



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES

Los efectos del tiempo sobre el compromiso y la relación

T E S I S

PARA OBTENER EL GRADO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A :

ANDREA BRAVO DODDOLI

Director: Dr. Rolando Díaz-Loving

Revisora: Dra. Sofía Rivera Aragón

Sinodales: Mtra. Ma. Asunción Valenzuela Cota

Mtra. Miriam Camacho Valladares

Dra. Tania Esmeralda Rocha Sánchez



® Facultad
de Psicología

México, D.F. 2012



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos

UNAM:

Por haberme albergado por tantos años, en los cuales me brindó conocimiento, experiencias y desarrollo profesional como personal.

A mi padre, madre y hermano

Porque siempre han estado conmigo, por su amor, apoyo y comprensión que me han forjado como ser humano

A mis sinodales:

Dr. Rolando Díaz-Loving, Dra. Sofía Rivera Aragón, Mtra. Ma. Asunción Valenzuela Cota, Mtra. Miriam Camacho Valladares, Dra. Tania Esmeralda Rocha Sánchez, por cada minuto de su valioso tiempo que han dedicado al desarrollo de este proyecto, por cada sabio consejo y recomendación que de ustedes he recibido.

A mis amigos de psicología

Por ser excelentes amigos, por compartir una etapa de mi vida, por todos los momentos de felicidad que vivimos en la carrera, por su compañía y su apoyo, especialmente a Victor, Maythe y Claudia.

A Roberto:

Por su amor, compañía, amistad y apoyo

A mis amigos:

Ely, Pkis, Iohan, Germán por su valiosa amistad

ÍNDICE

Resumen

Introducción

Capítulo 1: Relaciones interpersonales	1
1.2 Amistad	3
1.2.1 Definición	3
1.2.2 Amistad en las diferentes etapas de vida	5
1.2.3 Intensidad de la amistad	7
1.2.4 Facilitadores de la amistad	8
1.2.5 Similitud	8
1.2.6 Cercanía	9
1.2.6.1 Compromiso	10
1.2.6.2 Intimidad	10
1.2.7 Autodivulgación	11
1.2.8 Proceso de la relación de amistad	13
1.2.8.1 Mantenimiento	14
1.2.9 Aspectos negativos de la amistad	16
1.2.10 Teorías de la amistad	16
1.3 Noviazgo	18
1.3.1 Definición	18
1.3.2 Atracción	19

1.3.3 Elección de pareja	21
1.3.4 Compromiso	22
1.3.5 Transición a relación	24
1.3.5.1 Trayectoria tradicional romántica	24
1.3.5.2 Trayectoria de amistad platónica a relación romántica	26
1.3.5.3 Trayectoria de amigos con beneficios a relación romántica	27
Capítulo 2: Intimidad	29
2.1 Definición	31
2.2 Componentes	34
2.3 Tipos de intimidad	38
2.4 Desarrollo de la intimidad	40
2.5 Beneficios de la intimidad	42
2.6 Intimidad y otras variables	44
2.7 Nivel de intimidad	45
2.8 Barreras de la intimidad	48
Capítulo 3: Incertidumbre	51
3.1 Definición	53
3.2 Teoría de la reducción de la incertidumbre	54
3.3 Incertidumbre en la pareja	56
3.4 Tipos de incertidumbre	61
3.4.1 Tipos de incertidumbre en la pareja	61

3.5 Teoría de la reducción de la incertidumbre	64
3.6 Modelo de turbulencia relacional	66
3.7 Incertidumbre e intimidad	68
Capítulo 4: Método	71
Planteamiento del problema	73
Justificación	73
Pregunta de investigación	75
Objetivo	75
Objetivos específicos	75
Hipótesis	75
Variables	76
Tipo de estudio	77
Muestra	77
Instrumentos	78
Procedimiento	78
Capítulo 5: Resultados	79
Validación de la escala de Incertidumbre	81
Análisis psicométrico de la escala de Intimidad	84
Diferencias entre hombres y mujeres en la Intimidad e Incertidumbre	88
Relación entre Intimidad e Incertidumbre	89
Diferencias entre Intimidad e incertidumbre respecto al tiempo	93

Capítulo 6: Discusión	99
Validación de la escala de Incertidumbre	101
Análisis psicométrico de la escala de Intimidad	103
Relación entre Intimidad, Incertidumbre y Tiempo	107
Conclusión	111
Limitaciones y sugerencias	112
Referencias	113
Anexo	133

Resumen

El noviazgo es importante en la juventud, aunque cuando se tiene una relación interpersonal se posee incertidumbre, ya que imposible predecir las conductas, emociones y actitudes de la pareja. El objetivo fundamental de las personas dentro de la interacción es lograr la comprensión interpersonal (Berger & Bradac, 1982). Una forma de combatir la incertidumbre es por medio de la intimidad, Erickson menciona (1993) que los adultos jóvenes necesitan y desean intimidad.

En la presente investigación se responden las preguntas ¿Existe una relación entre intimidad y la incertidumbre en el noviazgo?, ¿Existe una relación entre el tiempo de noviazgo y la intimidad y la incertidumbre? Y ¿Existe una diferencia en la intimidad y la incertidumbre en hombres y mujeres?

Participaron 191 personas, donde fueron 100 mujeres (52.4%) y 91 hombres (47.6%), de 16 a 25 años con $\bar{x}=21.24 \pm 1.85$, con una relación de noviazgo, el tiempo de relación varió de un mes a 84 meses $\bar{x}= 23.07 \pm 20.33$. Se utilizaron dos instrumentos, el primero se desarrollo en esta investigación con el fin de medir incertidumbre en la pareja, la segunda escala fue la de intimidad (Osnaya, 2003).

Los resultados mostraron que si la intimidad sube en la relación la incertidumbre bajará, ya que se tiene un conocimiento de la pareja (Osnaya, 2003), es decir se conocen sus gustos, actitudes y preferencias, por ello baja la incertidumbre (Knobloch y Donovan-Kichen, 2006), aunque la incertidumbre de las normas de la relación subirá, ya que cuando existe intimidad habrá más compromiso y por lo tanto las reglas del comportamiento tienen que cambiar y

establecerse de nuevo, al hacer esto se crea incertidumbre (Berscheid, 1983, como se citó en Knobloch, Solomon & Cruz, 2001; Solomon & Knobloch, 2001; Knobloch, 2007). Con respecto al tiempo la intimidad no sube si la relación tiene más tiempo, ya que para que se desarrolle la intimidad depende de otras variables, la incertidumbre no baja con el tiempo de relación, nuevamente sólo la incertidumbre de las normas de la relación sube en las mujeres en comparación de los primeros meses de relación a cuando ya es una relación a largo plazo. Existe una diferencia entre la incertidumbre de las normas de la relación entre hombres y mujeres ya que la incertidumbre cambia dependiendo de las normas de la cultura (Baxter, 1987).

Aunque la intimidad sea una forma de combatir siempre existirá cierto nivel de incertidumbre (Baxter & Montgomery, 1996).

Palabras clave: Noviazgo, intimidad, incertidumbre, tiempo de relación.

Introducción

El noviazgo es importante en la juventud, ya que puede ser visto como una preparación para el matrimonio, es un periodo de conocimiento e intercambio mutuo, ya que cada uno tiene sus propias conductas, pensamientos y creencias. Aunque el noviazgo trae con el cosas positivas como intimidad, autodivulgación, compromiso, felicidad entre otras también tiene su lado negativo como la incertidumbre.

Para poder mejorar las relaciones de pareja es necesario aumentar la intimidad y disminuir la incertidumbre, el objetivo fundamental de las personas dentro de la interacción es lograr la comprensión interpersonal (Berger & Bradac 1982).

En esta investigación se analizará la relación de la intimidad y la incertidumbre con respecto al tiempo de relación, en el primer capítulo se hablará de dos tipos de relaciones interpersonales (amistad y noviazgo), sus definiciones, las características principales de cada una, como se eligen, se forman y se mantienen las relaciones.

En el segundo capítulo se refiere a la intimidad: las definiciones que han dado diversos autores, como se compone, los tipos de intimidad que hay, su importancia, como se va desarrollando la intimidad en los individuos, sus beneficios y las barreras que existen para no tener una relación íntima.

El tercer capítulo habla sobre la incertidumbre, su definición, sus causas, los tipos de incertidumbre que hay, por que sucede en las relaciones y su relación con la intimidad.

En el cuarto capítulo se describe el método que se llevo a cabo para poder realizar esta investigación. Se describen los objetivos, hipótesis, las dos variables (intimidad e incertidumbre), las características de la muestras, los instrumentos aplicados, y el procedimiento que se realizó.

El capítulo sexto detalla los resultados de la investigación, se responde a la pregunta de investigación, a través de correlaciones y análisis de varianza de las variables estudiadas, también se estudio las diferencias entre hombres y mujeres con una prueba de T de Student.

En el quinto capítulo se discutirán los resultados y se compararán con las diversas investigaciones que ya se han realizado sobre el tema y las teorías que se mencionan en los primeros tres capítulos, dando así una descripción y explicación la relación de la intimidad y la incertidumbre que ocurre en relación al tiempo de relación.

Capítulo 1

Relaciones Interpersonales

“En el fondo son las relaciones con las personas lo que da sentido a la vida.”

Karl Wilhelm Von Humboldt

1. Relaciones interpersonales

El ser humano es un ser social y por lo tanto interactúa con otras personas a través de un sistema de relaciones interpersonales, Avelarde, Rivera y Díaz (1997, como se citó en Tapia, 2005) definen a las relaciones interpersonales como asociaciones características entre dos o más personas que involucran cierta interacción y que pueden tener diversos fines, entre las relaciones más importantes son los amigos, la pareja y la familia.

1.2 Amistad

1.2.1 Definición

La amistad es un concepto que viene desde la antigüedad, por lo tanto existen varios significados, por ejemplo el filósofo y político Cicerón (sn, como se cito en Reisma, 1979) definió a la amistad como “un acuerdo completo de todos los humanos y divinos, unido con mutua voluntad y afecto”.

En la actualidad varias disciplinas como la sociología, antropología social, historia y psicología han estudiado la amistad; esta misma juega un papel importante en la estructura del comportamiento social y es un proceso fundamental en la vida de las personas.

Desde la psicología (Reisman, 1979) la amistad tiene los siguientes significados:

- El amigo entiende la amistad como una relación entre iguales, en dichas relaciones, un amigo no presume ser superior al otro y las ideas y deseos de cada uno son tratados con el mismo respeto.
- Los amigos no deben tener relación sanguínea o tener un parentesco lejano, pues la amistad implica una relación no consanguínea, omitiendo también la relación de esposo- esposa.

- Los amigos son del mismo grupo de edad.
- Los amigos espontánea o voluntariamente buscan la compañía del otro. Esta característica de la amistad destaca en el hecho de que muchos amigos pasan su tiempo libre juntos.
- Los amigos no deben estar involucrados en relaciones sexuales, pues los amantes tienen sentimientos de celos, recelo y posesión, esto no sucede con los amigos verdaderos.

Otros psicólogos han estudiado la amistad como es el estudio de López (2007) donde se encontró que los jóvenes mexicanos conceptualizan al amigo como alguien que apoya, es incondicional, aconseja, es confiable, con quien se puede uno comunicar abiertamente, es comprensivo, se tienen cosas en común y existe un lazo afectivo. Sánchez (2001) halló que la amistad representa apoyo, compartir ideas, experiencias y sentimientos que solo se le confían a alguien que difícilmente te traiciona, la conceptualizó como una relación entre dos o más personas que se debe laborar, es conocer más a fondo a la persona y su vida, por la solidaridad, la lealtad, la incondicionalidad, la reciprocidad, la aceptación de la persona y la empatía del otro

Hinder (1979, como se citó en Tapia, 2005) define a la amistad como una relación interpersonal, así como una serie de interrelaciones con dos individuos, que implica un periodo de largo tiempo e impacto uno sobre el otro, haciéndose interdependiente. Para Babin (1967, como se citó en Reisma, 1979) la amistad tiene cinco características: entendimiento mutuo, lealtad, confidencialidad, comunicación íntima, participación en los intereses y actividades. Peters (1974, como se citó en Reisma, 1979) menciona cuatro características similares: compartir actividades, deseo de pasar tiempo juntos, cariño mutuo y un reconocimiento del uno al otro de que son amigos.

La amistad es considerada una relación interpersonal, interdependiente, dentro de la cual existe afecto, una alianza, compatibilidad, agrado o simpa-

tía, complicidad, cercanía, autodivulgación, cariño, seguridad, tranquilidad y amor, los valores importantes dentro de la amistad son la confianza, lealtad, honestidad, incondicionalidad, reciprocidad, compromiso y la intimidad por un periodo largo de tiempo, la amistad se diferencia de una relación de pareja por la ausencia de aspectos románticos, pasionales y sexuales (Tapia, 2005).

Wright (1982) sugiere que existen diferencias entre sexo, mencionando que las mujeres tienen una amistad caracterizada de ser “cara a cara”, mientras que los hombres son “lado a lado”, las amistades entre mujeres invierten gran tiempo conversando mientras que los hombres no centran su atención en el amigo, sino en las actividades como por ejemplo en algún deporte.

1.2.2 Amistad en las diferentes etapas de vida

La gente busca relaciones motivadas por las necesidades y preocupaciones actuales en todas las etapas de la vida. Existen investigaciones en estudiantes de secundaria, adultos, recién casados, los adultos de mediana edad y adultos mayores acerca de la amistad real y lo ideal (Weiss & Lowenthal, 1975). En ellas encontraron que las percepciones de las cualidades de los amigos y la amistad son similares a través de las cuatro etapas de la vida. Las diferencias reflejan los problemas habituales de cada etapa de vida. Por ejemplo, las evaluaciones de los amigos de real y lo ideal en la escuela secundaria eran más discrepantes, disminuyendo con la edad, lo que sugiere una mayor selectividad en la elección de los amigos en función de la madurez. Los autores concluyeron que las funciones básicas de la amistad surgen temprano y permanecen durante toda la vida.

Los niños aprenden la palabra amigo alrededor de los cuatro años, el mejor amigo en la niñez media y la adolescencia. La amistad en la infancia se caracteriza por el afecto, la diversión y la reciprocidad, diálogo, cooperación, buena gestión de los conflictos, los beneficios equivalentes, intercambios sociales,

compañía, al igual que las demás etapas. Los niños buscan compañeros de juego, ellos consideran amigos a quienes juegan con ellos (Rubin, 1970, como se citó en López, 2007). Las características de las amistades de los niños mayores y adolescentes son la lealtad, se tiene confianza e intimidad, requieren de intereses comunes y de compromiso, tanto para mantener amistades y formar nuevas amistades (Bukowski, Newcomb & Hartup, 1996). La amistad en la adolescencia es importante porque se empieza a confiar más en los amigos que en los padres obteniendo así intimidad y apoyo, los amigos comparten más secretos que en la niñez.

Durante la adolescencia la amistad madura, se involucra la confianza, la lealtad y la intimidad y el compartir, marcando la transición hacia las amistades adultas (Berndt & Perry 1990, como se citó en Papalia, Wenkos & Duskin, 2005). Las amistades de adultos se caracterizan por la homogeneidad de rasgos de personalidad, intereses, género, edad, estado civil, religión, situación laboral, etnia, ingresos, educación de género, número de amigos, la duración de la amistad y tipos (Bell, 1981). Los adultos jóvenes están construyendo su carrera, así que tienen poco tiempo para pasar con sus amigos, aun así las amistades son importantes en esta etapa.

Para Rawlins (1992, como se citó en Souza & Simon, 1992), la entrada a la universidad requiere el ajuste emocional de un individuo para construir un nuevo sistema de apoyo social y las relaciones familiares y amistades renegociar los pedidos existentes. Este período de transición a la adultez se llama la etapa universitaria (17-22 años) cuando experimentan problemas y las cuestiones sociales e intelectuales y una gran expectativa de vida después de la universidad. Por lo tanto, este período es favorable a la amistad profunda y emocionante. Las relaciones con los amigos es menos influenciada por las relaciones conyugales y familiares (Carbery & Buhrmester 1998).

En los adultos mayores se ha observado que la interacción con los amigos es menos frecuente y sus reuniones son más cortas (Adams, Blieszner & De Vries, 2000), se limita con las exigencias profesionales, romántico y familiar (Fehr, 1996). La amistad entre las personas mayores se ha demostrado ser esencial para su felicidad (Debert, 1999). Además, las amistades en la vejez son más heterogéneas, debido a la esperanza de vida (Blieszner & Adams, 1992). Por un lado, las más antiguas amistades se buscan para intercambiar confidencias, el asesoramiento y el recuerdo de acontecimientos pasados juntos, por el otro, se ofrecen “un punto de vista diferente” (Shea, Thompson & Blieszner, 1988 p. 91).

1.2.3 Intensidad de la amistad

Por otro lado, algunos estudios no hacen diferencia entre buenos amigos de los amigos cercanos (Bell, 1981), amigos cercanos o los mejores amigos (Cole & Bradac, 1996; Maeda & Ritchie, 2003), la diferencia entre los tipos y niveles de la amistad es determinado por el aumento de las características asociadas con ella (la intimidad, apoyo, auto-revelación) en la medida en que se convierten en amigos más cercanos. Por lo tanto, la diferencias son más cuantitativa que cualitativa (Fehr, 1996). En consecuencia, el nivel más alto de amistad se tiene mayor aceptación, apoyo, la intimidad, etc., así como una mayor durabilidad y la frecuencia de contacto (Cole & Bradac, 1996; Davis & Todd, 1985; Maeda & Ritchie, 2003). Los amigos cercanos y los mejores amigos difieren en su nivel de intimidad (confianza y comprensión) y apoyo (Davis & Todd, 1982). Para Bell (1981), los amigos cercanos desarrollan estilos similares de la voz, gestos, formas parecidas de vestir y de comportamiento, los amigos cercanos sirven como protección, facilitando los miedos y las ansiedades, ayudan a soportar situaciones de estrés, y proporcionan un fuerte sentido de identificación con las experiencias exclusivas y compartidas. Los mejores amigos también

tienden a vivir cerca unos de otros (Fehr, 1996). Los amigos crean su propia cultura, es decir, comparten un mismo lenguaje, símbolos, y costumbres que los unen (Sánchez, 2001).

1.2.4 Facilitadores de la amistad

Para que se desarrolle la amistad, deben coincidir factores de índole ambiental, individual, situacional y didáctico, como factores ambientales esta el contacto cotidiano, es más probable que una amistad se dé cuando los individuos están continuamente en contacto, aunque este no es suficiente para que se desarrolle la amistad, también ser atractivo para el otro (en personalidad o físico), tener habilidades sociales, simpatía y demostrar interés o preocupación por el otro (Sánchez, 2001).

En los factores individuales esta la autoestima, personalidad, optimismo, entre otros rasgos, los factores situacionales que afectan la amistad es la frecuencia, disposición para tener una relación y la probabilidad de una futura interacción, y como factores didácticos están la similitud, la reciprocidad en gusto, la compañía, consideración y afecto. También deben existir diferentes factores relacionados como son la cercanía, el compromiso, la intimidad y la autodivulgación.

1.2.5 Similitud

Bell (1981) propone la similitud de grupo como uno de los aspectos más importantes en la elección de las amistades (la religión, la edad, el estado civil, sexo, educación, actitudes, nivel socioeconómico, etc.) tendemos a formar amistad con las personas que son parecidas a nosotros. La gente de la misma edad tiene similares recursos personales y sociales. Con respecto al estado civil, los divorciados se sienten más cómodos con sus amigos que también están

divorciados, en la amistad entre las parejas, hay un mayor vínculo entre las dos esposas y dos maridos. Por otra parte, ya que hay cualidades comunes entre las mujeres, hay aspectos compartidos por los hombres solamente. En las amistades del mismo sexo no existe la posibilidad del romance, que altera profundamente la amistad, también se ha estudiado que las mujeres tienen más amistades íntimas que los hombres (Rosenblut & Steil 1995, como se citó en Papalia, Wenkos, & Duskin, 2005).

Aunque las características generales son importantes al principio, cuando va pasando el tiempo se vuelve necesario tener similitud con respecto a los valores y el modo de ver el mundo (Duck, 1973), es decir las amistades se forma con varios tipos de similitud, de las superficiales a las más íntimas.

1.2.6 Cercanía

La cercanía es el grado en el cual la gente se ve a sí misma perteneciendo al otro (Tesser, 1988). Clark y Mills (1979) proponen que una relación de cercanía tienen un carácter comunal, donde los miembros están motivados a actuar para satisfacer las necesidades del otro, esperando a cambio que el otro haga lo mismo.

Por su lado Aron, Aron y Smollan (1992) propone que la cercanía es lo que distingue a los diversos tipos de relaciones interpersonales como: amistad, pareja, parentesco, en los amigos distingue a los conocidos de amigos cercanos o de los mejores amigos.

Para entender el proceso por el cual dos personas experimentan cercanía es necesario comprender dos aspectos: la intimidad y la incertidumbre (López, 2007).

1.2.6.1 Compromiso

Aunque la definición de compromiso se refiere a las relaciones amorosas, también se pueden aplicar a las relaciones de amigos, ya que es una cualidad para determinar la magnitud del involucramiento (Rusbult, 1980b). Si un individuo comparte muchos intereses comunes con un amigo (teniendo recompensas positivas), con quien pocas veces discute (teniendo bajo costos), debería estar relativamente satisfecha con su relación (López, 2007).

1.2.6.2 Intimidad

La intimidad nos permite entender el grado de cercanía que dos personas logran (1988, Hendrick & Hendrick como se citó en Osnaya y Díaz-Loving, 2010), es el conjunto entre emociones positivas, la capacidad de comunicar, compartir afecto, proximidad y el contacto físico cercano (López, 2007). Para Osnaya (2003) la intimidad, ha sido entendida como el conocimiento privilegiado de lo que se divulga en la privacidad de una relación interpersonal, oculto de una audiencia pública y que se genera no solo por un deseo unilateral o un compañerismo compulsivo, sino por consentimiento mutuo.

Las amistades tienen el mismo origen de intimidad que las parejas románticas pero la mezcla de los componentes es diferente. Las amistades cercanas tienen componentes que caracterizan a la intimidad (Osnaya, 2003) como son respeto, confianza, admiración, apoyo social y receptividad. Las relaciones con los mejores amigos suelen ser muy íntimas, pueden ser igual de íntimas que una relación romántica solo que no se experimenta tanto cariño, interdependencia y mutualidad (López, 2007). Las amistades de las personas que son altas en intimidad tienen altos niveles de autodivulgación y lealtad, en las amistades con baja intimidad no sucede. La intimidad de amigos tiene un con-

junto de emociones positivas, capacidad de comunicación y compartir efectos y/o la probabilidad de tener actividad sexual con el amigo.

Se ha encontrado que los hombres son capaces de tener relaciones de amistad con los mismos niveles de intimidad que las mujeres, cuando la situación lo requiere, así que depende de la situación y no de la capacidad o de la socialización recibida (Reis, Senchack & Solomon, 1985).

En las investigaciones sobre intimidad se han desarrollado tres líneas de investigación, la primera habla sobre la intimidad es una característica intrapersonal, la segunda dice que la intimidad es una característica interpersonal, y la tercera la describe como un componente (López, 2007).

1.2.7 Autodivulgación

Intercambiar información personal con otro puede ser agradable para las personas y constituye un elemento importante para el desarrollo de la amistad. La autodivulgación es considerada la base primaria para mantener la amistad.

Varios autores han definido la autodivulgación, como en el caso de Derlega y Chaikin (1975) donde la puntualizaron como el proceso en que en forma verbal o no verbal una persona permite que otra la conozca. Jourard (1971) dice que es un factor determinante para la salud mental y la define como “el acto de revelar información de uno mismo” (p.71). Por otro lado Cozby (1973) la conceptualiza como información sobre sí mismo que A comunica verbalmente a B.

Goodstein y Reinecker (1974) proponen que la autodivulgación se produce a través de una comunicación verbal privada, a diferencia de Derlega y Grzelak (1979) que mencionan que la autodivulgación también incluyen conductas no verbales, información que el individuo trasmite con su cuerpo.

Altanm & Taylor (1973, como se citó en Kimble, Hirt, Díaz-Loving, Hosch, Luc-ker & Zárate, 2002) proponen la teoría de la penetración social, donde sostiene que la autodivulgación entre amigos cercanos tiene más temas y es más íntima que la que se da entre conocidos. Jourard (1959) dice que la persona que esta divulgando información personal a otra en esta última crea un sentimiento de confianza y de atracción, la divulgación de una información personal tiene una carga emocional (Chelune, 1975).

La comunicación impacta en cada uno de los miembros de la amistad, ya que permite la autodivulgación –apertura para proporcionar información propia o personal a otro individuo- y el intercambio de información de índole general. De acuerdo a Sánchez y Díaz-Loving (2003) esto es lo que hace o marca la particularidad de cada pareja.

Cuando se divulga información de uno mismo, se espera reciprocidad, la cual se refiere a la situación en la que una persona divulga a otra, y ella tiende a divulgarle información con el mismo grado de intimidad (Archer, 1980, Derlega & Chainki, 1975).

Nina (1985) identifico tres características de la autodivulgación, 1) se da en una interacción social, con dos o más personas; 2) en la mayoría de los caso es comunicación verbal; 3) la información divulgada es personal e íntima.

Existen varios factores que distinguen la autodivulgación de otro tipo de comunicación entre ellos son:

- Debe ser honesta
- La información es personal, la cual es profunda e íntima.
- La información no es fácil de obtener
- La naturaleza de la autodivulgación depende del lugar donde se da (Officer & Rosenfeld, 1985).

Hay diferentes razones por la cual se puede dar la autodivulgación en la amistad (Derlega & Grzelak, 1979), ya que se considera una estrategia implícita a través del cual las personas conversan e incrementan la amistad.

1.2.8 Proceso de la relación de amistad

Al igual que las relaciones románticas, la amistad lleva un proceso, que se desarrolla desde que las personas se conocen hasta que son o deciden no ser amigos cercanos (López, Rivera, Díaz-Loving & Reyes, 2010). Reisman (1979) afirmó que las amistades empiezan con una etapa inicial, llamadas amistades sociables, son superficiales y existe la formalidad y la cortesía. Las personas intercambian nombres, tiene pláticas superficiales, así deciden si deciden si les gustaría llevar la relación más lejos para tener una amistad. En este punto pueden decidir no tener contacto, reunirse ocasionalmente o tener contacto frecuente. Si disfrutan la compañía uno del otro, entonces existirá la motivación para tener un mayor contacto íntimo. Si las dos personas están de acuerdo se puede pasar a una siguiente etapa y profundizar la amistad, aunque es difícil saber en qué etapa exacta está la relación (López, Rivera, Díaz-Loving & Reyes, 2010).

Allende (1997) menciona que para el mantenimiento de una amistad, debe existir la intención y el deseo de mantenerse y durar para siempre.

Para que la amistad se siga desarrollando debe de haber un mantenimiento. Aunque como todo, la amistad también tiene un final. Las causas pueden ser variadas, existen causas involuntarias (como la muerte), o causas voluntarias (discusiones), y externas (cambio de residencia) e internas (falta de apoyo).

1.2.8.1 Mantenimiento

Podemos definir a las estrategias de mantenimiento como aquellos esfuerzos cognoscitivos, emocionales y conductuales de naturaleza dinámica que se desarrollan para conservar una relación interpersonal (López, 2007).

Canary y Stanfford (1994) afirmaron que:

- Todas las relaciones necesitan ser mantenidas, sino se deteriorarán.
- Las personas están más motivadas de mantener una relación equitativa, que una no equitativa.
- Dependiendo del tipo de relación y su desarrollo, las estrategias de mantenimiento cambiarán.
- Las estrategias de mantenimiento se pueden utilizar de manera aislada o combinadas.
- Las acciones y actividades de mantenimiento envuelven comportamientos interactivos y de mantenimiento.
- Los individuos utilizan estrategias para mantener sus relaciones.

López (2007) a través de su investigación reportó ocho estrategias de mantenimiento de la amistad, siendo la primera el apoyo emocional, que es un factor que refiere conductas y expresiones de sentimientos que favorecen la autoestima del amigo. El segundo factor mide una tolerancia, involucra comportamiento de aceptación incondicional del otro, brindando ayuda y realizando acciones para resolver los conflictos cuando se presenten. El tercer factor es la cercanía implica la disponibilidad para vivir, mantenerse en contacto y establecer un dialogo y comunicación profunda. El cuarto factor es la similitud refiere algo inherente a la relación como la afinidad; compatibilidad en la forma de pensar en intereses en común. El quinto factor es el crecimiento y se refiere

al contacto frecuente, encuentros que permiten apoyarse y compartir los cambios y diversos momentos de la vida. El sexto factor es la equidad, refiriéndose a los factores diádicos que involucran a ambos miembros de la relación como compartir intereses intelectuales, más o menos la misma edad y posición. El séptimo factor se refiere a muestras de aceptación y fidelidad y el último factor, evitación del conflicto, habla de las conductas para eludir, discutir y pelear.

Los factores apoyo emocional, cercanía y crecimiento se reportaron como un elemento esencial en la amistad, las estrategias de apoyo son las conductas que proveen apoyo social, confort, ayuda para resolver problemas y mantener la relación.

Un elemento central en la amistad es el apoyo, no sólo ayuda a mantener los amigos (Canary & Stafford, 1994), también es un elemento que facilita las relaciones (Allende, 1997). Otra condición necesaria para mantener la relación es el demostrar interés y preocupación por el otro, estar en contacto, dedicar tiempo y compartir momentos de la vida.

La semejanza y similitud es necesaria para que empiece la amistad, y se vuelva una relación cercana. La estrategia de lealtad reportó cuatro estrategias de mantenimiento: positivismo (estar alegre), franqueza (la revelación de identidad y discusión abierta), red (tener amigos en común y pasar tiempo con ellos), y compartir tareas. Se ha visto que las estrategias de mantenimiento varían según en el sexo de la persona y el de su amigo, el estilo de vida, el rol que desempeña, etc, por ejemplo López (2007) reportó que las mujeres no usan estrategias para mantener su amistad con alguien del sexo opuesto.

1.2.9 Aspectos negativos de la amistad

También se han estudiado los aspectos negativos de la amistad, Bell (1981) ha indicado que la amistad puede implicar desafío o la crítica y se puede cuestionar al amigo por lo que es o hace. Se han estudiado factores tales como los celos, la crítica en público, el no defender a su amigo en su ausencia, la coacción, retraimiento emocional, el abuso, la violencia, la timidez, la resolución de conflictos y el estrés, sentimientos negativos, la ansiedad y la rivalidad (Souza & Hutz, 2008).

1.2.10 Teorías de la amistad

Hoy en día existen teorías que hablan de la atracción o teorías de las relaciones, que se pueden aplicar a las relaciones de amistad, por ejemplo Byrne y Clore (1970, como se citó Kimple et al., 2002) propusieron un modelo del reforzamiento-afecto para la atracción, que está basado en los conceptos del condicionamiento clásico, diciendo que un evento positivo (estímulo incondicionado) nos produce un sentimiento positivo (respuesta incondicionada), así una persona, que originalmente será un estímulo neutral, se convertirá en un estímulo condicionado de sentimientos positivos si la asociamos con eventos positivos y gratificantes.

Lott y Lott (1960, 1974, como se citó en López, 2007) también consideran que nos hacemos amigos de la gente que nos da recompensas, nos sentimos atraídos por la gente que su presencia nos agrada. Propusieron cuatro proposiciones básicas subyacentes, donde la primera es que una persona puede ser estimada como un estímulo discriminante de quién la respuesta puede ser aprendida. La segunda, la gente responde positivamente cuando recibe recompensas; el tercero, el placer que es experimentar en respuesta a una recompensa se condicionará a todos los estímulos discriminantes que estu-

vieron presentes en el momento de la recompensa, y el cuarto un individuo que fuera un estímulo discriminante cuando una recompensa fue dada, puede evocar subsecuentemente la respuesta condicionada.

La teoría de la interdependencia propuesta por Thibaut y Kelley (1959, como se citó en Fehr, 1996) nos dice que para que las personas estén satisfechas con su amistad los resultados deben ser mayores al costo. Las relaciones entre amigos son comparadas entre los resultados de la relación actual con los resultados de relaciones pasadas, y con las consecuencias que anticipan obtendrían en relaciones alternativas, basándose en la comparación se desarrolla el nivel de recompensa y costos que merecemos de una relación. Si la relación actual satisface ese estándar entonces estaremos satisfechos con la amistad.

Por otro lado el modelo de inversión (Rusbult, 1980, como se citó en López, 2007), basándose en la teoría de la interdependencia, propone que el compromiso, está conformado por tres variables: satisfacción, comparación del nivel de alternativas e inversión. El compromiso en la amistad será alto si la satisfacción es alta, si se perciben pocas alternativas de otra relación y sí la inversión ha sido alta en la relación.

A su vez Adams (1963, 1965, como se citó en Kimple et al., 2002) propone la teoría de la equidad, donde menciona que preferimos ser tratados de manera justa y darles el mismo trato a los demás. Un estado de justicia o equidad es cuando una persona se da cuenta de que los resultados que recibe y las contribuciones que hace son igual a las de otras personas (Figura 1).

Figura 1. Modelo de la Teoría de la equidad

$$\frac{\text{Resultados de la persona A}}{\text{Contribuciones de la persona A}} = \frac{\text{Resultados de otra persona}}{\text{Contribuciones de otra persona}}$$

Figura 1. Teoría de la equidad de Adams, 1963, 1965, en Kimple, Hirt, Díaz-Loving, Hosch, Lucker & Zárate, 2002. Psicología social de las Américas. P.327. Person

Si lo anterior no es igual, la persona A se sentirá motivada a conseguir la equidad, pudiendo lograrlo 1) cambiando sus resultados o los de la otra persona, 2) reevaluando sus resultados o los de la otra persona.

Hatfield, Traupmann, Sprecher, Utne y Hay (1985, como se citó en López, 2007) afirmaron que cuando no es posible restaurar la equidad real, se restaura la equidad psicológica. Tratamos de convencernos a nosotros mismos que la situación real es justa, interpretando de manera distinta la inversión o los resultados de cada persona. Si falla la restauración real o psicológica de la equidad, se termina la relación.

1.3 Noviazgo

1.3.1 Definición

Al llegar a la adolescencia se empieza a salir con alguien y se establece una relación emocional, llamada noviazgo, es un periodo previo al matrimonio, donde existe exclusividad (Silvia, 1997) aunque no tiene una estructura legal ni de cohabitación como el matrimonio. Para comenzar un noviazgo es necesario la

unión de dos personas, ya sean del mismo sexo o de contrarios (Cortes, 2009). Escardo (1974) define a la pareja como una entidad particular, que tiene autonomía y que puede ser diferenciada, ya que es más que las sumas de sus partes, no es solamente la unión de dos personas, sino también la forma en que éstas se vinculan, las parejas están formadas por un tú, un yo y un nosotros, cada elemento aporta algo a la relación (Satir, 1991). En el noviazgo se satisfacen las necesidades como intimidad, confianza, afecto, amistad (O'Neill, 1975).

Normalmente se empieza a buscar un noviazgo durante la adolescencia temprana o media, pero la edad de inicio del noviazgo cambia dependiendo de la cultura, ya que se rige por las normas culturales y no por el desarrollo físico o biológico. En nuestro país la edad promedio del primer noviazgo es entre los 15 y 20 años (ENJ, 2000).

Actualmente los jóvenes en México pueden tener muchos novias o novios, ya que les interesa conocer más personas y ya no tanto tener un noviazgo para casarse como antes (Marroquín, 2001 como se citó en Cortes, 2009).

1.3.2 Atracción

Los seres humanos tienen una necesidad innata de interactuar con otros seres humanos para poder sobrevivir, existen diferentes procesos cognoscitivos que interactúan con aspectos específicos de las situaciones sociales, que determinan la forma en que el individuo percibe y muestra interés por otros.

Tordjman (1989) habla de que existe una necesidad por buscar afinidad en la pareja, la cual se manifiesta en forma de mecanismo de defensa y de reafirmación a través del otro, lo que uno es.

La atracción es un tema importante para la psicología ya que sentirse rechazado o aceptado ejerce influencia en nuestra conducta (Rodríguez 1980, como se citó en Sánchez, Reyes & Díaz-Loving, 2004). Newcomb (1960, como se citó en Rivera, 1992) define la atracción como cualquier orientación directa

por parte de una persona hacia otra que se puede describir en términos negativos o positivos e intensidad.

Rivera (1992) define a la atracción como un sentimiento de agrado o desagrado hacia una persona, este sentimiento puede ser dirigido a las características físicas de la persona que nos atrae, sus emociones, personalidad, forma en que se relaciona, etc. La atracción es la primera etapa del amor, durante ella existe un interés en la persona, físicamente e intelectual (Díaz-Loving & Rivera, 2010). En esta fase despierta emociones intensas como agrado al estar con la persona, necesidad del contacto físico, nerviosismo, pena y placer. Surgen sentimientos profundos como cariño, alegría y cercanía emocional, y se hace todo para llamar la atención de la persona.

Sánchez (2000) estudió las emociones, cogniciones y conductas que se tienen durante la atracción y define a la atracción como la primera etapa del amor romántico, en ella hay interés exacerbado por la otra persona, se fijan los sentimientos en alguien que se desea adentrar, se piensa constantemente en ella y en la relación y se desea ser afín con la persona. Aunque la atracción también tiene su parte negativa (Sánchez, Reyes & Díaz-Loving, 2004) como son el rechazo, ofensas, ser ignorado y controlado, tanto los hombres como las mujeres.

Existen diferentes variables que afectan la atracción. La cercanía en la atracción es fundamental, se percibe como atractiva a aquellas personas que tenemos cercanos en el tiempo y en el espacio. La amistad y las relaciones amorosas son más frecuentes con las personas con quienes interactuamos diariamente (García & Reyes, 2006). También se considera que la similitud de las actitudes entre las personas es otro factor importante en la atracción. A mayor similitud mayor atracción.

1.3.3 Elección de pareja

La elección de pareja quizás sea una de las decisiones más importante de la vida de las personas. A lo largo de la vida las personas eligen en diferentes momentos y circunstancias alguien para iniciar una relación de noviazgo. El proceso de elección de pareja se da de distintas formas en las diferentes culturas (Silvia, 1997).

Aunque algunas investigaciones han encontrado que los hombres están más interesados en mujeres jóvenes y atractivas, mientras las mujeres prefieren buscar el ofrecimiento de recursos (Sprecher, Sullivan & Hatfield 1994, como se citó en García & Reyes, 2006). La teoría de la evolución dice que los hombres prefieren a mujeres que muestren potencial para su éxito reproductivo, mientras que las mujeres prefieren que su pareja tenga buenas características económicas (Buss, 1979 como se citó en García & Reyes, 2006).

Bell (1979) propone que cuando una persona elige a quien será su pareja, lo hace por motivos individuales y personales como el deseo sexual, el amor romántico, el deseo de tener hijos y la soledad que se puede llegar a sentirse entre otros. Por otro lado Freud (1905, como se citó en Cortes, 2009) menciona que la elección de pareja se da como un proceso inconsciente de la personalidad y que búsqueda del objeto amado. En la línea psicoanalítica los factores afectivos juegan un papel muy impotente en la elección de pareja.

Byrne (1971, como se citó en García & Reyes, 2006) dice que la similitud produce atracción, las parejas con similitudes pueden desarrollarse y mantenerse a través del tiempo, una razón por la cual nos sentimos atraídos por personas que son similares a nosotros es que ellas nos refuerzan nuestra propia personalidad (Clore & Byrne, 1974 como se citó en García y Reyes, 2006).

Similitud, cercanía, personalidad y atractivo físico son algunos de los aspectos más importantes que las personas toman en cuenta para elegir pareja. García y Reyes (2006) realizaron un estudio donde encontraron que la personalidad y el atractivo juegan un papel fundamental, al igual de la percepción de que se siente amor y se interactúa con ella. La importancia del atractivo físico, concuerda con Morales (1997), él menciona que las características físicas determinan la atracción de una persona sobre la otra. La percepción que se llega a tener, en la mayoría de los casos, media entre los primeros encuentros para que haya o no encuentros posteriores. Las investigaciones muestran, por ejemplo, cómo los estudiantes suelen ignorar a individuos poco atractivos.

1.3.4 Compromiso

El filósofo Kant, (1785, como se citó en Díaz-Loving, 2010), propuso dos formas contrastantes de compromiso hacia una acción o relación. La primera habla sobre el compromiso del deseo, afecto o devoción, se trata de algo cambiante y fugaz, por lo que es poco confiable. La segunda es el compromiso hacia el deber o la obligación, es más estable y por lo tanto preferible.

Sternber (1988) define al compromiso como el grado según el cual una persona está dispuesta a acoplarse a algo o alguien y hacerse cargo de esto o de la relación hasta el final. Alvelarde (2001) define al compromiso como la responsabilidad por convenio entre el hombre y la mujer de adquirir las obligaciones que conllevan al matrimonio. Otro autor como Kelly (1989) propone que el compromiso es el grado en el cual una persona está dispuesta acoplarse a alguien o hacerse cargo de la relación.

La importancia del compromiso varía el tipo de relación de pareja, ya que cada una de ellas tiene diferentes tipos de dinámica, normatividades y estructuras particulares (Marquez & Rivera, 2007).

El compromiso es un producto de un proceso y como tal demanda tiempo, crece con los detalles, las inversiones que se hacen en el transcurso de la relación con la pareja, sea en términos afectivos o cognitivos con las decisiones que van tomando al permanecer con ella. Alvelarde (2001) el compromiso se basa en tres dimensiones:

- 1) Compromiso personal: implica la actitud hacia la pareja y la relación
- 2) Compromiso moral: se enfoca a la importancia otorgada a las instituciones y el sentido de obligación que se desprende desde lo social.
- 3) Compromiso estructural: se crea en lo externo, lo invertido en la relación, las consecuencias sociales, lo complicado de llevar a cabo una separación, la disponibilidad de otras alternativas atractivas.

El compromiso es percibido de diferente forma por hombres y mujeres, el estudio de Alvelarde (2001) menciona que para las mujeres las experiencias románticas las mueven pronto a comprometerse, a los hombres esto puede llevarles más tiempo.

El Modelo de involucramiento (Rusbult, 1980a) habla de dos características importantes de las relaciones: la satisfacción como efecto positivo del afecto y atracción propia de la relación y el compromiso, donde se incluyen dos categorías, intento conductual e involucramiento psicológico. El modelo propone que el nivel de compromiso depende de las decisiones con respecto al mantenimiento o alejamiento de la relación, las personas están más satisfechas con sus relaciones cuando tienen altas recompensas y bajos costos. El compromiso de mantener una relación incrementa que el individuo se sienta satisfecho, aunque no siempre están relacionados la satisfacción y el compromiso.

1.3.5 Transición a relación romántica

Existen diferentes caminos hacia una relación romántica. Afifi y Lucas (sn, como se citó en Guerrero & Mongue, 2008) sugiere tres tipos de transición: la trayectoria tradicional, la trayectoria de amistad platónica a relación romántica y la trayectoria de amigos con beneficios a relación romántica.

1.3.5.1 Trayectoria tradicional romántica

Se caracteriza por un aumento gradual de la cercanía, intimidad y autorrevelación emocional, y la intimidad sexual que se predice por la atracción física. Dicha trayectoria es lineal y común en la etapa de desarrollo de la relacional. La teoría de penetración social (1973 Altman & Taylor como se citó en Guerrero & Mongue, 2008) sugiere que las relaciones a menudo siguen camino gradual y lineal a través de cuatro etapas que se desarrolla el nivel de la intimidad, la orientación, el intercambio afectivo y de cambio estable. Las etapas iniciales de la relación progresiva, la auto-revelación se vuelve más personal hasta que las parejas se sienten libres de intercambiar todo tipo de información íntima entre ellos. Se ha desarrollado otra teoría con etapas similares (2005, Knapp & Vengelisti como se citó en Guerrero & Mongue, 2008). Knapp argumentó que las parejas suelen pasar por cinco etapas de desarrollo de las relaciones. La “etapa iniciación” implica saludos e intercambio superficial de la información. La fase de experimentación las parejas participan en pequeñas platicas para descubrir cosas en común y reducir la incertidumbre. La fase de intensificación se produce cuando las parejas están emocionalmente conectadas y deciden seguir su relación al siguiente nivel. Las parejas románticas en esta etapa se ven ya como una pareja y su red social también los considera como tal. Finalmente la última etapa, la vinculación, se produce cuando las parejas deciden hacer su relación formal, como el matrimonio.

Díaz - Loving (2010) mencionan el ciclo de acercamiento-alejamiento para entender las relaciones humanas, concibieron las relaciones como una serie de paso interlazados, que se dan a través del tiempo donde se determina y define el nivel de acercamiento e intimidad de los miembros de la pareja. Existen trece etapas donde la primera es la relación de extraño/desconocido, en ella la persona percibe y reconoce al otro, pero no se tienen conductas o cogniciones con él de algún tipo de relación o amistad. En esta etapa la información que se tiene es de aspectos físicos y externos, que se puedan ver a simple vista. La segunda etapa es llamada “etapa de conocidos”, una vez que ya se percibe al otro, el sujeto puede pasar a una etapa donde se avalúa al estímulo, y con ello puede categorizar a estas personas como alguien que podría convertirse en un conocido o seguir como extraño. La siguiente etapa es la de “amistad”, donde la persona se introduce más en la relación, donde existe un interés de querer conocer más a la persona, implica una motivación afectiva común a la amistad, en algunos casos una motivación instrumental. Existen sentimiento de intimidad y cercanía pero no aspectos románticos, pasionales o sexuales. Después de la amistad se puede pasar a la atracción, en esta etapa la pareja inicia la construcción de cogniciones inspirada en intereses románticos. Existe un interés por conocer, e interactuar con el otro.

La quinta etapa es de “pasión/ romance”, al conjuntarse la etapa de atracción con alguna forma de satisfacción o excitación, donde el sujeto tiene un mayor cercanía entonces se pasa a la “etapa de amor romántico o amor pasional”. Existe una respuesta fisiológica y una interpretación que define la relación como más cercana. Algunos investigadores le llaman amor romántico (1970, Rubin como se citó en Díaz- Loving, 2010) y otros amor pasional (1978, Walster & Walster como se citó en Díaz- Loving, 2010), la “etapa de afecto e ilusión” lo podemos relacionar con romanticismo, mientras que los aspectos fisiológicos como deseo, entrega, desesperación lo relacionamos con pasión. Cuando la pareja está de acuerdo en continuar dentro de la relación a largo

plazo, se puede hablar de la “etapa de compromiso”, donde se establece como base el amor y se llega al matrimonio o en algunos casos a la unión libre.

Cuando el compromiso se consolida pasa a la “etapa de mantenimiento”, donde la pareja convive a diario a largo plazo. En esta etapa se resuelven las problemáticas presentadas por los hijos, el sustento económico, la familia, etc. Se estabiliza la familia, pero la vida de pareja está llena de cambios, presiones y obligaciones, y por ello las personas pueden sentirse frustradas, enojadas, irritadas o temerosas, al no resolver estos problemas a corto plazo, se puede hacer una relación llena de conflicto. Cuando el mantenimiento no resulta y los problemas son constantes se desarrolla la “etapa de conflicto”. Muchas veces en esta etapa se busca ayuda externa o de algún profesional para resolver los conflictos. Estos conflictos hacen que poco a poco el gusto por interactuar y conocer a la pareja desaparezcan y se va sustituyendo por una estrategia de evitación del contacto, por ello es la acción contraria a la atracción, y se busca evadir al otro miembro de la pareja, por lo tanto se le llama la “etapa de alejamiento y desamor”. Cuando la relación se vuelve insoportable se pasa a la “etapa de separación y olvido”, el descontento de la relación hace que la solución sea el separarse. Una relación en la cual se ha decidido no continuar, se produce un rompimiento legal. Es común que después de la separación se quiera intentar reunirse como pareja, ya que se presenta una situación de soledad, pero con el paso del tiempo se cierra el círculo de la relación y se llega al olvido.

1.3.5.2 Trayectoria de amistad platónica a relación romántica

Cuando la pareja está en la transición de la amistad al romance ya tienen desarrollado un alto nivel de intimidad. Cuando los amigos se encuentran solos tiene la oportunidad de conocerse uno al otro y desarrollan la amistad basada en la intimidad. La pareja tendrá que desarrollar la nueva parte que es la

pasión. La transición de la amistad al romance representa una nueva etapa, aunque la pareja ya tiene establecido parte de la base de la relación romántica (Murstein 1970).

1.3.5.3 Trayectoria de amigos con beneficios a relación romántica

Sucede cuando se tiene sexo con otra persona en más de una ocasión, pero no se tiene la etiqueta de relación romántica. Ocurre entre extraños o simples conocidos sin la expectativa de desarrollar algún tipo de relación. No existen la posesión, ni los celos, debido a que los celos se producen sólo cuando la gente ha desarrollado sentimientos románticos (Mathes & Severa, 1981). Se tiene un acuerdo tácito de no caer en el amor, aunque muchas veces no se cumple este acuerdo. Aunque otros autores (Hughes, 2005; Mongueau, Ramírez y Vorell 2003, como se citó en López, Rivera, Díaz-Loving & Reyes, 2010) proponen que los amigos con beneficios combinan la intimidad psicológica de la amistad con la intimidad sexual de la relación romántica, evitando el aspecto romántico.

La actividad sexual, lo que diferencia a la amistad con los amigos con beneficios, no existe compromiso ni comparten amor romántico (López, Rivera, Díaz-Loving & Reyes, 2010), al existir relaciones románticas existe un incremento de presión en la relación (Sapadin, 1988, como se citó en López, Rivera, Díaz-Loving & Reyes, 2010).

Algunos autores (Reimsan, 1979) consideran que las relaciones románticas van en contra de la amistad, y no se deben involucrar relaciones sexuales. Por otro lado Sprecher y Regan (2002, como se citó en López, Rivera, Díaz-Loving & Reyes, 2010) afirman que los amigos y las relaciones románticas son más similares que diferentes. En ellas existe interdependencia, confianza, compañía, intimidad, compromiso, etc.

En la transición de amigos con beneficios a relación romántica, la pasión ya está desarrollada. Dependiendo de cómo sea el cierre de la amistad, la pareja va a necesitar o no necesitar aumentar el nivel de emoción y comunicación íntima. Es necesario establecer nuevas leyes para que se dé la relación romántica (1983, Berscheid como se citó en Guerrero & Mongue, 2008).

Existe una línea muy delgada entre la amistad y las relaciones románticas, ya que gracias a la cercanía que caracteriza a la amistad, se halla una fuerte predisposición para la entrega completa, conjunto de emociones positivas, facilidad de comunicación, afecto, contacto físico con el otro, disfrute de actividades juntos, aceptación mutua, lo que facilita que aún cuando los amigos con beneficios no estén comprometidos románticamente, tengan actividad sexual (López, Rivera, Díaz-Loving & Reyes, 2010).

Capítulo 2

Intimidad

“La alegría de ver y entender es el más perfecto don de la naturaleza”.

Albert Einstein

2. Intimidad

2.1 Definición

La intimidad es un concepto que viene desde la antigüedad, etimológicamente, la palabra intimidad deriva del latín *intimus*, que tiene como significado interno o profundo. En psicología diversos autores han estudiado la intimidad y por ello existen diversas definiciones de ella. Hendrick & Hendrick (1988, como se citó en Osnaya y Díaz Loving, 2010), propone que la intimidad nos permite entender el grado de cercanía que dos personas logran, es el conjunto entre emociones positivas, la capacidad de comunicar, compartir afecto, proximidad y el contacto físico cercano (López, 2007). Por otro lado Olson y Schaefer (1981) mencionan que la intimidad es un proceso y una experiencia que resulta de la revelación de temas íntimos y de compartir experiencias íntimas, en otros estudios Descutner y Thelen (1991, como se citó en Perlman & Fehr, 1987) señalan a la intimidad como la capacidad de un individuo para intercambiar pensamientos y sentimientos importantes con otra persona con la que se tiene un apego.

Sternberg (1990) propone la Teoría Triangular del amor, donde señala que los tres componentes fundamentales del amor son: Intimidad (I), Pasión (P) y Compromiso (C), el sigue una metáfora geométrica, donde los componentes ocupan los vértices de un supuesto triángulo (ver figura 2).

Figura 2. Modelo de la Teoría triangular del amor

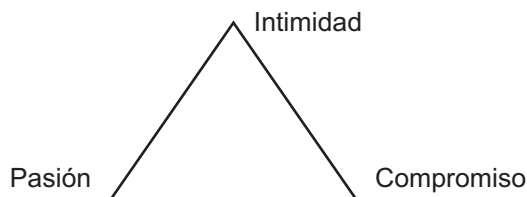


Figura 2. Teoría triangular del amor por Sternberg, 1990, P. El triángulo del amor. Intimidad, pasión y compromiso. Paidós

Así Sternberg (1990) define la intimidad como un elemento del amor, el cual se expresa a través de sentimientos de cercanía y conexión, refuerza el vínculo emocional entre los integrantes de la relación, es el medio de contención, de respuesta y reacción a las acciones de uno de los integrantes por el otro.

Hatfiel (1988, como se citó en Osnaya, 2003) identifica en la intimidad los aspectos cognoscitivos, emocionales o conductuales, donde la parte cognoscitiva son los vínculos de los cónyuges para revelarse ellos mismos y compartir información íntima uno sobre el otro. La intimidad emocional son las emociones intensas que la relación íntima genera en sus participantes; y como el cuidado profundo de uno por el otro. La intimidad conductual fue definida como la búsqueda y el disfrute de las proximidad y el contacto físico cercano.

La intimidad se puede ver como el proceso de poder compartir varias áreas/ aspectos de la relación (Osnaya, 2003). Otros autores también definen a la intimidad como un proceso, como son Olson y Schaefer (1981) diciendo que es un proceso y una experiencia que resulta de la revelar temas íntimos y compartir experiencias íntimas, por lo tanto podemos decir que la intimidad es un proceso mediante el cual se intenta lograr cercanía con otro (Hatfield, 1984), en la que existe afecto, confianza y cohesividad (Prager, 1995).

En este estudio tomaremos la definición de Osnaya (2003), donde define a la intimidad como un proceso entre dos personas, caracterizado por los pensamientos y sentimientos de ser el uno para el otro, compartir círculos sociales, tener relaciones sexuales y sentimientos positivos. Antes de que la pareja empiece a tener relaciones sexuales, hay aceptación, tolerancia y un fortalecimiento continuo de su nexo, lo que ayuda a mantener las relaciones de pareja a través del tiempo como una interacción positiva y satisfactoria.

Los hombres y las mujeres tienen la misma conceptualización de la intimidad (Osnaya, Díaz-Loving y Rivera, 1998). Aunque se encuentra una diferencia en la relación de sus componentes. Para las mujeres tener relaciones sexuales y estar satisfecha, resulta un elemento más allá de la simple sexualidad, y tiene una relación fuerte con el aspecto emocional, sentirse contentas y completas. Si se comparten amistades, afectos, actividad sexual y tiempo juntos, habrá un mayor entendimiento, comprensión y atención a las necesidades de la pareja en la relación, ya que se conocen, dan apoyo emocional, están atentos a lo que le suceda a la pareja, y dan confianza; la pareja sabrá cómo reaccionar antes las necesidades. Existirá el sentimiento de ser el uno para el otro, se puede compartir con otras amistades o actividades, sin tener una competencia, los miembros de la relación se complementan, habrá conocimiento y confianza mutua (Osnaya, 2003).

Otros estudios como el de Ridley (2003) también encuentra ciertas diferencias en cuanto al género, que se observa a través de conductas de interdependencia, como son satisfacción de necesidades y apego emocional; existen diferencias por sexo en cuanto a cómo expresar la intimidad y cuáles son los elementos que buscan los hombres y mujeres en una relación cercana significativa. El estudio de Ridley concuerda con el de Osnaya en que las mujeres piensan que la intimidad significa amor, afecto y la expresión de sentimientos cálidos, mientras que los hombres suponen que significa conducta sexual y cercanía física.

Por otro lado Hook, Gerstein, Detterich y Gridley (2003) encontraron que las mujeres consideran al amor/afecto, la validación personal y la confianza como factores de la intimidad, otra diferencia que han observado es que los hombres prefieren interacciones que impliquen “hacer” más que “ser”, y a diferencia de

las mujeres, prefieren una mayor distancia en las relaciones (Mansfield, McAlister & Collard, 1992). Fischer y Good (1997) hallaron que los hombres con un rol de género de masculinidad reportan un temor a expresar asuntos íntimos.

Al inicio de una relación de pareja hay una tendencia a promover el conocimiento mutuo que permite un nivel de cercanía adecuado para la formación de la pareja, pero conforme transcurre el tiempo la intimidad se transforma en una amenaza a la individualidad y a la independencia (Sánchez, Rivera y Díaz-Loving, 2001). Se ha estudiado que las mujeres obtienen un mayor puntaje en dependencia hacia sus parejas; esto se puede deber a que las costumbres de la cultura donde los rasgos machista provocan que las mujeres tome actitudes de amor sumisión ante su pareja (Noriega y Ramos, 2002).

La intimidad se le puede abordar y estudiar de dos maneras. La primera, como un encuentro consigo mismo, llamada “intimidad personal”, como una expresión de la propia identidad; la segunda, como el encuentro con el otro miembro de la relación, llamada “intimidad interpersonal”, que pretende generar la comprensión, reforzar el vínculo e incrementar el diálogo entre los miembros (Mancillas, 2006).

2.2 Componentes

Diferentes autores han estudiado a los componentes de la amistad, Waring (1981) propone que la intimidad está compuesta por:

- Afecto: grado en que los sentimientos de cercanía emocional son expresados por la pareja.
- Expresividad: grado en el que los pensamientos, creencias, actitudes y sentimientos son comunicados entre los miembros de la pareja.

- Compatibilidad: grado en el que una pareja puede trabajar y tener pasatiempos juntos.
- Cohesión: compromiso en la relación.
- Sexualidad: grado en el que las necesidades sexuales son comunicadas y satisfechas.
- Resolución del conflicto: facilidad con el que las diferencias de opinión son resueltas.
- Autonomía: grado en el que la pareja se relaciona con la familia y los amigos.
- Identidad: Nivel de autoconfianza y autoestima de la pareja.

En su estudio realizado en México, Osnaya (2003) menciona a las características de la intimidad, entre ellas están:

- Apoyo emocional: estar atento a lo que le pasa a la pareja, entender lo que le causa sufrimiento y alegría, alentarla, recurrir a ella y que responda como uno espera; entenderla y comprenderla.
- Experiencia de ser el uno para el otro: Disfrutar de los mismos pasatiempos, pensar que la pareja tiene cualidades que siempre habrían sido buscadas, creer que cuando están juntos son las personas más felices, dedicar gran tiempo a su pareja, descubrir cosas nuevas de ella, muestras de cariño mediante regalos. Complementalidad entre los miembros de la pareja.
- Expresión sexual: Se considera como parte importante de la relación, donde los miembros son sensibles a los deseos sexuales y se excitan con la pareja, buscando nuevas formas de disfrutar las relaciones sexuales. Haciendo no sólo un intercambio pasional, sino que se sientan más unidos a la pareja, ya que se comunica; se habla de las zonas erógenas de cuerpo y de la necesidad del apapacho.

- Aceptación de la pareja (Masters, Jonson & Kolodny, 1991, como se citó en Osnaya, 2003): Aceptar a la pareja con sus defectos y virtudes, por lo que es necesario conocerla. Se resta importancia o se ignoran los defectos de la pareja, quererla es suficiente para aceptarla.
- Compartir círculos sociales: Se disfruta de compartir círculos sociales o amistades de uno o de los dos miembros de la pareja.
- Tolerancia de los defectos (1983, Tolstedt & Stokes, como se citó en Osnaya, 2003): Existe la tolerancia de los defectos de la pareja, en sus actividades y en sus pertenencias.
- Conocimiento y confianza: La pareja reconoce cuando uno está triste; se piden consejos y opiniones.

Sternberg (1990) en su Teoría Triangular del amor, donde la intimidad se refiere a aquellos sentimientos que existen en una relación promoviendo acercamiento, el vínculo y la conexión. Mencionando que la intimidad incluye 10 elementos:

- Deseo de promover a la persona amada: El individuo busca a su pareja y procura mantener su bienestar.
- Sentimientos de felicidad junto a la persona amada: La pareja disfruta del tiempo juntos, acumulando recuerdos con los que pueden contar en tiempos difíciles.
- Gran respeto al ser amado: La persona respeta a su pareja, aunque puede reconocer sus defectos.
- Capacidad de contar con la persona amada en momentos de necesidad: La pareja está presente cuando se le necesita, por ejemplo en tiempos difíciles se puede recurrir a ella.
- Entendimiento mutuo con la persona amada: La pareja se entiende mutuamente, conoce sus debilidades y sus fortalezas, puede responder adecuadamente a los estados emocionales del otro.

- Entrega de uno mismo con la persona amada: Entregar tiempo y posesiones a su pareja, y compartir las posesiones cuando exista la necesidad. Lo más importante compartirse ellos mismo.
- Recepción de apoyo emocional por parte de la persona amada: La persona se siente apoyada por su pareja, especialmente en momentos de necesidad.
- Entrega de apoyo emocional a la persona amada: La persona apoya a su pareja simpatizando con ella y apoyándola en momentos difíciles.
- Comunicación íntima con la persona amada: La pareja es capaz de tener una comunicación profunda y honesta, compartiendo sentimientos íntimos.
- Valoración de la persona amada: La persona siente que su pareja es importante dentro de su vida.

Calderone (1972, como se citó en Cox, 1984) propone que los principales componentes de la intimidad son:

- Elección: Cuando dos personas tiene la decisión de tener una relación cercana, realizan una elección.
- Mutualidad: La relación debe ser mutua para que se pueda desarrollar íntimamente.
- Reciprocidad: Cada miembro de la pareja aporta a la relación y al otro; compartiendo, confiando, expresando sentimientos, etc.
- Confianza: El compartir incrementa la confianza.
- Deleite: Al incrementar la confianza hace que se incremente el deseo de compartir, lo que conlleva a la experiencia del deleite o placer de cada uno de los miembros.

Mancillas (2006) refiere que a la intimidad la integran cinco elementos: interaccional, cognitivo, emocional, sexual y comunicacional.

Podemos concluir que la intimidad está compuesta por múltiples factores, por ello podemos decir que es multidimensional.

2.3 Tipos de intimidad

Olson (1975, como se citó en Schaefer & Olson, 1981) identificó siete tipos de intimidad:

- Emocional: experiencia de cercanía sentimental.
- Social, experiencia de tener amigos en común y similitudes en redes sociales.
- Intelectual: experiencia de compartir ideas.
- Sexual: experiencia de compartir afecto y/o actividad sexual.
- Recreación: Experiencia de compartir hobbies, intereses, deportes, espiritual.
- Espiritual: experiencia de tener un mismo sentido de vida o de la fe religiosa.
- Estética: cercanía que resulta de la experiencia de compartir el gusto por la belleza.
- Más tarde Schaefer junto con Olson (1981) identificaron cinco tipos de intimidad:
 - Intimidad emocional. Se refiere a experimentar sentimientos de cercanía.
 - Intimidad social: Se refiere a la experiencia de tener amigos y actividades sociales comunes.

- Intimidad intelectual: Se refiere a la experiencia de compartir ideas.
- Intimidad sexual: La experiencia de compartir afecto en general y/o actividad sexual.
- Intimidad recreacional: Se refiere a compartir experiencias recreativas.

Warning (1988) mencionó cinco tipos de intimidad:

- Intelectual: Puede ser provocada por un libro, por la contemplación de un cuadro, por escuchar música, por compartir gustos, intereses e ideas con otra persona. La intimidad intelectual puede desembocar la intimidad creativa.
- Espiritual: La interioridad y la meditación desempeñan un papel crucial para el individuo.
- Afectiva: Implica la capacidad de ponerse en el lugar del otro sin perder por ello el propio.
- Corporal.
- Sexual

Dahms (1972, como se citó en Osnaya, 2003) identificó tres tipos de intimidad en las relaciones:

- Emocional
- Física
- Intelectual

Otro tipo de intimidad es la emocional (Cowan & Kinder, 1988), es esencia en el amor y la amistad, es un vínculo estrecho, que se caracteriza por la comprensión y el compartir. Existe un deseo de pasar tiempo juntos, pasatiempos, inquietudes y querer conocer al otro.

2.4 Desarrollo de la intimidad

La intimidad se empieza a desarrollar desde que nacemos, los infantes tienen interacciones íntimas, aunque la mayoría de estas interacciones no son verbales; mientras más joven sea el niño las experiencias se limitarán a tocar, agarrar, acariciar y a la satisfacción de las necesidades básicas. Los niños poco a poco incorporarán la intimidad verbal. Los infantes y los niños también tienen relaciones íntimas, al principio los niños tienen una relación con sus cuidadores principales, los niños hacen de sus relaciones tempranas con los padres una relación íntima; y existe una cohesión. Desde la infancia hasta la niñez media, los niños agregan las capacidades de comunicación para expresar y entender los sentimientos; pueden ser cooperativos y se capaces de tener una negociación, así como ser empáticos. Cada una de estas capacidades tiene el potencial de aumentar y profundizar la intimidad en las relaciones de los niños (Prager, 1995).

Por otro lado Erik Erikson (1993), propone la teoría del desarrollo psicosocial compuesta por 8 etapas: 1) Confianza vs. Desconfianza (desde el nacimiento hasta aproximadamente los 18 meses), 2) Autonomía vs. Vergüenza y duda (desde los 18 meses hasta los 3 años aproximadamente), 3) Iniciativa vs. Culpa (desde los 3 hasta los 5 años aproximadamente), 4) Industria vs. Inferioridad (desde los 5 hasta los 13 años aproximadamente), 5) Identidad vs. Difusión del Rol (desde los 13 hasta los 20 años aproximadamente), 6) Intimidad vs. Aislamiento (desde los 21 hasta los 40 años aproximadamente), 7) Generatividad vs. Estancamiento (desde los 40 hasta los 60 años aproximadamente), 8) Integridad vs. Disgusto Desesperación (desde aproximadamente los 60 años hasta la muerte).

En la sexta etapa, Intimidad vs. Aislamiento (Amor), Erikson menciona que las interacciones sociales son importantes a lo largo de la vida, pero durante

esta etapa alcanza su punto crítico. El adulto joven está dispuesto a fundir su identidad con la de otros, se tiene un anhelo profundo de relacionarse íntimamente con un miembro del sexo opuesto. El individuo está preparado para la intimidad, que la define como la capacidad de entregarse a afiliaciones y asociaciones concretas y de desarrollar la fuerza ética necesaria para cumplir con tales compromisos, aun cuando puedan exigir sacrificios significativos.

Con la intimidad en las relaciones humanas se obtienen otros importantes logros; y por ello no todas las personas son capaces de lograrlo, ya que no se puede formar una relación íntima sin una confianza en el otro.

Erikson acepta la idea de Freud que uno de los signos de madurez es la capacidad de amar (1976, como se citó en DiCaprio, 1989). Para amar se necesita cualidades como: compasión, simpatía, empatía, identificación, reciprocidad y mutualidad. Estos son los aspectos sociales de la personalidad, sin los cuales no puede haber intimidad.

La contraparte de la intimidad es el distanciamiento: La incapacidad de establecer relaciones íntimas satisfactorias deja a las personas con un sentido de aislamiento y extrañeza, aunque la mayoría de las personas tienen una necesidad de amar y de ser amadas. Si estas necesidades no se cumplen surge un sentido de estar incompleto.

Por otro lado Córdova y Scout (2001) mencionan que la intimidad se construye a través de las conductas que cada miembro de la relación expresa y que el otro refuerza; es decir, es un proceso de continuo cambio. En la pareja, la intimidad es un proceso que se va construyendo a través de la interacción de los miembros de la misma (Osmaya, 2003). Mientras una relación va madurando, los miembros de la pareja van revelando más información de sí mismos.

Para desarrollar la intimidad se necesita una actitud positiva, conciencia de las necesidades de ambos y de sí mismo, límites personales claros, individuación, apertura, capacidad de reflexión, igualdad, sensibilidad y autonomía (Go-

leman, 1986). Brehm (1992) menciona que para crear intimidad en una relación cercana y significativa se deben conjugar algunos elementos, tales como la intención y el deseo de hacerlo; un involucramiento emocional y sexual.

Raush, Barry, Hertel y Swain (1974, como se citó en Osnaya, 2003) mencionan que existe una influencia mutua en los miembros de la relación, el comportamiento de A evoca una experiencia de intimidad en B. La experiencia de intimidad de B, causa reciprocidad, lo que promueve que B se comporte íntimamente con A. El comportamiento íntimo de B evoca una experiencia íntima en A, quien continúa con el comportamiento íntimo. Así se construye un sistema de influencias mutuas. Las reacciones emocionales de uno o de otro afectan la manera en que el otro se comporta.

Laurenceau, Pietromonaco y Barret (1998) proponen que para que la intimidad se desarrolle es imprescindible una combinación de autodivulgación y divulgación por parte de los integrantes de la relación. Reis y Shaver (1988, como se citó en Brehm, 1992) plantean que la intimidad es el resultado de un proceso, que se forma cuando una persona comunica personalmente información íntima y reveladora a otra persona.

Smith, Vivian y O'leary, (1990, como se citó en Osnaya, 2003) menciona que puede disminuir la intimidad positiva, las expresiones de afecto y el gusto por fortalecer la intimidad, ya que el tiempo afecta la novedad de la relación y la decremента.

2.5 Beneficios de la intimidad

Tener un acercamiento físico, intelectual y/o emocional con alguien, es una necesidad básica para el ser humano, sentirse cerca del otro, amar, sentirse

querido, cuidar y ser cuidado, son sentimientos que desde pequeños buscamos y necesitamos experimentar (Cox, 1984).

La intimidad tiene efectos positivos en la salud física y psicológica de las personas (Hatfield & Raspón, 1993), ayuda a mantener relaciones satisfactorias y duraderas (Sabini, 1992), promueve el bienestar individual y de pareja. A través de la investigación de Osnaya (2003) se vio que la intimidad en los mexicanos es una interacción placentera, que incluye divulgación de emociones, expresión de sentimientos positivos por parte de la pareja, apoyo, sexualidad, búsqueda del bienestar de la pareja y por mantener la relación de una forma satisfactoria. Aunque la interacción placentera puede disminuir con el conflicto en la relación.

Las relaciones íntimas favorecen la creatividad, productividad e integración emocional, y se le ha asociado con sentimientos de felicidad, alegría, sensación de bienestar, soporte social y satisfacción con la relación. Otros estudios como el de Miller y Lefcourt (1982) hallaron que las relaciones íntimas disminuyen el impacto negativo del estrés. Se ha visto que los hombres y las mujeres que están o estaban en una relación íntima son más felices y sanos (Lowenthal & Haven 1968, como se citó en Schaefer & Olson, 1981). En las relaciones románticas la intensidad de la emoción y las expresiones emocionales aumentan conforme acrece la intimidad (Sánchez, 2009).

Donald Winnicott (1982, como se citó en Pasini, 1992) menciona que las personas con dificultades en los contactos interpersonales son individuos rodeados de una dura coraza que protege un núcleo central, incierto y blando. La intimidad puede ser una fortuna en la relación de pareja, pero puede convertirse en un problema para la pareja si ambos no están en el mismo nivel de conciencia y aceptación de esta realidad (Maquirriain, 1988).

2.6 Intimidad y otras variables

Autodivulgación

Un elemento importante de la autodivulgación es la intimidad, Monsour (1992) menciona que la autodivulgación es el medio por el cual se va desarrollando la intimidad, aunque Archer y Burleson (1980) encontraron que la autodivulgación va disminuyendo conforme el tiempo que se tenga en la relación, ya que ésta es fundamental en el inicio de la relación, porque sirve para incrementar la intimidad y atracción en la relación de pareja.

Aunque la intimidad es recompensante, se ha estudiado que no es tan sencillo que la autodivulgación lleve automáticamente a la intimidad (Myres, 1995).

Satisfacción marital

Robinson y Blanton (1993; como se citó en Rosen-Grandon, Myers & Hattie, 2004) encontraron que las características que afectan a la satisfacción marital son la intimidad, compromiso, comunicación, congruencia, compartir una misma orientación religiosa, reciprocidad, amor, entendimiento, paciencia y responsabilidad. Cote y Roy (1996) estuvieron de acuerdo que la intimidad es importante en la satisfacción marital, también mencionan que la personalidad de cada miembro de la pareja, las condiciones de vida, y la comunicación también son importantes.

Por su lado Merves-Okin, Amidon y Bernt (1991) mencionan que la intimidad es fundamental en las relaciones de pareja y se encuentra estrechamente ligada a la satisfacción marital ya que aspectos como: la confianza, el respeto, la tolerancia, la comprensión, la expresión verbal y entendimiento mutuo; ocurren en una relación sea valorada como satisfactoria pues refuerzan sentimientos positivos respecto al otro, enriquecen el vínculo, promueven la comunicación abierta, la autodivulgación y el compartir entre la pareja; siendo los mejores

predictores de la satisfacción en la pareja, las actitudes hacia la intimidad de los miembros de la pareja.

Similitud

Cook y Jones (2007) observaron que las parejas con un estilo de identidad similar tienen una mayor intimidad que aquellas parejas con estilos de identidad diferentes.

Cuando se cree que se tiene cierta similitud con su pareja en aspectos como la capacidad para comunicar o la autodivulgación, la persona percibe intimidad en su relación (Laurenceau, Pietromonaco & Barret, 1998).

2.7 Nivel de intimidad

La interacción y el nivel de intimidad en las relaciones varían dependiendo las necesidades y las preocupaciones del individuo (Prager, 1995). El nivel de intimidad influye tanto en la percepción de qué tan feliz se es dentro de la relación como en el involucramiento que los integrantes manifiestan para hacer funcionar la relación de la que dependen emocionalmente (Greff & Malherbe, 2001).

Campbell (1989) menciona cinco etapas de la intimidad por las que atraviesa las parejas:

- El idilio: etapa en la cual la pareja crea dependencia, ambos tienen fe en el futuro.
- La lucha del poder: en la cual hay diferencias y dificultades, hay desunión, se fantasea con obtener el poder por medio de la manipulación, la fuerza, la amenaza, etc.
- Estabilidad: comienza con el perdón, es la etapa de aceptación, negocian sus diferencias.

- Compromiso: la pareja acepta la realidad y los fallos de su relación, aprenden a manejar la tensión y los conflictos.
- Creación conjunta: en la cual la pareja aplica al mundo lo que ha aprendido en las etapas previas, la pareja hace trabajos creativos y compartidos.

Isabel, y Sinuhé (2006) vieron la intimidad en las diferentes etapas del matrimonio basándose en las 4 etapas del ciclo de la familia de Rodgers (sn, como se citó en Isabel & Sinuhé, 2006):

- Primera etapa: Es el inicio del matrimonio y por lo tanto se empiezan a conocer y establecer los procesos de comunicación.
- Segunda etapa: Se da en los primeros años, se forman las bases en el cual se mejora y profundiza la comunicación.
- Tercera etapa: Son los años medios del matrimonio, afirmación y preparación, se comparten aspectos intelectuales y emocionales. Se re-examina los supuestos de la comunicación y los supuestos contenidos que se comparten.
- Cuarta etapa: vejez, consolidación y celebración, donde la comunicación es utilizada para examinar y compartir los aspectos positivos y negativos del matrimonio como una preparación para la pérdida de la pareja y vivir solos.

Isabel, y Sinuhé (2006) concluyeron que los matrimonios sin hijos presentan una mayor intimidad que los matrimonios con hijo, las parejas que están pasando por el proceso del nido vacío presentan una intimidad menor en comparación a las otras etapas. Por consiguiente los matrimonios sin hijos tienen mayores expectativas hacia su pareja que los matrimonios en las otras etapas.

En las primeras dos etapas se tiene una mayor intimidad que en la tercera y cuarta etapa, la intimidad en la primera es mayor que en la segunda.

Las parejas sin hijos o hijos pequeños o adolescentes tienen mayor intimidad que las parejas con hijos adultos o en el nido vacío. Este fenómeno se debe a que mientras los hijos estén en casa, existe una aparente intimidad, donde los esposos platican sobre temas que tienen que ver con los hijos; cuando estos se van ya no existen estos temas. Las parejas con menos años de convivencia tienen mayores expectativas con respecto a su pareja, a diferencia de los matrimonios con más años de matrimonio.

Para mantener la intimidad Mancillas (2006) propone mantener cinco áreas:

- Nivel de cercanía física, tener atención a la pareja, y dedicar tiempo y espacio que se comparta con la pareja.
- Compartir significados, pensamientos y sentimientos de manera exclusiva entre los miembros de la pareja.
- Expresar sentimientos positivos como negativos, es necesario que entre los miembros de la pareja exista un vínculo afectivo de calidez, el cuál incluye preocupación, apoyo, responsabilidad e intercambio de eventos significativos, como parte del establecimiento y desarrollo de la comunicación intramarital.
- Intimidad sexual, vista como una interacción activa, de disfrute sexual entre sus integrantes e implica la expresión de deseos, erotismo y atracción sexual, de manera no verbal.
- Diálogo abierto, con claridad y libre expresión.

Así concluimos que la comunicación es el medio ideal para generar, alimentar y mantener una relación íntima.

2.8 Barreras en la intimidad

Aunque como hemos visto la intimidad es recompensante, algunas personas la rechazan; algunas de las razones por las cuales lo hacen es por el miedo al rechazo por las otras personas. Cuando una persona es lastimada por otra, hace más difícil que esa persona se abra y vuelva a formar una relación de intimidad (Cox, 1984). Otra razón es la baja autoestima o la falta de confianza en sí mismo puede hacer que una persona rechace la intimidad (Cox, 1984). Cuando la pareja tiene problema y alguno de los miembros se enoja, esa persona puede reprimir el enojo, al pasar esto la intimidad va desapareciendo, ya que se pierde la confianza en la pareja y sin ella no puede haber intimidad (Cox, 1984).

Hatfield (1984) menciona seis razones por las cuales las personas pueden alejarse de las relaciones íntimas.

- Miedo de cometer errores frente al otro.
- Miedo del abandono.
- Miedo a experimentar ataques de enojo.
- Miedo a la pérdida de control.
- Miedo de tener impulsos autodestructivos si el individuo desencadena sus propios sentimientos.
- Miedo de perder la individualidad.

Más tarde Pasini (1992) describe que a la intimidad se le tiene miedo por diferentes motivos:

- Miedo a la fusión: La intimidad provoca en algunos momentos un debilitamiento relativo de los límites de sí mismos, ya que implica riesgo aun cuando sea limitado en el tiempo y en el espacio, de fundirse con el otro.

- Miedo de ser descubierto: La intimidad impone el abandono de la coraza que protege nuestro núcleo íntimo, sede del pudor y de la vergüenza: mientras más compartimos intimidad, más el otro tiene acceso a nuestras cosas secretas.
- Miedo de entregarse: Cuando una persona ha experimentado una relación íntima importante, y luego ha sido abandonada. Es posible sentir miedo de entregarse en alguna otra relación.

Capítulo 3

Incertidumbre

“La incertidumbre es una margarita cuyos pétalos no se terminan jamás de deshojar”

Mario Vargas Llosa

3. Incertidumbre

3.1 Definición

A lo largo de nuestra vida tendemos a tomar decisiones, algunas más importantes que otras, por ejemplo cada mañana decidimos cómo nos vamos a vestir, qué desayunar, entre otras cosas; aunque existen decisiones más importantes como qué carrera estudiar o en qué trabajar. En la juventud una decisión importante es a quien vamos a escoger de pareja. Todas estas decisiones implican incertidumbre y riesgos (Weber & Johnson, 2008).

Distintas ciencias han estudiado la incertidumbre, por ejemplo en probabilidad se refiere a la situaciones donde la probabilidad de resultados diferentes, no puede ser expresa con precisión matemática (Frank Knight, sn como se citó en Weber & Johnson, 2008). En psicología diversos autores han estudiado la incertidumbre, por ejemplo Weber y Johnson (2008) proponen que en el mundo social existe incertidumbre que surge de nuestra capacidad limitada para predecir el comportamiento de los demás, Goldman (1986) sugiere que la incertidumbre es un estado de indecisión que resulta de la continua competencia entre las alternativas, ocurre cuando las personas no son capaces de describir, predecir o explicar sus actitudes o comportamientos (Berger & Bradac, 1982).

La incertidumbre puede ser una amenaza, que la gente en general siente la necesidad de eliminar o encontrar la manera de hacerlo tolerable y manejable cognitivamente (Sorrentino & Roney, 1986), las normas culturales y valores pueden ayudar a manejar o tolerar la incertidumbre (Van Den Bos & Van Prooijen, 2001). Es necesario reducir la incertidumbre ya que muchas investigaciones confirman que es un factor de estrés (Greco & Roger, 2002).

Lipshitz y Strauss (2002) siguieron que la incertidumbre tiene tres características esenciales:

- Es subjetiva (cada personas puede tener diferentes dudas en la misma situación).
- Es incluida (forma dudas)
- Se conceptualiza la incertidumbre a partir de sus efectos sobre la acción (indecisión y demoras)

3.2 Teoría de tomas de decisión bajo incertidumbre

El tema de la toma de decisiones bajo riesgo y la incertidumbre ha fascinado a los investigadores del comportamiento humano, a los filósofos, a los economistas encargados de predecir reacciones de la gente a los cambios fiscales, y la elección arriesgada criterio de selección que las personas que buscan optimizar al toma de decisiones ha sido objeto de teóricos y la investigación empírica durante siglos (Machina, 1992). Aunque estos temas solían ser para los economistas los psicólogos empezaron a interesarse en ellos.

La toma de decisiones es la selección entre varias alternativas, y constituye por lo tanto la esencia de la planeación. No puede existir un plan si no se ha tomado una decisión, un compromiso de recursos, dirección o prestigio. Todas las decisiones se toman en condiciones de al menos cierto grado de incertidumbre y cierto riesgo (Koontz & Weihrich, 2004). La incertidumbre es un sentimiento de duda que impide o retrasa la acción (Grandori, 1984).

El economista Frank Knight (sn, como se citó en Weber & Johnson, 2008) fue el primero en hacer una distinción conceptual entre las decisiones de bajo riesgo y en condiciones de incertidumbre. El riesgo se refiere a las situaciones donde la toma de decisiones sabe con certeza las probabilidades matemáticas de los posibles resultados de alternativas de elección. La incertidumbre se

refiere a situaciones donde la probabilidad de resultados diferentes, no puede ser expresa con precisión matemática (Weber & Johnson, 2008).

En situaciones de toma de decisión bajo incertidumbre se cuenta con apenas una frágil base de información, se ignora si ésta es o no confiable y priva un alto grado de inseguridad respecto de la probabilidad de que la situación cambie o no. Resulta imposible evaluar las interacciones entre las diversas variables (Koontz & Weihrich, 2004).

Para reducir la incertidumbre en la toma de decisiones Smithson (2010) propone reducir la ignorancia como sea posible mediante la obtención de información y comprensión, tener suficiente información y responder adecuadamente al medio ambiente. Koontz y Weihrich, (2004) proponen que para una mejor decisión pueden estimarse las probabilidades objetivas de cierto resultado con base en, por ejemplo, modelos matemáticos. Por otra parte, también puede usarse la probabilidad subjetiva, basada en el juicio o la experiencia.

Shafir, Simonson y Tversky (1993) sugieren que las personas toman decisiones bajo riesgo mediante la construcción de convincentes argumentos cualitativos que justifican sus decisiones. Al contrario de Hogarth y Kunreuther (1995) que sugieren que las personas toman decisiones en la ignorancia, es decir sin información sobre las probabilidades y utilidades de los posibles resultados. Las tomas de decisiones tratan de reducir la incertidumbre mediante la recopilación de información adicional, aunque hay veces que la incertidumbre no se puede reducir de esa manera.

Klein (1993) plantea la acción obligada, requiere que las personas toman decisiones para responder una serie de preguntas ¿Qué clase de situación es?, ¿Qué clase de persona soy? y ¿Qué es apropiado para mí en esta situación?, una vez resueltas estas dudas, la persona toma la decisiones más apropiada para la situación.

3.3 Incertidumbre en la pareja

Varios autores se han dedicado a estudiar la incertidumbre en la pareja, Berger y Bradac (1982) mencionan que la incertidumbre es la falta de confianza acerca de como procederá un encuentro interpersonal, implica la imposibilidad de describir, explicar y predecir el comportamiento dentro de la interacción. Para Knobloch y Solomon (1999; 2002b) la incertidumbre relacional es nivel de confianza que las personas tienen de sus percepciones acerca de su participación dentro de una relación interpersonal. Sunnafrank (1990) sostuvo que la incertidumbre viene de la incapacidad para anticipar las posibles recompensas y los costos de interacción con la pareja. Debido a que la gente está motivada para maximizar sus resultados en las relaciones, que tratan de predecir los posibles beneficios y perjuicios de las interacciones presentes y futuras. Ellos utilizan esta información para decidir si y cómo continuar la relación (Sunnafrank 1990). Personas que carecen de información de evaluación puede ser incapaz de determinar si la relación ofrece beneficios suficientes para mantenerse.

Existe una relación importante de la incertidumbre relacional y las relaciones románticas (Knobloch, Solomon & Cruz, 2001), ya que el objetivo fundamental de las personas dentro de la interacción es lograr la comprensión interpersonal (Berger & Bradac, 1982). La incertidumbre también influye en varios aspectos importantes del desarrollo de las relaciones (Knobloch & Solomon, 2002b), la confianza, los conflictos (Siegert & Stamp, 1994), disminuye la atracción como el gusto (Berger & Calabrese 1975), en los eventos para el bienestar de las relaciones (Afifi & Metts, 1998), los celos (Afifi & Reichert; 1996), la incertidumbre puede producir estrés, ansiedad y fatiga en las relaciones cercanas (Berger, 1987). El distanciamiento de la pareja y las conductas de evitación están relacionados con niveles altos de incertidumbre (Knobloch & Solomon, 2003). Berger y Bradac (1982, p. 13) consideran que “con el fin de una rela-

ción de continuar, es importante que las personas involucradas en la relación constante actualización de su base de conocimientos acerca de sí mismos, sus relaciones con la pareja, y su relación”.

La incertidumbre de la pareja por lo general surge en situaciones de poca información acerca de las actitudes, valores y preferencias de la pareja (Berger, 1979), también eventos específicos pueden causar incertidumbre relacional (Knobloch & Solomon, 2002b). Berscheid (1983) menciona que a los inicios de la relación se presenta un alto grado de incertidumbre, ya que no son capaces de predecir la conducta del otro, así como tampoco sus emociones, motivaciones y cogniciones, habrá interrupciones en la relación hasta que se llegue al conocimiento mutuo.

Berger (1997) argumenta que las relaciones pueden ser vistas como sistemas de intercambio de información que se debe reducir la incertidumbre con el fin de sobrevivir. Berger y Bradac (1982) proponen que la incertidumbre disminuye a lo largo del desarrollo de las relaciones, los niveles de incertidumbre son dinámicos dentro de una estrecha relación (Afifi & Metts, 1998). Cuando la incertidumbre es baja, aumenta la confianza y por lo tanto la estabilidad de la relación disminuyendo los celos (Knobloch, Solomon & Cruz, 2001).

Debido a que la gente está motivada para maximizar sus resultados en las relaciones, tratan de predecir los posibles beneficios y pérdidas de las interacciones presentes y futuras. Ellos usan la información que tiene para decidir si y cómo continuar la relación (Sunnafrank, 1990). Las personas que carecen de información para evaluación puede ser incapaces de determinar si la relación ofrece beneficios suficientes para mantenerse. De esta manera, la evaluación de la relación puede constituir un aspecto de la incertidumbre. Cuando los individuos evitan hablar de su relación, la incertidumbre relacional aumenta (Knobloch & Theiss, 2011).

Las personas están expuestas a experimentar incertidumbre durante la transición de una relación casual a una relación de compromiso (Berscheid, 1983, como se citó en Knobloch, Solomon & Cruz, 2001), este aumento de la incertidumbre caracteriza a esta etapa de transición, se deriva de tener que renegociar los niveles de interdependencia y ajustar las expectativas de la relación, es necesario determinar el nuevo comportamiento apropiado (Baxter, 1987). En esta etapa, las preguntas sobre el compromiso mutuo son relevantes (Afifi & Burgoon, 1998). Una vez que la pareja ha establecido compromiso mutuo, la incertidumbre desaparece (Aune, Aune, & Buller, 1994). Eventos relacionados en el inicio de la relación producen incertidumbre y fuertes reacciones de emoción y cognición (Knobloch & Solomon 2002a).

La autodivulgación se encuentra relacionada con la incertidumbre (Afifi & Metts, 1998). Se han identificado cinco estrategias de comunicación cuando existe incertidumbre relacional episódica (Knobloch y Solomon, 2003):

- La primera estrategia se dividió en dos dimensiones, la primera dimensión se enfoca a la evasión, evade directamente el tema del evento, se refiere a evitar la conversación sobre el episodio de incertidumbre en la relación. La segunda dimensión habla de las conductas destructivas y constructivas.
- La segunda estrategia son las conductas de integración, tales como las discusiones tranquilas y preguntas directas.
- La tercera estrategia consta de los comportamientos de distribución, como gritar y pelear.
- La cuarta estrategia son las conductas de cercanía, como pasar más tiempo con la pareja.
- La quinta estrategia son los comportamientos de distanciamiento, como no hacerle caso a la pareja o ignorarlo.

La intimidad está fuertemente ligada al tipo de estrategia que utilizan las parejas cuando tienen incertidumbre relacional episódica (Knobloch, 2005), se asocia negativamente con la estrategia de evasión (Knobloch & Solomon, 2002b) y distanciamiento y se relaciona positivamente con las estrategias de cercanía y de integración (Knobloch, 2005).

Las personas que tiene incertidumbre relacional puede optar por participar en pláticas para buscar información sobre su relación (Knobloch & Theiss, 2011), aunque en las relaciones de pareja las personas que tienen incertidumbre prefieren evitar las conversaciones directas sobre los eventos inesperados (Knobloch & Solomon, 2002b), los sentimientos de celos (Theiss & Solomon, 2006) y los comportamientos irritantes de su pareja (Theiss & Solomon, 2006b), los individuos se sienten motivados a adquirir conocimiento de la relación cuando se sienten seguros (Berger & Calabrese, 1975). Existen teorías que proponen una relación menos directa entre la incertidumbre relacional y la comunicación, por ejemplo la teoría del valor predicho plantea que los individuos que experimentan incertidumbre deben buscar información solo cuando creen que las recompensas serán mayores que los costos (Sannafrank, 1990). La teoría de incertidumbre de la gestión propone que las personas deben trabajar para preservar la incertidumbre cuando se tiene un resultado no deseado (Brashers, 2001). La teoría de la gestión de la información sostiene que los individuos deben aplicar la información sólo cuando creen que pueden hacerlo de una manera correcta (Afifi & Weiner, 2004). Estas teorías afirman que los individuos con incertidumbre relacional, no siempre están motivados a reducirla.

Los individuos experimentaron niveles de incertidumbre relación por encima de su promedio personal, informaron que sienten una amenaza a ellos mismos, a su relación y evitar hablar sobre temas de relación. En otras palabras, las personas pueden no estar dispuestas a hablar de su relación cuando se

enfrentan con una mayor incertidumbre relacional. Las personas intentan protegerse reemplazando su deseo de obtener información cuando no están seguros sobre el estado de su relación (Knobloch & Theiss, 2011). La incertidumbre relacional puede evitar que la pareja se comuniquen, que a su vez ayuda a que la incertidumbre sea mayor (Knobloch & Theiss, 2011). Los individuos pueden experimentar incertidumbre relacional y evitar hablar de la relación de su propia voluntad, pero la gente parece reconocer cuando su pareja está teniendo dudas o se muestra distante a discutir los temas (Knobloch & Theiss, 2011).

Investigaciones demuestran que la incertidumbre es perjudicial o favorable para una relación íntima, un gran nivel de incertidumbre puede causar el fin de la relación (Siegert & Stamp, 1994), pero la incertidumbre puede ser una parte importante del mantenimiento de la relación (Baxter & Wilmot, 1985). Por ejemplo, mientras se establecen las normas de comportamiento, la incertidumbre puede añadir novedad y la emoción de los eventos diarios (Baxter & Montgomery, 1996), aunque la incertidumbre sobre el futuro de la relación puede poner en peligro la estabilidad (Berger, 1997). Del mismo modo, dudas en uno mismo puede añadir una sensación de misterio e intriga a las relaciones cercanas, mientras que las dudas de pareja puede promover sentimientos de inseguridad y celos., es decir aunque las personas desean certeza en las relaciones íntimas, también la incertidumbre y el valor de la novedad (Baxter & Montgomery, 1996). Otras investigaciones sugieren que el aburrimiento es una de las razones por las que se pone fin a las relaciones de pareja (Baxter, 1986). White (1980) en su investigación observó que el 24% de los participantes de su estudio trató de dar celos a su pareja con el fin de incrementar la incertidumbre y a su vez captar su atención. La incertidumbre relacional también es benéfica para la relación, ya que promueve sentimientos de romance, participación en nuevas actividades y atención de la pareja, por ellos es necesario llegar a un nivel adecuado de seguridad (Knobloch & Solomon, 2003).

3.4 Tipos de incertidumbre

Hay diferentes tipos de incertidumbres, Mass, Van den Bos & Lind (2002) mencionan la incertidumbre de información, y se obtiene a partir de la formación de juicios sociales, que implica tener menos información disponible para poder formar un juicio social de una manera segura. Otro tipo de incertidumbre es la incertidumbre personal que consiste en los sentimientos implícitos y explícitos que la gente experimenta como consecuencia de no estar seguro acerca de sí mismos, (De Cremer & Sedikides, 2005) por ejemplo con su imagen propia, las actitudes personales, aspiraciones, creencias, emociones, o conocimiento de sí mismo.

Van den Bos, Euwema, Poortvliet, y Maas (2007) proponen que la incertidumbre personal es un factor determinante de la forma en que las personas reacciona a las situaciones.

Por otro lado Weber y Jonson (2008) mencionan que existen dos tipos de incertidumbre:

- Incertidumbre aleatoria: Es la incertidumbre acerca de los sucesos futuros que se debe al cambio en los sistemas físicos, biológicos o sociales. Por ejemplo la incertidumbre por los resultados de un sorteo.
- Incertidumbre epistémico: resulta de la falta de conocimiento acerca de las cantidades o procesos identificados con un sistema. Por ejemplo no conocer el nivel de cloro de la piscina.

3.4.1 Tipos de incertidumbre en la pareja

En las relaciones de pareja también existen diferentes tipos de incertidumbre, Knobloch y Solomon (1999) identifican cuatro tipos de incertidumbre:

- Incertidumbre a las normas de comportamiento: se refiere a la incertidumbre sobre que comportamiento es aceptable y no aceptable en la relación.
- Incertidumbre de reciprocidad: comprende la incertidumbre sobre si el otro tiene sentimientos recíprocos.
- Definición actual de la relación: la incertidumbre ocurre cuando las personas experimentan incertidumbre sobre la naturaleza o el estado de la relación.
- Incertidumbre sobre el futuro de la relación, es la incertidumbre sobre el compromiso y la dirección hacia dónde va la relación.

Afifi y Reichert (1996) investigaron los diferentes tipos de incertidumbre que pueden existir en las relaciones cercanas. Por ello dividieron la incertidumbre en dos formas:

- Incertidumbre general acerca de las actitudes de la pareja.
- Incertidumbre en el estado de relación asociados con el compromiso de la pareja al noviazgo.

Por su parte Berger (1979) distingue entre la parte conductual y cognitiva de la incertidumbre en las interacciones interpersonales. Considera que la incertidumbre conductual se refiere a no saber qué decir o hacer en la interacción, la incertidumbre cognitiva deriva de no saber el contenido concreto (Berger, 1979).

Las personas pueden experimentar dudas sobre el estado de la relación, de ellas mismas o de la pareja. La incertidumbre sobre el estado de una relación es más difícil de reducir que la incertidumbre acerca del individuo (Berger & Bradac, 1982). La incertidumbre cognitiva en las relaciones íntimas puede abarcar una falta de comprensión de la relación como una asociación única. Este aspecto de la incertidumbre relacional sugiere una falta de consenso sobre el estado de la relación (Baxter & Montgomery, 1996; Baxter & Wilmot,

1985). La incertidumbre sobre la definición de la relación podría deberse a influencias externas fuera del control de los participantes. La definición de los participantes de la relación podría ser obstruida por la tensión intrínseca, si tienen la sensación que no existe igualdad en el compromiso (Baxter, 1987; Baxter & Wilmot, 1985) o si la relación está pasando por un período de transición (Baxter & Wilmot, 1985).

De igual forma Knobloch y Solomon (2002a) proponen tres tipos de incertidumbre en la pareja:

- Incertidumbre de la participación del propio individuo en la relación, ejemplo ¿Cómo me siento en esta relación?
- Incertidumbre en la participación de la pareja en la relación, ejemplo ¿Cómo se siente mi pareja en la relación?
- Incertidumbre en la naturaleza de la relación: ¿Cuál es el estado actual de la relación?

La incertidumbre propia o de la pareja se trata de la preocupación de los individuos, la incertidumbre de la relación dirige sus dudas a la pareja como unidad (Berger & Bradac, 1982), surge de eventos específicos, a esta incertidumbre la definiremos como incertidumbre relacionada.

Incertidumbre de la relación, las personas pueden experimentar dudas sobre el estado de la relación, aparte de la incertidumbre ya sea uno mismo o la pareja (Berger & Bradac, 1982). La incertidumbre acerca de la relación es fundamentalmente diferente a la incertidumbre sobre el individuo, porque se centra en la pareja como una unidad, puede ser relativamente más difícil reducir (Berger & Bradac, 1982).

3.5 Teoría de la reducción de la incertidumbre

La teoría de la reducción de la incertidumbre (URT por sus iniciales en inglés Uncertainty Reduction Theory) establece que la incertidumbre es un fenómeno relevante para la comunicación interpersonal (Berger & Bradac, 1982), es una teoría que explica el comportamiento comunicativo en relaciones interpersonales; en términos de incapacidad de un individuo para comprender la propia actitud de su pareja, sentimientos y comportamiento. La URT sugiere que el yo (self), la pareja (partner) y la relación (the relationship) forman las tres fuentes de la incertidumbre en las relaciones (Knobloch & Solomon, 1999), en necesario reducir estas incertidumbre ya que el objetivo fundamental de las personas dentro de interacción es lograr la comprensión interpersonal (Berger & Bradac, 1982).

De acuerdo con URT, la incertidumbre de la pareja surge de la imposibilidad de predecir las actitudes de la otra persona y el comportamiento dentro de la interacción (Berger & Bradac, 1982); es decir, la incertidumbre de la pareja implica una falta de conocimiento acerca del compañero como un individuo (Berger, 1979), y surge en situaciones de la falta de información acerca de las actitudes de la pareja creencias, valores y preferencias (Berger, 1997)

URT distingue entre los problemas conductuales y cognitivos como el contenido de la incertidumbre en las interacciones interpersonales (Berger, 1997). Mientras que la incertidumbre del comportamiento se refiere a no saber qué decir o hacer en una interacción, la incertidumbre cognitiva deriva de no conocer el contenido concreto (Berger, 1979). La incertidumbre cognitiva también puede tomar la forma de preguntas acerca de las metas para la relación. Otra forma de la incertidumbre cognitiva está relacionada con la manera en que los miembros de la pareja entiende la definición de la relación (Berger, 1979); la incertidumbre cognitiva en las relaciones íntimas pueden abarcar una falta de comprensión de la relación como una asociación única. Por el contrario la

incertidumbre del comportamiento debe ser evidente en la incertidumbre sobre las normas para el comportamiento apropiado. Dependiendo de la cultura las reglas de los participantes cambian (Baxter, 1987), a veces, este proceso de construcción de una identidad de la relación se caracteriza por la duda sobre la conducta adecuada (Baxter & Bullis, 1986). La forma correcta de actuar y los límites de la acción son las preguntas que pueden surgir cuando las personas no entienden las reglas de comportamiento dentro de la relación. Por ello la incertidumbre del comportamiento puede ser incluida en duda acerca de la conducta normativa en asociaciones íntimas, la incertidumbre cognitiva puede ser evidente en las preguntas sobre el valor de la relación.

La teoría de la reducción de la incertidumbre sostiene que los individuos se esfuerzan por predecir y explicar las circunstancias sociales (Berger & Calabrese, 1975). Uno de sus principios básicos es que las personas que sufren incertidumbre están motivadas para obtener información a través de estrategias pasivas, activas e interactivas (Berger, 1979). Por ello la teoría propone que las personas que carecen de información acerca de su relación deben trabajar en ella, para reducir la incertidumbre (Berger & Bradac, 1982).

Reducir la incertidumbre mediante la recopilación de información es a menudo problema en el mundo. En muchas ocasiones la información simplemente no está disponible. En otras ocasiones la información es ambigua o engañosa, hasta el punto de ser inútil (Feldman y March, 1981). Finalmente, la recopilación de información adicional no ayuda a la calidad de decisión cuando la incertidumbre es muy alta (Fetrickson y Mitchell, 1984); para reducir la incertidumbre se necesita recopilar información adicional antes de tomar una decisión (Hastie & Dawes, 2010) o aplazar las decisiones hasta que haya información adicional disponible.

3.6 Modelo de turbulencia relacional

El modelo de turbulencia relacional intenta explicar la intensidad con la cual las relaciones cambian (Knobloch, 2007). Knobloch & Theiss (2010) expanden la teoría a tres bloques diferentes: (1) La turbulencia de las trayectoria de las citas (Solomon & Knobloch, 2001), (2) enfocado exclusivamente a las experiencias de los miembros de la pareja (Knobloch, 2007) y (3) predicción de la turbulencia (Knobloch, 2007).

El modelo empieza con la premisa que los individuos encontraran confusión durante la transición en sus relaciones románticas (Solomon & Knobloch, 2001; Knobloch, 2007), la transición son periodos de discontinuidad entre la etapa de la relación marcada por los cambios en la definición de las personas de la relación y en sus pautas de comportamiento (Rapaport, 1963). Los individuos experimentan emociones intensas, cogniciones extremas y conducta celosa en la transición de la relación (Solomon & Knobloch, 2004).

El modelo explica la incertidumbre relacional proponiendo que los individuos experimentan confusión durante la transición de su relación (Knobloch, 2007) porque no están seguros acerca de su relación, también habla la interferencia de que causan los miembros de la pareja, los individuos tienen turbulencia durante la transición porque interrumpen unos a otros sus rutinas diarias (Solomon & Knobloch, 2001).

Los individuos que están entrando a una relación de compromiso se encuentran en turbulencia (Solomon & Knobloch, 2001; Knobloch, 2007), también cuando la pareja tiene en una semana confusión, enojo, tristeza y miedo las pareja tendrá más incertidumbre relacional e interferencia a la semana siguiente (Knobloch & Theiss, 2010). Este modelo abarca aspectos tanto cognitivos, emocionales y conductuales.

El modelos de turbulencia nombra a la incertidumbre relacional y a la interferencia de la pareja como dos mecanismos que contribuyen a la turbulencia relaciona, que se define como una mayor reacción emocional, cognitiva y de comunicación en la relación (Knobloch, 2007).

El modelo de emociones en la pareja (ERM) propone que las personas realizan sus rutinas diarias como una secuencia de hábitos para lograr sus objetivos como pueden ser alimentarse, descansar, trabajar, etc., la personas se vuelvan vulnerables a interrupciones inesperadas (Madler, 1975). ERM identifica dos caminos en que la pareja puede interrumpir las rutinas diarias (Knobloch & Solomon, 2004):

- La interferencia de la pareja: Ocurre cuando la interrupción de la pareja impide lograr el objetivo.
- Facilitación de la pareja: Ocurre cuando la interrupción de la pareja facilitar lograr el objetivo.

La interferencia de la pareja está ligada a comportamientos inadecuados y destructivos, que impiden las metas individuales de cada miembro de la pareja y esto hace que experimenten turbulencia. Esta interferencia está relacionada con experiencias de confusión, la interferencia de la pareja se asocia positivamente con su propia interferencia lo que causa emociones negativas, aunque la interferencia de uno mismo no predice confusión y emociones negativas en la pareja (Knobloch & Theiss, 2010), esto puede atribuir a que las personas son más conscientes de cómo su pareja obstaculiza sus propias metas, como el mismo obstaculiza las metas de la pareja (Malle, Knobe & Nelson 2007, como se citó en Knobloch & Theiss, 2010), otra razón es que las personas esconden sus molestias por la interrupción.

MTC propone que en las relaciones románticas la pareja aprende a minimizar la interferencia y a maximizar la facilitación, cuando las personas tienen su

primera cita son completamente autónomos, por lo tanto la intimidad es baja, y la gente no tiene muchas oportunidades para alterar la conducta del otro, así la interferencia es limitada, sin embargo las personas comienzan a asimilar las rutinas del otro, las citas se van haciendo más íntimas y por lo tanto existe mucha más posibilidad de interferir en el otro. Con el aumento de la intimidad las personas deben aprender a proporcionar facilitación en las rutinas de su compañero. La interferencia causa emociones negativas (Solomon & Knobloch, 2001), mientras que la facilitación tiene una relación positiva con la intimidad (Solomon & Knobloch, 2001).

3.7 Incertidumbre e intimidad

La incertidumbre y la intimidad en las relaciones tiene una fuerte relación. (Knobloch & Solomon, 2002b). La incertidumbre es provocada por eventos específicos que varían en función de la intimidad (Knobloch & Solomon, 2002b).

La intimidad disminuye los niveles de emoción negativa como la agresión, el conflicto y la incertidumbre, la disminución de la incertidumbre es un componente para que la relación progrese (Knobloch & Solomon, 2002b).

El modelo de turbulencia relacional pone atención a la transición de salidas informales a una relación formal (Figura 3). Los cambios en la intimidad proporcionan una manera estable de la transición de salidas informales a una participación más seria (Knobloch, 2007). El modelo de turbulencia relacional caracteriza a la intimidad como un indicador del desarrollo de la relación.

En altos niveles de intimidad la pareja experimenta pocos procesos de turbulencia, durante la transición de citas a una relación se tiene un nivel medio de intimidad (Solomon & Knobloch, 2001), cuando existe un alto nivel de intimidad la turbulencia desaparece.

Figura 3. Modelo de turbulencia relaciona en el desarrollo de las citas.

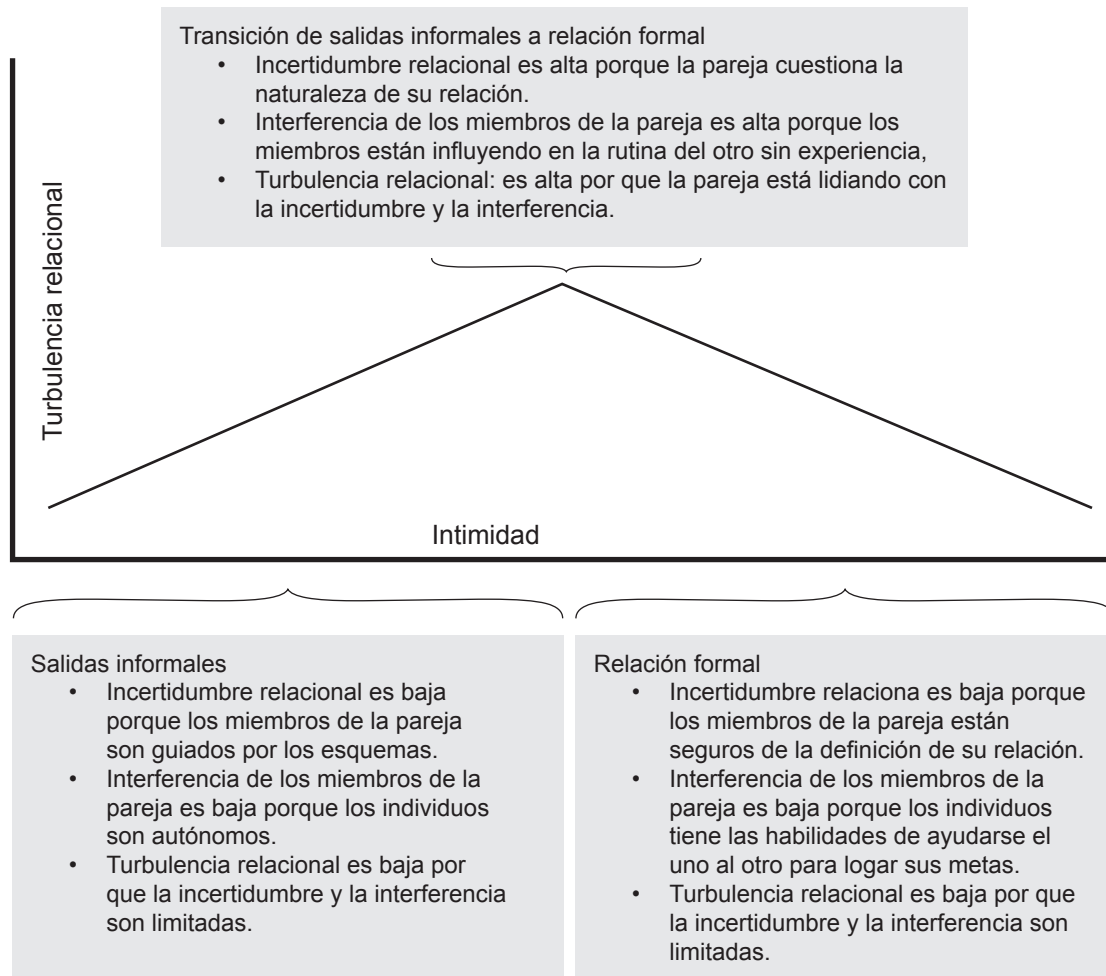


Figura 3. Modelo de turbulencia relaciona en el desarrollo de las citas por Solomon & Knobloch 2001 en Knobloch & Donovan-Kichen, 2006. P. 366. Perceived involvement of network members in courtships: A test of the relational turbulence model. Personal Relationships

Las relaciones con niveles bajos de intimidad se caracterizan por ser casuales, superficiales y los miembros de la pareja son independientes del otro, al contrario de las relaciones con altos niveles de intimidad se tiene un compromiso mutuo, emociones intensas y una relación dependiente, en niveles medianos de intimidad existe una mayor incertidumbre que en bajos y altos niveles de intimidad (Solomon & Knobloch, 2001).

Aunque más tarde Knobloch y Donovan-Kichen (2006) observaron que en las citas con baja intimidad existe una alta incertidumbre y baja interferencia, y facilitación ya que los miembros no interactúan tanto, mientras que en niveles con una intimidad media existe incertidumbre e interferencia por parte de la pareja, en las relaciones con intimidad alta suelen ser tranquilas, reportan niveles altos de facilitación, baja incertidumbre e interferencia y altos niveles de percepción de utilidad del compañero (figura 4).

Figura 4. Relación entre intimidad, incertidumbre relacional, facilitación e interferencia de la pareja.

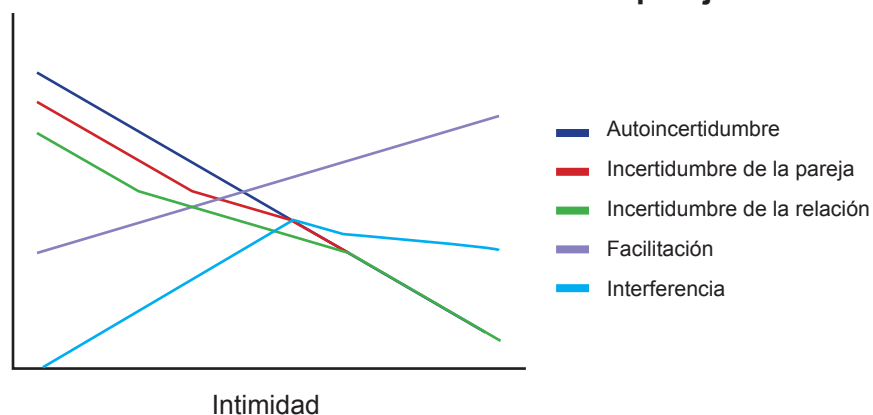


Figura 4. Relación entre intimidad, incertidumbre relacional, facilitación e interferencia de la pareja por Knobloch & Donovan-Kichen, 2006. P.376. Perceived involvement of network members in courtships: A test of the relational turbulence model. *Personal Relationships*

La razón por la cual existe alta incertidumbre en niveles bajos de intimidad es porque las personas carecen de información básica acerca del otro como características de personalidad, actitudes y preferencias (Solomon & Knobloch, 2001).

A pesar de que se desarrolla la intimidad siempre existirá una cierta cantidad de incertidumbre que estará presente en las relaciones (Baxter & Montgomery, 1996).

Capítulo 4

Método

Planteamiento del problema

Justificación

El estudio sobre las relaciones de pareja cada día han tomado mayor importancia e interés, esta importancia se debe a que la mayoría de las personas de nuestra cultura tiene pareja o el plan de tener en su vida a una y vivir con ella, pero para ello se debe pasar primero por una etapa de noviazgo. Las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el desarrollo de las personas. El contacto con otros miembros de la especie es necesario para el desarrollo psicológico y social. Por ello en el desarrollo de un adulto tanto la amistad como la formación de la pareja son elementos importantes, una parte de la identidad se forma por ser miembro de una pareja relativamente estable (Craig, 2001).

Erickson menciona (1993) que los adultos jóvenes necesitan y desean intimidad, establecen compromisos profundos con los demás, por ello se forman las amistades y el noviazgo. Las relaciones interpersonales tienen una gran intensidad en la juventud; la amistad y el interés por el sexo opuesto se solidifican y complejizan en este periodo. La edad adulta representa una etapa de muchos cambios, en esta etapa se debe de buscar una forma de ingreso y una familia con quien compartir los logros, sin embargo, el establecer una familia no es algo fácil, por ello es importante estudiar cómo se empiezan una relación y como se desarrolla el noviazgo para más tarde formar una familia (Torres, 2007).

La pareja en la juventud es un lazo interpersonal de conducta, afecto y emociones que se establecen a partir de un compromiso y exclusividad, que adquiere un significado para la pareja y la sociedad. Las relaciones de pareja se pueden tornar insatisfactorias, produciendo emociones negativas, estrés,

frustración, celos, tristeza, infidelidad, aunque puede tener emociones contrarias cuando la relación es satisfactoria siendo cálida, recompénsate, estable e íntima.

Para muchas personas el logro de la intimidad con una persona del otro sexo llegando a ser una pareja estable es una de las principales metas de la vida, indica madurez y adultez, así como realización y logro personal (Rage, 1997). Frankl (1988) menciona que el amor es la última y más elevada aspiración del hombre, considerando que el amor es uno de los elementos más importantes que el ser humano necesita para vivir en armonía con él mismo.

Al intentar y convivir con otra persona surge la intimidad, siendo un proceso de relevancia de compartir experiencias íntimas, por el cual se va a lograr la cercanía con la otra persona (Osnaya, 2000). Al convivir con otra persona también se crea la incertidumbre, siendo la imposibilidad de predecir las actividades, valores y preferencias de la otra persona, su comportamiento, compromiso y sentimiento dentro de la relación, duda sobre el estado y futuro de esa relación y no saber que decir o hacer en la interacción, durante este proceso existen diferentes cambios como: cognitivos, emocionales, biológicos y del comportamiento (Torres, 2007).

Para poder mejorar las relaciones de pareja es necesario aumentar la intimidad y disminuir la incertidumbre, ante eso es importante estudiar estos dos factores como se comportan, en este estudio se buscara su relación, durante el proceso de noviazgo.

Para lograr realizar este estudio es importante crear un instrumento que mida incertidumbre en la pareja, ya que actualmente los estudios sobre incertidumbre y las escalas que lo miden han sido realizados en el extranjero, por lo cual no es apropiado aplicarlas ya que las normas culturales cambian dependiendo del país.

Pregunta de investigación

¿Cómo se vincula la intimidad y la incertidumbre en hombres y mujeres y qué relación hay con el tiempo en el noviazgo?

Objetivo

Investigar la relación entre la intimidad y la incertidumbre en los meses de duración del noviazgo.

Objetivos específicos

- Investigar el nivel de intimidad durante el noviazgo en hombres y mujeres.
- Investigar el nivel de incertidumbre de la pareja durante el noviazgo en hombres y mujeres.
- Evaluar la relación entre intimidad y el nivel de incertidumbre que se tiene durante el noviazgo dependiendo del tiempo de relación

Hipótesis:

- Existen diferencias entre la intimidad e incertidumbre en el noviazgo entre hombres y mujeres.
- Existe una relación entre la intimidad e incertidumbre en el noviazgo.
- El tiempo cambiará el nivel de intimidad e incertidumbre en la pareja.

Ho: No existen diferencias entre la intimidad e incertidumbre en el noviazgo en hombres y mujeres.

Ha: Existen diferencias entre la intimidad e incertidumbre en el noviazgo en hombres y mujeres.

Ho: No hay relación entre la intimidad e incertidumbre en el noviazgo.

Ha: Hay relación entre la intimidad e incertidumbre en el noviazgo.

Ho: No existe una relación entre tiempo de noviazgo y el nivel de intimidad e incertidumbre en la pareja.

Ha: Existe una relación entre tiempo de noviazgo y el nivel de intimidad e incertidumbre en la pareja.

Variables

Dependiente:

Intimidad

Conceptual: Proceso que se construye a través de la interacción de los miembros de la pareja, que es caracterizado por sentimientos y los pensamientos de ser el uno para el otro compartir círculos sociales, tener relaciones sexuales, hay aceptación, tolerancia y un fortalecimiento continuo de su nexo (Osnaya, 2003).

Operacional: Conjunto de respuestas de los participantes en la escala de Intimidad de Osnaya (2003), donde se mide apoyo emocional, ser el uno para el otro, aceptación, amistad con otras personas/o parejas y tolerancia.

Clasificación:**Incertidumbre**

Conceptual: Imposibilidad de predecir las actividades, valores y preferencias de la otra persona, su comportamiento, compromiso y sentimiento dentro de la relación (Berscheid, 1983). Duda sobre el estado y futuro de esa relación y no saber que decir o hacer en la interacción (Berger, 1997; Knobloch & Solomon).

Operacional: Puntaje obtenido por los participantes en la Escala de Incertidumbre de la pareja que se creó para la investigación, que comprenden las áreas de incertidumbre de reciprocidad, incertidumbre de las normas de comportamiento e incertidumbre del futuro de la relación y la definición de la relación.

Categóricas:

Sexo

Tiempo de relación

Tipo de estudio

El estudio fue transversal y correlacional.

Muestra

El muestreo fue no probabilístico, intencional. Participaron 191 personas, 100 mujeres (52.4%) y 91 hombres (47.6%), de 16 a 25 años con $\bar{x}=21.24 \pm 1.85$, con una relación de noviazgo heterosexual, tiempo de relación vario de un mes a 84 meses $\bar{x}= 23.07 \pm 20.33$.

Instrumentos

Intimidad

Se utilizó el instrumento de Intimidad (Osnaya, 2003), conformado por 32 reactivos a calificar en una escala de uno a cinco: (1) Totalmente en desacuerdo, (2) en desacuerdo, (3) ni en acuerdo ni en desacuerdo, (4) de acuerdo y (5) totalmente de acuerdo. En el instrumento se incluyeron datos sociodemográficos (sexo, edad, tipo de relación y tiempo de relación).

Se conforma por siete factores: Apoyo emocional, ser el uno para el otro, sexualidad, emociones precedentes al sexo, aceptación, amistad con otras personas/o parejas y tolerancia. La escala tiene un alfa .9035 y una varianza total explicada de 58.8%.

Incertidumbre

Se desarrolló un instrumento para medir incertidumbre, conformado por 25 reactivos. Es una escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta (1) Totalmente en desacuerdo, (2) en desacuerdo, (3) ni en acuerdo ni en desacuerdo, (4) de acuerdo y (5) totalmente de acuerdo. Obtuvo un alfa de .941 y una varianza explicada total de 54.784%, dividido en 3 factores. En el instrumento se incluyeron datos sociodemográficos (sexo, edad, tipo de relación y tiempo de relación).

Procedimiento

Se aplicaron los instrumentos de manera individual a los participantes que cumplieron con las características deseadas, de la Cd. México, respondieron las escalas de manera voluntaria, se hizo énfasis en que los datos proporcionados son confidenciales y anónimos. Se encontraron los participantes en Ciudad Universitaria y en diferentes plazas comerciales de la ciudad.

Capítulo 5

Resultados

Validación de la escala de incertidumbre

A partir de la literatura revisada se crearon 31 reactivos, con el fin de medir incertidumbre en la pareja en cuatro áreas (Knobloch & Solomon, 1999): Incertidumbre a las normas de comportamiento, incertidumbre de reciprocidad, definición actual de la relación e incertidumbre sobre el futuro de la relación. Para comprobar si los reactivos discriminan se realizó una *t* de Students para muestras independientes (ver tabla 1), para que los reactivos discriminaran se necesitaba una significancia menor a .05.

Fueron eliminadas las preguntas No sé cuánto durará nuestra relación, No sé hasta dónde llegará la relación y No sé qué pasará más adelante con mi relación.

Posteriormente se realizó un análisis factorial ortogonal para saber cuál es el total de la varianza explicada (ver tabla 2) y poder obtener los factores. Se obtuvieron tres factores con una varianza explicada de 54.784%. Se realizó un análisis de matriz de componentes rotados (ver tabla 2) para determinar que reactivo va en cada factor. Los reactivos Sé que mi comportamiento es adecuado cuando estoy con mi pareja, Sé cuál es el estado actual de mi relación, No sé cómo se comportará mi pareja en la siguiente cita fueron eliminadas ya que las primeros dos cayeron en el cuarto factor y el tercer reactivo en el quinto factor.

Se obtuvo el Alfa de los reactivos que se conservaron y con cada uno de los factores, con lo que se concluye que el Alfa total es de .941 con 25 reactivos, primer factor tiene un $\alpha=.901$ con 10 reactivos, el segundo factor $\alpha=.858$ con 9 reactivos y el tercer factor $\alpha=.812$ con 6 reactivos (Ver tabla 3). El primer reactivo se nombró Incertidumbre de la reciprocidad, el segundo Incertidumbre de las normas de comportamiento y el tercero Incertidumbre sobre el futuro de la relación y la definición de la relación.

Tabla 1. Prueba t para muestras independientes para la Escala de Incertidumbre.

Reactivos	Sig	gl	t
Tengo duda sobre si mi pareja siente lo mismo que yo	.000	140	-6.21
Sé que mi comportamiento es adecuado cuando estoy con mi pareja	.000	141	-4.52
Sé cuál es el estado actual de mi relación	.000	67.24	-5.46
Está relación durará para siempre	.001	139	-3.56
No sé cómo se comportará mi pareja en la siguiente cita	.001	141	-3.48
Sé que le gusta hacer a mi pareja cuando salimos	.000	139	-5.74
Mi pareja está tan comprometida como yo	.000	141	-6.81
No sé qué decir cuando estoy con mi pareja	.000	141	-6.93
No sé que son las cosas que le molestan a mi pareja	.000	141	-4.92
Aún no definimos nuestra relación	.000	68.53	-7.08
Sé que mi relación será duradera	.000	141	-4.04
Mi pareja y yo tenemos las mismas metas dentro de la relación	.000	141	-6.30
Tengo duda sobre que debo de hacer cuando estoy con mi pareja	.000	67.03	-7.80
Me siento tranquilo en ésta relación	.000	58.09	-6.31
Sé cuáles son las intenciones de mi pareja en la relación	.000	64.92	-5.93
Sé que lleno las expectativas de mi pareja	.000	141	-5.58
Mi pareja busca lo mismo que yo en la relación	.000	141	-6.17
Soy una buena pareja para él o ella	.000	141	-.607
Tengo dudas sobre los gustos y preferencias de mi pareja	.001	140	-.3.53
Tengo la certeza de conocer a mi pareja	.000	66.26	-7.50
Sé que mi pareja es sincera	.000	64.73	-5.79
Me siento nervioso cuando estoy con mi pareja	.000	139	-5.71
Tengo duda sobre los sentimientos de mi pareja	.000	141	-6.78
No sé cuánto durará nuestra relación	.758	141	-.30
Sé qué momento es adecuado abrazar a mi pareja	.000	141	-5.43
No sé hasta dónde llegará la relación	.150	141	-1.44
Tengo duda sobre las intenciones de mi pareja dentro de la relación	.000	141	-9.64
Tengo duda sobre si soy lo que mi pareja espera	.000	140	-8.19
No sé qué pasará más adelante con mi relación	.057	141	-1.91
No sé si mi pareja está tan involucrada como yo en la relación	.000	141	-8.23

Nota: Las significarías >.05 están marcadas en negritas

Tabla 2. Análisis Factorial de la Escala de Incertidumbre.

Reactivos	Factor1	Factor 2	Factor 3
No sé si mi pareja está tan involucrada como yo en la relación	.729	.236	.089
Sé que mi pareja es sincera	.765	.138	.087
Tengo duda sobre si mi pareja siente lo mismo que yo	.663	.237	.101
Sé cuáles son las intenciones de mi pareja en la relación	.729	.234	.049
Sé que lleno las expectativas de mi pareja	.640	.158	.149
Tengo duda sobre los sentimientos de mi pareja	.578	.435	.024
Mi pareja busca lo mismo que yo en la relación	.657	.015	.219
Tengo duda sobre las intenciones de mi pareja dentro de la relación	.556	.473	.243
Mi pareja está tan comprometida como yo	.609	.175	.101
Sé qué momento es adecuado abrazar a mi pareja	.445	.338	-.062
Tengo dudas sobre los gustos y preferencias de mi pareja	.188	.745	.056
No sé que son las cosas que le molestan a mi pareja	.141	.657	.146
No sé qué decir cuando estoy con mi pareja	.184	.667	.050
Me siento nervioso cuando estoy con mi pareja	.084	.662	.003
Sé que le gusta hacer a mi pareja cuando salimos	.253	.643	-.047
Tengo duda sobre que debo de hacer cuando estoy con mi pareja	.424	.665	.134
Soy una buena pareja para él o ella	.373	.416	.024
Tengo la certeza de conocer a mi pareja	.394	.418	.099
Tengo duda sobre si soy lo que mi pareja espera	.391	.407	.203
Sé que mi relación será duradera	.320	-.005	.471
Esta relación durará para siempre	.224	.006	.586
Mi pareja y yo tenemos las mismas metas dentro de la relación	.350	.053	.544
Sé que la relación funcionará	.226	.123	.417
Aún no definimos nuestra relación	.250	.120	.410
Me siento tranquilo en esta relación	.146	.128	.407

Nota: Factor de ponderación >.40 en negritas.

Tabla 3. Tabla descriptiva del factorial de la Escala de Incertidumbre.

	Factor 1	Factor 2	Factor 3
Varianza explicada	26.28	18.50	9.75
Rango	2.50	2.67	4.20
Media	2.73	3.26	2.93
Desviación estándar	.323	.427	.755
Alfa	.901	.858	.812

Análisis psicométrico de la escala de Intimidación (Osnaya, 2003)

La escala original se conformó por 32 reactivos con una respuesta tipo Likert de 5 tipos de respuestas (1 totalmente en desacuerdo, 2 en desacuerdo, 3 ni en acuerdo ni en desacuerdo, 4 de acuerdo y 5 totalmente de acuerdo), con el propósito de que los participantes escogieran la respuesta que mejor describiera a su relación.

Se realizó una *t* de Students para muestras independientes con el fin de comprobar que reactivos discriminaban (ver tabla 4), todos los reactivos discriminaron con una significancia menor a .05.

Todos los reactivos fueron significativos por lo tanto ninguno fue eliminado.

**Tabla 4. Prueba t para muestras independientes
para la Escala de Intimidad.**

Reactivos	Sig	gl	t
Aliento a mi pareja en todo momento.	.000	53.00	-7.46
Estoy atento(a) a lo que le pasa a mi pareja.	.000	65.81	-8.40
Recurro a mi pareja y ella responde como yo espero.	.000	97	-9.29
Mi pareja me comprende.	.000	76.54	-9.69
Le doy apoyo emocional a mi pareja.	.000	92.47	-6.94
Entiendo los sufrimientos y alegrías de mi pareja	.000	75.24	-9.30
Siento que mi pareja realmente me entiende.	.000	68.99	-12.34
La mayor parte de mi tiempo la dedico a mi pareja.	.000	92.47	-7.62
Los regalos entre nosotros son muestra de que nos queremos.	.000	97	-10.34
Pienso que somos el uno para el otro.	.000	81.52	-11.3
No hay alguien que esté más feliz que nosotros cuando estamos juntos.	.000	97	4.60
Mi pareja tiene todas las cualidades que siempre busqué en una pareja.	.000	97	-6.77
Cada día conozco algo nuevo de mi pareja.	.000	96.08	-9.53
Disfruto las mismas actividades recreativas que disfruta mi pareja.	.000	97	-8.51
Procuró ignorar los defectos de mi pareja.	.000	97	-3.78
Le resto importancia a los defectos de mi pareja.	.000	97	-6.09
Querer a mi pareja es suficiente para aceptarla	.000	97	-6.71
Mi pareja y yo tenemos amigos en común.	.000	96.44	-4.04
Mucho de los amigos más cercanos a mi pareja también son mis amigos más cercanos.	.000	97	-5.27
Disfruto que compartamos el tiempo con otras parejas.	.000	95.4	-5.53
Aunque las actividades de mi pareja no me gusten, las comparto.	.000	81.28	-8.02
A mi pareja le permito hacer uso de mis pertenencias.	.000	76.54	-9.69
Reconozco las cualidades de mi pareja, aunque sus defectos sean más grandes.	.000	97	-6.77
Tolero los defectos de mi pareja aunque me molesten.	.000	88.64	-8.21

Se realizó un análisis factorial ortogonal para obtener la varianza explicada y los factores que tiene la escala, el resultado fue 62.879% de varianza explicada. Se realizó un análisis de matriz de componentes rotados (ver tabla 5) para determinar que reactivo va en cada factor, se obtuvieron cinco factores (ver tabla 5).

Se eliminado el reactivo Cada día conozco algo nuevo de mi pareja ya que no tuvo una carga factorial mayor a .40.

Se obtuvo el alfa de Crombachs con cada uno de los factores, con lo que se concluye que el Alfa total es de .898 con 23 reactivos, el primer factor obtuvo un $\alpha=.878$ con 5 reactivos, el segundo factor $\alpha=.882$ con 6 reactivos, el tercer factor $\alpha=.747$ con 4 reactivos, el cuarto factor $\alpha=.715$ con 5 reactivos y el quinto factor $\alpha=.748$ con 3 factores. Los nombres de la escala se quedaron igual que en la escala original pero algunos reactivos se cambiaron de factor. Los reactivos se llaman ser el uno para el otro, apoyo emocional, aceptación, tolerancia y amistad con otras personas y/o parejas.

Tabla 5. Análisis Factorial de la Escala de Intimidad.

Reactivos	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Factor 5
Pienso que somos el uno para el otro	.789	.319	.154	.193	.060
La mayor parte de mi tiempo lo dedico a mi pareja	.787	.407	.302	.222	.067
No hay alguien que esté más feliz que nosotros cuando estamos juntos	.784	.173	.072	.033	.024
Los regalos entre nosotros son muestra de que nos queremos	.742	.366	.392	.158	.123
Mi pareja tiene todas las cualidades que siempre busqué en una pareja	.672	.430	.113	.184	.004
Mi pareja me comprende	.251	.714	.321	.104	.193
A mi pareja le permito hacer uso de mis pertenencias	.256	.707	.342	.157	.142
Estoy atento(a) a lo que le pasa a mi pareja	.174	.705	.362	.166	.017
Entiendo los sufrimientos y alegrías de mi pareja	.287	.612	.309	.119	.139
Aliento a mi pareja en todo momento	.230	.581	.301	.344	-.011
Siento que mi pareja realmente me entiende	.256	.513	.342	.157	.142
Disfruto las mismas actividades recreativas que disfruta mi pareja	.113	.396	.741	.331	.051
Le doy apoyo emocional a mi pareja	.091	.134	.687	.208	.059
Querer a mi pareja es suficiente para aceptarla	.107	-.093	.663	.238	.126
Recurro a mi pareja y ella responde como yo espero	.214	.191	.493	.073	.096
Procuro ignorar los defectos de mi pareja	.060	-.044	-.042	.741	.096
Le resto importancia a los defectos de mi pareja	.196	.005	-.088	.687	.080
Tolero los defectos de mi pareja aunque me molesten	.181	.099	.182	.663	-.101
Reconozco las cualidades de mi pareja, aunque sus defectos sean más grandes	.041	.007	.245	.493	.009
Aunque las actividades de mi pareja no me gusten, las comparto	.037	.164	.367	.741	.057
Mi pareja y yo tenemos amigos en común	.264	.089	.025	.100	.849
Mucho de los amigos más cercanos a mi pareja también son mis amigos más cercanos.	.073	.023	.035	-.033	.842
Disfruto que compartamos el tiempo con otras parejas	.152	.306	.169	.225	.665

Nota: Factor de ponderación >.40 en negritas.

Tabla 6. Tabla descriptiva del factorial de la Escala de Intimidad.

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Factor 5
Varianza explicada	16.68	14.93	12.33	9.74	9.18
Rango	3.09	4.00	4.00	3.60	4.00
Media	3.68	4.19	4.08	3.54	3.60
Desviación estándar	.937	.737	.739	.741	1.06
Alfa	.878	.882	.747	.715	.748

Diferencias entre hombres y mujeres en la intimidad e incertidumbre

Para medir si existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres se realizó una T de Student, los resultados mostraron que el único factor que fue diferente entre los sexos fue la incertidumbre de las normas de comportamiento ($F_{189}=2.09$; Sig.=.038), en la tabla 7 se muestran las medias, las mujeres tienen mayor incertidumbre de las normas de comportamiento que los hombres.

Tabla 7. Medias de hombres y mujeres en la incertidumbre de las normas de comportamiento.

	Media
Hombres	3.04
Mujeres	3.13

Relación entre intimidad e incertidumbre

Con el fin de conocer la relación que existe entre la intimidad e incertidumbre se llevó a cabo un análisis correlacional de Pearson.

La tabla 8 muestra los resultados obtenidos en las correlaciones de Intimidad, incertidumbre y el tiempo que la pareja ha permanecido junta. Se puede observar que existe una relación pequeña entre la intimidad y la incertidumbre de $-.411$, lo que significa que mientras más intimidad haya en la relación tendrán menos incertidumbre.

Tabla 8. Correlaciones de las escalas de intimidad e incertidumbre.

	Tiempo en meses	Intimidad	Incertidumbre
Tiempo en meses		.006	.001
Intimidad			-.535**
Incertidumbre			
<i>M</i>	2.41	3.85	2.80
<i>D.E.</i>	1.137	.598	3.208

* $p \leq 0.05$ ** $p \leq 0.01$

Se hizo la correlación separando a los hombres de las mujeres. Se observó en los hombres (ver tabla 9) como en las mujeres (ver tabla 9) existe una correlación negativa entre intimidad e incertidumbre lo que nos indica que a mayor intimidad habrá menos incertidumbre.

Tabla 9. Correlaciones entre intimidad e incertidumbre

	Tiempo en meses	Intimidad	Incertidumbre	<i>M</i>	<i>D.E.</i>
Tiempo en meses		-.038	.126	2.52	1.123
Intimidad	.058		-.498**	3.84	.599
Incertidumbre	-.119	-.574**		2.80	.303
<i>M</i>	2.30	3.87	2.79		
<i>D.E.</i>	1.148	.600	.340		

Nota: Las correlaciones para los hombres (n=91) se presentan abajo de la diagonal y las correlaciones para las mujeres (n=100) aparecen arriba de la diagonal. Las medias y las desviaciones estándar para los hombres se presentan en las filas horizontales, y las medias y desviaciones estándar para las mujeres se presentan en las columnas verticales.

* $p \leq 0.05$ ** $p \leq 0.01$

En la tabla 10 podemos observar que para las mujeres el tiempo solo es significativo en la incertidumbre de las normas de comportamiento, al pasar el tiempo la incertidumbre de las normas del comportamiento aumenta. El factor de apoyo emocional tiene una relación positiva con los demás factores de la escala de intimidad, ser el uno para el otro, aceptación, amistad con otras personas y/o parejas, tolerancia, y con la incertidumbre de las normas de comportamiento, pero tiene una correlación negativa con la incertidumbre de la reciprocidad e Incertidumbre sobre el futuro de la relación y la definición de la relación. Cuando las mujeres tienen pensamientos de ser uno para el otro tendrán más aceptación hacia sus parejas, más amigos en común, más tolerancia, menos incertidumbre de reciprocidad, sobre el futuro de la relación y la definición de la relación.

De igual manera la aceptación se correlaciona positivamente con la amistad con otras parejas y/o personas, la tolerancia, y la incertidumbre de las normas de la relación pero es inversamente proporcional a la incertidumbre de reciprocidad y la incertidumbre sobre el futuro de la relación y su definición.

El factor de amistad con otras personas y/o parejas difiere ya que solo se correlaciona negativamente con la incertidumbre sobre el futuro de la relación y su definición.

Sí la incertidumbre de reciprocidad baja en las mujeres también bajara la incertidumbre sobre el futuro de la relación y su definición

En el caso de los hombres a diferencia de las mujeres el tiempo no es significativo en ningún factor (ver tabla 10).

Se puede observar que el apoyo emocional se correlaciona con los pensamientos de ser el uno para el otro, la aceptación y la tolerancia que se tiene hacia su pareja, los amigos en común que tenga la pareja y la incertidumbre de las normas de comportamiento, al aumentar el apoyo emocional bajara la incertidumbre sobre el futuro de la relación y su definición. De igual modo si se tiene pensamientos de ser el uno para el otro tendrá aceptación y tolerancia y bajara la incertidumbre de reciprocidad y la incertidumbre sobre el futuro y la definición de la relación.

El hombre si acepta a su pareja tendrá más amigos con ella y tolerancia y menos incertidumbre sobre el futuro y la definición de la relación. Igual que en las mujeres la amistad con otras personas y/o parejas solo tiene una correlación negativa con la incertidumbre sobre el futuro de la relación y su definición.

Mientras el hombre tenga tolerancia tendrá menos incertidumbre de la reciprocidad, sobre el futuro de la relación y su definición. Los hombres difieren de las mujeres en que ellos mientras menos incertidumbre de reciprocidad tengan tendrán menos incertidumbre de las normas de la relación aunque concuerdan con las mujeres en que tendrán menos incertidumbre sobre el futuro de la relación y su definición.

Tabla 10. Correlaciones de los factores de las escalas de intimidad e incertidumbre.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	M	D.E.
1. Tiempo en meses		.028	.121	-.071	-.082	-.263**	.107	.247*	-.107	2.52	1.123
2. Apoyo emocional	.026		.696**	.745**	.426**	.260**	-.222*	.277**	-.692**	4.23	.746
3. Ser el uno para el otro	.104	.594**		.534**	.227*	.233*	-.226*	.149	-.670**	3.66	.904
4. Aceptación	.025	.636**	.575**		.385**	.274**	-.450**	.321**	-.612**	4.09	.725
5. Amistad con otras personas y/o parejas	-.095	.200	.190	.215*		.145	-.058	.149	-.304**	3.61	1.104
6. Tolerancia	.081	.416**	.429**	.494**	.147		-.052	-.140	-.127	3.49	.770
7. Incertidumbre de reciprocidad	-.179	-.201	-.374**	-.202	-.133	-.321**		.150	.335**	2.69	.309
8. Incertidumbre a las normas de comportamiento	.156	.212**	-.070	.096	.135	-.114	.245*		-.113	3.14	.375
9. Incertidumbre sobre el futuro de la relación y la definición de la relación	-.202	-.513**	-.726**	-.527**	-.293**	-.350**	.411**			2.96	.788
M	2.87	4.22	3.70	4.06	3.60	3.62	2.80	3.04	2.91		
D.E.	1.148	.727	.977	.759	1.031	.709	.331	.473	.720		

Nota: Las correlaciones para los hombres (n=91) se presentan abajo de la diagonal y las correlaciones para las mujeres (n=100) aparecen arriba de la diagonal. Las medias y las desviaciones estándar para los hombres se presentan en las filas horizontales, y las medias y desviaciones estándar para las mujeres se presentan en las columnas verticales.

* $p \leq 0.05$ ** $p \leq 0.01$

Diferencias entre intimidad e incertidumbre respecto al tiempo de relación

Con el propósito de conocer si el tiempo de la relación aumenta o baja la intimidad e incertidumbre se realizó un análisis de varianza de una vía. Se dividió la muestra en cuartiles dependiendo del tiempo que llevan de relación, el primer grupo va de los 0 a los 6 meses, el segundo grupo va de 7 a 18 meses, el tercer grupo de 19 a 36 meses y el último grupo de 37 meses o más.

Al hacer el análisis de varianza se obtuvo una significancia en la incertidumbre de las normas del comportamiento ($F_{3, 189} = 4.422$; Sig. = .005), es decir el único factor que tiene una diferencia significativa entre sus grupos es la incertidumbre de las normas de comportamiento. Posteriormente se realizó una prueba de Post Hoc (ver tabla 11) para saber en qué grupo era la diferencia, se observa en el único grupo que es estadísticamente significativo es la incertidumbre de las normas del comportamiento en el grupo de 0 a 6 meses ($\bar{x} = 3.02$) con el grupo de 37 a más meses ($\bar{x} = 3.91$).

Tabla 11. Prueba Post Hoc de Incertidumbre de las normas de comportamiento.

	Post Hoc Scheffe		Sig
Incertidumbre a las normas de comportamiento	0-6 meses	7-18 meses	.988
		19-36 meses	.275
		37 o más meses	.014
	7-18 meses	0-6 meses	.988
		19-36 meses	.526
		37 o más meses	.059
	19-36 meses	0-6 meses	.275
		7-18 meses	.526
		37 o más meses	.616
	37 o más meses	0-6 meses	.014
		7-18 meses	.059
		19 a 36 meses	.616

En la tabla 12 se muestran las medias generales de cada factor, en el factor de incertidumbre de las normas del comportamiento se puede observar que mientras más meses de relación tengan la incertidumbre de las normas del comportamiento va aumentando.

Tabla 12. Medias de los factores de las escalas de Intimidad e incertidumbre.

		Media
Intimidad		3.85
Apoyo emocional		4.19
Ser el uno para el otro		3.68
Aceptación		4.08
Amistad con otras personas y/o parejas		3.60
Tolerancia		3.54
Incetidumbre		2.79
Incetidumbre de reciprocidad		2.73
Incetidumbre a las normas de comportamiento	0-6 meses	3.02
	7-18 meses	3.04
	19-36 meses	3.09
	37 o más meses	3.91
	Total	3.26
Incetidumbre sobre el futuro de la relación y la definición de la relación		2.93

Se volvió hacer un análisis de varianza separando a los hombres de las mujeres, en el caso de los hombres ningún factor fue estadísticamente significativo, en la tabla 13 se muestra las medias generales.

Tabla 13. Medias de los factores de las escalas de Intimidad e incertidumbre en hombres.

	Media
<i>Intimidad</i>	3.87
Apoyo emocional	4.22
Ser el uno para el otro	3.70
Aceptación	4.06
Amistad con otras personas y/o parejas	3.60
Tolerancia	3.62
<i>Incertidumbre</i>	2.79
Incertidumbre de reciprocidad	2.80
Incertidumbre a las normas de comportamiento	3.04
Incertidumbre sobre el futuro de la relación y la definición de la relación	2.91

Para las mujeres los factores que fueron estadísticamente significativos fue la tolerancia ($F_{3,92}=3.616$; Sig.=0.16) y la incertidumbre de las normas del comportamiento ($F_{3,92}=3.934$; Sig=.011). Se ejecutó una prueba Post Hoc para descubrir que grupos son diferentes (ver tabla 14).

En la tolerancia los grupos que fueron diferentes fueron de 0 a 6 meses ($\bar{x}=3.85$) con respecto a 19 a 36 meses ($\bar{x}=3.19$). La incertidumbre de las normas de comportamiento fue diferente en el grupo de 0 a 6 meses ($\bar{x}=2.98$) con relación a 37 a más meses ($\bar{x}=3.29$).

Tabla 14. Prueba Post Hoc de Tolerancia e Incertidumbre de las normas de comportamiento en mujeres.

	Post Hoc Scheffe		Sig
Tolerancia	0-6 meses	7-18 meses	.700
		19-36 meses	.023
		37 o más meses	.206
	7-18 meses	0-6 meses	.700
		19-36 meses	.327
		37 o más meses	.839
	19-36 meses	0-6 meses	.023
		7-18 meses	.327
		37 o más meses	.821
	37 o más meses	0-6 meses	.987
		7-18 meses	.717
		19 a 36 meses	.558
Incertidumbre a las normas de comportamiento	0-6 meses	7-18 meses	.442
		19-36 meses	.146
		37 o más meses	.014
	7-18 meses	0-6 meses	.442
		19-36 meses	.945
		37 o más meses	.455
	19-36 meses	0-6 meses	.146
		7-18 meses	.945
		37 o más meses	.769
	37 o más meses	0-6 meses	.014
		7-18 meses	.455
		19 a 36 meses	.769

Las medias de la intimidad y la incertidumbre con cada uno de sus factores se pueden observar en la tabla 15.

**Tabla 15 Medias de los factores de las escalas
de Intimidad e incertidumbre en mujeres.**

		Media
<i>Intimidad</i>		3.84
Apoyo emocional		4.23
Ser el uno para el otro		3.66
Aceptación		4.09
Amistad con otras personas y/o parejas		3.61
Tolerancia	0-6 meses	3.85
	7-18 meses	3.59
	19-36 meses	3.19
	37 o más meses	3.39
	Total	3.49
<i>Incertidumbre</i>		2.80
Incertidumbre de reciprocidad		2.69
Incertidumbre a las normas de comportamiento	0-6 meses	2.98
	7-18 meses	3.11
	19-36 meses	3.19
	37 o más meses	3.29
	Total	3.14
Incertidumbre sobre el futuro de la relación y la definición de la relación		2.96

Capítulo 6

Discusión

Validación de la escala de incertidumbre

A lo largo de nuestra vida existe incertidumbre que se forma de nuestra capacidad limitada para predecir el comportamiento de los demás (Weber & Johnson, 2008), es necesario reducir o eliminar la incertidumbre (Sorrentino & Roney, 1986) ya que puede ser factor de estrés (Greco & Roger, 2002). Así como en diferentes situaciones se puede producir incertidumbre en las relaciones de pareja también se crea, surge en situaciones de poca información acerca de las actitudes, valores y preferencias de la pareja (Berger, 1979), también eventos específicos pueden causar incertidumbre relacional (Knobloch & Solomon, 2002b).

A partir de la literatura revisada se comprendió que la incertidumbre es el nivel de confianza que las personas tienen de sus percepciones acerca de su participación dentro de una relación interpersonal (Knobloch & Solomon, 1999; 2002b), las preguntas sobre el compromiso mutuo son relevantes (Afifi & Burgoon, 1998), existen diferentes tipos de incertidumbre por ejemplo Knobloch y Solomon (1999) proponen cuatro: las normas de la conducta en la relación, reciprocidad de los sentimientos entre la pareja, definición actual de la relación y el futuro de la relación aunque más tarde Knobloch y Solomon (2002a) mencionan que en la incertidumbre de la pareja se tienen tres tipos: la incertidumbre del propio individuo es decir la incertidumbre de sí mismo, la incertidumbre de la pareja y la incertidumbre de la relación, así se llegó a la definición de que la incertidumbre como la imposibilidad de predecir las actividades, valores y preferencias de la otra persona, su comportamiento, compromiso y sentimiento dentro de la relación. Duda sobre el estado y futuro de esa relación y no saber que decir o hacer en la interacción.

A partir de esta definición se creó la escala de Incertidumbre en la pareja, el instrumento para medirla mostró una confiabilidad buena de .941, y validez interna, con tres factores.

El primer factor Incertidumbre de reciprocidad se refiere a la incertidumbre sobre si el otro tiene sentimientos recíprocos (Knobloch & Solomon, 1999), por ejemplo las dudas sobre si la pareja está igual de involucrada que el individuo, sobre los sentimientos de la pareja, sus intenciones, expectativas, intenciones, el compromiso de la pareja, al igual que sí es sincera y saber en qué momento es adecuado mostrarle afecto.

El segundo factor, Incertidumbre de las normas del comportamiento habla de la incertidumbre sobre qué comportamiento es aceptable y no aceptable en la relación (Knobloch & Solomon, 1999), por ejemplo cómo se debe de comportar cuando esta con la pareja por ejemplo tener duda sobre si uno es lo que su pareja espera, ser buena para su pareja, no saber cómo actuar cuando esta con su pareja sentirse nervioso, dudas sobre los gustos de su pareja y no saber que son las cosas que le molestan.

El tercer factor Incertidumbre sobre el futuro de la relación y la definición de la relación; discute la incertidumbre, ocurre cuando las personas experimentan incertidumbre sobre la naturaleza o el estado de la relación y la dirección hacia dónde va la relación. Knobloch y Solomon (1999) separa a la incertidumbre sobre el futuro de la incertidumbre de la relación, en la muestra que se trabajo se ve como un solo factor, ya que se habla de la naturaleza en general de la relación (Knobloch & Solomon, 2002a), por ejemplo las metas de la relación, saber si la relación funcionara, definición de la relación y su durabilidad.

Los factores se correlacionan diferente para hombres y mujeres, en el caso de los hombres la incertidumbre de la reciprocidad se correlaciona con

la incertidumbre de las normas de la relación y con la incertidumbre sobre el futuro y la definición de la relación, y en las mujeres la incertidumbre de la reciprocidad sólo se correlaciona con la incertidumbre de las normas. Esto se puede deber a que en el caso de los hombres cuando sienten que hay una reciprocidad en la relación entonces no tendrán duda en cómo definir su relación y saber el futuro de ella, mientras que en las mujeres la definición de la relación puede deberse a influencias externas fuera del control de los participantes, si tienen la sensación de que no existe igualdad en el compromiso (Baxter, 1987; Baxter & Wilmot, 1985).

La incertidumbre de las normas de comportamiento no se correlacionan con la incertidumbre del futuro de la relación y la definición, ni en hombres ni mujeres, ya que se puede saber que comportamiento es aceptable y no aceptable en la relación pero no saber sobre el compromiso, la dirección hacia dónde va la relación y el estado de ella.

El único factor que fue diferente entre los sexos fue la incertidumbre de las normas de comportamiento, las mujeres tiene más incertidumbre de este tipo que lo hombres, dependiendo de la cultura las reglas de las parejas cambian (Baxter, 1987), al igual que las reglas de comportamiento de hombres y mujeres. Por ello las mujeres pueden tener más incertidumbre de normas de comportamiento porque no entienden las reglas de conducta dentro de la relación.

Análisis psicométrico

Desde pequeños buscamos y necesitamos un acercamiento físico, intelectual y/o emocional con alguien (Cox, 1984), sentirnos amados y cuidados, está necesitada no cambia a lo largo de nuestra vida, por ello durante la relación

de pareja buscamos la cercanía con alguien, para desarrollar una relación íntima, a través de las conductas que cada miembro de la relación expresa y que el otro refuerza (Córdova & Scout 2001), es decir, para que se desarrolle se necesita una combinación de autodivulgación y divulgación por parte de los integrantes de la relación (Laurenceau, Pietromonaco & Barret, 1998).

Sternberg (1990) menciona que los componentes de la intimidad son: Deseo de promover a la persona amada, sentimientos de felicidad junto a la persona amada, gran respeto al ser amado, capacidad de contar con la persona amada en momentos de necesidad, entendimiento mutuo con la persona amada, entrega de uno mismo con la persona amada, recepción de apoyo emocional por parte de la persona amada, entrega de apoyo emocional a la persona amada, comunicación íntima con la persona amada y su valoración.

La intimidad es una dimensión multifacética interpersonal, a través de la escala de Osnaya (2003) podemos observar las características de ella, aunque para este estudio no se tomaron los siete factores que ella propuso, ya que esta investigación se enfoca en la parte emocional de la intimidad, debido a que la incertidumbre se da en las normas del comportamiento, la reciprocidad, la duración y el futuro de la relación (Knobloch & Solomon, 1999), por ello se eliminaron los factores de sexualidad y emociones precedentes al sexo porque hablan de los deseos sexuales y las formas de disfrutar la sexualidad, la comunicación que se tiene sobre sexualidad. Se estudiaron los cinco factores restantes: apoyo emocional, ser el uno para el otro, aceptación, amistad con otras personas y/o parejas y tolerancia (Osnaya, 2003). La escala original se quintó los factores de sexualidad y emociones precedentes al sexo tiene 25 reactivos, en este estudio se eliminó un reactivo Cada día conozco algo nuevo de mi pareja porque no cayó en ningún factor. Los factores de ser el uno para el otro y la amistad con otras personas y/o pareja se mantuvieron igual. Los

demás factores algunos reactivos se cambiaron de lugar, esto se debió a que la población de la escala original eran parejas que cohabitan y este estudio se realizó en noviazgo en población de jóvenes estudiantes.

El primer factor Apoyo emocional definido como estar atento a lo que le pasa a la pareja, entender lo que le causa sufrimiento y alegría, alentarla, entenderla, comprenderla y dejarla hacer uso de sus pertenencias.

El segundo factor Experiencia de ser el uno para el otro, habla de disfrutar de los mismos pasatiempos, pensar que la pareja tiene cualidades que siempre habían sido buscadas, creer que cuando están juntos son las personas más felices, dedicar gran tiempo a su pareja, descubrir cosas nuevas de ella, muestras de cariño mediante regalos. Complementariedad entre los miembros de la pareja.

Tercer factor Aceptación de la pareja (Masters, Jonson & Kolodny, 1991, como se citó en Osnaya, 2003), como su nombre lo indica es aceptar a la pareja con sus defectos y virtudes, es quererla es suficiente para aceptarla, recurrir a ella y que responda como se espera, darle apoyo.

El cuarto factor Amistad con otras personas y/o parejas es disfrutar de amistades de uno o de los dos miembros de la pareja, disfrutar los círculos sociales.

El último factor Tolerancia, habla de la tolerancia de los defectos de la pareja (1983, Tolstedt & Stokes, como se citó en Osnaya, 2003) en sus actividades y en sus pertenencias, reconocer sus cualidades aunque sus defectos sea más grandes, ignorar y restarle importancia a los defectos.

La intimidad es un proceso que se forma con la interacción del otro (Osnaya, 2003) y se conforma por el apoyo que se dé a la pareja, los pensamientos de ser el uno para el otro, el compartir amistades, aceptarla y tolerarla.

En las mujeres mientras más apoyo emocional haya habrá más pensamientos de ser el uno para el otro, aceptación, amistades mutuas y tolerancia, difieren de los hombres que no se correlaciona con la amistad con otras personas y/o parejas. Igualmente en las mujeres mientras más pensamientos tengan de ser el uno para el otro tendrán más amistades compartidas con su pareja y tolerancia, vuelve a diferir en los hombres que el ser el uno para el otro no correlaciona con amistad con otras parejas y/o personas. Tanto en hombres como en mujeres a mayor aceptación tendrán más amigos en común con su pareja y mayor tolerancia. Nuevamente los hombres y las mujeres concuerdan que no existe una correlación entre la amistad con otras personas y/o parejas con la tolerancia.

La diferencias entre hombres y mujeres en la amistad con otras personas y/o parejas se pueden deber a que los hombres centran su amistad en las actividades como son los deportes y las mujeres en las conversaciones (Wright, 1982), muchas veces los hombres no pueden incluir en sus actividades a las mujeres.

Este estudio concuerda con el de Osnaya (2003) con que si se comparten amistades, afectos, actividad sexual y tiempo juntos, habrá un mayor entendimiento, comprensión y atención a las necesidades de la pareja en la relación, ya que se conocen, dan apoyo emocional, están atentos a lo que le suceda a la pareja, y dan confianza; la pareja sabrá cómo reaccionar antes las necesidades. Existirá el sentimiento de ser el uno para el otro, se puede compartir con otras amistades o actividades, sin tener una competencia, los miembros de la relación se complementan, habrá conocimiento y confianza mutua.

Relación entre Intimidad, Incertidumbre y Tiempo

Los niveles de intimidad en las relaciones varían dependiendo las necesidades y las preocupaciones del individuo (Prager, 1995), y se desarrollan a través de las conductas cada uno de los miembros de la relación expresa y el otro lo refuerza (Córdova & Scout 2001), los miembros de la pareja van revelando más información de sí mismos, se necesita una actitud positiva, conciencia de las necesidades de ambos y de sí mismo, límites personales claros, individuación, apertura, capacidad de reflexión, igualdad, sensibilidad y autonomía (Goleman, 1986), por ello la intimidad no se cambia con el tiempo, ya que desarrollar la intimidad depende de otras variables. Aunque la tolerancia en las mujeres si difieren entre el grupo de 0 a 6 meses y el de 19 a 36 meses, en el segundo grupo es menor la tolerancia, de acuerdo con Smith, Vivian y O'leary, 1990 (1990) el tiempo afecta la novedad de la relación y la decrementa.

Con respecto a la incertidumbre, la manera de disminuirla según la teoría de la reducción de la incertidumbre los individuos se tendrán que esforzar por predecir y explicar las circunstancias sociales (Berger & Calabrese, 1975). Un principio básico es que las personas que sufren incertidumbre están motivadas para obtener información a través de estrategias pasivas, activas e interactivas (Berger, 1979). La manera de disminuirla es obteniendo información de la pareja aunque en muchas ocasiones la información simplemente no está disponible, en otras ocasiones la información es engañosa, (Feldman & March, 1981). Por ello el tiempo por sí solo no disminuye la incertidumbre, más bien se necesita intercambiar información con la pareja. Sin embargo en las mujeres va aumentando la incertidumbre de las normas del comportamiento con respecto al tiempo, en el grupo de 0 a 6 meses es menor la incertidumbre que en el grupo de 37 o más meses, cuando la pareja está de acuerdo en continuar dentro de la relación a largo plazo como es en el caso de 37 a más

meses, se puede hablar de una etapa de compromiso, donde se establece como base el amor y se llega al matrimonio o en algunos casos a la unión libre (Díaz-Loving, 2010), los individuos que están entrando a una relación de compromiso se encuentran en turbulencia (Solomon & Knobloch, 2001; Knobloch, 2007), están expuestos a experimentar incertidumbre durante la transición de una relación casual a una relación de compromiso (Berscheid, 1983, como se citó en Knobloch, Solomon & Cruz, 2001), este aumento de la incertidumbre caracteriza a esta etapa de transición, se deriva de tener que renegociar los niveles de interdependencia y ajustar las expectativas de la relación, es necesario determinar el nuevo comportamiento apropiado (Baxter, 1987), por ello la incertidumbre de las normas de la relación sube, en el caso de los hombres no sube en la etapa de compromiso, ya que el el compromiso es percibido de diferente forma por hombres y mujeres, los hombres lleva más tiempo llegar al compromiso (Alvelarde, 2001).

Al igual que el estudio de Knobloch y Solomon (2002b), se observó que la incertidumbre y la intimidad tienen una relación, se concuerda con Knobloch y Donovan-Kichen (2006) que mientras menos intimidad halla habrá más incertidumbre, ya que cuando una relación tiene bajos niveles de intimidad las personas carecen de información básica acerca del otro como características de personalidad, actitudes y preferencias lo que provoca incertidumbre (Berscheid, 1988), al contrario en las relaciones que tienen un alto nivel de intimidad se tiene un compromiso mutuo, emociones intensas y una relación dependiente (Solomon & Knobloch, 2001), la incertidumbre es provocada por eventos específicos que varían en función de la intimidad. No hay diferencias entre los niveles de intimidad en los hombres y las mujeres, se tienen la misma conceptualización de la intimidad (Osnaya, Díaz-Loving y Rivera, 1998), donde difieren es en la relación de sus componentes, en especial el factor de sexualidad (Osnaya, 2003). Tampoco existe diferencia en los niveles de incertidumbre

en hombres ni mujeres, la única diferencia es el factor de incertidumbre de las normas de comportamiento donde las mujeres tienen un mayor nivel, la incertidumbre cambia dependiendo de las normas de la cultura (Baxter, 1987), es decir las normas culturales son diferentes en hombres y mujeres por ello como se debe comportar un hombre o una mujer en la relación cambia, esto provoca la diferencia en la incertidumbre de las normas de comportamiento haciendo que en las mujeres sea mayor. Ya que los hombres prefieren una mayor distancia en las relaciones que las mujeres (Mansfield, McAlister & Collard, 1992), al ser más independiente (Noriega y Ramos, 2002) no dudan tanto en cómo deben de comportarse cuando están con su pareja.

En las mujeres sí están atentas a lo que le pasa a la pareja, entienden lo que le causa sufrimiento y alegría, alientan, la comprenden, le dejan hacer uso de sus pertenencias, disfrutan de los mismos pasatiempos, piensan que la pareja tiene cualidades que siempre habían sido buscadas, creen que cuando están juntos son las personas más felices, dedican gran tiempo a su pareja, descubrir cosas nuevas de ella, muestran cariño mediante regalos y se complementan entre los miembros de la pareja, aceptan su pareja con sus defectos y virtudes, recurren a ella y le dan apoyo emocional pensarán que su pareja tiene sentimientos recíprocos, que esta tan involucrada en la relación como ella, que llena sus expectativas, sabrá cuando mostrarle afectos, cuáles son sus intenciones, el compromiso que tiene su pareja, cuales son las metas de la relación, sabrá si la relación funcionara, su definición y cuanto durara. La amistad con otras personas y/o parejas es decir disfrutar de amistades de uno o de los dos miembros de la pareja, disminuye la incertidumbre sobre el futuro de la relación y la definición de la relación.

Mientras que en los hombres entender lo que le causa sufrimiento y alegría a la pareja, alentarla, entenderla, comprenderla, dejar hacer uso de sus pertenencias, aceptar a la pareja con sus defectos y virtudes, quererla es

suficiente para aceptarla, recurrir a ella, darle apoyo, disfrutar de amistades de uno o de los dos miembros de la pareja y disfrutar los círculos sociales reducirá la incertidumbre sobre las metas de la relación, saber si la relación funcionara, definición de la relación y su durabilidad. Tanto los pensamientos de ser el uno para el otro como la tolerancia disminuye las dudas sobre si la pareja está igual de involucrada que el individuo, sobre los sentimientos de la pareja, sus intenciones, expectativas, intenciones, compromiso que tiene la pareja, al igual que sí es sincera y saber en qué momento es adecuado mostrarle afecto, las metas de la relación, saber si la relación funcionará, definición de la relación y su durabilidad es decir la naturaleza de la relación. Las relaciones con intimidad alta suelen ser tranquilas (Knobloch & Donovan-Kichen, 2006), ya se tiene un conocimiento de la pareja (Osnaya, 2003) es decir se conocen sus gustos, actitudes y preferencias, por ello baja la incertidumbre (Knobloch y Donovan-Kichen, 2006), si se carece de información básica acerca del otro aumenta la incertidumbre (Solomon & Knobloch, 2001).

La incertidumbre de las normas de comportamiento va aumentando en los hombres y en las mujeres cuando aumenta el apoyo emocional y la aceptación ya que al subir los niveles de intimidad se van acercando al compromiso y así las reglas del comportamiento tienen que cambiar y establecerlas de nuevo, al hacer esto se crea incertidumbre (Berscheid, 1983, como se citó en Knobloch, Solomon & Cruz, 2001; Solomon & Knobloch, 2001; Knobloch, 2007), es necesario determinar el nuevo comportamiento apropiado (Baxter, 1987)

Una forma de combatir la incertidumbre es aumentando la intimidad, ya que por este medio se sabrá cuales son los gustos de la pareja, sus preferencias, se sabrá si se tiene sentimientos recíprocos con la pareja, la definición y el futuro de la relación, sin embargo siempre existirá cierto nivel de incertidumbre (Baxter & Montgomery, 1996).

Conclusión

Se puede concluir que en las relaciones románticas mientras menos incertidumbre halla en la pareja la relación será más satisfactoria, ya que en la pareja habrá menos dudas sobre el compromiso, sus gustos y preferencias, tendrán más aspectos positivos como son la empatía entre los miembros de la relación, un pensamiento de ser el uno para el otro (pertenencia), ser felices juntos, aceptación de sus defectos y virtudes, tolerancia en sus gustos y preferencia, harán actividades y pasatiempo juntos, tendrán amigos en común y podrán salir con ellos, con lo anterior se puede decir que para mejorar las relaciones se necesita aumentar la intimidad y disminuir la incertidumbre, uno de los objetivos de las relaciones lograr la comprensión interpersonal (Berger & Bradac, 1982). La principal razón por la que existe una alta incertidumbre cuando hay poca intimidad es porque se carece de información básica acerca del otro (Solomon & Knobloch, 2001).

Por medio de la intimidad se van conociendo sobre las actitudes, valores y preferencias de la pareja y así disminuye la incertidumbre, el tiempo no aumenta la intimidad en la pareja ya que existen otros factores por los cuales la intimidad se desarrolla, al igual que la incertidumbre no baja con el tiempo, solo la incertidumbre de las normas de la relación ya que con más tiempo el compromiso en la relación aumenta y las normas de la relación van cambiando, los niveles de incertidumbre son dinámicos dentro de una estrecha relación (Afifi & Metts, 1998).

Los miembros de la pareja pueden tener diferentes normas en su relación y por ello la incertidumbre es diferente al igual que su relación con la intimidad, por ello se puede argumentar que la incertidumbre es subjetiva (Lipshitz & Strauss, 2002).

Por último se puede decir que para tener poca incertidumbre la pareja tendrá que hallar la forma de obtener información tanto de su propia participación y la participación de la pareja en relación, como de la relación en general.

Limitaciones y sugerencias

- Una limitación del estudio fue admitir que a mayor tiempo de relación habrá más compromiso en vez de medir el compromiso, por ello se propone aplicar un instrumento que mida compromiso en la relación.

Sugerencias

- Se sugiere en una próxima investigación medir incertidumbre en alguna situación de turbulencia, por ejemplo el proceso de citas para llegar al noviazgo.
- La segunda sugerencia es medir en la intimidad los factores de sexualidad y emociones precedentes al sexo, se puede aplicar la escala de Osnaya (2003) para investigar si la sexualidad tiene relación con la incertidumbre.
- Una tercera sugerencia es medir los estilos de comunicación y la satisfacción en la pareja, para poder saber cómo se relacionan con la incertidumbre y así poder combatirla.

Referencias

- Adams, R. G., Blieszner, R. & de Vries, B. (2000). Definitions of friendship in the third age: Age, gender, and study location effects. *Journal of Aging Studies*, 14(1), 117-133.
- Afifi, W. & Burgoon, J. (1998). "We never talk about that": A comparison of cross-sex friendships and dating relationships on uncertainty and topic avoidance. *Personal Relationships*, 5, 255–272.
- Afifi, W., & Metts, S. (1998). Characteristics and consequences of expectation violations in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 365–393.
- Afifi, W., & Reichert, T. (1996). Understanding the role of uncertainty in jealousy experience and expression. *Communication Reports*, 9, 93-103.
- Afifi, W., & Weiner, J. (2004). Toward a theory of motivated information management. *Communication Theory*, 14, 167-190.
- Allende, A. A. (1997). *Ser amigos*. Barcelona, España: Ediciones internacionales universitarias, Eiusa, S.A.
- Archer, R. (1980). Self-Disclosure. En: D. Wegner y R. Vallacher. (1980). *The Self in Social Psychology* (pp. 183-205). New York: Oxford.
- Aron, A., Aron, E. & Smollan, D. (1992) Inclusion of other in the self scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of personality and social psychology*, 63 (4), 596-612.

Aune, K., Aune, R., & Buller, D. (1994). The experience, expression, and perceived appropriateness of emotions across levels of relationship development. *Journal of Social Psychology*, 134, 141–150.

Avelarde, P. (2001). *El compromiso en la relación de pareja*. Tesis de Doctorado, Facultad de Psicología. UNAM. México.

Avelarde, P., Rivera Aragón, S. y Díaz-Loving, R. (1997). Expectativas ideales vs. Reales de la Pareja. *Revista de Psicología Social y Personalidad*, XIII, 1. 67-84.

Baxter, L. (1986). Gender differences in the heterosexual relationship rules embedded in break-up accounts. *Journal of Social and Personal Relationships*, 3, 289-306.

Baxter, L. (1987). Symbols of relationship identity in relationship cultures. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4, 261-280.

Baxter, L., & Bullis, C. (1986). Turning points in developing romantic relationships. *Human Communication Research*, 12, 469-493.

Baxter, L., & Montgomery, B. (1996). *Relating: Dialogues and dialectics*. New York: Guilford Press.

Baxter, L., & Wilmot, W. (1985). Taboo topics in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2, 253-269.

Bell, R. (1981). *Worlds of friendship*. Beverly Hills: Sage.

- Bell, R. (1979). *Marriage and family interaction*. USA: The Dorsey press.
- Berger, C. (1997). *Uncertainty and information exchange in developing relationships*. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships* (pp. 239-256). England: Wiley.
- Berger, C. (1979). *Beyond initial interaction: Uncertainty, understanding, and the development of interpersonal relationships*. In H. Giles & R. St. Clair (Eds.), (pp. 122-144). Oxford: Basil Blackwell.
- Berger, C., & Bradac, J. (1982). *Language and social knowledge: Uncertainty in interpersonal relationships*. London: Edward Arnold.
- Berger, C., & Calabrese, R. (1975). Some explorations in initial interaction and beyond: toward a developmental theory of interpersonal communication. *Human communication research*, 1, (2), 99–112.
- Blieszner, R. & Adams, R. G. (1992). *Adult friendship*. London: Sage.
- Brashers, D. (2001). Communication and uncertainty management. *Journal of Communication*, 51, 477-497.
- Brehm, S.L. (1992). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42 (2), 133-415.
- Bukowski, M., Newcomb, F. & Hartup, W. (Eds.). (1996). *The company they keep: Friendship in childhood and adolescence*. Cambridge: University.

- Campbell, S (1989). *La intimidad de la pareja: idilio, lucha por el poder, estabilidad, compromiso y creación conjunta*. España: Deusto
- Canary, J. & Stafford, L. (1994). *Maintaining relationships through strategic and routine interaction*. San Diego: Academic Press.
- Carbery, J. & Buhrmester, D. (1998). Friendship and need fulfillment during three phases of young adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(3), 393-409.
- Chelune, J. (1975). Self-Disclosure: An elaboration of its Basic dimensions,. *Psychological report*, 36, 79-85.
- Clark, M, & Mills, J. (1979). Interpersonal attraction in exchange and communal relationships. *Journal of personality and social psychology*, 37, 12-24.
- Cortes, E. (2009). *La auto-divulgación y la satisfacción sexual como precursores de las respuestas de insatisfacción en las parejas*. Tesis de maestría, Facultad de psicología, UNAM. México.
- Cole, T. & Bradac, J. (1996). A lay theory of relational satisfaction with best friends. *Journal of Social and Personal Relationships*, 13(1), 57-83.
- Cook, J. & Jones, T. (2007). Identity, intimacy, and Father involvement. *North American Journal of psychology*, 9(1), 153-162.
- Córdova, J.V. y Scott, R. (2001) Intimacy: A behavioral interpretation. *Behavior Analyst*, 24, 75-86.

- Córdova, J., Gee, C. y Warren, L. (2005). Emotional skillfulness in marriage: intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(2), 218-235.
- Cowan, C. & Kinder, M. (1988). *Las mujeres que los hombres aman, las mujeres que los hombres abandonan*. Argentina: Javier Vergara Editor.
- Cox, F. (1984). *Human Intimacy Marriage, the Family and Its Meaning*. U.S.A.: West Publishing Company.
- Cozby, P. (1973) Self- disclosure: A literature review. *Psychological bulletin*. 79, 73-91.
- Davis, K. E. & Todd, M. J. (1982). Friendship and love. En K.E. Davis y T. Mitchell (Eds), *Advance in descriptive Psychology* (Vol. 2, pp. 79-122). Greenwich, CT: JAI.
- Davis, K. E. & Todd, M. J. (1985). Assessing friendship: Prototypes, paradigm cases and relationship description. En S. Duck & D. Perlman (Eds.), *Understanding personal relationships* (pp. 17-38). London: Sage.
- De Cremer, D., & Sedikides, C. (2005). Self-uncertainty and responsiveness to procedural justice. *Journal of Experimental Social Psychology*, 41, 157–173.
- Debert, G. (1999). *A reinvenção da velhice: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento*. São Paulo: Ciências Humanas e Educação.

- Derlega, V & Chaikin, A. (1975) *Sharing intimacy*. Prentice Hall, inc. Englewood cliffs, NJ: prentice-Hall.
- Derlega, V & Grzelak, J. (1979) Appropriateness of self-disclosure, en *Self- disclosure*, G.J. Chelune, San Francisco: Jossey.
- Descutner C. J y Thelen M. H. (1991). Development and validation of a fear of intimacy scale. *Psychological Assessment: A Journal of consulting and clinical psychology*. 3, 2, 218-225.
- Díaz- Loving, R. (2010). Una Teoría Bio-Psico-Socio-Cultural de la relación de pareja. En Díaz-Loving, R & Rivera, S. (2010). *Antología psicosocial de la pareja: clásicos y contemporáneos*. México. Miguel Ángel Porrúa. Pp. 11- 33.
- DiCaprio, N. (1989). *Teorías de la personalidad*. México: McGraw-Hill.
- Duck, S. (1973). Similarity and perceived similarity of personal constructs as influences in friendship choice. *Journal of social and clinical psychology*, 12, 1-6.
- ENJ. (2000) *Jóvenes de Zacatecas*, [electronic]. México: ENJ Recuperado el 25 de junio del 2011, de ver2.imjuventud.gob.mx/enj/región%20bajío/gráficas%20zacatecas.ppt .
- Erikson, E. (1993). *Infancia y sociedad*. Argentina: Ediciones Hormés S.A.E.
- Escardo, F. (1974). *Anatomía de la familia*. Argentina: El Ateneo.

- Fehr, B. (1996). *Friendship processes*. London: Sage.
- Feldman, M. & March, J. (1981). Information in organizations as signal and symbol. *Administrative Science Quarterly*, 26, 171–186.
- Fischer, A., & Good, G. (1997). Men and psychotherapy: An investigation of alexithymia, intimacy, and masculine gender roles. *Psychotherapy*, 34, 160-170.
- Fredrickson, J., & Mitchell, T. (1984). Strategic decision processes: Comprehensiveness and performance in an industry with an unstable environment. *Academy of Management Journal*, 27, 399–423.
- García, M y Reyes, I. (2006). Elección de pareja: entre el amor y la personalidad. *La psicología social en México*; II, 790-795.
- Greeff, A. & Malherbe, H.L. (2001). Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 27, 274-257.
- Guerrero & P. Mongeau (2008), on becoming “More that Friends”: The transition from friendship to romantic relationship Specher, S. Wenzel, A. Harvey, J. (2008). En *Handbook of Relationship Initiation*. (pp.175- 194). New York. Psychology Press.
- Goldman, A. (1986). *Cognition and epistemology*. Cambridge, MA: Harvard Univ. Press.
- Goleman, D. (1986, 1 de abril). *Two views of marriage explored: His and hers*, [en línea]. New York: The New York Times. Recuperado el 29 de agosto

de 2011, de <http://www.nytimes.com/1986/04/01/science/two-views-of-marriage-explored-his-and-hers.html>.

Goodstein, D & Reinecker, M. (1958) Factors affecting self-disclosure a review of literature. En progress in experimental personality research, vol.17. Academic press.

Grandori, A. (1984). A prescriptive contingency view of organizational decision-making. *Administrative Science Quarterly*, 29, 192–209.

Greco, V. & Roger, D. (2003). Uncertainty, stress, and health. *Personality and individual differences*. 34, (6), 1057-1068.

Hatfield, E. (1984). The Danger of Intimacy. En V. Derlega. (1984). *Communication, Intimacy, and Close Relationships*. 207- 220. Orlando: Academic.

Hartup, W. (1989). Behavioral manifestations of children's friendships. In T. Berndt & G. Ladd (Eds.), *Peer relationships in child development* (pp. 46-70). New York: Wiley.

Hastie, R. & Dawes, R. (2010). *Rational choice in an uncertain world: The psychology of judgement and decision making*. USA: Sage Publications.

Hogarth, R., & Kunreuther, H. (1995). "Decision Making Under Ignorance: Arguing with Yourself," *Journal of Risk and Uncertainty* 10, 15-36.

Hook, M., Gerstein, L., Detterich, L. & Gridley, B. (2003) How close are we? Measuring intimacy and examining gender differences. *Journal of Counseling & Development*, 81, 462-472.

- Isabel, P., y Sinuhé, E. (2006). Intimidad y comunicación en cuatro etapas de la vida de pareja: su relación con la satisfacción marital. *Archivos Hispánicoamericanos de Sexología*, 12(2), 133-163.
- Jourard, S. (1959) Self-disclosure and other cathexis, *Journal of abnormal and psychology*, 56, 91-98.
- Kelly, H. (1989). Love and Commitment. En H, Kelly, E. Berscheid & A. Christensen, J. Haverly, T. Huston, G. Levinger, E. E McClintok, L.A. Pepleau & D. Peterson (1989). Close relationship, pp-265-314. NY: W.H. Freeman.
- Kimble, C. Hirt, E. Díaz-Loving, R. Hosch, H. Lucker, W. & Zárate, M. (2002). *Psicología social de las Américas*. Edo. México. Pearson Education.
- Klein, G. (1993). A recognition-primed decision (RPD) model of rapid decision-making. In G. Klein, J. Orasanu, R. Calderwood, & C. Zsombok (Eds.), *Decision-making. Models and methods*, (138–147). USA: Ablex Pubs.
- Knobloch, L. (2007). Perceptions of turmoil with courtship: Associations with intimacy, relational uncertainty, and interference from partners. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24, 363-384.
- Knobloch, L. & Donovan-Kichen, E. (2006). Perceived involvement of network members in courtships: A test of the relational turbulence model. *Personal Relationships*, 12, 281-302.
- Knobloch, L., Miller, L., & Carpenter, K. (2007). Using the relational turbulence model to understand negative emotion within courtship. *Personal Relationships*. 14, 91-112.

- Knobloch, L., & Solomon, D. (1999). Measuring the sources and content of relational uncertainty. *Communication Studies*, 50, 261-278.
- Knobloch, L., & Solomon, D. (2002a). Information seeking beyond initial interaction: Negotiating relational uncertainty within close relationships. *Human Communication Research*, 28, 243–257.
- Knobloch, L., & Solomon, D. (2002b). Intimacy and the magnitude and experience of episodic relational uncertainty within romantic relationships. *Personal Relationships*, 9, 457–478.
- Knobloch, L. & Solomon, D. (2003). Response to changes in relational uncertainty with dating relationship: Emotions and communication strategies. *Communication Studies*, 54, 282-305.
- Knobloch, L., Solomon, D., & Cruz, M. (2001). The role of relationship development and attachment in the experience of romantic jealousy. *Personal Relationships*, 8, 205–224.
- Knobloch, L. & Theiss, J. (2010). An actor-Partner interdependence model of relational turbulence: Cognitions and emotions. *Journal of Social and Personal Relationship*, 27 (5), 595-619.
- Knobloch, L., & Theiss, J. (2011). Relational uncertainty and relationship talk within courtship: A longitudinal actor-partner interdependence model. *Communication Monographs*. 78, 3-26.
- Koontz, H. & Wehrich, H. (2004). *Administracion: una perspectiva global*. México: MacGraw-Hill.

- Laurenceau, J., Pietromonaco, P. & Barret (1998). Intimacy as an Interpersonal Process: The importance of self- disclosure, and perceived responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of personality and social Psychology*, 74, 1238-1251.
- Lipshitz, R. & Stauss, O. (2002) Coping with Uncertainty: A Naturalistic Decision-Making Analysis. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 69, (2), 149-163
- López, C. (2007) *Amistad: conceptualización y mantenimiento, una visión psicocultural*. Tesis de doctorado, Facultad de psicología, UNAM. México
- López, C., Rivera, S., Díaz-Loving, R. y Reyes, I. (2010). Desentrañando la naturaleza de la amistad. . En Díaz-Loving, R y Rivera, S. (2010). *Antología psicosocial de la pareja: clásicos y contemporáneos*. México. Miguel Ángel Porrúa. Pp. 605-645.
- Maas, M. & Van den Bos. K. (2011). Real Personal Uncertainty Induced by Means of Task-Related Feedback: Effects on Reactions to Voice and No-Voice Procedures. *Social Justice Research*, Vol. 24, No. 2.
- Machina, M. (1992). *Choice Under Uncertainty: Problems Solved and Unsolved*. En Dionne, G & Harrington, S . (1992). *Choice under uncertainty: problems solved and unsolved*. USA: Kluwer Academic Publishers.
- Maeda, E. & Ritchie, D. (2003). The concept of *shinyuu* in Japan: A replication of and comparison to Cole and Bradac's study on U.S. friendship. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(5), 579-598.

- March, J. G., & Simon, H. A. (1958). *Organizations*. New York:Wiley
- Mancillas, C. (2006). *El péndulo de la intimidad: Relatos de vida de pareja en Valle de Chalco*. México: Universidad Iberoamericana.
- Mansfield, P., McAllister, F. & Collard, J. (1992). Equality: Implications for sexual intimacy in marriage. *Sexual and Marital Therapy*, 7(2), 213-220.
- Maquirriain, J (1988). *Intimidad humana y análisis transaccional* Madrid: Narcea.
- McGregor, I., Zanna, M. P., Holmes, J. G., & Spencer, S. J. (2001). Compensatory conviction in the face of personal uncertainty: Going to extremes and being oneself. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 472–488.
- Menard, S. (2002). *Longitudinal research*. USA: Sage publication, Inc.
- Merves-Okin, L., Amidon, E. & Bernt, F. (1991). Perception of Intimacy in Marriage: A study of married couples. *The American Journal of Family Therapy*, 19, 110-118.
- Miller, R. & Lefcourt, H. (1982). The assessment of social intimacy. *Journal of Personality Assessment*, 46, 514-518.
- Monsour, M. (1992). Meanings of Intimacy in cross and Same-sex Friendships. *Journal of social and personal relationship*, 9, 277-296.
- Morales, J. (1997). *Psicología Social*. España, Mc Graw-Hill.

- Myers, D. (1995). *Psicología social*. México: McGraw-Hill.
- Nina, R. (1985). *Autodivulgación y satisfacción marital en matrimonios de México y Puerto Rico*. Tesis de maestría, Facultad de psicología, UNAM. México.
- Officer, S. & Rosenfeld, B. (1985). Self-Disclosure to male and female coaches by high school female athletes. *Journal of sport psychology*, 7, 360-370.
- Olson, D. & Schaefer M. (1981). Assessing Intimacy. The Pain Inventory. *Journal of marital and family therapy*. 7, 41-60.
- O'Neill, G. (1976). *Matrimonios abiertos*. México: Grijalbo.
- Osnaya, M. (2003). *La intimidad en las parejas mexicanas, su conceptualización, variables que la influyen y correlatos*. Tesis de doctorado, Facultad de psicología, UNAM. México.
- Osnaya, M. y Díaz-Loving, R. (2010). Circunstancias en torno a la intimidad en la relación de pareja. En Díaz-Loving, R y Rivera, S. (2010). *Antología psicosocial de la pareja: clásicos y contemporáneos*. México. Miguel Ángel Porrúa. Pp. 573- 603.
- Osnaya, M., Díaz Loving, R. y Rivera Aragón, S. (1998). *Construcción y Validación de la Escala de Intimidad*. *La Psicología Social en México*, VII, 122-128. México: Ed. AMEPSO.
- Papalia, D. Wenkos, S. & Duskin, R. (2005). *Desarrollo humano*. México: McGraw Hill Interamericana.

- Parks, M. R., & Floyd, K. (1996). Meanings for closeness and intimacy in friendship. *Journal of Social and Personal Relationships*, 13, 85–107.
- Pasini, W. (1992). *Intimidad: Más allá del sexo y el amor*. México: Paidós.
- Perlman, D. & Fehr, B. (1987). The Development of Intimate Relationships. En D. Perlman & S. Duck (1987). *Intimate Relationships: Development, Dynamics and Deterioration*. California: Sage Pubns. Pp 13-42.
- Prager, K. (1995). *The Psychology of Intimacy*. New York: Guilford Press.
- Rapaport, R. (1963). Normal crises, family structure and mental health. *Family process*, 2, 68-80.
- Reisman, J. (1979). *Anatomy of friendship*. New York: Irvington.
- Reis, H. T, Senchack, M. & Solomon, B. (1985). Sex differences in the intimacy of social interaction: Further examination of potential explanation. *Journal of personality and social psychology*, 48, 1204-1277.
- Ridley, J. (1993). *Gender and couples: Do women and men seek different kinds of intimacy?*. *Sexual and Marital Therapy*, 8(3), 243-253.
- Rivera, S. (1992). *Atracción interpersonal y su relación con la satisfacción marital y la interacción de pareja*. Tesis de Maestría, Facultad de psicología, UNAM. México.
- Rosen-Grandon, J., Myers, J. & Hattie, J. (2004). The Relationship Between Marital Characteristics, Marital Interaction Processes and Marital Satis-

- faction. *Journal of Counseling and Development*, 82, 58-82.
- Ross, C.E. y Van Willigen, M. (1997). Gender, parenthood, and anger. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 572-599.
- Rusbult, C. (1980a). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of investment model. *Journal of experimental social psychology*. 16, 172-186.
- Rusbult, C. (1980b). Satisfaction and commitment in friendships. *Representative research in social psychology*. 11, 96- 105.
- Sabini, J. (1992). *Social Psychology*. NY: W. W. Norton.
- Sánchez, R. (2000). Efectos de los estilos de comunicación en la conducta de pareja. *La psicología social en México*, vol. VII, 95-101. México: AMEPSO.
- Schaefer, M & Olson, D. (1981). Assessing Intimacy: The Pair Inventory. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7, 47-60.
- Shafir, E., Simonson, I., & Tversky, A. (1993). Reason-based choice. *Cognition*. 49, 11-36.
- Sánchez, R. (2001). El significado de la amistad: ¿Qué espero y qué quiero dar?. *Revista de psicología social y personalidad*, VXII (2), 113- 128.
- Sánchez, R. (2009). Efectos diferenciales del bienestar subjetivo, autorrealización y celos en las fases del amor pasional. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. Vol.14. Núm.1, pp. 5-21.

- Sánchez, R. y Díaz-Loving, R. (2003). Patrones y estilos de comunicación de la pareja: Diseño de un inventario. *Anales de Psicología*, 19 (2), 257-277.
- Sánchez, R., Reyes, I. y Díaz-Loving, R. (2004). Lo positivo y negativo de la atracción entre la pareja. *La psicología social en México*. Vol. X, 127-134.
- Satir, V. (1991). Relaciones humanas en el núcleo familiar. Colombia: Pax.
- Shea, L., Thompson, L. y Blieszner, R. (1988). Resources in older adults' old and new friendships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5(1), 83-96.
- Siegert, J, & Stamp, G. (1994). "Our first big fight" as a milestone in the development of close relationships. *Communication Monographs*, 61, 345-360.
- Silva, R. M. (1997). Programa de adolescentes y jóvenes: De adolescentes a adolescentes. Para vivir sin violencia. Nicaragua.
- Smithson, M. (2010). *Ignorance and uncertainty*. En Brown, V. Harris, J. & Russell, Y. (2010) Tackling wicked problems through the transdisciplinary imagination. UK: Earthscan. Pp 84-97.
- Sternberg, R. (1990). *El triángulo del amor. Intimidad, pasión y compromiso*. México: Paidós.
- Solomon, D. & Knobloch, L. (2001). Relationship uncertainty, partner interference, and intimacy within dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationship*, 18, 804-820.

- Solomon, D. & Knobloch, L. (2004). A model of relational turbulence: The role of intimacy, relational uncertainty, and interference from partners in appraisals of irritations. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 795-816.
- Sorrentino, R. & Roney, C. (1986). Uncertainty orientation, achievement-related motivation and task diagnosticity as determinants of task performance. *Social Cognition*, 4, 420-436.
- Souza, L e Hutz, C. (2008). Relacionamentos pessoais e sociais: amizade em adultos. *Psicol. estud.*, vol.13, n.2.
- Sunnafrank, M. (1990). Predicted outcome value and uncertainty reduction theories: A test of competing perspectives. *Human Communication Research*, 17, 76-103.
- Tapia, M. (2005). *Entre mejores amigos ¿Personalidades diferentes?*. Tesis de licenciatura. Facultad de psicología. UNAM.
- Tesser, A. (1988). Toward a self-evaluation maintenance model of social behavior. En. L. Berkowitz (Ed.) *Advances in experimental social psychology*, vol.21, 181-227. San Diego CA: Academic Press.
- Theiss, J., & Solomon, D. (2006a). Coupling longitudinal data and multilevel modeling to examine the antecedents and consequences of jealousy experiences in romantic relationships: A test of the relational turbulence model. *Human Communication Research*, 32, 469-503.

- Theiss, J., & Solomon, D. (2006b). A relational turbulence model of communication about irritations in romantic relationships. *Communication Research*, 33, 391-418.
- Tordjam, G. (1989). *La pareja: realidades, problemas y perspectivas de la vida en común*. México, Grijalbo.
- Van den Bos, K., Euwema, M., Poortvliet, P., & Maas, M. (2007). Uncertainty management and social issues: Uncertainty as important determinant of reactions to socially deviating people. *Journal of Applied Social Psychology*, 37, 1726–1756.
- Van den Bos, K., Poortvliet, P. M., Maas, M., Miedema, J., & Van den Ham, E.-J. (2005). An enquiry concerning the principles of cultural norms and values: The impact of uncertainty and mortality salience on reactions to violations and bolstering of cultural worldviews. *Journal of Experimental Social Psychology*, 41, 91–113.
- Van den Bos, K., & Van Prooijen, J.-W. (2001). Referent cognitions theory: The role of closeness of reference points in the psychology of voice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 616–626.
- Waring, E. M. (1981). Facilitating Marital Intimacy Through Self Disclosure. *The American Journal of Family Therapy*, 9, 33-42.
- Waring, E. (1988). *Enhancing Marital Intimacy Through Facilitating Cognitive Self- Disclosure*. New York: Routledge.

- Weber, E. & Johnson, E. (2009). *Decisions Under Uncertainty: Psychological, Economic, and Neuroeconomic Explanations of Risk Preference*. En Glimcher, P. Camerer, C. Fehr, E. & Poldrack, R. (2009). *Neuroeconomics: Decision Making and the Brain*.
- Weiss, L. & Lowenthal, M. (1975). Life-course perspectives on friendship. In M. Lowenthal, M. Thurnher, D. Chiriboga & Assoc. (Eds.), *Four stages of life: A comparative study of women and men facing transitions* (pp. 48-61). San Francisco: Jossey-Bass.
- Wright, P. (1982). Men's friendship, women's friendships and the alleged inferiority of latter. *Sex Roles*, 8, 1-20.

Anexo

Apéndice A

Escala de Incertidumbre en la pareja

A continuación encontrará una serie de afirmaciones, sobre la conducta y sentimientos que se tienen dentro de una relación de pareja. Por favor, para cada afirmación seleccione que tan de acuerdo o desacuerdo está con cada enunciado para describir sus emociones, sentimientos y conducta en su relación.

Totalmente de Acuerdo (5)

De acuerdo (4)

Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3)

En desacuerdo (2)

Totalmente en desacuerdo (1)

1. No sé si mi pareja está tan involucrada como yo en la relación.	1	2	3	4
2. Sé que mi pareja es sincera	1	2	3	4
3. Tengo duda sobre si mi pareja siente lo mismo que yo	1	2	3	4
4. Sé cuáles son las intenciones de mi pareja en la relación	1	2	3	4
5. Sé que lleno las expectativas de mi pareja	1	2	3	4
6. Tengo duda sobre los sentimientos de mi pareja	1	2	3	4
7. Mi pareja busca lo mismo que yo en la relación	1	2	3	4
8. Tengo duda sobre las intenciones de mi pareja dentro de la relación	1	2	3	4
9. Mi pareja está tan comprometida como yo	1	2	3	4
10. Sé qué momento es adecuado abrazar a mi pareja	1	2	3	4
11. Tengo dudas sobre los gustos y preferencias de mi pareja	1	2	3	4
12. No sé que son las cosas que le molestan a mi pareja	1	2	3	4

13. No sé qué decir cuando estoy con mi pareja	1	2	3	4
14. Me siento nervioso cuando estoy con mi pareja	1	2	3	4
15. Sé que le gusta hacer a mi pareja cuando salimos	1	2	3	4
16. Tengo duda sobre que debo de hacer cuando estoy con mi pareja	1	2	3	4
17. Soy una buena pareja para él o ella	1	2	3	4
18. Tengo la certeza de conocer a mi pareja	1	2	3	4
19. Tengo duda sobre si soy lo que mi pareja espera	1	2	3	4
20. Sé que mi relación será duradera	1	2	3	4
21. Está relación durará para siempre	1	2	3	4
22. Mi pareja y yo tenemos las mismas metas dentro de la relación	1	2	3	4
23. Sé que la relación funcionará	1	2	3	4
24. Aún no definimos nuestra relación	1	2	3	4
25. Me siento tranquilo en ésta relación	1	2	3	4

Apéndice B

Escala de Intimidad en la pareja (Osnaya, 2003)

Totalmente de Acuerdo (5)

De acuerdo (4)

Ni en acuerdo ni en desacuerdo (3)

En desacuerdo (2)

Totalmente en desacuerdo (1)

1. Disfruto las mismas actividades recreativas que disfruta mi pareja.	1	2	3	4	5
2. Aunque las actividades de mi pareja no me gusten, las comparto.	1	2	3	4	5
3. A mi pareja le permito hacer uso de mis pertenencias.	1	2	3	4	5
4. Querer a mi pareja es suficiente para aceptarla	1	2	3	4	5
5. Aliento a mi pareja en todo momento.	1	2	3	4	5
6. Estoy atento(a) a lo que le pasa a mi pareja.	1	2	3	4	5
7. Disfruto que compartamos el tiempo con otras parejas.	1	2	3	4	5
8. Aunque las actividades de mi pareja no me gusten, las comparto.	1	2	3	4	5
9. Mi pareja tiene todas las cualidades que siempre busqué en una pareja.	1	2	3	4	5
10. A mi pareja le permito hacer uso de mis pertenencias.	1	2	3	4	5
11. Mucho de los amigos más cercanos a mi pareja también son mis amigos más cercanos.	1	2	3	4	5
12. Disfruto que compartamos el tiempo con otras parejas.	1	2	3	4	5
13. Recorro a mi pareja y ella responde como yo espero.	1	2	3	4	5

14. Mi pareja me comprende.	1	2	3	4	5
15. Pienso que somos el uno para el otro.	1	2	3	4	5
16. No hay alguien que esté más feliz que nosotros cuando estamos juntos.	1	2	3	4	5
17. Siento que mi pareja realmente me entiende.	1	2	3	4	5
18. Procuro ignorar los defectos de mi pareja.	1	2	3	4	5
19. Le resto importancia a los defectos de mi pareja.	1	2	3	4	5
20. Le doy apoyo emocional a mi pareja.	1	2	3	4	5
21. Entiendo los sufrimientos y alegrías de mi pareja	1	2	3	4	5
22. La mayor parte de mi tiempo la dedico a mi pareja.	1	2	3	4	5
23. Los regalos entre nosotros son muestra de que nos queremos.	1	2	3	4	5