrez"

Por este medio me permito informarle que he tenido bajo mi cargo la asesoría de contenido del informe final de investigación titulado "El divorcio de los padres y su repercusión en la concepción de la relación de pareja que tienen los estudiantes becados de la Universidad de San Carlos de Guatemala" realizado por la estudiante NÁTALY MAGALÍ MOLINA JÁUREGUI, CARNÉ 2010-15765.

El trabajo fue realizado a partir del 29 de abril de 2015 hasta el 12 de agosto de 2016.

Esta investigación cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, por lo que emito DICTAMEN FAVORABLE y solicito se proceda a la revisión y aprobación correspondiente.

Sin otro particular, me suscribo,

Atentamente,

Licenciada Josseline Acuña

Psicóloga Clínica

Colegiada No. 7182

Asesora de Contenido

Josseline Acuña Chacón
PSICOLOGA
COL. 7.182

Ref. SSE 130/2016
Guatemala, 11 de agosto de 2016

Licenciada
Miriam Elizabeth Ponce Ponce
Coordinadora
Centro Investigaciones en Psicología -CIEPs-
"Mayra Gutiérrez"

Licda Ponce:

Deseándole éxito al frente sus labores, por este medio le informo que la estudiante Nátaly Magalí Molina Jáuregui, carné No. **2010-15765** realizó en esta institución 30 entrevistas y aplicó 30 escalas likert a estudiante becados como parte del trabajo de investigación titulado: **"El divorcio de los padres y su repercusión en la concepción de la relación de pareja, que tienen los estudiantes becados de la Universidad de San Carlos de Guatemala"** en el período comprendido del 6 de junio al 12 de julio del presente año, en horario de 8:00 a 12:00 horas y de 14:00 a 16:00 horas.

La estudiante en mención cumplió con lo estipulado en su proyecto de investigación, por lo que agradecemos la participación en beneficio de nuestra institución.

Sin otro particular, me suscribo,

"Id y Enseñad a Todos"



Licenciada Verónica Polanco Esteban
Asesora de la AEB de becados
Sección Socioeconómica,
División Bienestar Estudiantil Universitario
Teléfono: 24189632-24188050

PADRINOS DE GRADUACIÓN

POR NÁTALY MAGALÍ MOLINA JAUREGUI

HÉCTOR ALFREDO MOLINA LOZA

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

COLEGIADO 1,954

ANSELMA DEL ROSARIO JAUREGUI CONTRERAS

LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL

COLEGIADA 8,698

DEDICATORIAS A:

Dios

Porque sin Él nada de esto sería posible.

Los estudiantes becados y la sección socioeconómica

Por su confianza, su colaboración y su apoyo para que este proyecto de investigación pudiera volverse realidad.

Padres

Héctor Alfredo Molina Loza y Anselma Del Rosario Jauregui Contreras

Porque este logro es nuestro, porque ambos son mi ejemplo más grande de amor, lucha, perseverancia y éxito. Cada logro y cada triunfo son también suyos.

Abuela

Mami Oli

Porque ha estado a mi lado desde el día en que nací, sosteniendo mi fe y cuidando de mí a cada paso, haciéndome saber siempre, que puedo ser tan grande como mi capacidad de soñar.

Hermano

Pedro Pablo Molina Jauregui

Por no permitir nunca que me rindiera, por estar ahí para rescatarme siempre y porque aun siendo el más pequeño de la casa, es uno de mis más grandes maestros.

Nátaly Magalí Molina Jauregui

AGRADECIMIENTOS A:

Dios

Por concederme la vida, la fuerza y todo lo necesario para que esto fuera posible.

Mi familia

Porque jamás me han dejado sola, han estado a mi lado en todo momento, dispuestos a apoyarme en cualquier cosa que necesite. Este logro es nuestro.

Amigos

Por regalarle tanta alegría a mi vida, por su cariño y comprensión, por estar ahí, creyendo siempre en que lo lograría. En especial a mi mejor amiga Diana.

Compañeros y amigos de la Universidad

Comenzamos juntos este sueño y por 4 años fuimos un equipo luchando por la misma meta, aquí estoy hoy diciéndoles, ya vine colegas. Becky y Llomauri por recibirme en su promoción y hacer de mi último año una aventura tan bonita.

Profesores

Por compartir sus conocimientos y ser mentores en esta ciencia, pero sobre todo, por hacer que creciera en mí el amor y la pasión por la psicología.

Mis Pacientes

Por la confianza de entregar su alma en mis manos cada sesión, porque la estudiante, se convirtió en terapeuta, gracias a que me permitieron acompañarlos durante su proceso y juntos trabajar por su bienestar.

Revisor y asesores

Porque juntos le dimos vida a este proyecto. En especial a mi gran amiga y asesora, Josseline Acuña porque llegaste a guiarme cuando más lo necesitaba.

A ti

Porque tu presencia me abraza el alma. Por ser luz en mi vida desde que llegaste y porque cuando sentía que no podía más, trabajaste muchas veces a mi lado para que lo consiguiera.

ÍNDICE

RESUMEN	
PRÓLOGO	
CAPÍTULO I, PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y MARCO TEÓRICO	11
1.1 Planteamiento del problema	11
1.2 Marco teórico	14
1.2.1 Antecedentes de Investigación	14
1.2.2 Familia	15
1.2.3 Matrimonio	17
1.2.4 Divorcio	18
1.2.5 La separación de los padres y el inconsciente del niño	22
1.2.7 Concepto de pareja	23
1.2.7 Etapas de formación de la relación de pareja	24
1.2.8 Teoría triangular del amor	27
1.2.9 División de bienestar estudiantil	30
CAPÍTULO II, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	32
2.1 Enfoque y modelo de investigación	32
2.2 Técnicas	32
2.2.1 Técnica de muestreo	32
2.2.2 Técnica de recolección de datos	33
2.2.3 Técnica de análisis de datos	35
2.3 Instrumentos	36
2.4 Operacionalización de objetivos	39
CAPÍTULO III PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	42
3.1 Características del lugar y de la muestra	42
3.1.1 Características del lugar	42
3.1.2 Características de la muestra	42
3.2 Presentación y análisis de resultados	43
3.3 Análisis general	56

CAPÍTULO IV, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	60
4.1 Conclusiones	60
4.2 Recomendaciones	61
Bibliografía	62
Anexos	65

Resumen

“EL DIVORCIO DE LOS PADRES Y SU REPERCUSIÓN EN LA CONCEPCIÓN DE LA RELACIÓN DE PAREJA, QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES BECADOS, DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA”

Autora: Nátaly Magalí Molina Jáuregui

El presente estudio buscó describir la repercusión que tiene el divorcio de los padres, en la concepción de la relación de pareja que establecen los estudiantes becados, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, de igual manera precisó conocer cómo conciben los estudiantes becados de la USAC, hijos de padres divorciados, las relaciones de pareja y a la vez establecer de qué manera afecta el divorcio de los padres en la formación de esta concepción; por último intentó identificar cuáles son las concepciones de relación de pareja que se establecen más frecuentemente con la intención de brindar el apoyo psicológico apropiado para disminuir las repercusiones del divorcio de los padres de estudiantes becados de la USAC, en la concepción de relación de pareja.

El estudio se realizó con un grupo de estudiantes becados de la Universidad de San Carlos de Guatemala, seleccionados por medio del muestreo por intención, de clase media baja y baja, entre las edades de 19 a 25 años, durante junio y julio de 2016. Dentro de las técnicas de recolección de datos, figuraron: la observación, la entrevista semiestructurada y la escala Likert. Para sistematizar los resultados se hizo uso del análisis de discurso y de contenido con modalidad cuali-cuantitativa para la interpretación de los datos de la escala Likert.

A partir de los resultados obtenidos la investigación concluyó que el divorcio de los padres no es un factor determinante en la formación de la concepción de relación de pareja, es decir, que la repercusión del divorcio de los padres no se aprecia en una concepción de relación de pareja alterada, sin embargo, si se hace evidente en la afección de la salud emocional de los estudiantes. No es el divorcio en sí mismo lo que impacta la salud emocional, sino la relación poco saludable entre los padres, antes, durante y después del divorcio.

PRÓLOGO

El número de familias mono parentales va en aumento y por consiguiente el número de niños con apegos desorganizados, quienes se convierten en adultos con dificultades para establecer vínculos sólidos y saludables. El problema del divorcio de los padres radica, en que el reconocimiento por parte del niño de la relación de los padres entre sí, une su mundo psíquico y le permite participar en un mundo compartido en el que pueden existir diferentes relaciones. La capacidad de visualizar una relación amorosa entre los padres, proporciona las bases para creer en un mundo seguro y estable. Si el vínculo entre los padres percibido en amor y odio puede ser tolerado en la mente del niño, le proporcionará un prototipo para relaciones interpersonales adecuadas. De ahí la importancia de la investigación al indagar en las repercusiones de los hijos de padres divorciados, quienes crecen y se convierten en jóvenes adultos que establecerán sus propias relaciones de pareja y luego formarán sus propias familias.

Por tanto la investigación buscó analizar las repercusiones del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que establecen los estudiantes becados, de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Para luego establecer objetivos específicos que pretendían alcanzar lo siguiente: determinar la incidencia del divorcio de los padres en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados, implementar un programa de intervención, por medio de talleres de participación activa, que disminuyan la incidencia del divorcio de los padres en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados, evaluar el impacto del apoyo psicológico brindado para disminuir la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados e informar, por medio de conferencias, la efectividad del apoyo psicológico brindado para disminuir la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados. Todos estos objetivos se fueron entrelazando y así dar vida a la estrategia necesaria para alcanzarlos.

Para alcanzar los objetivos plasmados se trabajó con una muestra de 30 estudiantes becados de todas las unidades académicas, de la Universidad de San Carlos de Guatemala. La aplicación del estudio se hizo necesaria desde la percepción del fuerte impacto que trae crecer en una familia desintegrada y cómo los estudiantes becados puedan estarlo viviendo, la investigación arroja resultados fascinantes. Más allá de los resultados en cuanto a datos, el alcance más digno de resaltar sobre la investigación, es el impacto positivo del programa de intervención para el fortalecimiento de las relaciones de pareja, sobre los participantes. Los jóvenes adquirieron nuevos conocimientos, se entrenaron en estrategias para resolver conflictos, aprendieron a reconocer y expresar emociones y sentimientos, entre otros beneficios para su desarrollo personal. La investigación es además un excelente precedente para que la comunidad profesional continúe investigando otros factores de impacto en torno al tema.

Dentro de los factores de impacto que se pueden tomar en cuenta para futuras investigaciones en torno al tema, resaltan la edad de los jóvenes al momento del divorcio de sus padres, las causas de la separación, en especial si hay experiencia de violencia o alcoholismo, ya que estos son indicadores de relaciones patológicas, el tiempo de relación conyugal, el tipo de relación que mantienen los padres después de la separación, entre otros. Con la alta variabilidad de estos factores, sería interesante el diseño y ejecución de un estudio comparativo, donde se sometiera a evaluación las repercusiones del divorcio de los padres sobre los hijos, tanto a nivel emocional como a nivel cognitivo.

Se extiende un agradecimiento a las personas que formaron parte de esta investigación, en especial a la Sección Socioeconómica de la División de Bienestar Estudiantil Universitario y a los estudiantes becados que formaron parte del estudio, por el compromiso, la cooperación y el apoyo brindado para la realización de este proyecto. A la Universidad de San Carlos de Guatemala, por incentivar la investigación y por abrir sus puertas para que se realice, siempre en pro del beneficio del estudiante y la sociedad guatemalteca.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y MARCO TEÓRICO

1.1 Planteamiento del problema

La repercusión del divorcio de los padres, en la formación de la concepción de relación de pareja, es un problema inminente del que no se hace mención o no se suele considerar. El divorcio, se entiende como la conclusión de la relación conyugal o según el código civil como “la institución por medio de la cual se rompe y disuelve en absoluto el matrimonio legítimamente contraído y deja a los cónyuges en libertad de contraer nuevo matrimonio.”¹ Es un problema para la pareja involucrada, que por lo general no va más allá de un conjunto de emociones desagradables como: tristeza, enojo incluso miedo y reacciones emocionales como frustración, entre otros. Más los trámites legales que resultan tediosos e incómodos, cuando no hay nadie más de por medio que la pareja en cuestión, el problema queda en eso, salvo los casos que pueden desencadenar una depresión por el duelo y demás complicaciones.

Cuando el divorcio sucede en una familia estructurada, es decir, cuando esa pareja de conyuges tiene hijos, el problema se vuelve trascendental, dicho de otro modo, no es una cuestión tan simple como la ruptura de una relación de dos personas, cuando sucede de esta manera hay una ruptura en la estructura de la familia y un daño sustancial al psiquismo de los hijos, quienes probablemente llevan un buen tiempo siendo testigos de los desacuerdos, peleas, discusiones y muchas veces violencia entre los padres.

Al hablar del daño en el psiquismo del niño, se habla de que esa experiencia de ruptura, provoca un impacto emocional fuerte y desordena todos los apegos básicos del niño, lo cual repercute, sin duda, en sus apegos a futuro, entendiendo

¹ Sigüenza Sigüenza, Gustavo Adolfo, “*Código civil: Decreto Ley número 106*” Guatemala, 2010, Pp.50

el apego como el vínculo afectivo, se puede comprender por tanto, que es probable que toda relación interpersonal futura que se sustenta en un vínculo afectivo, pueda establecerse con dificultad, de forma alterada o poco sana.

Al crecer en una familia desintegrada, el concepto de amor y compromiso en torno al cual crece el niño, no siempre es el más adecuado, se va formando en un ambiente donde en principio sus figuras más significativas no son ejemplo de solidez, ni estabilidad, así que la concepción de relación de pareja que se empieza a formar ya está de por sí distorsionada, es probable que en un futuro cuando ese niño crezca, asocie relación de pareja con conflicto; o relacione el amor con abandono, lo cual puede disparar conductas patológicas al momento de entablar relaciones afectivas como adulto.

Otro panorama posible es que el adulto, hijo de padres divorciados, tienda a reproducir y mantener el patrón relacional que ha aprendido, en otras palabras, por motivos inconscientes instaurados a partir de su experiencia temprana, la persona busca relacionarse con quien reproduzca la historia de ruptura de sus padres o en el extremo puede haber internalizado un miedo tan intenso al dolor vivido, que la persona mostrará conductas evitativas en las relaciones interpersonales, es decir, evitará a toda costa las relaciones afectivas por miedo a fracasar o vivirá con un profundo miedo al compromiso, auto saboteando cada relación de pareja que establezca.

Las últimas investigaciones realizadas en Estados Unidos, citadas por Jeannette Lofas en su libro "Step Parenting", reflejan las estadísticas siguientes: "El cincuenta por ciento (50%) de las familias estadounidenses corresponde hoy a segundas uniones. Uno de cada dos matrimonios termina en divorcio. Un cincuenta por ciento (50%) de los sesenta millones de niños menores de 13 años vive con uno solo de sus padres biológicos y su nueva pareja. Dos de tres

primeros matrimonios de parejas menores de treinta (30) años terminan en divorcio. El cuarenta y uno por ciento (41%) de los hijos de padres separados son temerosos, agresivos, tienen baja autoestima y presentan dificultades en su comportamiento o desempeño escolar. Solo un cuarenta y cinco por ciento (45%) de los niños superan satisfactoriamente el divorcio de sus padres.”² Estos datos no pueden estar alejados de los datos en este país, por lo que resulta necesario el abordaje de esta problemática en Guatemala.

El estudio de la concepción de relación de pareja en jóvenes, se llevó a cabo con los estudiantes becados de la Universidad de San Carlos de Guatemala, donde se buscó dar respuesta a las siguientes preguntas de investigación: ¿cuál es la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados? ¿cuál es el apoyo psicológico apropiado, que permita disminuir la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados? ¿cuál es el impacto del apoyo psicológico brindado para disminuir la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados? ¿de qué forma se puede dar a conocer la efectividad del apoyo psicológico brindado para la disminución de la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados? y se trabajó sobre los conceptos y categorías siguientes: divorcio, relación de pareja, intimidad, compromiso y pasión.

Para determinar cuáles fueron dichas concepciones de relación de pareja y cómo han sido influenciadas por el divorcio de los padres, fue necesario un acercamiento hacia la percepción de experiencias de familia y capacidades para entablar relaciones de pareja, entendidas como el “nexo de amor que surge entre

² Lofas, Jeannette, “Stepparenting: Everything You Need to Know to Make It Work” Citadel Trade, 2004, Pp. 8-12

dos personas y evoluciona a distintas etapas”³ por ello, fue conveniente enfocarse en un diseño de investigación que detalló y contextualizó los sucesos relacionados a este fenómeno. Para ello, el diseño que se posicionó como adecuado para los requerimientos del estudio fue el diseño fenomenológico.

El enfoque fenomenológico tuvo como objeto responder a cuál es el significado de la experiencia vivida individualmente respecto al fenómeno del divorcio, en otras palabras, este modelo permitió conocer la estructura y/o esencia del fenómeno a partir de la exploración subjetiva de la experiencia individual, donde se tomó como punto de partida para la indagación, la vivencia con el divorcio de cada uno de los y las participantes.

1.2 Marco teórico

1.2.1 Antecedentes de investigación

Anteriores estudios han colocado en relieve los efectos de la experiencia de divorcio de los padres, así la misma Escuela de Ciencias Psicológicas, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, tiene tesis publicadas en cuanto al tema, como el trabajo con el título: “Impacto psicológico y escolar asociado a la separación y/o divorcio de padres en los niños y niñas de 9 a 12 años que asisten a la escuela oficial urbana mixta José Francisco de Córdova”; este por mencionar alguno. El detalle sobresaliente es que se reconoce el divorcio como un factor de impacto psicológico o como un elemento que influye determinantemente en el niño, y se han realizado varios estudios con niños relacionados a esa temática, sin embargo, no existe ningún estudio realizado con adultos y mucho menos enfocado a la concepción de relación de pareja, que entra inevitablemente en juego, al hablar de los patrones de relaciones que un adulto tuvo cuando niño.

³ Simon, Suzanne, “*La vida de la pareja.*”, España: Ediciones Mensajero, 1976, Pp. 15

Al considerar que las repercusiones no se presentan únicamente en los niños, la investigación tomó especial importancia porque se trabajó con una población distinta y se construyó como precedente para futuras investigaciones que se hagan en torno al tema del divorcio y sus repercusiones en adultos. La construcción de un marco teórico referencial fue indispensable, para dejar los lineamientos claros sobre algunos conceptos claves para comprender a cabalidad la dinámica del estudio. Conceptos como: familia, divorcio, matrimonio, relación de pareja, abandono y formación de los apegos.

1.2.2 Familia

“La familia es un grupo de personas unidas por vínculos de parentesco, ya sea consanguíneo, por matrimonio o adopción que viven juntos por un período indefinido de tiempo.”⁴ Constituye la unidad básica de la sociedad. El primer círculo sobre el que se desenvuelve un ser humano, donde forma sus primeros vínculos filiales y experimenta las primeras relaciones de apego.

La familia supone por un lado una alianza, el matrimonio, y por el otro una filiación, los hijos. Las familias se componen por diferentes miembros, siendo los más importantes, los padres: “seres humanos que tras haber obtenido descendencia directa, es decir, hijos, se convierten en progenitores de éstos”⁵ y los hijos: “personas respecto de sus padres y madres.”⁶ Los padres y los hijos están en constante interacción y forman lazos. Los lazos familiares, por tanto, son resultado de un proceso de interacción entre una persona y su familia. En este proceso se diluye un fenómeno puramente biológico: es también y sobre todo, una construcción cultural, en la medida en que cada sociedad define de acuerdo con sus necesidades y su visión del mundo, lo que constituye una familia.

⁴ López, Enrique Martín. “*Familia y sociedad: una introducción a la sociología de la familia*” Instituto de ciencias para la familia, Ediciones Rialp, Argentina, 2000, Pp. 10

⁵ Bel Bravo, María Antonia. “*La familia en la historia*”. Ediciones Encuentro, S.A., España, 2000, Pp. 30

⁶ Idem. Pp. 32

Las familias están clasificadas en los siguientes tipos:

Familia nuclear	Formada por la madre, el padre y uno o más hijos
Familia extendida	Formada por parientes cuyas relaciones no son únicamente entre padres e hijos. Una familia extendida puede incluir abuelos, tíos, primos y otros parientes consanguíneos o afines.
Familia monoparental,	El hijo o hijos viven con un solo progenitor (ya sea la madre o el padre).
Familia ensamblada	Compuesta por agregados de dos o más familias (ejemplo: madre sola con sus hijos se junta con padre viudo con sus hijos), y otros tipos de familias, aquellas conformadas únicamente por hermanos, por amigos, donde el sentido de la palabra "familia" no tiene que ver con un parentesco de consanguinidad, sino sobre todo con valores como la convivencia y la solidaridad, y sentimientos como el aprecio o el amor, quienes viven juntos en el mismo lugar por un tiempo considerable.
Familia homoparental,	Donde una pareja de hombres o de mujeres se convierten en progenitores de uno o más niños.
Familia de padres separados	Los padres se niegan a vivir juntos; no son pareja, pero deben seguir cumpliendo su rol de padres ante los hijos, por muy distantes que estos se encuentren. Por el bien de los hijos/as se niegan a la relación de pareja, pero no a la paternidad y maternidad. ⁷

⁷ López, Op. Cit. Pp. 22

- **Familia guatemalteca**

Dentro de la sociedad guatemalteca se puede encontrar la mayor parte de tipos de familia anteriormente descritos, sin embargo, en la actualidad las familias mono parentales parecieran ir en aumento. Un porcentaje considerable de los jóvenes forman parte de familias donde hay un padre ausente, a pesar de que el país siga teniendo una alta influencia religiosa, especialmente católica, que inculca el valor del matrimonio y la familia, estas uniones ante Dios, parecen sucumbir ante el hombre, quien legalmente avala la separación. El problema está en que este tipo de familia en particular, provoca ciertos daños, en los hijos que viven la experiencia de la fragmentación familiar.

Los hijos de padres divorciados tienen mayores probabilidades de presentar problemas familiares y emocionales como depresión, ansiedad, dificultades interpersonales e inestabilidad, así como un incremento en el riesgo de desarrollar adicciones y posibilidad de intentos de suicidio, en comparación con los hijos de matrimonios estables. “Se ha observado un aumento en las probabilidades de abuso físico y sexual en los menores criados en familias uniparentales, o con padres no consanguíneos y familias de paso, consecuencia, en gran proporción, por producto de separaciones conyugales.”⁸ Para poder comprender de donde surge el divorcio, se debe hablar primero de matrimonio.

1.2.3 Matrimonio

La familia surge a partir de una primera unión o vínculo que se da entre los progenitores, a este vínculo se le llama matrimonio. “Es una institución social que se caracteriza principalmente por establecer un vínculo conyugal entre sus miembros que serán dos individuos. Esta unión no solamente goza del

⁸ Long, Nicolás y Rex Forehead, “Los hijos y el divorcio: 50 formas de ayudarlos a superarlo”, España 2002, Pp. 45

reconocimiento social sino también es reconocida legalmente a través de la pertinente disposición jurídica.”⁹ El matrimonio establece entre los cónyuges y en muchos casos también entre las familias de origen de éstos, una serie de obligaciones y derechos que también son fijados por el derecho, que varían, dependiendo de cada sociedad. De igual manera, la unión matrimonial permite legitimar la filiación de los hijos procreados o adoptados de sus miembros, según las reglas del sistema de parentesco vigente.

El matrimonio más allá de ser un vínculo conyugal, es la institución social que constituye la familia y por ende se convierte en marco de referencia de lo que la familia representa, en otras palabras, los hijos definen la familia sentando el matrimonio de sus padres como base, qué sucede entonces cuando esta unión se quebranta, ¿pone en riesgo el significado mismo de la familia? Para poder tener un panorama más amplio es necesario hacer una conceptualización teórica del fenómeno que rompe familias: el divorcio.

1.2.4 Divorcio

En términos de definición conceptual muy simple se puede decir que el divorcio es la disolución del matrimonio, en otras palabras, es el proceso que tiene como intención dar término a una unión conyugal.

Una vez que se da la separación de dos personas unidas en matrimonio, las consecuencias pueden parecer irreconocibles: se generan una serie de emociones y sentimientos que generalmente tienen efectos negativos, tanto para los que se separan, como para los que rodean de manera directa y cercana dicha unión: los hijos.

⁹ Ramos Pazos, René (1998). “Derecho de familia”. Editorial Jurídica de Chile. Pp. 31.

Una pareja que llega a la decisión de romper y separarse y lo hace bajo circunstancias de poca madurez y responsabilidad, genera situaciones de desconcierto, agresión e incluso venganza, ya que al no ser debidamente aclaradas las situaciones, surgen conductas tóxicas, tanto en los autores de la decisión, como en los hijos. Los niños comienzan a mostrar problemas de conducta o a bajar el rendimiento académico. Depende de la edad en que la ruptura suceda, así serán las reacciones comunes que se presentan. Mientras más jóvenes son más probables las rabietas, berrinches, insolencia, a más adultos los hijos, se evidencia en conductas de riesgo y bajo rendimiento académico.

El divorcio es una experiencia completamente diferente para los padres, que para los hijos. El divorcio es una experiencia diferente para los niños, porque los niños pierden algo que es esencial para su desarrollo, la estructura familiar. La familia es el andamiaje que permite a los hijos pasar por las sucesivas etapas de su desarrollo. Es el apoyo psicológico, físico y emocional que necesitan para alcanzar la madurez. Cuando esa estructura se derrumba, el mundo del niño pierde temporalmente dicho apoyo. Y los niños, que no tienen una noción precisa de tiempo, no saben que el caos es temporal. Sólo saben que dependen de su familia. “Cualesquiera que sean sus deficiencias, la familia es para el niño la entidad que le brinda el apoyo y la protección que el necesita. El divorcio destruye esa estructura, y los niños se sienten solos y muy atemorizados respecto al presente y al futuro.”¹⁰ La pareja que vive la pérdida como adulto, puede hacer uso de mecanismos que le permitan una percepción menos traumática, pero los hijos, viven la pérdida de la figura de seguridad y confianza. Es pertinente considerar que este cambio radical en la vida del hijo, trae consigo una serie de consecuencias que se deben tomar en cuenta.

¹⁰ Wallerstein, Judith S. y Sandra Blakeslee, “*Padres e hijos después del divorcio. Quién gana, quién pierde y por qué*”(1990) Vergara editor. Pp. 45

- **Efectos y consecuencias del divorcio**

Uno de los efectos que surgen a partir de la separación definitiva de los padres es la confusión de normas y reglas de educación en los hijos. ¿Por qué? El principal motivo de ello es el hecho de que cada uno de los padres cambia de tajo las reglas que de inicio se tenían en casa para la educación de los hijos. Estas reglas son cambiadas, regularmente, a fin de manipular a los hijos para ganar su preferencia y buscar agredir y desacreditar a la otra parte. Dicha situación por sí misma genera conductas tóxicas, preferentemente en los hijos. Por ejemplo, el resentimiento y la hostilidad reprimida que se gesta en ellos, afecta posteriormente la forma en que establecerán sus relaciones interpersonales: los hace desconfiados, poco generosos, ansiosos y en muchos casos, con conducta deprimida y desesperanzada.

Cuando la conducta negativa (conflictos después de separados) entre los padres se exagera, suele aparecer, en los hijos, lo que los especialistas han dado en llamar Síndrome de Alienación Parental. Un síndrome cuya manifestación más sobresaliente es la de ver que los progenitores utilizan estrategias para romper el vínculo natural que existe entre los hijos y sus padres; tales estrategias obstaculizan la relación entre ellos al grado de volverla odiosa y negativa. Cuando dicho síndrome aparece, haciendo manifiesto desde luego la ansiedad y depresión en los hijos, es necesario buscar la ayuda y el acompañamiento del psicólogo o consejero matrimonial, para encontrar soluciones. De no hacerlo así, los hijos que sufren dicho problema la pasan muy mal, afectando su estabilidad y exponiéndose en un amplio margen a generar conductas destructivas (presentes y futuras), para sí mismos y para su entorno.

Las reacciones que los hijos menores de edad pueden presentar frente a la situación de una separación matrimonial mal manejada, suelen ser menos directas que las que se dan entre hijos adultos. No obstante, en ambos casos

experimentarán la sensación de pérdida o ausencia de los padres, tristeza, irritabilidad, cambios en el estado de ánimo, trastornos del apetito o del sueño y cambios en el rendimiento de actividades cotidianas (generalmente en la escolar). La irritabilidad, por ejemplo, llega a generar situaciones de agresión en los hijos afectados; así mismo, llegan a aparecer conductas de pesimismo y baja autoestima que, como se dijo anteriormente, afectan la vida de los hijos. En general, a los hijos de padres que están pasando por el divorcio, la situación les resulta dolorosa y durante mucho tiempo mantendrán la esperanza de que el caso se mejore o solucione. Ahora bien, los trastornos arriba mencionados tienen significado distinto para cada niño o joven según su edad y etapa del desarrollo: no es lo mismo la situación de divorcio para un chico de 5 años, que para una adolescente de 15, cada uno la experimentará de forma distinta. Sin embargo, ya sean niños o adolescentes (o mayores de edad), es necesario que los padres se mantengan en coherencia de conducta: generar la menor confusión posible y guardar un profundo respeto para con los hijos y la pareja de la que se separan. La relación que mantienen los padres después de la separación es probablemente uno de los factores más influyentes. A más tomentosa y agresiva la relación de los padres después, más negativa será la percepción del divorcio.

Los padres son la clave elemental para evitar trastornos de conducta y desadaptación en los hijos. “Mientras menos claras sean la comunicación y las decisiones tomadas por los padres que se separan, menos armonía y estabilidad tendrán los hijos. Es por ello que, ante el dolor de una decisión como es la del divorcio, es imprescindible fomentar la claridad y sinceridad en el trato con los hijos.”¹¹ La ruptura de la figura de estabilidad y protección provoca indiscutiblemente, inseguridad, falta de confianza y desorganización emocional. Esto sin mencionar la dramática forma en que cambia el concepto de amor y

¹¹ Long, Nicolás y Rex Forehead, Op. Cit Pp. 48

familia, si los padres no se toman el tiempo necesario para explicar y ayudar al niño a comprender lo que está sucediendo. Esta serie de consecuencias dejan una marca en el inconsciente del niño que se manifestará en sus acciones de adulto futuro, pero ¿de qué manera sucede esto?

1.2.5 La separación de los padres y el inconsciente del niño

Los padres que asumen sus dificultades deberían informar al niño verbalmente. Si se pusiera al niño al corriente, no viviría en el sueño en el que se intenta mantenerle, un sueño conforme a su idealización de un “papa-mamá” condensado, inseparable, en el que se sustentaría su seguridad. No informarles es un verdadero error, pues los niños son perfectamente capaces de asumir la realidad que viven. Si la viven, es que inconscientemente la asumen; pero para que esta realidad se les torne consciente y humanizable, hay que ponerla en palabras. De lo contrario, en vez de humanizar la realidad, los niños la animalizan o bien la idealizan refugiándose en sus recuerdos imaginarios.

Al niño se le debe explicar que la relación que termina es la de los padres, pero no la de ellos con él. El niño cree que los padres anulan no sólo sus acuerdos recíprocos, sino también el amor que tienen por él, más aun cuando en esta situación, identificado con uno de ellos, se ve incitado a decirle al otro: “ya no te quiero”. Y como él mismo necesita seguir amando a sus dos progenitores, si no se le explica nada, se produce una situación que trastorna su equilibrio profundo. “Muchos niños se sienten culpables del divorcio debido a que su existencia hace pesar sobre sus dos progenitores complicadas cargas y responsabilidades. Dicen: “No debí haber nacido” “No me casaré, para estar seguro de no traer al mundo hijos desdichados”. Estos efectos nocivos aparecen cuando el propio hijo toma bajo su responsabilidad un vínculo amoroso, en la adolescencia por ejemplo.”¹²

¹² Dolto, Françoise, “*Cuando los padres se separan*”(1989) Editorial PAIDOS. Pp. 56

Lo inconsciente acompaña a todo ser humano desde que es dotado de existencia hasta que muere, y va rigiendo su ser y su actuar. Por lo cual según la corriente psicoanalítica, todas las experiencias de la infancia marcan positiva o negativamente la formación de la personalidad, e instalan en la psique modos de comprender la realidad e interpretarla. Es por esto que en este estudio se habló de la repercusión del divorcio de los padres, en la forma de crear la concepción de relación de pareja, en los jóvenes adultos.

1.2.6 Concepto de pareja

“Una pareja es un conjunto de personas, animales o cosas que mantienen entre sí algún tipo de relación o semejanza”.¹³ El término también se utiliza para nombrar a cada uno de los integrantes de una pareja en relación con la otra; esto se puede apreciar, por ejemplo, cuando alguien habla de su novio o de su novia, de su prometido o de su prometida refiriéndose a él o a ella como “su pareja” y lo mismo puede ocurrir al hablar de otras especies o incluso, de objetos (por ejemplo, cuando estos se fabrican en pares).

El término pareja suele ser asociado a la relación sentimental que existe entre dos personas. Un noviazgo o el matrimonio suponen la existencia de una pareja. Cabe destacar que la pareja hace referencia al vínculo amoroso y no al estatus jurídico de la relación: hay parejas circunstanciales, otras que mantienen un noviazgo, algunas llegan al matrimonio, otras no.

Tomando el corte psicoanalítico se debe hablar siempre de que el apego o vinculación afectiva que se da en los primeros años de vida, es determinante en la formación de apegos en la vida adulta, es decir, mientras más saludables sean los apegos en la infancia, más saludables serán las relaciones interpersonales que

¹³ Slmon, Op. Cit. Pp. 84

establezca una persona, el divorcio de los padres compromete severamente los apegos del niños que se han establecido con los progenitores, porque resultan sus dos figuras más significativas a quienes dirige sus primeros afectos y lo sustenta en el equilibrio de una estructura familiar sólida, si esta estructura se cae, como cuando sucede con el divorcio, las vinculaciones afectivas del niño cae en un desequilibrio inevitable y por consiguiente en la desorganización de sus afectos y sus apegos. Se debe hablar entonces cómo se relaciona esta desorganización de apegos del niño en su vida adulta, esto, por la importancia del apego en toda formación de relaciones interpersonales.

1.2.7 Etapas de formación de la relación de pareja

“Basados en la teoría del apego, en concreto, en la formación y mantenimiento de los vínculos de apego descrito por Bowlby (1979) y asumiendo cierto paralelismo con la etapa infantil, Zeifman y Hazan, 1997 y Hazan y Zeifman, 1999, presentan un modelo del proceso de formación del vínculo de apego adulto en el transcurso del establecimiento de una relación de pareja.”¹⁴

Este modelo se compone de tres fases: pre-apego, formación del apego y apego definido, cuyas características se detallan a continuación:

Pre-apego: atracción y cortejo
Esta primera fase, corresponde al momento en el que comienza la atracción entre dos personas. En ella se observan una serie de conductas universales que sirven para iniciar una interacción con aquellas personas por las que se siente cierta atracción: sonrisas, contacto ocular, charla animada e intransigente, expresiones faciales y otros gestos informales. Durante esta fase, existe un gran entusiasmo y respeto por el otro y cualquier comentario o información trivial, son

¹⁴ Melero Cavero, Reme, “*La relación de pareja apego. dinámicas de interacción y actitudes amorosas: Consecuencias sobre la calidad de la relación*” (2008) España. Universidad de Valencia. Pp. 68

atendidos con gran interés. “Esta motivación, unida al elevado contenido emocional del discurso y los gestos, facilita la sincronía en las conversaciones. La feniletilamina es la hormona responsable de la elevada energía y empatía que se produce en esta fase y disminuye la posibilidad de nuevos rivales que dificulten el potencial vínculo futuro.”¹⁵

Para Zeifman y Hazan (1997), el único componente de apego presente en esta etapa es la búsqueda de proximidad, donde el sistema más implicado es el sexual, principal promotor de la búsqueda de contacto. No obstante, si la interacción se inicia con la expectativa de un posible compromiso, señales relativas a los componentes de cuidados y apego como son la calidez, el cariño y la responsabilidad van cobrando cierta relevancia teniendo incluso cierto impacto en el componente sexual.

Formación del apego: enamoramiento

Al igual que en la fase anterior, en el enamoramiento sigue existiendo una elevada activación fisiológica; sin embargo, en esta etapa el arousal se prolonga más allá de la simple interacción: estados como la falta de sueño y la disminución del apetito al tiempo que, paradójicamente, disponen de una energía inagotable, son algunas consecuencias de este tipo de activación. La explicación neurológica de este nivel de activación, sigue siendo la acción de la feniletilamina, cuyos efectos serían similares a los de las anfetaminas, es decir, aumento de la activación y propiedades parcialmente alucinógenas, lo que podría explicar la idealización característica de esta fase. “Por otra parte, el correlato bioquímico que activa el deseo de permanecer en contacto físico con la pareja, es la hormona denominada oxitocina, que liberada tras el clímax sexual está implicada en los abrazos que a menudo siguen a las relaciones sexuales.”¹⁶ Observamos así dinámicas más tranquilas e íntimas como cambios en la cualidad de la voz (susurros, habla infantilizada, etc.), contacto visual y

¹⁵ Idem Pp. 69

¹⁶ Zeifman, D. y Hazan, C. “A process model of adult attachment formation”. En S. Duck, (Ed.), Handbook of personal relationships. 1999. New York: Willey. Pp. 23

corporal prolongados, abrazos, conductas más “parentales” (cuidados, mimos, etc.) y un mayor intercambio de información personal (secretos familiares, experiencias dolorosas anteriores, etc.).

Las conductas señaladas, exclusivas de las relaciones de pareja, van a fomentar la formación del vínculo de apego. Las parejas empiezan a ser fuente de apoyo emocional mutuo, con lo que la relación toma un nuevo elemento del sistema de apego: el refugio emocional. Para Zeifman y Hazan las conductas típicas de esta fase, facilitan el desarrollo de una representación mental de la pareja. “Si la relación termina durante esta fase, probablemente se experimentarán sentimientos como falta de energía, tristeza o ánimo depresivo, pero no se experimentará la ansiedad intensa o la ruptura del funcionamiento diario, característicos de la disolución de una relación de apego, ya que las necesidades de apoyo emocional pueden ser satisfechas por la familia y los amigos.”¹⁷ En otras palabras, como el apego aún no está completamente consolidado a una persona específica, se puede sustituir con mayor facilidad por otra.

Apego definido: amor

En esta tercera fase, la idealización inicial es reemplazada por una visión más realista del compañero. En el desarrollo de la relación, crece la familiaridad de los miembros, declina la frecuencia de la actividad sexual, mientras que aumenta la importancia de los aspectos emocionales y del cuidado relativo a la satisfacción sexual. En esta fase, las parejas empiezan a utilizar el tiempo que pasan juntos para dialogar no sólo de aspectos personales o temas focalizados en la relación, sino también de otras clases de cuestiones externas, dedicando menos tiempo a la comunicación íntima. Para los autores la habituación a la feniletilamina producida en esta fase, estimula la liberación de endorfinas inductoras de calma y satisfacción. Además de aliviar la ansiedad, los opioides condicionan la vinculación a los efectos placenteros. En la formación del apego

¹⁷ Idem Pp. 69

se cree que pueda existir un condicionamiento del sistema opioide, donde la pareja es asociada con los efectos fisiológicos de reducción de ansiedad, producida por la liberación de las endorfinas. De este modo, el apego puede ser definido como un “condicionamiento del sistema opioide de un individuo al estímulo de una persona particular” (Zeifman y Hazan, 1997). “En consecuencia, si la ruptura ocurre durante esta fase opioide (tras la formación del apego), se vivirá con una elevada ansiedad, reducción de la actividad y desarreglos de las funciones corporales, como la disminución del apetito y el insomnio. Con estos datos, los autores sugieren que el estrés de separación (tercer componente del sistema de apego), es un criterio razonable y plausible de la formación del apego en la adultez.”¹⁸

1.2.8 Teoría triangular del amor

“Sternberg fue un famoso psicólogo que llegó a ser presidente de la prestigiosa APA (American Psychological Association). Estudió la inteligencia, la creatividad, el amor, el odio y la sabiduría.”¹⁹ Autor de la teoría triangular del amor, que nos dice, que son tres dimensiones o componentes en torno a los cuales se construyen todas las relaciones, dependiendo de si están todos presentes o solo alguno, la relación será de un tipo u otro.

Estos tres componentes son el compromiso, la intimidad y la pasión:

- a) El compromiso: decidir que se quiere a alguien (más a corto plazo) y el compromiso de mantener ese amor a largo plazo, suele aparecer con los otros dos componentes (intimidad y pasión), pero puede darse solo e incluso permanecer cuando estos desaparecen. Este componente se refiere a todo aquello que implica mantener la relación en los buenos y los malos momentos.

¹⁸ Idem Pp. 70

¹⁹ Sternberg, R.J. “El triángulo del amor”. Editorial PAIDOS, Barcelona, 1989. Pp. 5

- b) La intimidad (o cariño): implica cercanía, vínculo, conexión, autorrevelación hacia el otro, afecto, preocupación por el bienestar del otro, dar y recibir apoyo emocional, etc... Se compone básicamente de tres características: Compartir información personal y actividades, actitud favorable hacia el otro, por ejemplo manifestar afecto y sentimientos positivos hacia el otro y beneficiarles y por último, comunicar ese afecto con contacto físico y verbalizaciones.
- c) La pasión: gran deseo sexual o romántico acompañado de excitación psicológica, es un deseo intenso de unión con el otro. Atracción física como parte fundamental. Pero la pasión también puede aparecer de otra forma, como deseo de compartir algo con el otro, sin ser sexual, entre familiares por ejemplo.

El autor explica que las relaciones basadas en un solo componente, es menos probable que perduren, que las de combinaciones de dos. A través de combinar estos factores Sternberg identificó 7 tipos de relaciones:

Relación de cariño	Cariño íntimo que caracteriza a las verdaderas amistades. No hay pasión física ni compromiso a largo plazo pero hay un gran vínculo y cercanía con la otra persona.
Encaprichamiento	Se considera que es cuando la relación se basa solo en la pasión. Sería un “amor a primera vista”.
Amor vacío	. Solo hay compromiso. Aparece respeto y reciprocidad pero la pasión y la intimidad han muerto o no están presentes. Por ejemplo en un matrimonio concertado.
Amor romántico	La pareja está unida emocional (cariño) y físicamente (pasión) pero no hay compromiso de permanecer juntos.

	Por ejemplo el amor de verano o las relaciones de corta duración.
Amor sociable o de compañía	Hay cariño y compromiso pero no pasión. Puede ser por ejemplo en los matrimonios que llevan muchos años juntos y en los que la pasión ha ido desapareciendo. Se encuentra también en las relaciones familiares o amistades muy profundas. Hay buena comunicación y comprensión. Ambas partes se valoran y comparten las cosas, hay preocupación por la felicidad y el bienestar de la otra persona.
Amor fatuo	Hay compromiso pero mayoritariamente motivado por la pasión, sin la estabilizante influencia de la intimidad.
Amor consumado	Es la relación ideal y más completa. Los tres componentes están presentes.” ²⁰

También existe la falta de amor que es una ausencia de los tres componentes. Esta no es una forma de amor, pues es cuando este no existe. El concepto del amor es aparentemente tan abstracto y tiene una alta carga subjetiva y de experiencia, que partir de una definición y conceptualización científica, da un parámetro de objetividad necesario para aplicar dicho concepto en investigación. No quiere decir, que una descripción diferente a la planteada no pueda ser considerada amor, sin embargo el encuadre objetivo permite un punto de partida esencial para iniciar una discusión al respecto.

Comprender la formación de la relación de pareja fue elemental para poder crear los instrumentos y estructurar los módulos del programa de intervención para el fortalecimiento de las relaciones de pareja implementado con los estudiantes becados de la división de Bienestar Estudiantil Universitario de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

²⁰ Sternberg, R.J. “El triángulo del amor” (1989). Barcelona. PAIDOS. Pp. 38

1.2.9 División de bienestar estudiantil

Es un organismo técnico universitario, al servicio de la comunidad estudiantil de la Universidad, encargado de velar por el bienestar integral de los estudiantes. “Fue creada con base a la necesidad de velar por la integridad de las personas que están dentro de la Universidad, principalmente al estudiante y luego al trabajador, sin hacer distinción de edad, sexo, religión, nivel socioeconómico, porque su finalidad es integrarlo de una manera correcta al ámbito profesional del país”²¹.

La División de Bienestar Estudiantil Universitario, es la dependencia universitaria experta y confiable, cuyo carácter multiprofesional e interdisciplinario, le proporcione al estudiante universitario bienestar, mediante el desarrollo de programas directamente dirigidos principalmente a la población estudiantil, con un enfoque claro de extensión que incluya:

- a) Una orientación efectiva en cuanto a la carrera a seguir y en la cual tendrá éxito académico, así como el seguimiento de su rendimiento y adaptación al medio universitario.
- b) La detección temprana de problemas de salud física y mental y una educación continua para la prevención y promoción de la salud integral del estudiante universitario.
- c) La ayuda socioeconómica que le permita tener acceso a la educación superior, mediante programas de becas de diversa índole, permitiéndole concretar sus metas de obtener título universitario.

Cada uno de estos programas pertenece, respectivamente, a una de las secciones que forman parte de la División de Bienestar Estudiantil Universitario, que según el Acuerdo de Rectoría No. 699-81, de fecha 25 de agosto de 1981, son las siguientes: Sección de Orientación Vocacional, Unidad de Salud, Unidad

²¹ División de bienestar estudiantil, USAC tricentenaria Universidad de San Carlos de Guatemala, Disponible en: <http://sid.diged.usac.edu.gt/divisiones/division-de-bienestar-estudiantil/>

de Transporte Colectivo Universitario y Sección Socioeconómica. Es dentro de esta última sección de esta dependencia universitaria que se ubica la población meta de este estudio, los estudiantes becados.

- **Estudiantes Becados**

Una beca es la ayuda económica o subvención que generalmente una institución le entrega a alguien para que lleve a cabo estudios o investigaciones. Tradicionalmente, las becas se entregan a aquellos estudiantes que no cuentan con el capital o el nivel económico suficiente para pagarse el estudio o investigación en cuestión, pero su nivel intelectual o profesional es tan alto que se los decide ayudarle porque se sabe cumplirán los objetivos. Es a estos estudiantes a quienes se les conoce como estudiantes becados.

El estudiante becado se caracteriza por un alto rendimiento académico, responsabilidad y disciplina en sus estudios. En este país, todo aquel estudiante que busque educación superior y sea un joven de escasos recursos económicos que desean estudiar en la universidad, puede atender un proceso de selección para que la misma universidad subsidie sus gastos de estudios. En la Universidad de San Carlos de Guatemala, es una labor que realiza la Sección Socioeconómica de la División de Bienestar Estudiantil Universitario. Todos los estudiantes becados de la USAC, atienden a diversas reuniones y actividades organizadas por esta Sección, para mantener su beca.

Se tuvo en consideración que el estudiante becado es un “estudiante ejemplar”, por lo que a nivel intelectual y académico no presentó ninguna dificultad y se pudo indagar sin problema en la experiencia que tiene con las relaciones sociales, en especial a partir del divorcio o separación de los padres. Se tomó en cuenta la situación socioeconómica, que los hace crecer como jóvenes más consciente y responsables, ya que comparten las responsabilidades económicas.

CAPÍTULO II

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

2.1 Enfoque y modelo de investigación

La investigación se enmarcó dentro de un enfoque mixto derivado del paradigma interpretativo, principalmente cualitativo, pero con el uso de análisis cuantitativo de datos para la obtención de más información. Buscó aproximarse a la comprensión de los significados personales y sociales de las prácticas cotidianas, como lo es la formación de relaciones de pareja, así como profundizar en las motivaciones que subyacen al mantenimiento de ciertos patrones que definen una forma particular de sostener relaciones de pareja, en este caso particular.

Los objetivos específicos orientaron el proceso de investigación y requirieron de técnicas e instrumentos que exploraran la dimensión simbólica de la población meta. El procesamiento de la información obtenida en el trabajo de campo se realizó con técnicas de análisis de discurso y análisis de contenido con modalidad cuali-cuatitativa. Se utilizó el modelo de la teoría empíricamente fundamentada, es decir, después de observar el fenómeno en la realidad, se procedió a realizar el análisis teórico para fundamentarlo por medio de la teoría.

2.2 Técnicas

2.2.1 Técnica de muestreo

- **Muestreo por intención**

Se establecieron criterios conceptuales de la composición de la muestra, a través de características específicas, es decir, se seleccionaron unidades de análisis que cumplieran los requisitos de la población objeto de estudio, identificando los elementos de la población que formaron parte de elementos necesarios para la recopilación de información. La muestra se obtuvo de la población de estudiantes universitarios de todas las unidades académicas, de la Universidad de San Carlos

de Guatemala, que forman parte de la Sección Socioeconómica, de la División de Bienestar Estudiantil. Se trabajó con una muestra de 30 estudiantes becados, de ambos sexos, comprendidos entre las edades de 19 a 25 años.

<i>Nivel Especial</i>	<i>Niveles estructurales socioeconómicos</i>
Distrito: Ciudad de Guatemala	Edad: 19 a 25 años
Entidad: División de Bienestar Estudiantil Universitario Universidad de San Carlos de Guatemala	Clase social: Media-baja y baja
	Ocupación: Estudiante
	Nivel Escolar: Universitario Cualidad: Estudiante becado

2.2.2 Técnicas de recolección de datos

- **Entrevista semiestructurada**

Se recabaron datos importantes sobre la historia personal de los jóvenes con respecto al divorcio de sus padres, por medio de una serie de preguntas abiertas durante 30 minutos, lo que permitió conocer las particularidades de cada sujeto, siempre bajo un encuadre profesional, confidencial y ético. Las entrevistas fueron aplicadas en la sede de la asociación de estudiantes becados, ubicada en el tercer piso del edificio de la División de Bienestar Estudiantil Universitario, en las instalaciones del campus central, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, zona 12. La semana del 6 al 10 de junio, de lunes a viernes desde de las 8:00hrs. Se aplicaron 6 entrevistas por día.

- **Escala Likert**

A través de la escala Likert se evaluó la reacción de los participantes ante afirmaciones o juicios asociados a la concepción de relación de pareja. Podían optar por tres opciones de respuesta, totalmente de acuerdo, parcialmente de acuerdo y totalmente en desacuerdo. Para ello la escala se estructuró sobre

elementos que determinan las creencias e ideas sobre los indicadores siguientes: relación de pareja, intimidad, compromiso y pasión, con la intención de conseguir el objetivo a continuación: Determinar la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados.

La suministración de la escala Likert tuvo una modalidad individual, fue aplicada luego del consentimiento informado, en la sede de la asociación de estudiantes becados, ubicada en el tercer piso del edificio de la División de Bienestar Estudiantil Universitario, en las instalaciones del campus central, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, zona 12. La semana del 6 al 10 de junio, de lunes a viernes desde de la 8:00hrs. Se aplicaron 6 escalas por día. Se acompañó a los estudiantes mientras la respondían para resolver dudas.

- **Observación**

La observación como técnica elemental en todo proceso de recolección de información, se aplicó desde el primer contacto con la población. Durante la entrevista inicial y la aplicación de la escala Likert. Se implementó también a lo largo de los módulos del programa de intervención, en dónde se hizo uso de una guía de observación para tener más claridad en los aspectos que se buscaba observar. La guía de observación se utilizó únicamente en los talleres de participación activa, sin embargo la técnica de observación como tal, se utilizó desde el primer encuentro con los estudiantes hasta el último día de trabajo con ellos, para recabar información que fuera útil para el análisis de resultados.

El uso de la observación fue indispensable para alcanzar los objetivos de evaluación y re evaluación, es decir, determinar la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados y evaluar el impacto del apoyo psicológico brindado para disminuir la incidencia del divorcio de los padres en la concepción de relación de pareja que

poseen los estudiantes becados. Se observó cómo manifestaban la problemática los estudiantes y luego se fue observando el apareamiento de mejoras y cambios.

- **Talleres de participación activa (programa de intervención)**

Se abordaron las repercusiones del divorcio de los padres en la concepción de pareja, a través de un programa de intervención para el fortalecimiento de las relaciones de pareja, diseñado en 5 módulos que promovieron el fortalecimiento de las relaciones de pareja de los participantes, a través del autoconocimiento y la adquisición de nuevas herramientas, que les permitieron reaprender conductas y actitudes para entablar relaciones más saludables.

La forma de abordar los contenidos de los módulos fue a través de talleres de participación activa, donde los jóvenes por medio de las actividades reconocieron las creencias irracionales, actitudes negativas y conductas poco saludables que habían provocado problemas en sus relaciones de pareja. La idea fue que los estudiantes becados pudieran ampliar su conocimiento sobre las relaciones interpersonales, la comunicación y los componentes necesarios para formar relaciones de pareja sanas. Además se formó un clima terapéutico en cada una de las sesiones, aplicando principios de la terapia de grupo, como la universalidad, la confidencialidad y el reaprendizaje de nuevas conductas.

2.2.3. Técnica de análisis de datos

Se utilizó el análisis de contenido como técnica de investigación para describir objetiva, sistemática y cuantitativa, el contenido de la comunicación, destinada a formular inferencias reproducibles y válidas que pudieran aplicarse, basados en la lectura como instrumento de recolección de información. Esta técnica se puede utilizar para una modalidad de análisis cuali-cuantitativa. Su principal objetivo fue decodificar la información plasmada en el documento, en otras palabras, procesar cuantitativamente los datos numéricos obtenidos a través de la escala Likert, para poder realizar luego la interpretación cualitativa de ese análisis numérico.

Asimismo se hizo uso del análisis de discurso que permitió extraer e interpretar los datos necesarios para construir, desde la percepción de los jóvenes, la concepción que tienen de la relación de pareja y la incidencia que tuvo el divorcio de sus padres. Fue específicamente utilizada en la aplicación de la entrevista semiestructurada, tanto la entrevista inicial como la entrevista final y en las reflexiones obtenidas en el programa de intervención.

2.3 Instrumentos

- **Guía de entrevista inicial**

En la guía para la entrevista inicial se registraron las iniciales de entrevistado, el sexo y la edad como datos generales, luego se formularon 7 preguntas abiertas que sirvieron como orientación, ya que la entrevista fue de tipo semi estructurada. Lo que se pretendía conocer durante este primer contacto, era la experiencia personal del divorcio de los padres, que cada sujeto tenía, las condiciones en que sucedió, las razones del mismo y la propia consideración que tenía cada uno de los entrevistados, de las repercusiones de dicha experiencia. Se procuró darle un encuadre más acogedor y relajado a la entrevista, como el de una conversación trivial. (Ver anexo No. 3)

- **Protocolo de aplicación de escala Likert**

La concepción de relación de pareja fue estudiada en la investigación desde dos perspectivas: el concepto de amor, definido como la construcción mental elaborada a partir de la experiencia con ese sentimiento y las características de las relaciones afectivas que establecen, que se refiere a las particularidades que cada participante reconoce como normales al momento de entablar relaciones con otras personas. Se tomaron como categorías para la construcción del instrumento, las tres dimensiones o componentes en torno a los cuales se construyen todas las relaciones, según la teoría triangular del amor de Sternberg.

Estos tres componentes fueron el compromiso, la intimidad y la pasión. Sobre las cuales se construyeron las afirmaciones que al ser valoradas subjetivamente por los estudiantes podrían reflejar el concepto y la calidad de cada uno de estos componentes en sus relaciones de pareja.

La escala constó de 22 reactivos. Las afirmaciones fueron de tipo Likert, focalizaron la respuesta de cada reactivo en la percepción y experiencia de cada persona en el momento de la evaluación, lo que permitió diversas posibilidades de respuesta, que giraron en torno a tres respuestas posibles: en desacuerdo (ED), parcialmente de acuerdo (PA) y totalmente de acuerdo (TA). El modo de aplicación fue individual, después del consentimiento informado. (Ver anexo No. 2)

- **Guía de observación**

La guía de observación fue utilizada durante la implementación de cada módulo, de modo que se pudiera dejar de forma ordenada y clara lo observado. En estas guías se registró el lugar, la fecha, el módulo aplicado, el objetivo específico de ese módulo, el número de participantes, clasificados por género, las actividades realizadas, los logros y las dificultades. Fueron de mucha utilidad para la elaboración de resultados y la sistematización de los cambios alcanzados.

Las guías de observación se llenaron únicamente al final de cada módulo del programa de intervención, sin embargo, la observación como técnica si se utilizó a lo largo de todo el proceso de investigación, es decir, que se aplicó observación durante las entrevistas aunque no se llenaran guías de observación. Durante el programa de intervención se optó por el uso de este instrumento para poder tener un sistema de registro más ordenado para poder sistematizar mejor los resultados. Las guías de observación fueron el instrumento más útil para poder concretar resultados obtenidos del apoyo psicológico brindado en los talleres de participación activa. (Ver anexo No. 5)

- **Planificación de talleres (dosificación del programa de intervención)**

Su esencia fue la distribución de los contenidos y las formas de organización de la intervención, según los aprendizajes y mejoras esperados. Fue la definición y distribución del trabajo que se realizó en cada módulo. Se estableció el objetivo general del programa y sus objetivos específicos, se delimitó el tema de cada uno de los módulos y se describió su contenido. Al final se hizo una descripción de la metodología utilizada en el programa de intervención, para el fortalecimiento de las relaciones de pareja.

La planificación de los talleres permitió contar con los materiales necesarios para la implementación de cada módulo, el contar con una planificación previa dio lugar a que todo el programa de intervención se llevara a cabo sin inconvenientes, sumamente ordenado y con la preparación necesaria para que se alcanzaran los resultados esperados. (Ver anexo No. 4).

- **Guía de entrevista final**

De la misma forma que la guía de entrevista inicial, esta registró: las iniciales, la edad y el sexo del entrevistado, de modo que pudieran ser comparadas con la entrevista inicial. Constaba únicamente de 5 preguntas abiertas que pretendían recabar información de los cambios sensibles, luego de la intervención, de modo que fuera posible determinar el éxito de la misma. Interesaba conocer en esta entrevista las opiniones de los participantes del programa, lo que aprendieron y descubrieron a partir de su participación en cada módulo y también sugerencias que puedan nutrir el programa de intervención, para futuras aplicaciones. Cinco de los participantes no pudieron presentarse a la entrevista por lo cual la respondieron vía electrónica y enviaron sus respuestas por correo. Las respuestas fueron similares a las del resto del grupo, incluso al escribirlas ellos mismo se extendieron en las respuestas. (Ver anexo No. 6)

- **Planificación de conferencia**

Presenta una lista con el orden de temas que se trataron y explicaron durante la conferencia que se brindó al personal de la Sección de Bienestar Estudiantil Universitario bienestar estudiantil interesado en conocer cómo funciona el programa de intervención, para el fortalecimiento de las relaciones de pareja, con la intención de preparar y formar a profesionales que estén interesadas en aplicarlo y reproducirlo con otros grupos de estudiantes en el futuro.

Durante la conferencia se expusieron los objetivos de la investigación, las técnicas e instrumentos utilizados, los resultados obtenidos y su análisis detallado, las conclusiones y recomendaciones; además se explicó con detenimiento el uso del manual del programa para el fortalecimiento de las relaciones de pareja, que se entregó a la Sección Socioeconómica. (Ver anexo No. 7)

2.4 Operacionalización de objetivos

Objetivos específicos	Categorías conceptuales	Técnicas	Instrumentos
Determinar la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados.	Incidencia del divorcio	Entrevista Semiestructurada Escala Likert Observación	Guía de entrevista Inicial Protocolo de aplicación de la escala

<p>Implementar un programa de intervención, por medio de talleres de participación activa, que disminuya la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados.</p>	<p>Disminución de la incidencia del divorcio</p>	<p>Talleres de participación activa (programa de intervención)</p> <p>Observación</p>	<p>Guía de observación</p> <p>Planificación de talleres (dosificación del programa)</p>
<p>Evaluar el impacto del apoyo psicológico brindado para disminuir la incidencia del divorcio de los padres en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados.</p>	<p>Impacto del apoyo psicológico</p>	<p>Entrevista Semiestructurada</p> <p>Observación</p>	<p>Guía de entrevista final</p>

<p>Informar por medio de conferencias, la efectividad del apoyo psicológico brindado, para disminuir la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados</p>	<p>Informar de la efectividad del apoyo psicológico</p>	<p>Conferencia</p>	<p>Planificación de conferencia</p>
--	---	--------------------	-------------------------------------

CAPÍTULO III

PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

3.1 Características del lugar y de la muestra

3.1.1 Características del lugar

La investigación se llevó a cabo en la Sección Socioeconómica, de la División de Bienestar Estudiantil Universitario, ubicada en el tercer piso del edificio de Bienestar Estudiantil, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, campus central, zona 12. La División de Bienestar Estudiantil Universitario es la dependencia universitaria experta y confiable, cuyo carácter multiprofesional e interdisciplinario, le proporciona al estudiante universitario bienestar, mediante el desarrollo de programas, directamente dirigidos principalmente a la población estudiantil, por ejemplo, la ayuda socioeconómica que le permita tener acceso a la educación superior, mediante programas de becas de diversa índole, permitiéndole concretar sus metas de obtener título universitario. Este programa pertenece a la Sección Socioeconómica, en donde se ubicó la población meta de este estudio, los estudiantes becados.

3.1.2 Características de la muestra

La muestra se obtuvo de la población de estudiantes universitarios de todas las unidades académicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, que forman parte de la Sección Socioeconómica de la División de Bienestar Estudiantil Universitario. Se trabajó con 30 estudiantes universitarios becados, de clase media baja y baja, de ambos sexos, comprendidos entre las edades de 19 a 25 años. Todos hijos de padres divorciados, de diferentes grupos étnicos y que profesan religiones diversas. Son estudiantes de alto rendimiento y no laboran como requisito para ser acreedores a la beca.

3.2 Presentación y análisis de resultados

3.2.1 Presentación de los resultados de la evaluación inicial

A continuación se presentan los resultados que se recabaron durante la primera fase de la investigación, dispuestos en tablas para que se puedan apreciar de forma más clara y ordenada los datos obtenidos. En la tabla No. 1 se colocaron las preguntas según la categoría y al lado un resumen de las respuestas que mayormente se presentaron. En la tabla No. 2 se observan las afirmaciones Likert, clasificadas por categoría y la cantidad de personas que respondieron a cada posible respuesta que eran: en desacuerdo (ED), parcialmente de acuerdo (PA) y totalmente de acuerdo (TA), además que se aprecia la cantidad de hombres (H) y de mujeres (M) que respondieron a cada reactivo. Como última parte de los resultados de la evaluación inicial, el mapa No. 1, presenta la interpretación integrada de los resultados que dan respuesta a las categorías establecidas.

Tabla No. 1

Resultados entrevista inicial

Estudiantes universitarios becados

Sección Socioeconómica, de la División de Bienestar Estudiantil Universitario

Universidad de San Carlos de Guatemala

Categoría	Preguntas	Respuestas obtenidas
Divorcio	¿Cómo fue el divorcio de tus padres?	<ul style="list-style-type: none">• El padre abandona el hogar.• Peleas constantes, a veces violencia, hasta que la madre exige que el padre se vaya.• Los padres se van distanciando con el tiempo y el divorcio solo culmina la relación.• Deudas y la consecuente desaparición del padre.

		<ul style="list-style-type: none"> • Viajes muy constantes que acababan en la completa desaparición.
	¿Cuál fue la razón de su divorcio?	<ul style="list-style-type: none"> • Infidelidad. • Problemas económicos. • Irresponsabilidad del padre. • Alcoholismo. • Violencia. • Abandono de hogar. • Falta de comunicación, peleas, distancia, falta de amor.
	¿Qué edad tenías cuando se divorciaron?	<ul style="list-style-type: none"> • Adolescencia 13 a 18 años. • Niñez 3 a 10 años.
	¿Qué impacto positivo/negativo tuvo el divorcio de tus padres en tu vida?	<ul style="list-style-type: none"> • Tristeza, enojo, miedo, soledad, impotencia, resentimiento. • Dificultad para encontrar identidad. • Inseguridad, falta de confianza. • Escases económica. • Aumento de independencia. • Miedo al compromiso.
Relación de pareja	¿Con cuántas personas has salido? ¿Has tenido novio/a?	<ul style="list-style-type: none"> • Nunca han tenido una relación. • 1 a 2 relaciones, nada serio. • 9 a 10 relaciones muy cortas.
	¿Cómo han sido tus relaciones de pareja?	<ul style="list-style-type: none"> • Efímeras, pero agradables. • Bonita experiencia, amor compañero. • Poco consolidadas, escasos vínculos. • Poca actividad sexual.
	¿Qué problemas aparecen más frecuentemente en tus relaciones de pareja?	<ul style="list-style-type: none"> • Celos, inseguridad. • Miedo al rechazo. • Creencias distintas. • Dificultad para expresarse asertivamente. • Desinterés, aburrimiento.

Fuente: 30 entrevistas iniciales aplicada a los estudiantes becados en junio 2016

Durante las entrevistas, los participantes se mostraron colaboradores y compartieron su experiencia abiertamente. Se encontró la infidelidad y el alcoholismo como las principales causas del divorcio, muchos jóvenes refirieron al principio, la experiencia como poco relevante en sus vidas, sin embargo, al conversar sobre sus relaciones personales actuales, muchos encontraron un vínculo con los celos, la inseguridad y el miedo al rechazo que sentían a la hora de entablar relaciones, con el impacto que tuvo el divorcio de sus padres en ellos, dentro de lo que se destacó la tristeza, el enojo, la dificultad para construir la identidad, la falta de confianza y el miedo como principales impactos.

Tabla No. 2

Resultados escala Likert

Estudiantes universitarios becados

Sección Socioeconómica, de la División de Bienestar Estudiantil Universitario

Universidad de San Carlos de Guatemala

Categoría	Frases	ED		PA		TA	
	Sexo	H	M	H	M	H	M
Compromiso	3. Tengo miedo cada vez que inicio una nueva relación de pareja.	7	3	8	6	2	4
	5. Cuando se presentan peleas en mi relación terminan en separación.	7	6	8	6	2	1
	8. Una relación de pareja es de dos, ambos deben poner de su parte para que funcione bien.	0	0	0	0	17	13
	11. Una de mis metas en la vida es formar un hogar y tener una familia.	1	1	4	7	12	5
	13. Las personas que se divorcian no se aman realmente.	3	0	13	10	1	3

	Frases	ED		PA		TA	
	Sexo	H	M	H	M	H	M
	15. Cuando tengo conflictos con mi pareja la mejor solución siempre es terminar la relación.	11	11	6	2	0	0
	17. Las personas que realmente se aman buscan y pueden resolver cualquier problema juntas.	0	2	4	4	13	7
	19. Si mi pareja me es infiel, yo tengo derecho de serle infiel.	15	9	1	0	1	4
Pasión	4. Me enamoro con facilidad y con mucha frecuencia.	10	8	7	5	0	0
	7. Cuando me enamoro de alguien siento que quiero estar todo el tiempo con esa persona.	6	6	8	3	3	4
	10. Debo sentir atracción sexual en alguna medida por mi pareja.	2	1	7	6	8	6
	16. Las parejas saludables disfrutan de su vida sexual juntos, de forma respetuosa y responsable	1	0	3	1	13	12
	20. Mi novio/novia tiene que ser físicamente atractivo/a para mí.	6	5	7	5	4	3
	21. El amor es incondicional, real y todas las personas pueden encontrarlo.	2	2	4	3	11	8
	22. Para que alguien sea mi pareja debo experimentar un deseo intenso por estar con esa persona y compartir el mayor tiempo posible.	2	2	12	8	3	3
	6. Mi pareja debe ser celosa/o porque eso me dice que me quiere.	14	9	2	1	1	3
	9. Es normal que mi pareja me grite y me ofenda si se encuentra enojado/a.	17	13	0	0	0	0

	Frases	ED		PA		TA	
	Sexo	H	M	H	M	H	M
Intimidad	12. Que mi novio/a sea muy celoso y posesivo conmigo me demuestra cuanto me valora.	15	10	2	0	0	3
	14. Mi pareja debe estar presente en las actividades importantes para mí y yo debo estar en las actividades importantes para ella.	1	0	7	8	9	5
	1. Establecer una relación de pareja es necesario.	3	6	8	4	6	3
	2. Las relaciones de pareja son complicadas y termina mal.	10	5	6	6	1	2
	18. Debo saber todo lo que hace y deja de hacer mi pareja, es importante que me llame varias veces al día.	11	6	6	7	0	0

Fuente: 30 escalas Likert aplicadas a estudiantes becados en junio 2016

El componente que mostró más indecisión fue el compromiso, sin embargo no puntúan bajo, ya que a pesar de la experiencia negativa de sus padres con este componente, ellos tienen claro la importancia del mismo para el éxito de una relación. La separación parece ocurrir con frecuencia en sus relaciones, sin embargo reconocen que no es esa la mejor solución a los problemas. Otro dato que arroja la escala que resultó interesante, fue notar que hay más hombres que tienen como meta en su vida establecer una familia, mientras las mujeres se declaran parcialmente de acuerdo con esta meta. El medio a establecer una relación de pareja aparece presente tanto en hombres, como en mujeres.

La pasión no refleja ser un problema para los estudiantes, al contrario, fue el componente que presentaron más equilibrado y más saludable, porque en los reactivos que evaluaban la pasión, en su cualidad irracional, puntuaron bajo, mientras que en los reactivos que valoraban la pasión como el deseo intenso de compartir con el otro, puntuaron alto, sorprendentemente las mujeres se mostraron

más neutras, al responder que su pareja debía ser con quien pasaran mucho tiempo, evidenciando cierto grado mayor de independencia, en comparación con los hombres, quienes se inclinaron más por creer que deben sentir deseo intenso de estar y compartir bastante tiempo a lado de su pareja.

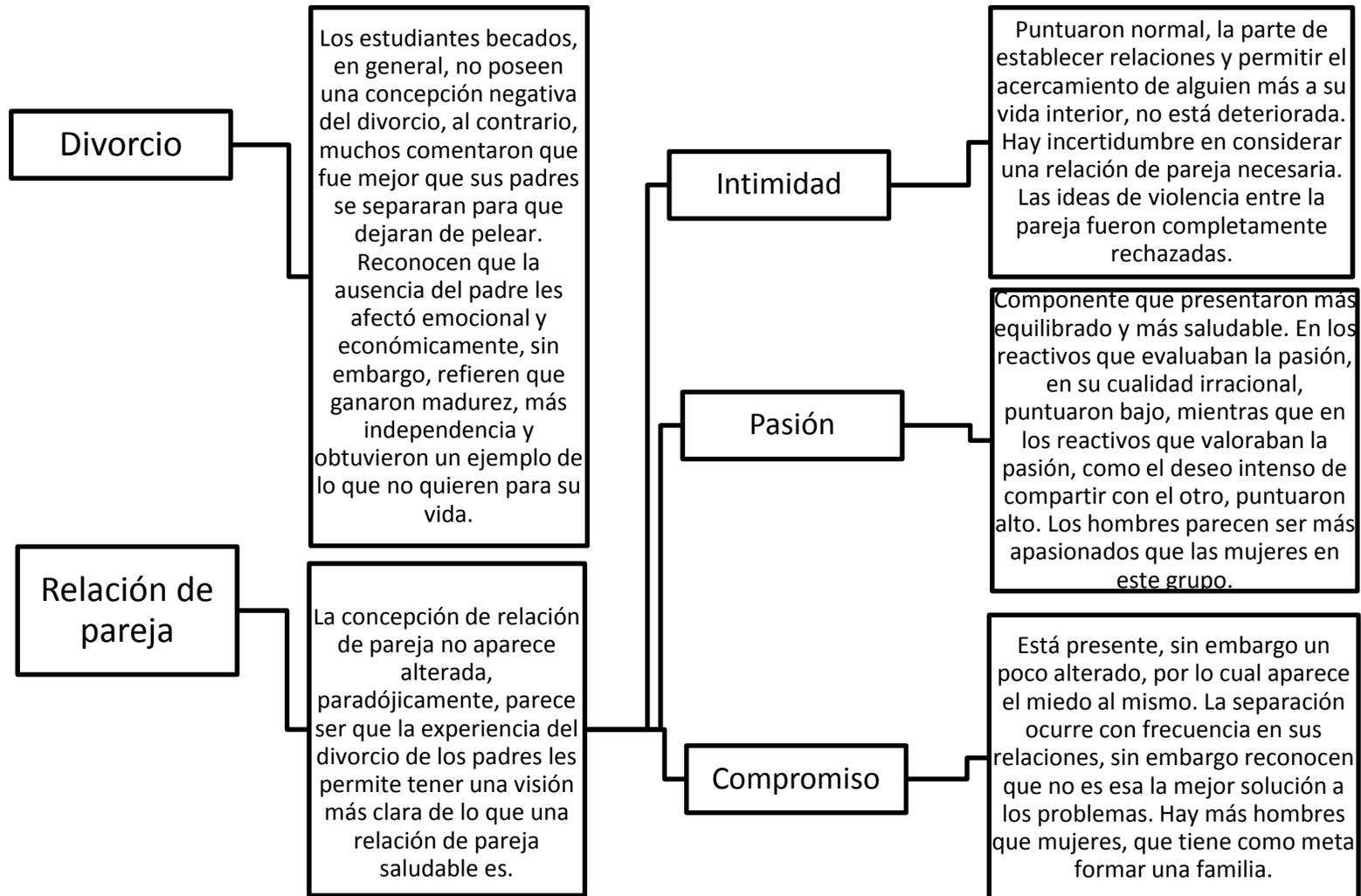
En el componente de intimidad, puntuaron normal, es decir que la parte de establecer relaciones y permitir el acercamiento de alguien más a su vida interior no está deteriorado. Las creencias sobre los celos y la violencia como necesarios dentro de una relación, fueron rechazadas. Hay incertidumbre en considerar una relación de pareja necesaria, mientras que compartir actividades importantes con la pareja, parece ser más importante para los hombres, que para las mujeres.

Contrario a lo que se esperaba encontrar, la concepción de relación de pareja no aparece alterada, paradójicamente, parece ser que la experiencia del divorcio de los padres, les permite tener una visión más clara de lo que una relación de pareja saludable es. En términos de lógica, sus mentes hace uso del principio de contradicción en su parte ontológica: “nada puede ser y no ser al mismo tiempo y en el mismo sentido”, usando este principio en su creación del concepto, los estudiantes becados pudieron definir lo que una relación de pareja saludable es, a partir de lo que no es. En otras palabras, los estudiantes tiene claro como debe ser una relación de pareja, por medio del conocimiento, por experiencia, de cómo no debe ser la relación conyugal.

A partir de su experiencia con el divorcio de sus padres, los jóvenes observaron de primera mano, los errores comunes que llevan a una pareja a la separación, recuerdan acciones y actitudes de sus padres que no quisieran replicar porque las consideran dañinas y reconocen que llevaron la relación al fracaso. Para la mayoría la experiencia del divorcio no fue absolutamente negativa, sino que por el contrario, les trajo mucha madurez y aprendizaje, aceptan que no es de los recuerdos más gratos que poseen, sin embargo, pueden decir que les permitió alcanzar cualidades que hoy en día los caracterizan.

Mapa No. 1 Comprensión global

El divorcio de los padres y su repercusión en la concepción de la relación de pareja, que tienen los estudiantes becados, de la Universidad de San Carlos de Guatemala



3.2.2 Presentación de resultados del programa de intervención

A continuación se presenta un sistema de registro de los resultados obtenidos del programa de intervención, para el fortalecimiento de las relaciones de pareja que se implementó del 14 de junio al 12 de julio de 2016, todos los martes en dos horarios, de 10:00am a 12:00am y de 2:00pm a 4:00pm. Luego se presenta el manual de aplicación de dicho programa de intervención, con su introducción, objetivos, marco conceptual, sugerencias de aplicación, temática, contenidos, actividades, materiales, tiempo de ejecución, metodología y bibliografía de apoyo.

Tabla No. 3

Sistema de registro de resultados

Programa de intervención

Estudiantes universitarios becados

Sección Socioeconómica, de la División de Bienestar Estudiantil Universitario

Universidad de San Carlos de Guatemala

Módulos implementados	Análisis
MÓDULO 1 Relaciones interpersonales	El primer módulo fue de tipo introductorio, presentación de la terapeuta y el programa. Aprendizaje de términos generales y conocimientos elementales para comprender todo tipo de relación con los otros. Presentación de los participantes e inicio de la formación de los valores indispensables para la creación del clima terapéutico de un grupo. Ejercicios de comunicación y juegos rompe hielo. Conocimiento primario de la diferencia de su temperamento, carácter y personalidad. Noción de diferencias individuales. Ejercicios de percepción, tolerancia y trabajo en equipo. Introducción a la teoría triangular del amor.

	<p>Dificultades: la timidez y la poca participación en las primeras actividades, el desconocimiento sobre las técnicas, miedo a darse permiso de preguntar y exponer, desconfianza básica con la expositora. Logros: la unificación del grupo, mayor participación al final del módulo, la aclaración de conceptos que tenían confundidos y la comprensión del origen de problemas cotidianos, con sus relaciones con otras personas.</p>
<p>MÓDULO 2 Relaciones de pareja</p>	<p>Diferencia entre amor y enamoramiento. Presentación auditiva y visual sobre el proceso social, mental y bioquímico del enamoramiento. Discusión y elaboración del propio concepto de amor. Presentación de la teoría triangular del amor. Explicación y actividades con cada uno de los tres componentes (intimidad, pasión y compromiso). Explicación y actividades con cada uno de los 7 tipos de amor/relación que surge, según las diferentes combinaciones de los tres componentes. Dramatización de cada tipo de relación. Discusión de video sobre la teoría y las relaciones. Respiración diafragmática. Técnica de visualización dirigida para aplicar el test del cubo, para iniciar con el proceso de autoconocimiento. Dificultades: Ausencia de cohesión de grupo, timidez, escepticismo, dominar la técnica de respiración. Logros: adquisición de nuevos conocimientos y dominio de la respiración diafragmática al final, con la práctica, redefinición de conceptos, mayor participación de los jóvenes, más soltura y conexión de unos con otros, entre los participantes.</p>

<p>MÓDULO 3 Intimidad</p>	<p>Revisión de la teoría triangular del amor. Juego con ejemplos de los 3 componentes, intimidad, compromiso y pasión. Explicación extendida de intimidad. Formación del propio concepto de intimidad e ideas sobre cómo crear intimidad, por grupos. Autoconocimiento. Identidad y formación de la identidad. Técnica gestáltica “yo soy, la gente dice que yo soy”. Se compartió en grupo lo que se obtuvo y se dejó ir todo aquello que no les gustaba. Elementos básicos de la comunicación. Chiste de deformación de la información. Comprensión de la diferencia entre pensamiento, sensación, emoción y sentimiento. Ejercicios de diferenciación. Reconocimiento y expresión de emociones, ejercicio individual y grupal. Modulación del lenguaje no verbal de cada emoción. Entrenamiento en comunicación de lo que pienso y lo que siento. Ejercicio de responder lo que me preguntan y preguntar lo que quiero saber. Comunicación del afecto. 5 lenguajes del amor. Dificultades: el acceso a su parte emocional, darse permiso de sentir y expresar. Logro: asertiva diferenciación entre lo que piensan y sienten, descubrieron cuál es su lenguaje del amor, interiorización de que ser amado, no es lo mismo que sentirse amado.</p>
<p>MÓDULO 4 Compromiso</p>	<p>Se retomó la teoría triangular del amor, para tener claros los principios sobre los que se estaba trabajando. Ejercicio comparativo de definiciones de compromiso. Perspectiva cultural e histórica. Cuento del anillo de compromiso. Definición de apego y tipos de apego. Rompecabezas con el tipo de relaciones que forma cada tipo de apego. Ejercicio de ejemplos de relaciones saludables y relaciones patológicas,</p>

	<p>descubrir las diferencias. Reconocimiento de límites y entrenamiento de cómo y cuándo colocarlos. Análisis de actitudes que favorecen o perjudican la relación. Conflictos de pareja, exposición de casos. Causas principales de los conflictos. Dinámica con imágenes, entrenamiento en resolución de problemas. Estrategias para evitar conflictos y si no se logra evitar, adiestramiento en estrategias para solucionar los conflictos. Dificultades: el tiempo, se tuvo que acortar algunas actividades por falta de tiempo. Logros: mayor cohesión de grupo, más participación, más confianza y libertad para exponer sus casos, mejor actitud receptiva.</p>
<p>MÓDULO 5 Pasión</p>	<p>El más corto de los módulos, porque se volvieron a trabajar las estrategias de la resolución de conflicto, que pareció ser lo que más llamó la atención de los jóvenes y lo que más necesitaban trabajar. Replanteamiento de la teoría triangular del amor. Ejercicio de definiciones de pasión, análisis histórico y cultural. Diferencia entre sexo y sexualidad. Resolución de dudas sexuales. Ejercicio de caso. Expresión de la sexualidad, lenguaje del cuerpo y de la mente. Análisis de obras eróticas. Estrategias para mantener y reactivar la pasión. Dificultades: inhibición, vergüenza, debido a que es un tema tabú, hubo poca soltura para hablar. Logros: adquisición de estrategias, al final lograron vencer la barrera de la vergüenza y poco a poco se fue normalizando el tema y las actividades.</p>

Fuente: 5 guías de observación aplicadas durante los módulos del programa de intervención para el fortalecimiento de las relaciones de pareja, junio y julio 2016

3.2.3 Presentación de los resultados de la evaluación final

Tabla No. 4

Resultados entrevista final

Estudiantes universitarios becados

Sección Socioeconómica, de la División de Bienestar Estudiantil Universitario

Universidad de San Carlos de Guatemala

Pregunta	Respuestas generales
¿Qué aprendiste?	<ul style="list-style-type: none"> • Los 3 componentes principales de la teoría triangular del amor: intimidad, compromiso, pasión. • La comunicación es vital. • Reconocer la diferencia entre sentimientos y emociones. • La importancia del compromiso en una relación. • Aprendí a escuchar.
¿Qué descubriste, de qué te diste cuenta?	<ul style="list-style-type: none"> • Que siento miedo a fracasar en el matrimonio. • Estrategias para lidiar con problemas, incluso con amistades y familiares. • Hay distintos tipos de relaciones. • Rasgos que presenté en relaciones pasadas. • Descubrí que soy posesiva porque tengo miedo que me pase lo mismo que a mis papás.
¿Qué otro aspecto del tema de relación de pareja te habría gustado trabajar?	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de energía. • Cómo identificar una relación autodestructiva. • Pasos para lidiar con la separación. • Cómo afecta la rutina.

<p>¿Hay algo en lo que sientas que has cambiado? ¿Mejoraste alguna parte de ti?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mejoré en respetar los pensamientos y sentimientos de los otros. • Soy una persona más comprensiva, analítica y decidida. • Ahora soy mejor expresando mis sentimientos. • Mejoré en la manera de analizar las relaciones. • Reconozco mejor patrones de comportamiento. • Me comunico mejor.
<p>¿Qué nuevos conocimientos eliges para llevar a la práctica?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los tipos de apego y la comunicación. • La teoría triangular del amor. • Las diferentes formas de interpretar la realidad. • Diferenciación de pensamientos, emociones y sentimientos.

Fuente: 30 entrevistas finales aplicadas a estudiantes becados, junio 2016

Las entrevistas finales fueron altamente gratificantes, pues la eficacia del programa se hizo notar, desde el cambio de actitud que tuvieron los jóvenes, hasta el cambio en la forma de su discurso y el contenido de sus ideas. Los participantes compartieron que su experiencia con el programa de intervención había sido muy positiva, se mostraron agradecidos y manifestaron su deseo de seguir participando en actividades de ese tipo, pues refieren que el programa les permitió darse cuenta de muchas cosas de ellos mismo, aprender nuevos conocimiento para poner en práctica en sus relaciones de pareja y mejorar sus formas de comunicarse con los demás. La mayoría coincidió en que participar en el programa les brindó muchas herramientas para su desarrollo personal. Esto es un excelente indicador de que la implementación del módulo fue exitosa.

3.3 Análisis general

El proceso de investigación se desarrolló en tres partes: la evaluación inicial, el programa de intervención y la evaluación final. Cada una de las fases arrojó resultados que se relacionan entre sí y permiten alcanzar una mayor comprensión del fenómeno del divorcio y la concepción de pareja que tiene los estudiantes. En la primera fase se obtuvo datos a partir de la entrevista inicial y la escala Likert, en la segunda fase se recolectó información de las guías de observación y en la tercera fase se adquirió información de la entrevista final.

En la primera fase, la entrevista inicial dio respuesta a las categorías conceptuales: divorcio y relación de pareja, a partir de preguntas abiertas sobre el divorcio de sus padres y su propia experiencia con relaciones de pareja. Algunos estudiantes becados respondieron abiertamente a las preguntas y compartieron con soltura su experiencia, otros fueron más reservados y con la pregunta de cómo sentían que les había afectado el divorcio de sus padres, elevaban mucho mecanismo de defensa como, la evasión y la racionalización. Sin embargo todos los entrevistados respondieron a todas las preguntas y se obtuvieron datos importantes.

El divorcio de los padres, en su mayoría, no fue dramáticamente impactante, muchos estudiantes decían: “mi papá solo se fue un día y ya nunca regresó”, “mi papá nos abandonó y entonces se divorciaron”. Para la mayoría el divorcio fue solo la disolución de la relación de sus padres y la consecuente desaparición del progenitor. Por supuesto que también hubo un número considerable de jóvenes que sí recuerdan que fue una época desagradable para ellos, revelaron detalles como: “mis papas se peleaban todo el tiempo y gritaban mucho”, “mi papá siempre llegaba ebrio y golpeaba a mi mamá”, “mi papá intentó matar a mi mamá tres veces, eso me da vergüenza”. Por lo cual no debe dejarse de lado que si existe un buen número de divorcios tormentosos, cargados de agresión y violencia.

En cuanto a las principales causas de los divorcios, sobresalieron la infidelidad, los problemas económicos y el alcoholismo. La edad en la que vivieron el acontecimiento es importante, aproximadamente la mitad atravesó el divorcio de sus padres cuando eran niños (3 a 10 años) y el resto lo vivió durante la adolescencia (13 a 18 años).

Luego de conocer las condiciones en las que se había suscitado la experiencia, era interesante conocer si los jóvenes eran capaces de reconocer algún impacto que eso tuvo en su vida, a lo cual la mayoría pudo decir que el efecto fue en lo emocional y en lo económico: “me hizo sentir triste no tener papá como los demás niños”, “estuve mucho tiempo enojada y guardaba resentimiento”, “recuerdo que me comenzó a ir muy mal en el colegio, porque estaba triste”, “en lo económico, mi mamá tuvo que conseguir trabajo para sacarnos adelante a todos”, “También afectó mis estudios porque tuve que trabajar desde joven y no podía estudiar, por eso solicité la beca, quiero ayudar a mi mamá con mis hermanos”. No se les hizo difícil reconocer que el divorcio de sus padres les causó algunas dificultades en la vida. Aunque vale la pena resaltar que no todo fue negativo, muchos dijeron: “me hizo madurar, ser más independiente y responsable”.

Al indagar sobre sus relaciones de pareja, muchos no pudieron responder, ya que nunca han tenido novio/a, entonces se replantearon las preguntas, de modo que ellos pudieran compartir cómo se relacionan en general con algún pretendiente o con el/la chico/a que les gusta. El miedo al rechazo, la timidez, la inseguridad, los celos, los escasos vínculos y el miedo al compromiso aparecieron como denominador común en las relaciones de pareja que han entablado hasta ahora. Dentro de su discurso, estos elementos se pudieron apreciar en comentarios como: “me da miedo que me pase lo mismo que a mi mamá” “no me gusta encariñarme con la gente porque al final siempre se van”, “no se expresar lo que siento”.

La concepción de relación de pareja se evaluó a través de la escala Likert, donde los reactivos se diseñaron con el fin de que respondieran a tres categorías: intimidad, pasión y compromiso, que según Stenberg, son los tres componentes esenciales que entran en juego a la hora de establecer una relación de pareja. Los resultados de las escalas fueron sumamente interesantes. A pesar de la experiencia negativa del divorcio de sus padres y las relaciones poco exitosas que han tenido los jóvenes universitarios, su concepción de relación de pareja no aparece alterada, ni distorsionada. En general puntuaron muy bien en la escala, dieron las respuestas esperada para una persona que posee una sana concepción de pareja. Lo que se reflejó fue el miedo a establecerla. Esto quiere decir, que no es que los hijos de padres divorciados tengan una concepción alterada de relación de pareja y por eso sus relaciones con otros se ven afectadas, sino que, su concepción de relación de pareja es normal, sin embargo, su salud emocional es la que se encuentra afectada. La repercusión del divorcio de los padres no se encuentra al nivel de la concepción de relación de pareja, sino que las repercusiones del divorcio de los padres, son a nivel emocional y es esto último lo que afecta la formación de relaciones afectivas de los jóvenes.

Con los resultados obtenidos de la evaluación inicial, se diseñó, se estructuró y se ejecutó el programa de intervención para el fortalecimiento de las relaciones de pareja, como forma de intervenir en el problema, dar respuesta a la necesidad de mejorar sus relaciones de pareja que mostraron los jóvenes. Los resultados del programa se recogieron a través de guías de observación que se llenaron en cada módulo, dónde se anotaron las dificultades y los logros obtenidos por los participantes. El mayor logro fue el aumento en la participación de los jóvenes, mejora en sus actitudes y cambio en el contenido y forma de sus ideas. Se logró psicoeducar en conocimientos básicos para corregir conductas que les causaban problemas y se erradicaron algunas ideas irracionales que causaban conflicto. Además del entrenamiento en resolución de problemas y la adquisición de herramientas terapéuticas para aliviar el malestar.

La mejor forma de reconocer los verdaderos alcances del programa de intervención, fue por medio de la última fase de la investigación: la evaluación final, dónde se utilizó una entrevista final para, conocer desde la opinión de los jóvenes, si el programa había sido de utilidad para ellos. Al preguntar qué aprendieron los jóvenes, respondieron con afirmaciones como: “aprendí a escuchar y a hacerme escuchar”, “aprendí los tres componente de las relaciones, con esto puedo saber si estoy bajo en uno y me enfocaré a trabajar ese componente”, “aprendí a reconocer la diferencia entre emociones y sentimientos”, entre otras. Lo importante es que pudieron nombrar varios temas distintos sobre lo que habían aprendido. Además de eso, el autoconocimiento y el crecimiento personal para los participantes fue otro de los logros importantes que pudo evidenciarse, con respuestas de tipo insight como: “Descubrí que soy posesiva, porque tengo miedo que me pase lo mismo que a mis papás”, “Me di cuenta que siento miedo a fracasar en el matrimonio”. Otro elemento encantador fue que al pedirles que dieran un comentario o una libre opinión del programa, solicitaron que por favor se siguiera dando, que habían aprendido mucho y era muy aplicable para su vida, que cosas como esas eran útiles y el programa les había gustado mucho, “este programa me cambió la forma de entender las relaciones de pareja, siento que ahora si voy a poder ser feliz”, expresó uno de los participantes.

Al analizar el discurso de los jóvenes participantes al hablar sobre su experiencia en el programa, se puede evidenciar que la implementación del mismo fue exitosa, alcanzó sus objetivos y permitió que la investigación tuviera un alcance mucho más trascendental, es decir, que no se quedara únicamente como un proceso que permitió la recolección de datos y la creación de nuevo conocimiento, sino que fue un punto de partida para la creación de un programa que permitió disminuir las repercusiones del divorcio de los padres en las relaciones de pareja de los jóvenes universitarios, pues con la participación en el programa los jóvenes aprendieron actitudes, conceptos y entrenaron nuevas conductas para establecer relaciones más saludables consigo mismos y los otros.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- El divorcio de los padres no es un factor que determine completamente la concepción de relación de pareja, a pesar de contar con la experiencia del divorcio de sus padres, los estudiantes tienen un concepto sano de relación de pareja, ya que han logrado construir un concepto de relación sana en función de su experiencia directa con la que no lo es.
- La repercusión del divorcio de los padres no se aprecia en una concepción de relación de pareja alterada, sin embargo, si se hace evidente en la afección de la salud emocional de los estudiantes. No es el divorcio en sí mismo lo que impacta, sino la relación poco saludable entre los padres, antes, durante y después del divorcio, lo que puede generar el impacto negativo en la salud emocional de los jóvenes.
- La orientación, la desmitificación, el clima terapéutico de un grupo y la psicoeducación son factores que tiene un alto impacto en términos de apoyo psicológico, pues permiten reaprender y modificar creencias, actitudes y conductas que afectaban la salud mental de los jóvenes y le limitaba muchas veces, mantener relaciones de pareja saludable.
- El programa de intervención para el fortalecimiento de las relaciones de pareja mostró su efectividad en los cambios cognitivos que se evidenciaron en los participantes de la investigación, quienes mostraron nuevas creencias e ideas en torno a las relaciones de pareja y una mayor motivación en cuanto al deseo de entablar y cuidar relaciones con otros.

4.2 Recomendaciones

- Considerando que las repercusiones del divorcio no se manifiestan determinantemente en la concepción de relación de pareja, es necesario profundizar en otras variables sobre las que van a tener un impacto más comprometedor, como la salud emocional del estudiante.
- Para que el divorcio genere el menor impacto emocional sobre los hijos, es importante que las personas que tienen acceso a padres de familia acompañen y trabajen cómo llevar saludablemente el proceso, orienten y enseñen estrategias para que la relación se disuelva pacíficamente y los hijos no se vean afectados.
- Es de valor seguir implementando el programa de fortalecimiento para las relaciones de pareja, puesto que se evidencia que la población estudiantil universitaria muestra la necesidad de fortalecerse en el ámbito de pareja, es importante la promoción de un adecuado desarrollo personal para un buen desarrollo académico, específicamente orientado a los estudiantes universitarios.
- Sería de gran beneficio que la comunidad profesional continúe abordando la problemática, con diferentes técnicas de intervención psicológica, para que se disminuya la repercusión del divorcio de los padres sobre los jóvenes universitarios y es importante que la División de Bienestar Estudiantil Universitario se mantenga brindando el apoyo y el espacio para que se continúe implementando este programa con los estudiantes becados.

Bibliografía

ALIANZA, Internacional para el VIH/sida, "100 formas de animar grupos, juegos para usar en talleres, reuniones y la comunidad", Departamento para el desarrollo internacional, Reino Unido, 2002, Pp. 21.

AZPEITIA Gonzales, Pilar, et al. "24 dinámicas grupales para trabajar con adolescentes" Hezi Zerb, Gazte fórum, 2013, Pp.60

BEL Bravo, María Antonia. "La familia en la historia". Ediciones Encuentro, S.A., España, 2000, Pp. 304

CLARK, Edward, "Cambio de época: la sociedad sustentable en una sola conciencia". Editorial Pax México. 1997, Pp. 199.

DOLTO, Françoise, "Cuando los padres se separan", España: Editorial PAIDOS, 1989, Pp. 151

FRITZEN, Silvino José, "70 juegos para dinámicas de grupo" LUMEN, Buenos Aires, Argentina, 1999, Pp. 280

HEINEMAN Pieper, Martha Y William J. Pieper, "Adictos a la infelicidad: libérese de los hábitos de conducta que le impiden disfrutar de la vida que usted desea" España: Editorial EDAF, 2003, Pp. 245

LOFAS, Jeannette, "Stepparenting: Everything You Need to Know to Make It Work" Kensington, Estados Unidos, Editorial Citadel Trade, 2004, Pp. 256.

LONG, Nicolás y Rex Forehead, “Los hijos y el divorcio: 50 formas de ayudarles a superarlo”, Traducido de la primera edición por Cristina Nevado, España: Mc Graw Hill, 2002, Pp. 223.

LÓPEZ, Enrique Martín. “Familia y sociedad: una introducción a la sociología de la familia” Instituto de ciencias para la familia, Ediciones Rialp, Argentina, 2000, Pp 297.

MARTINEZ Cano, Pedro y Aquilino Polaino Lorente, “La comunicación en la pareja: errores psicológicos más frecuentes”, Editorial RIALP, 2002, Pp. 304

MCKEY, Matthew, Peter Rogers, et al. “El libro del divorcio y la separación” Barcelona: Ediciones Robinbook, 2000, Pp. 288.

OTERO, L. Desintegración Familiar. Editorial Culbimex. Ediciones Biblioteca Caracas, Venezuela. 1965. Pp. 492

RAMOS, Pazos, René. “Derecho de familia”. Editorial Jurídica de Chile. Santiago, Chile, 1998, Pp. 180.

SCARANO, Dra. M. Auxi, “Las huellas del Edipo en la elección de pareja”, Centro de Análisis de Imágenes Biomédicas Computarizadas CAIBCO, Instituto de Medicina Tropical – Facultad de Medicina, Universidad Central de Venezuela, 2005, Pp. 196

SIEGEL, Judith P, “Lo Que Los Niños Aprenden Del Matrimonio De Sus Padres”, Editorial Norma S.A. edición en español. Colombia: 2006, Pp. 288

SIGÜENZA Sigüenza, Gustavo Adolfo, "Código civil: Decreto Ley número 106", 1a edición, Instituto de Investigaciones Jurídicas de la Universidad Rafael Landívar. Guatemala, 2010. Pp. 413

SIMON, Suzanne, "La vida de la pareja.", España: Ediciones Mensajero, 1976, Pp. 578

STERNBERG, R.J. "El triángulo del amor". Editorial PAIDOS, Barcelona, 1989. Pp. 250.

VALLEJO Nágera, Alejandra, "Hijos de padres separados. Consejos para recuperar la armonía y el respeto ante un nuevo futuro". Madrid: Temas de hoy, 2006, Pp. 183

WALLERSTEIN, Judith S. y Sandra Blakeslee, "Padres e hijos después del divorcio. Quién gana, quién pierde y por qué". Argentina: Javier Vergara editor, 1990, Pp. 423

ZEIFMAN, D. y Hazan, C. "A process model of adult attachment formation". En S. Duck, (Ed.), Handbook of personal relationships. 1997. New York: Willey. Pp. 230

E-grafía:

MELERO Cavero, Reme, "La relación de pareja apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: Consecuencias sobre la calidad de la relación" España. Universidad de Valencia, 2008, Pp. 329. Disponible en: <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10234/melero.pdf;jsessionid=E F127013273B0A32E0641A2D4F12F054.tdx1?sequence=1>

Anexos

ANEXOS

Anexo 1 - Consentimiento informado

Universidad de San Carlos de Guatemala
Escuela de Ciencias Psicológicas



“EL DIVORCIO DE LOS PADRES Y SU REPERCUSIÓN EN LA CONCEPCIÓN DE LA RELACIÓN DE PAREJA, QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES BECADOS, DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA”

Objetivo general

Analizar las repercusiones del divorcio de los padres en la concepción de relación de pareja que establecen los estudiantes becados de la Universidad de San Carlos de Guatemala

Objetivos específicos

- Determinar la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados.
- Implementar un programa de intervención, por medio de talleres de participación activa, que disminuyan la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados.
- Evaluar el impacto del apoyo psicológico brindado, para disminuir la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados.
- Informar por medio de conferencias, la efectividad del apoyo psicológico brindado, para disminuir la incidencia del divorcio de los padres, en la concepción de relación de pareja que poseen los estudiantes becados.

Consentimiento Informado

El propósito de esta ficha de consentimiento, es proveer a los participantes en esta investigación, una clara explicación acerca de los objetivos que persigue, así como de su rol en ella, como participantes. La presente investigación es conducida por una estudiante de psicología, de la Universidad San Carlos de Guatemala. La meta de este estudio es conocer las concepciones de relación de pareja que han formado los estudiantes becados, luego de vivir la experiencia del divorcio de sus padres.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá expresar su opinión en relación a diversos temas, en torno a las relaciones de pareja y se le solicitará compartir su experiencia familiar y su experiencia con el divorcio de sus padres. Esto se realizará a través de entrevistas personales de tipo confidencial. Esto como primera fase del proceso. Las semanas consecuentes se le pedirán asistir a 5 talleres formativos, que forman parte de un programa para el fortalecimiento de las relaciones de pareja, que se llevarán a cabo, uno cada semana.

Para terminar se realizará una entrevista final, que permita conocer su experiencia durante todo el proceso.

La participación en este estudio tiene duración de un mes y medio y es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Su relato de experiencias será codificado usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento, durante su participación en él. La participación en el mismo cuenta como horas de voluntariado que son requisito para el estudiante becado. Si llegara a experimentar algún malestar psicológico, recuerde que tendrá el acompañamiento de una profesional de la psicología durante todo momento.

Desde ya se le agradece su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por una estudiante de psicología de la Universidad de San Carlos de Guatemala. He sido informado/a de que la meta de este estudio es conocer las concepciones de relación de pareja y su relación con el divorcio de los padres.

Me han indicado también que tendré que relatar mis experiencias en función de la vivencia del divorcio de mis padres, mis relaciones familiares y mis concepciones de pareja. Se llevará a cabo en una entrevista confidencial. Luego me comprometo a participar en los 5 talleres siguientes, que son para mi crecimiento personal, uno cada semana.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los fines de este estudio, sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que la participación en el mismo cuenta como horas de voluntariado. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a Nátaly Molina al teléfono 5703-2916.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar al teléfono anteriormente mencionado.

Nombre del Participante: _____

Firma del Participante: _____

Fecha: _____

Anexo 2 - Protocolo de aplicación de la escala Likert



Escala Likert

Iniciales: _____ Edad: _____ Sexo: _____

A continuación se le presentan algunas afirmaciones, marque con una X la que representa su postura personal:

Frases	En desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Establecer una relación de pareja es necesario.	0	1	2
2. Las relaciones de pareja son complicadas y terminan mal.	2	1	0
3. Tengo miedo cada vez que inicio una nueva relación de pareja.	2	1	0
4. Me enamoro con facilidad y con mucha frecuencia.	2	1	0
5. Cuando se presentan peleas en mi relación terminan en separación.	2	1	0
6. Mi pareja debe ser celosa/o porque eso me dice que me quiere.	2	1	0
7. Cuando me enamoro de alguien siento que quiero estar todo el tiempo con esa persona.	2	1	0
8. Una relación de pareja es de dos, ambos deben poner de su parte para que funcione bien.	0	1	2
9. Es normal que mi pareja me grite y me ofenda si se encuentra enojado/a.	2	1	0
10. Debo sentir atracción sexual en alguna medida por mi pareja.	0	1	2

11. Una de mis metas en la vida es formar un hogar y tener una familia.	0	1	2
12. Que mi novio/a sea muy celoso y posesivo conmigo me demuestra cuanto me valora.	2	1	0
13. Las personas que se divorcian no se aman realmente.	0	1	2
14. Mi pareja debe estar presente en las actividades importantes para mí y yo debo estar en las actividades importantes para ella.	0	1	2
15. Cuando tengo conflictos con mi pareja la mejor solución siempre es terminar la relación.	2	1	0
16. Las parejas saludables disfrutan de su vida sexual juntos, de forma respetuosa y responsable	0	1	2
17. Las personas que realmente se aman buscan y pueden resolver cualquier problema juntas.	0	1	2
18. Debo saber todo lo que hace y deja de hacer mi pareja, es importante que me llame varias veces al día.	2	1	0
19. Si mi pareja me es infiel, yo tengo derecho de serle infiel.	2	1	0
20. Mi novio/novia tiene que ser físicamente atractivo/a para mí.	0	1	2
21. El amor es incondicional, real y todas las personas pueden encontrarlo.	0	1	2
22. Para que alguien sea mi pareja debo experimentar un deseo intenso por estar con esa persona y compartir el mayor tiempo posible.	0	1	2

Anexo 3 - Guía de entrevista inicial



Guía de entrevista inicial

Iniciales: _____ Sexo: _____ Edad: _____

¿Cómo fue el divorcio de tus padres?

¿Cuál fue la razón de su divorcio?

¿Qué edad tenías cuando se divorciaron?

¿Con cuántas personas has salido? ¿Has tenido novio/a?

¿Cómo han sido tus relaciones de pareja?

¿Qué problemas aparecen más frecuentemente en tus relaciones de pareja?

¿Qué impacto positivo/negativo tuvo el divorcio de tus padres en tu vida?



Anexo 4 - Dosificación del programa de intervención

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS RELACIONES DE PAREJA

Objetivo General:

- Promover el fortalecimiento de las relaciones de pareja de los participantes, a través del autoconocimiento y la adquisición de nuevas herramientas, que les permita reaprender conductas y actitudes para entablar relaciones más saludables.

Objetivos específicos:

- Reconocer las creencias irracionales, actitudes negativas y conductas poco saludables, que hayan provocado problemas en las relaciones de pareja de los participantes.
- Ampliar el conocimiento sobre las relaciones interpersonales, la comunicación y los componentes necesarios para formar una relación de pareja saludable.
- Formar un clima terapéutico en cada una de las sesiones, aplicando principios de la terapia de grupo, como la universalidad, la confidencialidad y el reaprendizaje de nuevas conductas.

TEMÁTICA	CONTENIDO	TIEMPO
Módulo 1 Relaciones Interpersonales	Naturaleza social del ser humano. Definición de relaciones interpersonales. Tipos de relaciones. Diferencias individuales. (Temperamento, carácter y personalidad).	1 hora y media
Módulo 2 Relaciones de pareja	Comunicación. Tipos de comunicación. El proceso de comunicación. Dificultades en la comunicación. Comunicación asertiva.	1 hora y media

Módulo 3 Compromiso	Seguridad y confianza Concepto de exclusividad y fidelidad Inseguridad y celos Estabilidad y constancia Mantener el amor Mantener la relación en los buenos y malos momentos	2 horas
Módulo 4 Intimidad	Cercanía, vínculo, conexión, autorrevelación hacia el otro, afecto, preocupación por el bienestar del otro. Apoyo emocional. Compartir información personal y actividades. Actitud hacia el otro (celos, manipulación, violencia, dependencia). Comunicación del afecto (5 Lenguajes del amor).	2 horas
Módulo 5 Pasión	Deseo sexual o romántico. Atracción física. Compartir en pareja. Vida sexual.	2 horas

Metodología:

El programa se basa en una metodología mixta, en la que se combina la metodología expositiva-interactiva, dónde quien aplique el programa deberá exponer contenidos a los participantes de forma focalizada y luego promover la transacción entre él y los participantes, mediante el debate o diálogo para profundizar en un tema y la metodología por descubrimiento, dónde se utiliza como principal fuente de aprendizaje, la experiencia de los participantes. Estas metodologías fueron aplicadas dentro de cada uno de los talleres de participación activa, por los que está formado cada módulo.

Anexo 5 - Guía de observación



Guía de observación

Lugar: _____ Fecha: _____

MÓDULO IMPLEMENTADO		
OBJETIVO DEL MÓDULO		
PARTICIPANTES	Hombre	Mujeres
ACTIVIDADES REALIZADAS		
LOGROS		
DIFICULTADES		

Total de participantes: _____

Anexo 6 - Guía de entrevista final



Guía de entrevista final

Iniciales: _____ Sexo: _____ Edad: _____

¿Qué aprendiste?

¿Qué descubriste, de qué te diste cuenta?

¿Qué otro aspecto del tema de relación de pareja te habría gustado trabajar?

¿Hay algo en lo que sientas que has cambiado? ¿Mejoraste alguna parte de ti?

¿Qué nuevos conocimientos eliges para llevar a la práctica?

Anexo 7 - Planificación de conferencia



Planificación de conferencia

- Presentación de la conferencista
- Introducción al tema
- Descripción breve sobre la investigación y los resultados
- Encuadre teórico: Relaciones Interpersonales y Teoría triangular del amor
- Descripción del programa de intervención para el fortalecimiento de las relaciones de pareja
- Explicación sobre el uso del manual
- Preguntas
- Entrega de los manuales
- Cierre

Anexo 8 - Manual de programa de intervención

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS RELACIONES DE PAREJA

Introducción:

Este manual incluye las pautas necesarias para la aplicación del programa de intervención para el fortalecimiento de las relaciones de pareja, que se construyó posterior a la evaluación inicial de la concepción de relación de pareja de estudiantes universitarios. Surge como la primera propuesta realizada que se ha implementado con los estudiantes becados. El manual pretende que no solo este grupo sea beneficiado, sino que este programa sea replicado por cualquier profesional que tenga el deseo de hacerlo, para llevar el beneficio a más jóvenes que puedan necesitar una guía u orientación en la temática de pareja, el programa está diseñado, para todo aquel que desee fortalecer sus conocimientos del tema y mejorar sus relaciones de pareja.

El manual plantea el objetivo general y los objetivos específicos del programa, cuenta con sugerencias de implementación, es decir, elementos a tener en consideración que pueden ser de utilidad al implementador. Cuenta también con un marco conceptual, para que la persona que haga uso de él, pueda tener fácil acceso a los conceptos básicos y la teoría que respalda el diseño de los módulos y el programa en sí mismo. Se presenta detalladamente el desglose de cada módulo, la temática general, su contenido, las actividades a realizar, el material necesario y el tiempo de ejecución. A esto se le agrega, la metodología general y bibliografía de apoyo, para que se tenga fácil acceso a otras dinámicas que el implementador considere útiles, según el grupo con el que esté trabajando. El manual está diseñado para el fortalecimiento de las relaciones de pareja de jóvenes universitarios, sin embargo está a disposición de todo aquel profesional que desee trabajar la problemática de las relaciones de pareja, con jóvenes y adultos.

Objetivo General:

- Promover el fortalecimiento de las relaciones de pareja de los participantes, a través del autoconocimiento y la adquisición de nuevas herramientas, que les permita reaprender conductas y actitudes para entablar relaciones más saludables.

Objetivos específicos:

- Reconocer las creencias irracionales, actitudes negativas y conductas poco saludables, que hayan provocado problemas en las relaciones de pareja de los participantes.
- Ampliar el conocimiento sobre las relaciones interpersonales, la comunicación y los componentes necesarios para formar una relación de pareja saludable.
- Formar un clima terapéutico en cada una de las sesiones, aplicando principios de la terapia de grupo, como la universalidad, la confidencialidad y el reaprendizaje de nuevas conductas.

Marco conceptual

Concepto de pareja

“Una pareja es un conjunto de personas, animales o cosas que mantienen entre sí algún tipo de relación o semejanza”.¹ El término también se utiliza para nombrar a cada uno de los integrantes de una pareja en relación con la otra; esto se puede apreciar, por ejemplo, cuando alguien habla de su novio o de su novia, de su prometido o de su prometida refiriéndose a él o a ella como “su pareja” y lo mismo puede ocurrir al hablar de otras especies o incluso, de objetos (por ejemplo, cuando estos se fabrican en pares).

El término pareja suele ser asociado a la relación sentimental que existe entre dos personas. Un noviazgo o el matrimonio suponen la existencia de una pareja. Cabe destacar que la pareja hace referencia al vínculo amoroso y no al estatus jurídico de la relación: hay parejas circunstanciales, otras que mantienen un noviazgo, algunas llegan al matrimonio, otras no.

¹ Simon, Suzanne, “*La vida de la pareja.*” (1976) España: Ediciones Mensajero. Pp. 84

Tomando el corte psicoanalítico se debe hablar siempre de que el apego o vinculación afectiva que se da en los primeros años de vida, es determinante en la formación de apegos en la vida adulta, es decir, mientras más saludables sean los apegos en la infancia, más saludables serán las relaciones interpersonales que establezca una persona, el divorcio de los padres compromete severamente los apegos del niño que se han establecido con los progenitores, porque resultan sus dos figuras más significativas a quienes dirige sus primeros afectos y lo sustenta en el equilibrio de una estructura familiar sólida, si esta estructura se cae, como cuando sucede con el divorcio, las vinculaciones afectivas del niño cae en un desequilibrio inevitable y por consiguiente en la desorganización de sus afectos y sus apegos.

Se debe hablar entonces cómo se relaciona esta desorganización de apegos del niño en su vida adulta, esto, por la importancia del apego en toda formación de relaciones interpersonales.

Etapas en la formación de la relación de pareja, según la teoría del apego

“Basados en la teoría del apego, en concreto, en la formación y mantenimiento de los vínculos de apego descrito por Bowlby (1979) y asumiendo cierto paralelismo con la etapa infantil, Zeifman y Hazan, 1997 y Hazan y Zeifman, 1999, presentan un modelo del proceso de formación del vínculo de apego adulto en el transcurso del establecimiento de una relación de pareja.”² Este modelo se compone de tres fases: pre-apego, formación del apego y apego definido, cuyas características se detallan a continuación:

- **Pre-apego, atracción y cortejo:** Esta primera fase, corresponde al momento en el que comienza la atracción entre dos personas. En ella se observan una serie de conductas universales que sirven para iniciar una interacción con aquellas personas por las que se siente cierta atracción: sonrisas, contacto ocular, charla animada e intranscendente, expresiones faciales y otros gestos informales. Durante esta fase, existe un gran entusiasmo y respeto por el otro y cualquier comentario o información trivial, son atendidos con gran interés. “Esta motivación,

² Melero Cavero, Reme, “*La relación de pareja apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: Consecuencias sobre la calidad de la relación*” (2008) España. Universidad de Valencia. Pp. 68

unida al elevado contenido emocional del discurso y los gestos, facilita la sincronía en las conversaciones. La feniletilamina es la hormona responsable de la elevada energía y empatía que se produce en esta fase y disminuye la posibilidad de nuevos rivales que dificulten el potencial vínculo futuro.”³

Para Zeifman y Hazan (1997), el único componente de apego presente en esta etapa es la búsqueda de proximidad, donde el sistema más implicado es el sexual, principal promotor de la búsqueda de contacto. No obstante, si la interacción se inicia con la expectativa de un posible compromiso, señales relativas a los componentes de cuidados y apego como son la calidez, el cariño y la responsabilidad van cobrando cierta relevancia teniendo incluso cierto impacto en el componente sexual.

- **Formación del apego: enamoramiento:** Al igual que en la fase anterior, en el enamoramiento sigue existiendo una elevada activación fisiológica; sin embargo, en esta etapa el arousal se prolonga más allá de la simple interacción: estados como la falta de sueño y la disminución del apetito al tiempo que, paradójicamente, disponen de una energía inagotable, son algunas consecuencias de este tipo de activación. La explicación neurológica de este nivel de activación, sigue siendo la acción de la feniletilamina, cuyos efectos serían similares a los de las anfetaminas, es decir, aumento de la activación y propiedades parcialmente alucinógenas, lo que podría explicar la idealización característica de esta fase. “Por otra parte, el correlato bioquímico que activa el deseo de permanecer en contacto físico con la pareja, es la hormona denominada oxitocina, que liberada tras el clímax sexual está implicada en los abrazos que a menudo siguen a las relaciones sexuales.”⁴ Observamos así dinámicas más tranquilas e íntimas como cambios en la cualidad de la voz (susurros, habla infantilizada, etc.), contacto visual y corporal prolongados, abrazos, conductas más “parentales” (cuidados, mimos, etc.) y un mayor intercambio de información personal (secretos familiares, experiencias dolorosas anteriores, etc.).

³ Idem Pp. 69

⁴ Zeifman, D. y Hazan, C. “A process model of adult attachment formation”. En S. Duck, (Ed.), Handbook of personal relationships. 1999. New York: Willey. Pp. 23

Las conductas señaladas, exclusivas de las relaciones de pareja, van a fomentar la formación del vínculo de apego. Las parejas empiezan a ser fuente de apoyo emocional mutuo, con lo que la relación toma un nuevo elemento del sistema de apego: el refugio emocional. Para Zeifman y Hazan las conductas típicas de esta fase, facilitan el desarrollo de una representación mental de la pareja. “Si la relación termina durante esta fase, probablemente se experimentarán sentimientos como falta de energía, tristeza o ánimo depresivo, pero no se experimentará la ansiedad intensa o la ruptura del funcionamiento diario, característicos de la disolución de una relación de apego, ya que las necesidades de apoyo emocional pueden ser satisfechas por la familia y los amigos.”⁵ En otras palabras, como el apego aún no está completamente consolidado a una persona específica, se puede sustituir con mayor facilidad por otra.

- **Apego definido: amor:** En esta tercera fase, la idealización inicial es reemplazada por una visión más realista del compañero. En el desarrollo de la relación, crece la familiaridad de los miembros, declina la frecuencia de la actividad sexual, mientras que aumenta la importancia de los aspectos emocionales y del cuidado relativo a la satisfacción sexual. En esta fase, las parejas empiezan a utilizar el tiempo que pasan juntos para dialogar no sólo de aspectos personales o temas focalizados en la relación, sino también de otras clases de cuestiones externas, dedicando menos tiempo a la comunicación íntima. Para los autores la habituación a la feniletilamina producida en esta fase, estimula la liberación de endorfinas inductoras de calma y satisfacción. Además de aliviar la ansiedad, los opioides condicionan la vinculación a los efectos placenteros. En la formación del apego se cree que pueda existir un condicionamiento del sistema opioide, donde la pareja es asociada con los efectos fisiológicos de reducción de ansiedad, producida por la liberación de las endorfinas. De este modo, el apego puede ser definido como un “condicionamiento del sistema opioide de un individuo al estímulo de una persona particular” (Zeifman y Hazan, 1997). “En consecuencia, si la ruptura ocurre durante esta fase opioide (tras la formación del apego), se vivirá con una

⁵ Idem Pp. 69

elevada ansiedad, reducción de la actividad y desarreglos de las funciones corporales, como la disminución del apetito y el insomnio. Con estos datos, los autores sugieren que el estrés de separación (tercer componente del sistema de apego), es un criterio razonable y plausible de la formación del apego en la adultez.”⁶

Teoría triangular del amor

“Sternberg fue un famoso psicólogo que llegó a ser presidente de la prestigiosa APA (American Psychological association). Estudió la inteligencia, la creatividad, el amor, el odio y la sabiduría.”⁷

Según la teoría triangular del amor, son tres dimensiones o componentes en torno a los cuales se construyen todas las relaciones, dependiendo de si están todos presentes o solo alguno, la relación será de un tipo u otro.

Estos tres componentes son el compromiso, la intimidad y la pasión:

- a) El compromiso: decidir que se quiere a alguien (más a corto plazo) y el compromiso de mantener ese amor a largo plazo, suele aparecer con los otros dos componentes (intimidad y pasión), pero puede darse solo e incluso permanecer cuando estos desaparecen. Este componente se refiere a todo aquello que implica mantener la relación en los buenos y los malos momentos.
- b) La intimidad (o cariño): implica cercanía, vínculo, conexión, autorrevelación hacia el otro, afecto, preocupación por el bienestar del otro, dar y recibir apoyo emocional, etc... Se compone básicamente de tres características: Compartir información personal y actividades, actitud favorable hacia el otro, por ejemplo manifestar afecto y sentimientos positivos hacia el otro y beneficiarles y por último, comunicar ese afecto con contacto físico y verbalizaciones.
- c) La pasión: gran deseo sexual o romántico acompañado de excitación psicológica, es un deseo intenso de unión con el otro. Atracción física como parte fundamental. Pero la pasión también puede aparecer de otra forma, como deseo de compartir algo con el otro, sin ser sexual, entre familiares por ejemplo.

⁶ Idem Pp. 70

⁷ Sternberg, R.J. “El triángulo del amor”. Editorial PAIDOS, Barcelona, 1989. Pp. 5

El autor explica que las relaciones basadas en un solo componente, son menos probable que perduren, que las de combinaciones de dos.

A través de combinar estos factores Sternberg identificó 7 tipos de relaciones:

1. Relación de cariño: Cariño íntimo que caracteriza a las verdaderas amistades. No hay pasión física ni compromiso a largo plazo pero hay un gran vínculo y cercanía con la otra persona.
2. Encaprichamiento: Se considera que es cuando la relación se basa solo en la pasión. Sería un “amor a primera vista”.
3. Amor vacío: Solo hay compromiso. Aparece respeto y reciprocidad pero la pasión y la intimidad han muerto o no están presentes. Por ejemplo en un matrimonio concertado.
4. Amor romántico, apasionado o enamoramiento: La pareja está unida emocional (cariño) y físicamente (pasión) pero no hay compromiso de permanecer juntos. Por ejemplo el amor de verano o las relaciones de corta duración.
5. Amor sociable o de compañía: Hay cariño y compromiso pero no pasión. Puede ser por ejemplo en los matrimonios que llevan muchos años juntos y en los que la pasión ha ido desapareciendo. Se encuentra también en las relaciones familiares o amistades muy profundas. Hay buena comunicación y comprensión. Ambas partes se valoran y comparten las cosas, hay preocupación por la felicidad y el bienestar de la otra persona.
6. Amor fatuo: Hay compromiso pero mayoritariamente motivado por la pasión, sin la estabilizante influencia de la intimidad.
7. Amor consumado: Es la relación ideal y más completa. Los tres componentes están presentes.”⁸

También existe la falta de amor que es una ausencia de los tres componentes. Esta no es una forma de amor, pues es cuando este no existe.

⁸ STERNBERG, R.J. “El triángulo del amor” (1989). Barcelona. PAIDOS. Pp. 38

El concepto del amor es aparentemente tan abstracto y tiene una alta carga subjetiva y de experiencia, que partir de una definición y conceptualización científica, da un parámetro de objetividad necesario para aplicar dicho concepto en investigación. No quiere decir, que una descripción diferente a la planteada no pueda ser considerada amor, sin embargo el encuadre objetivo permite un punto de partida esencial para iniciar una discusión al respecto.

Sugerencias de implementación

- La persona que decida implementar el programa, debe estar capacitada en el ámbito psicológico y debe contar con los conocimientos básicos, preferentemente debe recibir el módulo primero.
- El implementador debe contar con la suficiente madurez, estabilidad emocional y flexibilidad mental, para desarrollar los módulos exitosamente, ya que muchos de los temas a tratar son sumamente subjetivos.
- Al elegir las actividades para cada módulo se debe buscar que se estimulen varios sistemas sensoriales, es decir, utilizar estímulos visuales, auditivos, táctiles, incluso olfativos y gustativos si fuera posible.
- Conocer las cualidades básicas del grupo, por ejemplo edad, género, ocupación, cantidad de participantes, para hacer una acertada elección de actividades. Si el grupo fuera muy grande, es de utilidad trabajar en subgrupos.
- Practicar las actividades que se pretenden realizar, antes de aplicarlas con el grupo al que se le esté brindando el programa de intervención.
- Deben tomarse en cuenta las diferentes capacidades de los estudiantes, para que las actividades de cada módulo sean accesibles a todos.
- El implementador deberá aplicar las técnicas psicológicas en sí mismo, antes de aplicarlas al grupo, para conocer desde la propia experiencia lo que les desea hacer sentir.
- Trabajar sobre todo en el rapport, el encuadre y el clima terapéutico, para que la intervención psicológica sea altamente efectiva.

Diseño del programa

TEMÁTICA	CONTENIDO	ACTIVIDADES	MATERIALES	TIEMPO
<p>Módulo 1</p> <p>Relaciones Interpersonales</p>	<p>Naturaleza social del ser humano</p> <p>Definición de relaciones interpersonales</p> <p>Tipos de relaciones</p> <p>Diferencias individuales (Temperamento, carácter y personalidad)</p> <p>Comunicación asertiva</p>	<p>Presentación de participantes</p> <p>Actividad rompe hielo</p> <p>Exposición de contenidos</p> <p>Actividad lúdica (busca del tesoro) -comunicación</p> <p>Dinámica de amarrarse los zapatos</p> <p>Actividad divertida (tolerancia)</p> <p>Test de temperamento</p> <p>Actividad de cierre</p> <p>Refacción</p>	<p>Marcador de pizarra</p> <p>Computadora</p> <p>Presentación</p> <p>Proyector</p> <p>Test de temperamentos</p> <p>Rompecabezas</p>	<p>2 horas</p>

<p>Módulo 2</p> <p>Relaciones de pareja</p>	<p>Comunicación</p> <p>Tipos de comunicación</p> <p>El proceso de comunicación</p> <p>Teoría triangular del amor</p> <p>3 componentes Intimidad, pasión y compromiso</p> <p>7 tipos de amos/relación</p> <p>Autoconocimiento</p>	<p>Actividad rompe hielo</p> <p>Exposición de contenidos</p> <p>Proyección de video</p> <p>Actividad lúdica (memoria)</p> <p>Puesta en común concepto de amor</p> <p>Dramatización (componentes)</p> <p>Actividad divertida (tipos de relaciones)</p> <p>Respiración diafragmática</p> <p>Visualización (Test del cubo)</p> <p>Actividad de cierre</p> <p>Refacción</p>	<p>Marcador de pizarra</p> <p>Computadora</p> <p>Presentación</p> <p>Proyector</p> <p>Bocinas</p> <p>Papelógrafo</p> <p>Cojines</p> <p>Música reiki</p> <p>Agua pura</p>	<p>2 horas</p>
--	--	---	--	----------------

<p>Módulo 3 Intimidad</p>	<p>Cercanía, vínculo, conexión,</p> <p>Autorrevelación hacia el otro, afecto</p> <p>Preocupación por el bienestar del otro</p> <p>Apoyo emocional</p> <p>Compartir información personal y actividades</p> <p>Actitud hacia el otro (celos, manipulación, violencia, dependencia)</p> <p>Comunicación del afecto (5 Lenguajes del amor)</p>	<p>Actividad rompe hielo</p> <p>Exposición de contenidos</p> <p>Exposición por subgrupos (intimidad)</p> <p>Técnica gestáltica (yo soy, la gente dice que yo soy)</p> <p>Actividad lúdica (pictionary)</p> <p>Ejercicio teatral</p> <p>Actividad divertida (emociones)</p> <p>Test de los 5 lenguajes del amor</p> <p>Actividad de cierre</p> <p>Refacción</p>	<p>Marcador de pizarra</p> <p>Computadora</p> <p>Presentación</p> <p>Proyector</p> <p>Bocinas</p> <p>Hojas de papel construcción</p> <p>Tijeras</p> <p>Goma</p> <p>Revistas</p> <p>Papelógrafos</p> <p>Hojas en blanco</p> <p>Lápices</p> <p>Cuadro de emociones</p> <p>Música para cada emoción</p> <p>Test de los 5 lenguajes del amor</p>	<p>2 horas</p>
--------------------------------------	--	--	--	----------------

<p>Módulo 4 Compromiso</p>	<p>Seguridad/ confianza</p> <p>Concepto de exclusividad y fidelidad</p> <p>Inseguridad/ celos</p> <p>Estabilidad y constancia</p> <p>Mantener el amor</p> <p>Mantener la relación en los buenos y malos momentos</p>	<p>Actividad rompe hielo</p> <p>Exposición de contenidos</p> <p>Rompecabezas</p> <p>Cuadro comparativo</p> <p>Actividad lúdica (mímica)</p> <p>Exposiciones de casos</p> <p>Actividad divertida</p> <p>Competencia por resolver problemas</p> <p>Análisis de actitudes</p> <p>Actividad de cierre</p> <p>Refacción</p>	<p>Marcador de pizarra</p> <p>Computadora</p> <p>Presentación</p> <p>Proyector</p> <p>Hojas en blanco</p> <p>Lápices</p> <p>Imágenes impresas de parejas en conflicto</p> <p>Rompecabezas</p> <p>Ejemplos de problemas</p>	<p>2 horas</p>
---------------------------------------	--	--	--	----------------

Módulo 5 Pasión	Deseo sexual o romántico	Actividad rompe hielo	Marcador de pizarra	2 horas
	Atracción física	Exposición de contenidos	Computadora	
	Compartir en pareja	Destapando mitos	Presentación	
	Vida sexual y género	Actividad lúdica (relevos)	Proyector	
	Sexo vrs sexualidad	Preguntas sexuales	Hojas en blanco	
	Tabú, prejuicios, miedo	Actividad divertida (debate)	Lápices	
		Actividad de cierre	Lista de mitos sexuales	

Metodología de implementación:

El programa se basa en una metodología mixta, en la que se combina la metodología expositiva-interactiva, donde quien aplique el programa deberá exponer contenidos a los participantes de forma focalizada y luego promover la transacción entre él y los participantes, mediante el debate o diálogo para profundizar en un tema y la metodología por descubrimiento, donde se utiliza como principal fuente de aprendizaje, la experiencia de los participantes. Estas metodologías serán aplicadas dentro de cada uno de los talleres de participación activa. Se hace uso de juegos y dinámicas de grupo para permitir que los jóvenes se relacionen unos con otros al momento de hacer las actividades y esto les permita ejercitar la forma que tiene cada uno de relacionarse.

Bibliografía de apoyo

Para que la persona que desee implementar el programa tenga acceso a otras dinámicas y juegos para poner en práctica durante el desarrollo de los módulos, se presentan fuentes bibliográficas útiles, adjuntas a la bibliografía final.

Anexo 9 – Fotografías

Fotografías





