



UNIVERSIDAD INSURGENTES

PLANTEL XOLA

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CON
INCORPORACIÓN A LA UNAM CLAVE 3315-25

“NIVELES DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN
MARITAL EN LA RELACIÓN DE PAREJA”.

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A

GUSTAVO HERNÁNDEZ ARROYO.

ASESORA: LIC. ANA LUISA SERNA URIBE

MÉXICO, D. F.

2014



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.

A Gabriel Bretón por ser mi amigo, maestro y guía en mi travesía académica, compartiendo conmigo su sabiduría y erudición.

A la maestra Ana Luisa Serna Uribe por su calidez, paciencia y apoyo para la realización de este proyecto.

A las maestras Yolanda Santiago y Ana María Eusebio por su tiempo y sus valiosas contribuciones para mejorar este trabajo.

A todos mis compañeros de formación académica, aquellos que compartieron conmigo sus opiniones y controversias, para ayudar a consolidar el aprendizaje.

A todos mis maestros (Luis Fernando Carrillo, Miguel Ángel Medina, Claudia Mónica Ramírez, Yolanda Santiago, Ana María Carrera, Ana Luisa Serna, Teresa Bolaños, Martín Jiménez, Alberto Sanen, Cesar Arámbula y Blanca Perla Ruiz) por brindarme su amistad y compartir conmigo sus conocimientos, fortaleciendo mi formación como psicólogo.

A todas las personas que participaron en la investigación por su tiempo y colaboración.

A mis hijos, por creer en mí, a quienes les dedico este logro, esperando que sea un aliciente en su formación personal y profesional.

A mis padres, por brindarme su cariño, comprensión y apoyo, contribuyendo a la formación de un hombre responsable y comprometido.

A mis hermanos, por estar en mi vida y creer que podía concluir esta meta.

INDICE

RESUMEN.....	1
INTRODUCCIÓN.....	2
CAPÍTULO 1 LA PAREJA HUMANA.	
1.1 LA PAREJA EN LA EVOLUCIÓN HISTÓRICA DE MÉXICO.....	7
1.2 DEFINICIONES DE PAREJA.....	12
1.3 ELECCIÓN DE PAREJA.....	15
1.4 TEORIA BIOPSIOSOCIOCULTURAL DE LA RELACIÓN DE PAREJA.....	20
1.5 ETAPAS DE LA PAREJA.....	25
1.6 EL AMOR EN LA PAREJA.....	33
1.7 PROBLEMAS EN LA PAREJA.....	37
1.8 LA UNIÓN CONSENSUAL.....	39
CAPÍTULO 2 AUTOESTIMA.	
2.1 EL SER HUMANO INTEGRAL.....	47
2.2 DEFINICIONES DE AUTOESTIMA.....	49
2.3 DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA.....	52
2.4 COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA.....	56
2.5 NIVELES DE AUTOESTIMA.....	59
CAPÍTULO 3 SATISFACCIÓN MARITAL.	
3.1 DEFINICIONES DE SATISFACCIÓN MARITAL.....	69
3.2 PERSPECTIVAS DE ALGUNOS AUTORES SOBRE LA SATISFACCIÓN MARITAL.....	71
3.3 FACTORES QUE INFLUYEN EN LA SATISFACCIÓN MARITAL.....	74
3.4 IMPEDIMENTOS PARA LA SATISFACCIÓN MARITAL.....	85
3.5 CRITERIOS PARA UNA SANA Y SATISFACTORIA RELACIÓN DE PAREJA.....	88
CAPÍTULO 4 ANTECEDENTES SOBRE INVESTIGACIONES.	
4.1 INVESTIGACIONES PREVIAS DE AUTOESTIMA.....	92
4.2 INVESTIGACIONES SOBRE SATISFACCIÓN MARITAL.....	96

4.3 INVESTIGACIONES PREVIAS DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL.....	102
CAPÍTULO 5 METODOLOGÍA.	
5.1 JUSTIFICACIÓN.....	104
5.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	105
5.3 OBJETIVO GENERAL.....	105
5.4 HIPÓTESIS.....	106
5.5 VARIABLES.....	106
5.6 TIPO DE ESTUDIO.....	109
5.7 ESCENARIO.....	109
5.8 POBLACIÓN.....	110
5.9 MATERIALES.....	111
5.10 INSTRUMENTOS.....	111
5.11 PROCEDIMIENTO.....	115
CAPÍTULO 6 RESULTADOS.....	116
CAPÍTULO 7 DISCUSIÓN.....	139
CAPÍTULO 8 CONCLUSIONES.....	167
ANEXOS.....	175
REFERENCIAS.....	177

RESUMEN.

En esta investigación se tuvo como objetivo conocer si existe alguna relación entre los niveles de Autoestima y la Satisfacción Marital. Para ello se recabó una muestra de 102 parejas heterosexuales, con una edad mínima de 20 años y que por lo menos tuvieran un año viviendo juntos, además se agregaron variables socio-demográficas como: género, edad, años de vivir juntos y estado civil. Se aplicó el Inventario de Autoestima de Coopersmith para adultos, adaptado en México por Lara-Cantú y colaboradores (1993); integrado por 25 reactivos dicotómicos y la Escala de Satisfacción Marital de Pick y Andrade (1988^a) para medir el grado de Satisfacción Marital, conformado por 24 reactivos con tres opciones de respuesta.

Los datos se analizaron utilizando el coeficiente de correlación de Pearson, a través del programa estadístico (SPSS). Los resultados muestran que la mayoría (48%) de las parejas presentan un nivel alto de autoestima y 69% se encuentran satisfechas maritalmente; el 42% cuenta estudios de Secundaria y 44% se encuentran casados; asimismo se realizó un análisis de reactivos para conocer porque los participantes consideran tener una autoestima (baja, media y alta) y los motivos para sentirse satisfechos o insatisfechos en su relación, además las mujeres presentan menor nivel de autoestima y mayor insatisfacción en comparación con el género masculino.

Por lo que se concluye que los niveles de Autoestima de los cónyuges no son determinantes para experimentar Satisfacción Marital.

INTRODUCCIÓN.

Conforme la persona va creciendo, va desarrollando una serie de normas que le ayudan a dar un sentido de sí mismo y de lo que lo rodea, éstas determinan como va a clasificar lo que percibe, siente y observa a través del tiempo y del aprendizaje, asociando casi de manera automática ciertas situaciones a unas características concretas. Existen necesidades psicológicas en las personas que las mueven e impulsan a actuar y que pueden ser cubiertas para obtener una salud psicológica. Se puede mencionar la necesidad de afecto, de amar y ser amado; necesidad de tener cierta confianza en sí mismo, es decir, seguridad de sentirse útil, de valer; y necesidad de realización personal o de comprender y darle sentido a sí mismo. Éstas pueden ir cubriéndose desde la infancia, principalmente por la familia nuclear, pero cuando no sucede así, la persona puede sentirse vacía e insatisfecha.

La autoestima hace referencia a la valoración que la persona tiene de sí misma, incluyendo aspectos evaluativos y afectivos; es decir, puede tener una imagen favorable de sí misma o bien, puede que esta imagen sea altamente desfavorable, teniendo un impacto en los diferentes ámbitos: familiar, laboral, intelectual y social, ya que influye en las relaciones con los demás. Cuando se habla de las relaciones de pareja, la autoestima cobra una especial importancia, pues dependiendo de la valoración que tenga de sí misma influirá en diferentes aspectos de sus relaciones sentimentales; muchas veces las personas con autoestima baja encuentran dificultades a la hora de buscar pareja, ya que al no valorarse dan por hecho que fracasarán, además cuando existen conflictos hay una tendencia a culpabilizarse y al no poder confiar en sus capacidades, dejan que sea el otro miembro quien busque soluciones, ocasionando muchas veces situaciones de dependencia o sumisión para no ser abandonados porque están seguros de no valer lo suficiente para la otra persona

y que no encontraran a alguien más que los acepte, lo que los llevaría a una insatisfacción marital.

La relación de pareja es uno de los lazos afectivos más importantes de la vida del ser humano, pues les permite satisfacer necesidades primordiales como seguridad, pertenencia, intimidad, sexualidad y confianza, además de que establece el desarrollo evolutivo de la siguiente generación; la relación conyugal va adquiriendo un significado especial para cada uno de los miembros de la díada marital, ya que representa un vínculo interpersonal de conductas, afectos, emociones que son dinámicas y en virtud de su presencia caracterizan y describen a cada uno de los integrantes de la pareja y de su relación. Su creación representa un compromiso de formar un matrimonio estable, y la satisfacción marital es considerada como uno de los indicadores de estabilidad y felicidad.

El ser humano se desenvuelve dentro de una amplia esfera social constituida por múltiples ámbitos; la familia sigue siendo un factor determinante para el crecimiento y bienestar de la persona, tanto en el aspecto físico y psicológico, además de ser generadora de pautas para el desarrollo de los hijos. Sin embargo, en la sociedad actual el número de divorcios va aumentando trayendo consigo la separación de las familias, sin importar lo que puedan pensar los demás o las consecuencias que puedan tener en el desarrollo de sus hijos, pues los niños para un sano crecimiento requieren estabilidad y seguridad.

Cuando dos individuos deciden vivir en unión libre formando una pareja, inician una nueva etapa en sus vidas, ya que no necesitan estar bajo un régimen socialmente establecido como (matrimonio, concubinato, sociedad de convivencia), para poder integrar un sistema marital, una identidad nueva y distinta, es decir bajo un nuevo sistema diádico pasando a ser una “tercera persona autónoma” cuyos propósitos pueden conjuntar o

deteriorar los objetivos maritales de uno o otro cónyuge, en ese ambiente que se establece, nace el concepto de satisfacción o insatisfacción marital. La satisfacción con el matrimonio es una evaluación subjetiva de la relación por parte de la pareja que conviven conjuntamente, así mismo es un concepto dinámico, el cual involucra una dimensión evolutiva y es una variable dependiente del contexto cultural en el que se desarrollan las parejas.

Existen múltiples factores que pueden afectar la relación de pareja como: los problemas conyugales, familiares o económicos, además la etapa de la crianza de los hijos, ya que con frecuencia se tiende a enfocar de forma prioritaria la energía y atención del rol de padres sobre el de esposos, desviando así la atención y dejando en segundo lugar al fortalecimiento del vínculo que en un principio unió a la pareja, provocando insatisfacción en uno o en ambos miembros. La baja autoestima es una fuente permanente de inseguridad e insatisfacción personal y es considerada como un factor importante de riesgo para el desarrollo de muchos problemas psicológicos; para que haya individuos contentos y satisfechos, primero tienen que estarlo consigo mismos y probablemente pueda ser un factor que contribuya a la satisfacción marital en las relaciones de pareja.

Schwartz y olds (2002), menciona que los individuos cambian y crecen en el curso de un matrimonio, también requieren cambios complementarios por parte del cónyuge, así como en la relación, esto les permitirá adaptarse mejor a la pareja, utilizando sus propias herramientas. La satisfacción marital determina en gran medida la duración y mantenimiento de la unión, así como su buen funcionamiento.

Por lo anterior expuesto, el objetivo de este estudio fue conocer si existe relación entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital en las relaciones de pareja. Para lograrlo la investigación se desarrolló de la siguiente manera:

El primer capítulo, se encuentra dedicado a la pareja humana, se realiza una breve descripción de ésta a través de la evolución histórica en México, así mismo se plantea el concepto desde un punto de vista teórico, en esta tesitura existen diferentes factores que intervienen en la elección del cónyuge así como las diferentes etapas o ciclos que intervienen en la formación de la pareja hasta llegar a su consolidación, ya sea por la unión libre o el matrimonio donde existe una involucración de ambos individuos.

El capítulo segundo, se aborda la autoestima a través de diferentes definiciones, así también se plantea cómo se desarrolla en la vida del individuo, además de los componentes que la conforman y las características que presentan las personas con los diferentes niveles de autoestima.

El tercer capítulo, se plantea la satisfacción marital a través de diferentes definiciones, así como las aportaciones de algunos autores sobre el proceso por el cual los miembros se sienten satisfechos, además de mencionar algunos factores que influyen e impedimentos para lograrla y se establecen algunos criterios para una sana y satisfactoria relación de pareja.

Posteriormente el cuarto capítulo, se presenta diferentes investigaciones sobre autoestima y satisfacción marital, es importante mencionar que estos estudios con las variables son por separado, al final se muestran aquellas que tienen relación de forma directa con autoestima y satisfacción marital.

El quinto capítulo, se describe el método utilizado en esta investigación, descripción de la muestra, instrumentos utilizados para la medición, procedimiento y el tipo de análisis que se llevo a cabo.

El capítulo seis, presenta los resultados, los cuales constan de un análisis descriptivo, la correlación de Pearson entre las variables niveles de autoestima y satisfacción marital, además de la descripción por medio de gráficas de las variables género, edad, nivel de estudios, años de vivir juntos, estado civil y número de hijos.

El capítulo siete, se interpretan y analizan los resultados con base a la teoría y las investigaciones de diversos estudios previos y poder asentar las conclusiones pertinentes en referencia a ellos.

Finalmente en el capítulo ocho, se presentan las conclusiones y las limitaciones de la investigación.

CAPÍTULO 1. LA PAREJA HUMANA.

A lo largo de la existencia del ser humano la naturaleza le ha brindado la posibilidad del encuentro amoroso con ese otro, formando vínculos afectivos con las personas con el fin de fortalecer su personalidad, comportamiento y desarrollo; uno de estos vínculos se forma en la relación de pareja, por lo que es importante comprender la dinámica de la misma, a continuación se expone un panorama general de cómo es que se ha ido conformando la pareja a través de los siglos.

1.1 LA PAREJA EN LA EVOLUCIÓN HISTÓRICA DE MÉXICO.

Con la intención de explicar los diversos cambios que han tenido las relaciones de pareja a través del tiempo, resulta de suma importancia realizar una breve descripción de la vida por las diferentes épocas de la historia de México, lo que permitirá visualizar la forma de cómo se concebía la relación de pareja y a su vez de cómo influye la memoria sociocultural, en la integración, comportamiento y funcionamiento de las parejas mexicanas en la actualidad.

1.1.1 ÉPOCA PREHISPÁNICA.

Para conocer las características de la pareja en el México prehispánico es necesario recurrir a dos fuentes: la primera se refiere a los relatos cotejados de los cronistas de indias, algunos de los cuales fueron soldados conquistadores o frailes que se constituyeron como testigos oculares de las costumbres que narraban; y la segunda fuente la forman investigaciones etnológicas y antropológicas basadas en la conservación de tradiciones entre los pueblos indígenas actuales que concuerdan con las crónicas del siglo XVI.

En este período, al que también se denomina precolombino o precortesiano, en todos los pueblos y culturas de Mesoamérica (náhoas, mayas, mixtecos, zapotecos, totonacas, etc.). No se concebía una relación de pareja fuera del matrimonio. Éste se llevaba a cabo entre los plebeyos (gente común, generalmente agricultores) a edades muy tempranas que oscilaban entre los doce y catorce años. Había razones que los obligaban a hacerlo: por un lado una frecuente mortandad de las madres en los partos, y por otro, una muy limitada esperanza de vida (Pérez Galaz, 1983).

El joven que pretendía a una muchacha se lo decía a sus padres y éstos concertaban una cita con los progenitores de la joven a través de un intermediario dedicado a esos menesteres. Las primeras entrevistas entre las familias eran sólo de cortesía y en ellas se hacían regalos sencillos.

Durante este tiempo, la pretendida no tenía el menor contacto con el pretendiente, al que tampoco conocía, pues era deseable que la mujer –casada o soltera- no levantara la mirada ante la presencia de cualquier hombre (León Portilla, 1991).

En la tercera o cuarta entrevista se conocían las razones del interés mostrado hacia la familia de la pretendida y ésta veía por primera vez al pretendiente, al que posteriormente podía rechazar mientras no se llevara a cabo la unión matrimonial.

En cuanto a los miembros de la nobleza (descendientes de las familias fundadoras de una ciudad o nación indígena), éstos solían contraer matrimonio con mujeres también nobles nacidas en poblaciones vecinas aliadas. En este grupo era frecuente la poligamia (Sahagún, 1998).

Los roles que cumplía la pareja estaban bien diferenciados, pero el trabajo en el hogar se tenía en alta estima como lo confirman los consejos que un padre da a su pequeña hija respecto a sus deberes y que se consigna en la “sabiduría de los ancianos” o Huehuetlatolli (León Portilla, 1991).

1.1.2 ÉPOCA COLONIAL.

Con la conquista española se impusieron nuevas costumbres que habrían de conservarse en el país por más de trescientos años.

En este período se clasificó a las parejas en función de su matrimonio ante la iglesia. Quienes se habían casado bajo sus leyes eran considerados matrimonios legítimos, mientras que quienes no lo hacían constituían los llamados matrimonios ilegítimos.

Pese a la enorme influencia que la iglesia tenía en la población, las uniones de parejas “ilegítimas” eran frecuentes como lo demuestra el aumento de población mestiza, mulata y de otras castas, producto de uniones raciales diferentes, en su mayor parte ajenas a los ordenamientos eclesiásticos (Humboldt, 1984).

La mortandad de las mujeres durante el parto provocó que hombres longevos llegaran a contraer hasta tres matrimonios en su vida, constituyéndose como verdaderos patriarcas de familias muy numerosas.

Las familias de la aristocracia novohispana trajeron de Europa la costumbre de la “dote”, que era la cantidad asignada en su herencia a cualquier hija de familia, y que servía para oficializar el compromiso matrimonial, otorgándole al contrayente la administración

de esos recursos. Con dotes generosas se aseguraba el matrimonio de las hijas, mientras los hijos debían buscar a una mujer de su alcurnia respaldada por los recursos de sus padres.

Entre las clases populares la situación era inversa. Los padres de la novia establecían una lista de obsequios (ganado, frutas, costales de granos, etc.). Mientras que el novio y su familia tenían que darlos para obtener el compromiso con la novia. Normalmente todos los productos solicitados por los padres de ella se utilizaban para la preparación de la comida que se ofrecía con motivo de la boda, misma a la que eran invitados todos los habitantes de la población o barrio donde vivían los contrayentes.

Lo que se determinó sobre la relación de pareja durante este tiempo es el interés casi exclusivo en la procreación, mezclada con un distanciamiento afectivo producto de las diferencias sustanciales de los roles cumplidos por el hombre y por la mujer.

Esto es más subrayado por dramaturgos y poetas de la época que por los mismos historiadores, quienes se ocuparon en mayor medida de los asuntos militares, políticos y legales que de abordar temas sociales (Picón Salas, 1944).

1.1.3 ÉPOCA INDEPENDIENTE.

Desde 1821 en que México inició su vida independiente hasta la segunda mitad de siglos XIX, las relaciones de pareja continuaron con las mismas características que tuvieron durante la época colonial (Calderón de la Barca, 1984).

Fue hasta la promulgación de las leyes de reforma y su inclusión en el texto de la constitución de 1857, que la validez del matrimonio dejó de ser regulada por la iglesia y se

establecía como un contrato civil, teniendo al Estado Mexicano como garante de su legalidad.

Con tal medida, el número de matrimonios y nacimientos denominados “ilegítimos” disminuyó notablemente, aunque la relación de pareja continuó con el propósito de la procreación pues ese era el objetivo esencial de la mujer según la enseñanza aristotélica prevaleciente, fortalecida por la filosofía escolástica implantada por la iglesia desde el período colonial (Prieto, 2004).

El modelo prevaleció hasta muy avanzado el siglo XX. La mujer continuó supeditada a los dictámenes de su pareja y ni siquiera tuvo la ciudadanía plena hasta que en 1953 le fue reconocido su derecho a votar y ser votada.

Sin embargo, los cambios legislativos y la modernización social y política han sido insuficientes para modificar estructuralmente la condición de la mujer como parte integral de una pareja. La mercadotecnia y la educación familiar contribuyen en gran medida a ese retroceso (Lamas, 2004).

1.2 DEFINICIONES DE PAREJA.

La palabra pareja proviene del latín (par- paris) que significa igual, por lo que entonces se dice que una pareja: es un conjunto de personas, animales o cosas que mantienen entre sí alguna relación o semejanza (Torres, 1978). El término pareja se utiliza en diversas culturas para nombrar a la otra persona con la cual se decide compartir la vida, estableciendo con ello una relación de pareja; puede establecerse de dos formas: la primera es por el hecho de ser compañero en la travesía del ciclo vital, esta unión constituye el grupo más pequeño de la sociedad; la segunda puede ser la base para establecer un sistema familiar, tomando en cuenta la intención de tener hijos.

La relación de pareja está marcada por diversos factores, entre ellos el vínculo amoroso, el reconocimiento a nivel personal y social dependiendo de la cultura donde se desarrollen, además del deseo de crear un proyecto de manera conjunta a través de la organización, diversión, sexualidad y seguridad, buscando cierta estabilidad a través del tiempo.

La pareja es uno de los aspectos centrales de la vida de un ser humano donde la comunicación resulta ser uno de los factores más importantes determinando el tipo de relación que tendrá con la otra persona. La comunicación es la norma por la cual dos personas se conocen, exploran y crean vínculos afectivos, fortaleciendo la relación de manera que pueda existir satisfacción o no en la pareja.

Es conveniente comenzar por definir el concepto de pareja desde diferentes perspectivas:

- La pareja humana es definida como: “una unión de dos personas, que viven, enfrentan y comparten situaciones psicológicas, socioeconómicas, simbólicas, etc.,

se hace referencia al amor y lleva en sí la historia de cada uno de sus integrantes”
(Milleno, 1995, citado en Ramírez y Reyes, 2010, pp. 2)

- Según Padilla (2000, citado en González-Núñez, 2000) la pareja es la unión de dos personas con miras a vivir una vida junta, que está aprobada por el matrimonio; y que conlleva a una unión monógama implicando obligaciones de fidelidad, ayuda y asistencia, teniendo como fin la educación, protección y cuidado de los hijos.
- La pareja se ha definido como la “Asociación de dos personas con un propósito familiar común o concurrente...una entidad peculiar, autónoma y específicamente diferenciada que es más que la suma de sus componentes... es una entidad psicológica y social absolutamente inédita, esto es, que ha de fijarse cada vez los principios y cánones de su funcionamiento y actuación mediante una combinación de experiencias previas” (Escardo, 1974, citado en Tello, 1994, pp. 16).
- Además Tordjman (1989) menciona que una pareja es una relación diádica heterosexual (ocasionalmente temporal) y en la cual la relación incluye el contacto genital, es un grupo específico, un crisol en el que se funden las problemáticas de cada uno de sus integrantes y la dinámica específica de esta nueva unidad, sin perder de vista la repercusión que tienen el entorno familiar y cultural en la vida de la pareja.
- López-Ibor (1983) añade que la pareja es constitutiva de todo ser humano, en ella ambos miembros buscan satisfacer sus necesidades biológicas, emocionales y existenciales propias de cada uno y además las del otro. Esta unión está condicionada por una serie de factores y realidades; entre las que destacan: la personalidad externa de los cónyuges, la dependencia, la identidad corporal, la genitalidad y sobre todo el amor en la pareja.

- Hof y Miller (1983, citado en Cañetas, 2000) también dicen: que la relación conyugal representa un concepto especial para cada uno de los miembros de la pareja, ya que se establece un vínculo interpersonal donde se manifiestan sentimientos, conductas, emociones y dinámicas que caracterizan y describen a cada uno de los miembros de la diada, influyendo en la relación que establecen.
- Eguiluz (2007) menciona que la relación de pareja inicia cuando dos individuos diferentes, que pertenecen a distintos grupos sociales, se separan de su grupo original con la intención de formar un nuevo sistema.
- Para Díaz-Loving (1990) la pareja es una institución constituida con base en un sistema de normas y reglas de conducta (las normas son parte de la cultura y la herencia social, derivadas del pensamiento común colectivo, religioso y filosófico de un pueblo que lo trasmite de generación a generación, a través del proceso de socialización).
- A esto Fernández y Sánchez (1993) agregan que es una interacción de dos personas unidas por un compromiso emocional y los diversos factores que la integran.
- Bucay (2006) dice que la pareja es el más precioso y cruel de los espejos, único vínculo donde podrían reflejarse de cerca los peores y mejores aspectos.
- Finalmente Cañetas (2000, pp.10) menciona que la pareja es “una entidad compuesta por dos personas (entes independientes con historia social y cultura específica), de diferente sexo, vinculadas por un compromiso emocional que busca satisfacer determinadas necesidades (tanto internas como externas), dando lugar a la constitución, basada en normas y reglas de conducta específicas, a partir de las establecidas culturalmente por su entorno”.

Es importante resaltar las definiciones pues las contribuciones de cada uno de los autores permiten comprender y entender mejor lo que es una relación de pareja, por lo que se puede concluir que la pareja es una relación de dos personas que interactúan y donde se conjugan aspectos conscientes e inconscientes, compartiendo sus historias de vida a través de factores internos y externos. La relación se cimienta en un marco de amor y respeto de manera recíproca, con el fin de contribuir a formar una tercera entidad en donde ambos decidirán los principios con los cuales se van a regir, adaptándose a los cambios que les permitan construir un proyecto de vida. Pero ¿cómo se realiza la elección de la pareja? El elegir a una pareja, es una decisión importante en la vida del ser humano y se entiende como el proceso entre dos personas para formar un vínculo estable, pues de ello dependerá la satisfacción propia.

1.3 ELECCIÓN DE LA PAREJA.

Para Rojas (1997) la elección de la pareja es una de las experiencias más importantes en la vida, ya que de su acierto o del error se desprenderán consecuencias fundamentales en la trayectoria de su existencia; agrega que en la elección afectiva se retrata al ser humano, dejando muy claro las predilecciones que mueven su vida.

González Núñez (2000) manifiesta que en la elección de pareja se presentan fantasías inconscientes, criterios de elección y de comportamiento amoroso determinados pausadamente por la sociedad donde se desarrollan.

A esto Sandoval (1988) agrega que la estabilidad familiar, el futuro de los hijos y la salud emocional, dependerá de la elección de pareja, así mismo de las relaciones objetales que se puedan establecer en un futuro.

Existen diferentes factores que intervienen en la elección de pareja y se debe considerar que presentan características psicológicas similares y complementarias en cuanto a sus necesidades. Para Leñero (1987) son tres los aspectos que intervienen en la elección de la pareja:

- la existencia de cierta homogamia de origen, es decir, respondiendo a una norma de búsqueda de pareja entre quienes tienen más categorías sociales comunes como son: clase social, religión, etnia, lugar de residencia, edad, entre otros.
- El consenso de valores y objetivos relacionados con la forma de concebir la vida.
- Una búsqueda de rasgos complementarios a la propia personalidad, todo aquello relacionado a un contexto psico-socio-cultural, que influirá en el criterio de cada uno de los miembros de la pareja.

A continuación se presentan las aportaciones de las principales teorías sobre la elección de pareja, cada una desde su enfoque, el cual permitirá tener un conocimiento más amplio sobre los factores que intervienen en la decisión de elegir a un cónyuge.

1.3.1 ENFOQUE PSICOANÁLITICO.

Freud (1980) menciona que la historia del ser humano es el resultado de la sucesión de acontecimientos favorables y adversos sobre la relación de los objetos en la infancia.

La elección de pareja se realiza en base a la relación de objeto, donde supone la dimensión imaginaria de los procesos de proyección e introyección, por los cuales el sujeto entra en relación con sus objetos, además señala que ningún individuo está exento de estar influenciado por fantasías infantiles inconscientes en la elección de un compañero.

Su teoría sostiene que existen dos tipos de elección de pareja: elección narcisista y elección anaclítica.

- **La elección narcisista**, toma como modelo a la propia persona, respecto a cómo fue, cómo es, o cómo le gustaría ser, esta modalidad siempre formará parte de la elección, en tanto define la participación del ideal del “YO”.

El tipo narcisista puede amar:

- a) Lo que el mismo es: alguien cuya personalidad se parezca a la suya.
 - b) Lo que él fue en otro tiempo: alguien que le recuerde a él mismo cuando era niño.
 - c) Lo que le gustaría ser.
 - d) Lo que en otro tiempo fue parte de él: alguien que le recuerde a los padres o a los hermanos.
- **En la elección anaclítica**, ésta sigue los modelos parentales:
 - a) la madre que alimenta.
 - b) el padre que protege.

Asimismo Freud señala que existen cinco formas de identificación temprana:

- 1. Identificación por incorporación:** se puede formar por una incorporación de todo lo que es una fuente de placer de la persona amada, pero también puede proyectar lo que le produce displacer; es decir, pensamientos, sentimientos, deseos e impulsos, que permiten justificar la manifestación consciente de lo que es rechazado o aceptado como propio en ausencia de aquella atribución.
- 2. Identificación narcisista:** se amará en el otro la imagen reflejada de sí mismo, identificándose con las mismas características que ya posee.

- 3. Identificación por pérdida de objeto:** en esta forma se ha perdido o puede poseer una concentración afectiva en un objeto o una idea intentando recobrar su seguridad con la identificación del objeto.
- 4. Identificación con metas y logros:** surge como el resultado de la frustración y ansiedad, es decir, si una persona se siente frustrada trata de identificarse con una que tiene éxito para así lograrlo.
- 5. Identificación con el agresor:** la identificación con las prohibiciones de las figuras autoritarias, el propósito es evitar los castigos obedeciendo a las demandas exteriores, no por amor sino por temor.

Para Campuzano (2001) los futuros miembros de la pareja se sienten atraídos por personas con características similares a ellas, tanto en términos étnicos, estructura ósea, apariencia social y aspiraciones vitales; a este fenómeno social se le denomina homogamia. En la elección de la pareja conyugal, el condicionamiento social se encuentra siempre a la vista siendo consciente de este factor, en el cual se busca la seguridad por medio de algunas satisfacciones personales y la estabilidad de la relación; además, los factores inconscientes se encuentran determinados por el núcleo familiar de origen, por la evolución de cada etapa psicosexual de cada miembro y, por consecuencia, por la resolución en las etapas preedípicas y edípicas de los cónyuges.

Manifiesta que existen tres modalidades de elección en las parejas: la elección caracterológica complementaria defensiva, la elección caracterológica simétrica defensiva y la elección simétrica por debilidad. Es importante considerar los procesos inconscientes, la defensa contra la pulsión parcial aislada, al elegir en su pareja aquellas características que no despertarán la pulsión y aún las que contribuirán a reprimirla mejor, ésta es la principal

característica que en el plano de los procesos inconscientes establece una distinción entre la elección de objeto en la relación conyugal y en las otras formas de vida amorosa, “los tipos de elección están referidos estrictamente a las pulsiones parciales, con sus caracteres pregenitales dominantes: es el caso frecuente de la aventura, el coqueteo o de los vínculos breves, en los que resulta inaplicable o de escaso interés una explicación sistémica que considera a la pareja como una unidad” (Lemaire, 2013, pp. 119).

Lemaire (2013) agrega que existen dos rasgos inconscientes característicos en la elección de pareja: la reciprocidad y la función defensiva.

- a) **La reciprocidad:** conlleva una igualdad en las satisfacciones de los dos miembros, donde obtienen una ganancia psicológica.
- b) **Función defensiva:** hace referencia a la homeóstasis personal que la persona espera del objeto de amor, por medio de la satisfacción o prohibición de algunas pulsiones por la pareja elegida.

1.3.2 PERSPECTIVA SOCIAL.

Ackerman (1978) menciona que la elección de pareja se limita al ámbito de las personas que proceden de un mismo medio social con el que el individuo está en contacto cotidianamente; la elección de pareja no solamente tiene implicaciones psicológicas sino también socioeconómicas y culturales.

Zajonc (1973, citado en Cañetas, 2000) expone que de las personas que se pueden conocer potencialmente, sólo se conocen unas cuantas, debido a que el azar se encuentra físicamente en proximidad, por lo que la cercanía física incrementa la posibilidad de

encuentro con lo que se puede fomentar el cariño, la intimidad y gradualmente, desarrollarse el gusto.

Kerckhoff (1962, citado en Stenberg, 1988) menciona que para constituir una pareja ideal, el otro miembro debe ser aproximadamente de la misma edad, clase económica, religión, nivel educativo, etc., rara vez se asocia con personas provenientes de un contexto diferente; al no respetarse estas condiciones se corre el riesgo de que socialmente no sea aceptada.

Klemer (1987) dice que uno de los factores psicológicos en la elección del cónyuge es la necesidad de éxito, ya sea en el aspecto social, financiero o individual, en algunas ocasiones se refleja esa necesidad inconsciente durante la relación consiguiendo a una persona con un estatus económico alto, a veces el éxito romántico y financiero va inexplicablemente unido a la elección de la pareja.

Wild-Jurg (1978) comenta que los problemas y conflictos ejercen una gran atracción para ambos miembros de la pareja en la fase elección, las dos personas esperan la curación de las lesiones de la primera infancia, anhelan liberarse de los temores preexistentes y subsanar mutuamente la culpa que prevalece de las relaciones anteriores.

1.4 TEORÍA BIOPSIOSOCIOCULTURAL DE LA RELACIÓN DE PAREJA.

El ser humano debe ser considerado como un ser biopsicosocial, siendo un organismo vivo que tiene la facultad de ser consciente de su existencia. Es un ente social porque recibe influencias favorables y desfavorables como resultado de su interacción dentro de la sociedad que lo rodea, donde se interrelaciona con las demás personas y con su entorno formando así un elemento más de un ecosistema, de una comunidad social, de la cultura.

En este rubro surge la teoría bio-psico-socio-cultural de la relación de pareja. Díaz-Loving y Sánchez (2004) dicen que para poder entender las relaciones de pareja desde la teoría bio-psico-socio-cultural, es importante aclarar que las necesidades de afecto, apego, amor, cuidado, independencia, cariño y compañía, son genéticamente básicas y determinantes para la sobrevivencia de la especie. Surgen como parte fundamental los componentes históricos, biológicos, psicosociales y culturales, los cuales determinan las formas internas y externas en las que el individuo se relaciona con otros; de esta manera los componentes básicos de esta teoría son:

- a) Bio-socio-cultural
- b) Individual
- c) Evaluativo
- d) Conductual

1.4.1 El componente bio-socio-cultural:

- **Las características biológicas** “El factor biológico, está representado por las necesidades de seguridad, compañía, afecto, amor y poder, permea nuestras vidas, nuestras relaciones tempranas, y cómo posteriormente nos acercamos o alejamos a otros seres humanos” (Díaz-Loving y Sánchez, 2004 pp. 23). Además incluyen la capacidad de desarrollar y transmitir cultura a través del lenguaje, es decir determina el desarrollo de un macrosistema sociocultural, el cual se rige por la conducta establecida aceptable en nuestra especie.

- **Factor sociocultural:** Díaz-Loving y Sánchez (2004) mencionan que en todas las culturas existe intercambio social, lo que cambia es su percepción e interpretación en cada una de ellas. El amor, el poder, la intimidad, los celos y las diferencias sexuales, se encuentran interactuando continuamente con el macrosistema sociocultural en la implantación de figuras sociales y aprendidas, en otras palabras las características biológicas no se dan de manera fortuita, sino que se desarrollan, evolucionan y modifican en una interrelación constante con pautas socioculturales, tanto es así que con el paso del tiempo el sexo se convierte en un ente social denominado género, lo que determina si se es masculino o femenino con una elaboración psicológica de lo que es cada uno.

Las normas, reglas y papeles específicos de la interacción humana, particulares de cada grupo cultural son las que regulan la manera en que se desarrollan las interacciones íntimas. “Las normas de interacción humana son transmitidas e inculcadas a través de los procesos de socialización (reforzamiento y castigo de las conductas esperadas), endoculturación (la presencia de modelos que realizan conductas “adecuadas”), o aculturación (presiones de culturas opcionales hacia nuevas conductas esperadas)” (Díaz-Loving y Sánchez, 2004 pp. 30).

Por ello el establecimiento de estructuras y fenómenos sociales como el matrimonio, el noviazgo, la infidelidad, parten directamente de la conceptualización de la condición de una sociocultura.

1.4.2 COMPONENTE INDIVIDUAL.

- Díaz-Loving y Sánchez (2004) comentan que mediante la inserción de los procesos de socialización, endoculturación y aculturación, la sociedad, los grupos y la familia inician la educación de las nuevas generaciones enseñándoles cuáles son las normas, expectativas, modelos de cómo se llevan a cabo las relaciones interpersonales y por ende las relaciones de pareja, el amor, el cariño, la amistad y el afecto de manera particular. La interacción dinámica de las características biológicas esenciales, las necesidades biopsíquicas y las pautas marcadas por el proceso de la sociocultura y la influencia de la familia, determinan el desarrollo de rasgos, valores, creencias, actitudes, aptitudes en el individuo que se utilizarán en las relaciones humanas; “la interacción de las premisas socioculturales con la personalidad, y su efecto sobre las relaciones interpersonales se hace evidente en una cultura como la mexicana, en la cual las normas prescriben que las personas deben ser amables, educadas, corteses, así como románticas y sensibles” (La Rosa y Díaz-Loving, 1991, pp. 27).

1.4.3 COMPONENTE EVALUATIVO.

- Díaz-Loving (1999) establece que con la conjugación del componente individual, el cultural y la interacción de una pareja real o imaginaria, el sujeto realiza una evaluación del compañero y de su relación, en dos diferentes niveles: cognoscitivo, en el cual la persona busca que sus características concuerden con aquellas que él cree que son atractivas o efectivas para tener una relación positiva; el otro nivel se realiza en la parte afectiva, lo que siente, le es grato o le desagrada.

El sistema de evaluación cognoscitiva: “es el mecanismo utilizado para analizar las características observables y antecedentes de la pareja estímulo en referencia al sistema de significados denotativos del sujeto” (Díaz-Loving y Sánchez, 1999, pp. 29). Mediante los procesos de percepción integración, acomodación, codificación e interpretación se llega a realizar una evaluación de la información personal de la pareja, dicha información ayuda al sujeto a decidir que estilos de convivencia, hábitos y conductas son los más adecuados para establecer relación con el otro.

El sistema de evaluación afectivo “es el criterio principal para describir fenómenos como atracción, apego, amor, celos, etc. En él se considera la tendencia de los humanos a juzgar los eventos de la vida con base a las emociones” (Díaz-Loving, 1999, pp. 30).

1.4.4 COMPONENTE CONDUCTUAL.

- Una vez que el sujeto ha integrado el componente biológico, socio-cultural, individual y evaluativo, la persona examina atentamente la estrategia de responder a la pareja por medio de su conducta, afectando a la pareja y por ende a la misma persona. Por consiguiente, Díaz-Loving (1999) argumenta que la manifestación de la conducta produce un impacto y una interpretación social de alejamiento y acercamiento del sujeto hacia su pareja. “el sujeto paulatinamente va construyendo y reconstruyendo el consciente colectivo (normas y premisas socioculturales de interacción) y consciente individual (estilos de convivencia, valores, creencias, actitudes, personalidad, hábitos)” (Díaz-Loving y Sánchez, 1999, pp. 30).

La teoría bio-psico-socio-cultural de la relación de pareja vislumbra la diada de una manera más amplia, estableciendo los mecanismos mediante la parte biológica y la cultural que definen al ser humano, iniciando un vínculo afectivo con la persona que desea compartir parte de su existencia, conjugándose los diferentes procesos cognoscitivos y afectivos en la relación de pareja.

1.5 ETAPAS DE LA PAREJA.

Cuando se establece una relación de pareja resulta de suma importancia sentir cierta seguridad, esa necesidad de conocer lo que sucede en el entorno, saber en dónde se encuentra ubicada la relación y hacia dónde se dirige la pareja. El comprender esta situación permite obtener beneficios para comprender mejor a la pareja, elegir el mejor camino de acción en el desarrollo de la diada. Por esto es importante conocer las diferentes etapas por las que atraviesa la relación de pareja.

Levison (1974, citado en Lemus, 2001) refiere las siguientes etapas:

- a) **Selección (duración variable):** por lo general parte de una necesidad básica que debe ser satisfecha por el cónyuge, el cual se encuentra bajo la influencia del proceso de enamoramiento, donde interviene la apariencia física, recuerdos, poder, capacidades cognitivas, afectivas y por juicios de otras personas que son importantes para él.
- b) **Transición y adaptación (uno a tres años de matrimonio):** conlleva la adaptación a un nuevo sistema de vida con distintos hábitos, demandas y satisfacción de los cónyuges, donde es necesario delimitar la relación con las familias nucleares, ya que

muchos de los problemas en la pareja se debe a la intromisión excesiva de los padres; comienzan a negociarse diferentes reglas con respecto a la intimidad, la administración del dinero, los momentos de diversión, resultando en un concepto de lo permitido y lo prohibido. Si la pareja adopta mecanismos de evasión los conflictos no son resueltos generando en ellos discusiones frecuentes.

- c) **Reafirmación como pareja y paternidad (del tercer al octavo año de unión):** en esta etapa surgen ciertas dudas de acuerdo a la elección con respecto al cónyuge, su resolución permite reafirmar su relación o aceptar una separación o divorcio. Es más común que los celos aparezcan con respecto a las amistades, apareciendo con ello aventuras extramaritales o una relación de amasiato bien definida.

La mayor parte de las parejas inicia el camino de ser padres contrayendo satisfacciones pero también presiones ante el nuevo miembro, surge la reactivación de viejos conflictos no resueltos en el desarrollo temprano de la pareja. Habitualmente la intimidad se profundiza y la elaboración de reglas finaliza, pero puede existir una ambivalencia en la intimidad.

- d) **Diferenciación y realización (del noveno al quinceavo año):** es característico por la parte de la diferenciación, iniciándose con la consolidación de la estabilidad del matrimonio y la conclusión de las dudas acerca de la elección del cónyuge. En algunas ocasiones, en los primeros años de esta etapa surgen los conflictos debido a las diferencias en el crecimiento de alcanzar un desarrollo óptimo como esposo o esposa. Las trasgresiones de los límites provienen comúnmente de las relaciones extramaritales, pero lo frecuente es que la pareja solidifique los límites y logre conformar su identidad. En algunos matrimonios la intimidad se profundiza notablemente; en otros, se consolida un alejamiento gradual y progresivo.

e) Estabilización (del décimo quinto al trigésimo año de matrimonio):

generalmente se da una búsqueda entre las aspiraciones y los logros obtenidos, reafirmando sus prioridades que los conducen a la estabilidad en el matrimonio. Se dan problemas de apreciación, valoración respecto a los éxitos obtenidos y las aspiraciones futuras. Aparecen las dudas respecto a la pérdida del atractivo y las capacidades físicas, reactivando con ello cierto interés de mantener una relación extramarital con una persona más joven. La intimidad puede presentar cierta amenaza debido a la monotonía y al proceso de envejecimiento, la partida de los hijos puede influir en el aumento o disminución de la intimidad de la pareja, esto puede influir en el aspecto de poder dando paso a conflictos surgidos en las primeras etapas del matrimonio, volviendo a redefinirse la jerarquía de cada uno.

f) Enfrentamiento con vejez, soledad y muerte (del trigésimo en adelante): los

principales problemas con la edad avanzada son la disminución de las capacidades físicas e intelectuales, la soledad se incrementa al ser testigos de la partida de los hijos, la muerte de familiares, amigos y el rechazo en general a los ancianos. Todas estas situaciones son fuentes angustiantes para la pareja, por lo que ambos miembros buscan apoyo, afecto y seguridad.

Lemaire (2013) Propone un modelo evolutivo centrado en los cambios psicodinámicos de la relación denominados etapa precrítica, etapa de crisis de la pareja y etapa poscrítica.

a) Etapa precrítica: se reconoce porque es la etapa idílica de la relación, la etapa del

enamoramamiento que implica el establecimiento de la fusión e idealización de diversos mecanismos arcaicos, psicóticos, de defensa especialmente en la escisión

y la idealización del objeto amado, así como la negación de la agresividad hacia aquél.

Las parejas obtienen del estado amoroso un costo-beneficio, es decir, el beneficio depende de un estado completamente regresivo con algunos matices ilusorios, tienden a la distorsión y alejamiento de la realidad que juegan a contracorriente de las fuerzas biológicas y sociales de tipo progresivo que pueden ser dominantes. El costo depende de la neutralización de la fusión que implicaría para el sujeto una forma de dependencia o de apropiación, donde perderá cierta parte de su autonomía y libertad.

- b) Etapa de crisis de la pareja:** es una etapa de duelo por la pérdida de idealización del objeto, aquí reaparecen las partes escindidas y negadas del objeto de amor, forzando a tener una visión más amplia de la realidad. Esta situación requiere de una estructura psíquica madura que haya alcanzado la triangulación edípica requiriendo fuerza y tolerancia para manejar el cambio radical en la relación del objeto amoroso, ya que el objeto de amor será a ratos bueno y a ratos malo, por algunos momentos amado o rechazado u odiado.
- c) Etapa poscrítica:** se caracteriza por el regreso de lo reprimido, retorno del Edipo y de las pulsiones parciales pregenitales. Esta etapa de la vida de pareja coincide en algunos sujetos con la crisis individual “edad media” donde se realiza un revisión de la vida pasada para valorar posibles cambios en una vida futura, ante la inminente vejez y la muerte; cuando se conjugan ambos eventos puede haber ciertos cambios significativos en la relación. Los cambios suscitados en el individuo pueden disminuir la inhibición y buscar la satisfacción de las tendencias pulsionales y

puede ser que se rompa la barrera de la represión y active los impulsos dando como consecuencia un movimiento irresistible hacia un hombre o mujer que le fascine.

1.5.1 EL CICLO DE ACERCAMIENTO-ALEJAMIENTO.

Díaz-Loving (1999) menciona que para entender las relaciones humanas es necesario diferenciar las diferentes etapas por las que atraviesa la relación de pareja, concibiéndola como una serie de pasos entrelazados que se dan a través del tiempo y la relación, determinando el nivel de acercamiento e intimidad de los sujetos.

“La propuesta teórica de un ciclo de acercamiento-alejamiento de la pareja, permite establecer y categorizar el tipo de relación e información que los miembros de una pareja están atendiendo y procesando, así como la manera de codificar e interpretar al otro como estímulo” (Díaz-Loving y Sánchez, 2004, pp. 18). De esta manera cada individuo va a evaluar de manera cognitiva y afectiva las conductas del otro de una manera diferente, dependiendo del grado de acercamiento-alejamiento en el que se encuentra la relación.

- **ETAPA EXTRAÑO-DESCONOCIDO:** Como un primer paso para que exista una relación debe haber presencia de un desconocido; en este encuentro la persona percibe y conoce al otro, pero no se manifiestan conductas o pensamientos dirigidos a buscar algún tipo de relación o acercamiento, sin embargo, la información que se obtiene del otro es principalmente aspectos físicos, externos y descriptivos.
- **ETAPA DE CONOCIDO:** Una vez que el sujeto percibe al otro, puede pasar a una evaluación del individuo, categorizando a esa persona como alguien que puede convertirse en conocido o decidir y dejarlo como extraño. La actitud que se manifiesta hacia el otro puede ser con conductas de reconocimiento, es decir

saludos, sonrisas, miradas de una manera superficial pero realizando una evaluación de un posible prospecto sopesando las ventajas y desventajas de intimar; si quiere continuar entablará una relación más cercana, de lo contrario se alejará o simplemente la mantendrá como un conocido.

- **ETAPA DE AMISTAD:** Si es interés de la persona acercarse más, entablará una relación donde intervienen el primer vínculo afectivo como es la amistad, donde se da una reevaluación del mantenimiento o incremento de ella, así mismo se definen las normas y los alcances de dicha relación; esta etapa puede incluir sentimientos de intimidad o cercanía profundos pero se excluyen aspectos románticos, sexuales o pasionales.
- **ETAPA DE ATRACCIÓN:** Cuando las parejas inician la construcción de cogniciones inmiscuidas en intereses románticos, se le denomina atracción, aparece el deseo de unión y el movimiento afectivo hacia el otro individuo, se acrecienta el interés de conocer e interactuar con la otra persona, buscando la forma de hacer la relación más estrecha entre ambos miembros.
- **ETAPA DE PASIÓN Y ROMANCE:** En la etapa pasional existe una respuesta de tipo fisiológico y una interpretación cognoscitiva de cierta intensidad que determina a la relación como una relación más cercana, implicando el deseo, entrega, desesperación; por lo regular su duración es corta. La etapa de romance se puede manifestar de diversas maneras por medio del amor, comprensión, poesía agradable, detalles, etc.
- **ETAPA DE COMPROMISO:** Aquí los sujetos evalúan las situaciones en las cuales están de acuerdo para continuar su relación con compromiso a largo plazo; en base a los antecedentes de romance y/o pasión la pareja decide si es adecuado

comprometerse a una relación más íntima y duradera; es importante recordar que la mayoría de las relaciones se establecen en base al amor por lo que se ha hecho muy común que por la subjetividad del amor la relación de compromiso termine cuando desaparece éste.

- **ETAPA DE MANTENIMIENTO:** En esta etapa se permite penetrar en el diario convivir de la relación de la pareja a largo plazo, a su vez, es la base de estabilidad y evaluación de la familia permitiendo resolver los problemas que se presentan con la llegada de los hijos, el aspecto económico y emocional de la familia, los estilos de interacción que tienen y la satisfacción en su relación, así como el futuro que les espera en sus vidas.
- **ETAPA DE CONFLICTO:** La vida de pareja se encuentra en un continuo cambio debido a las presiones personales y sociales provocando tensión en uno o en ambos miembros de la pareja y pueden sentirse enojados, irritados o temerosos, creando una relación rodeada de conflicto. Cuando el conflicto es reiterativo, el mantenimiento de la relación ya no resulta placentero o funcional para uno o ambos miembros de la pareja; ahora el conflicto ocupa toda la atención.
- **ETAPA DE ALEJAMIENTO Y DESAMOR:** Conforme el conflicto cobra fuerza en la relación, la pareja comienza a lastimarse y el gusto por interactuar y conocer más de la pareja va desapareciendo, haciéndose más grandes los sentimientos de temor y frustración hacia la relación; este estado lleva a los miembros a percibir que su relación está teñida por el desamor, la falta de interés por lo que optan por evitar el encuentro con la otra persona.

- **ETAPA DE SEPARACIÓN Y OLVIDO:** En el momento que la relación se torna cada vez más problemática, se empieza a visualizar en tener otra pareja o terminar la relación, por lo que cobra fuerza la idea de separación, ahora el compromiso ya no es con la relación, se vuelca en un compromiso personal donde el objetivo es la separación. Muchas veces al interactuar con otras personas se realiza una revaloración de la relación pasada y es común que muchas de ellas intentan reconciliarse con su pareja, pero en otras ocasiones con el paso del tiempo y con las nuevas actividades por la selección que se realizó llega el olvido. Así se cierra el círculo de la relación y del acercamiento-alejamiento.

Para Díaz-Loving (1999) es importante mencionar que cada miembro de la pareja puede estar en un etapa distinta por la que atraviesa el círculo de acercamiento-alejamiento, es decir, los miembros no siempre se encuentran en la misma categoría que su pareja, algunas personas llegan a una etapa y no necesitan continuar a etapas posteriores, otras regresan o saltan de una etapa a otra. “Cabe señalar que el círculo de acercamiento-alejamiento considera aspectos primordialmente psicológicos. Lo anterior no significa que variables sociológicas, como la duración de la relación, número de hijos, etc., no deban ser contempladas en el ciclo vital de la relación. Los constructos socio-demográficos pueden ser adicionados para crear una matriz que retome la interacción psicosocial. Las etapas de la relación enmarcan al estímulo al que responde el miembro de una pareja. Al percibir al otro (a), la persona evalúa tanto cognoscitiva como afectivamente a la pareja, el contexto social y la etapa de la relación en que se encuentra” (Díaz-Loving y Sánchez, 2004, pp. 26).

1.6 EL AMOR EN LA PAREJA.

Definir el amor no es algo sencillo, ya que para cada ser humano la interpretación es distinta, sin embargo se puede llegar a construir un concepto que pueda tener elementos semejantes por esa afinidad que caracteriza a las personas con sus diferentes ideologías y puntos de vista, algunos individuos lo pueden interpretar como un sentimiento relacionado con el afecto, apego, y productor de actitudes, emociones y experiencias. En un contexto filosófico puede ser manifestado como una virtud que representa el afecto, la bondad y la compasión del ser humano, estas características influyen en el concepto de amor de cada persona, por lo que es importante conocer qué es el amor en base a las aportaciones teóricas de algunos autores.

Llanos (1989) describe que el amor es una elección acompañada de respeto. Entre más se conozca a la persona se podrá tratar de llevar una relación con distinción, respetarse es darse un trato humano, es tener la disponibilidad de mostrar las ideas a la otra persona y no imponerlas.

Para Fromm (1983) el amor es un arte, y como tal una acción voluntaria que se emprende y se aprende, no una pasión que se impone contra la voluntad de quien lo vive. El amor es decisión, elección y actitud, para lo que requiere conocimiento y esfuerzo.

Esa actitud sigue siendo la idea prevaleciente sobre el amor, a pesar de las pruebas que pueden manifestar lo contrario, prácticamente no existe ninguna otra actividad que se inicie con tan enormes esperanzas y expectativas y que fracase tan a menudo como el amor.

Fromm lo sustenta con tres premisas:

- a) Para la mayoría de las personas, el conflicto fundamental consiste en ser amado y no en amar, de ahí que el problema es buscar cómo son dignos de ser amados.
- b) La actitud de que no hay nada que aprender sobre el amor, es la suposición de que el amor es un objeto y no una facultad.
- c) Radica en la confusión entre la experiencia inicial de enamorarse y la situación permanente de estar enamorado.

Define además el amor por deficiencia: es un amor en la medida que satisfacen sus necesidades y el amor del ser; no tiene afanes posesivos y se procura el bien del otro más que su satisfacción egoísta.

Fromm (1983) describe que el acto de dar es más importante que el de recibir, amar es más importante que ser amado, porque al amar se abandona la soledad y el aislamiento que representaba el estado del narcisismo, se siente una nueva sensación de unión, de compartir y de unidad.

Díaz-Guerrero (1994) define el concepto de amor como cualquier tipo de comportamiento cuya consecuencia hace que las personas se acerquen más a unas que a otras, ya sea física, emocional, espiritual, social o cognitivamente, de esta manera el apretón de manos, el abrazo, el beso, son expresiones muy genuinas del amor como también las sonrisas, la amistad, la cooperación, el afecto o conductas más refinadas que permiten que los otros sean felices desarrollando sus potencialidades.

Díaz-Loving (1999) indica que el amor ha sido concebido a través del tiempo como el más profundo y significativo de los sentimientos. Su presencia da lugar a un involucramiento emocional espontáneo y dinámico entre dos personas, por lo cual ha ocupado un lugar privilegiado, en diversas ramas como la literatura, filosofía o poesía, así como en la ciencia.

Sternberg (1988) en su Teoría Triangular del Amor, caracteriza al amor en una relación interpersonal con tres componentes: intimidad, pasión y compromiso.

- a) **La intimidad:** es entendida como aquellos sentimientos dentro de la relación que promueven el acercamiento, el vínculo y compromiso.
- b) **La pasión:** como un estado de intenso deseo de unión con el otro, expresión de deseos y necesidades.
- c) **La decisión o compromiso:** la decisión de amar a otra persona y el compromiso por mantener ese amor en la relación.

Los diferentes tipos de amor pueden ser explicados con diferentes combinaciones de estos elementos; una relación basada en un solo elemento es menos probable que se mantenga que una basada en dos o tres elementos.

1. **Cariño (intimidad):** es característica en las verdaderas amistades, donde se crea un vínculo y una cercanía con la otra persona, pero que no conlleva a la pasión física ni al compromiso a largo plazo.
2. **Encaprichamiento (pasión):** es lo que se denomina amor a primera vista, pero sin intimidad ni compromiso, este tipo de amor puede desaparecer en cualquier momento.

3. **Amor vacío (compromiso):** algunas veces un amor más fuerte se deteriora en un amor vacío, donde hay compromiso, pero la pasión y la intimidad han desaparecido.
4. **Amor romántico (intimidad + pasión):** las personas románticas están unidas emocionalmente (como en el cariño) y físicamente mediante la pasión.
5. **Amor sociable (intimidad + compromiso):** se encuentra frecuentemente en matrimonios donde la pasión se ha perdido, pero existe un gran cariño y compromiso con el otro.
6. **Amor fatuo (pasión + compromiso):** se da en relaciones donde el compromiso es motivado en su mayoría por la pasión sin que la influencia de la intimidad pueda estabilizar la relación.
7. **Amor consumado (intimidad + pasión + compromiso):** es la representación completa del amor. Es la forma ideal de la relación que todos quieren pero que muy pocos alcanzan. Sin embargo, Sternberg (1988) dice que mantener un amor consumado puede ser aún más difícil que llegar a él. Enfatiza la importancia de traducir los componentes del amor en acciones. “Sin expresión”, advierte, “hasta el amor más grande puede morir”. El amor consumado puede o no ser permanente.

Serrano (2000) menciona que el amor es un concepto abstracto, por lo que es subjetivo por su interpretación fácil y lógica de forma individual, el cual se puede vivir en determinados momentos de la vida, así como a objetos particulares que reciben afecto, ya sea físico, espiritual y menciona que también a la pareja.

Desde este punto de vista, el amor de pareja está compuesto por dos momentos: el momento de enamoramiento donde la consciencia pierde los referentes introduciéndose hacia la locura y el momento del amor, donde se genera el compromiso y la elección de la

otra persona de la cual se enamora compartiendo su realidad, lo que implicaría un proyecto de mutuo reconocimiento emocional, racional y sexual.

El amor forma parte de las características que contribuyen en la relación de pareja, sin embargo cuando se presentan los conflictos no son por amor, porque este sentimiento es subjetivo y cada miembro de la pareja lo manifiesta de forma distinta dependiendo su historia de vida, existen diferentes razones por las que las parejas puedan tener problemas en su relación. A continuación se presentan algunas de ellas.

1.7 PROBLEMAS EN LA PAREJA.

Si bien es cierto que las parejas escogen a su cónyuge y que actualmente la mayoría de las veces esa elección es por amor, también es cierto que al vivir en una sociedad cambiante en la que se están eliminando los prejuicios y creando otros, donde cada vez se permiten más cosas, se puede observar que también las parejas se unen por un bienestar económico o un status social.

Es importante mencionar que cada uno tiene su propia historia de vida, la influencia del grupo primario y de la cultura, que a pesar de que viven dentro de la misma sociedad cada uno piensa, siente y manifiesta de manera diferente y al conjugarse en una nueva relación bajo la premisa del amor pueden surgir los conflictos en la pareja.

Estos conflictos responden a la naturaleza del tipo de interacciones en la pareja, surgiendo desacuerdos entre los cónyuges debido sobre todo a los problemas en la comunicación. Entre éstos se encuentran: la falta de escucha y la ausencia de comunicación, que sucede cuando el trato y el diálogo se dan de forma distorsionada o deja de existir, los aspectos verbales no son tomados en cuenta por la pareja, de hecho sus

canales de comunicación son difusos. La mayoría de los conflictos conyugales se expresan afirmando que ya no tienen nada más que decirse, es decir, se dijeron de todo pero nunca se escucharon o actúan de manera contraria a lo que mencionan enviando mensajes en forma de queja, acusación o crítica, lastimando al otro miembro provocando desconfianza, rencor e insatisfacción, careciendo de habilidades para afrontar sus problemas y tomar decisiones correctas (Beck, 1990, Tordjman, 1986).

Así como la comunicación es sólo una parte de los problemas, también existen diferentes expectativas sobre la pareja al compararlas con las que se tenían al inicio de la relación: tolerancia, competitividad, apoyo y colaboración; ahora el cambio del patrón de conductas resalta la aparición de la inseguridad y de los celos (Casado, 1991).

Los niveles de conflicto pueden agravarse debido a la falta de cualquier comentario positivo, y si a esto se agrega la frecuencia elevada de la expresión de comentarios con crítica negativa llevarían a la formación de diversos problemas como: insatisfacción sexual, problemas económicos, intromisión de familiares, establecimiento de límites, crianza de los hijos, mitos familiares, discrepancia de valores, diversión, influencia de amistades, infidelidad, roles en el hogar, intereses opuestos, las actividades que realizan sumergidos en su propia vida, el tipo de religión, las adicciones a sustancias legales y prohibidas, hábitos que pueden conducir al aburrimiento, a la agresividad y afán de dominio, dificultad para pasar el tiempo juntos, falta de atención, acusarse mutuamente, dudar de la propia relación, etc., son solo algunos problemas que se manifiestan entre muchos más (Beck, 1990; Tordjman, 1989; Sousa y Machorro, 1996).

López (1998) y Rojas (1994) manifiestan que por lo general en los conflictos se responsabiliza a uno de los cónyuges se le responsabiliza y atribuye la culpa de los problemas de la pareja, ocasionando con ello una lucha de poder y control provocando el aumento del conflicto en donde se espera que uno de los miembros cambie para resolver las adversidades generadas por el conflicto.

De acuerdo con Rodríguez (2000) la relación de pareja vive o muere de acuerdo a la manera de manejar los desacuerdos; el punto clave consiste en la forma de resolverlos, teniendo en cuenta si el afrontamiento produce tensión o sensación de resolución. Es necesario estar pendiente del tipo de estrategia que se utilizará para saber si es el adecuado.

1.8 LA UNIÓN CONSENSUAL.

Cuando la pareja siente el deseo de compartir su vida o formar una familia puede hacerlo por medio de la unión consensual, ya que no necesita que exista un documento legal para llegar al compromiso y se pueden plantear dos opciones posibles: matrimonio o unión libre; ambas tienen ventajas y desventajas e implicaciones psicológicas, económicas y sociales. Cada pareja es diferente, así mismo sus ideales y metas son distintos; algunas piensan en vivir juntos toda la vida, otras por un tiempo indefinido y ver si son compatibles para poder llegar a un compromiso.

La unión consensual se puede plantear desde dos perspectivas:

Perspectiva de lazo distendido: (Schoen and Weinick, 1993) proponen que las uniones consensuales constituyen una forma institucional distinta, como una alternativa al matrimonio con sus propias normas y patrones de conducta (mayor independencia y menor compromiso).

Perspectiva del tamizaje: (Blackwell y Lichter, 2000) mencionan que tanto el noviazgo como la cohabitación constituyen un paso intermedio hacia el matrimonio. La función de la cohabitación sería la de brindar un espacio para evaluar la compatibilidad y fortalecer los lazos emocionales entre los miembros de la pareja; a lo largo de la transición se produce un proceso de filtraje o tamizado, durante el cual las parejas más afines tendrán una probabilidad mayor de llegar al matrimonio.

La pareja puede sentirse enamorada, expresar su amor y sentir el deseo de estar unidos de diferentes maneras, ya sea por medio de cartas, intercambiando regalos y caricias, o por medio del acto sexual; este deseo de ellos permanece en un nivel voluntario y espiritual. Así se formará una nueva entidad, un nuevo “yo”, un nuevo “Tú y Yo” fruto del conocimiento y del amor.

1.8.1 MATRIMONIO.

El matrimonio se trata de la unión de un hombre y una mujer, el cual se concreta mediante determinados ritos o trámites legales; el lazo matrimonial es reconocido a nivel social por medio de normas jurídicas y por las costumbres. Al contraer matrimonio los cónyuges adquieren diversos derechos pero a su vez también obligaciones. Es posible distinguir en la sociedad occidental dos tipos de matrimonio: el matrimonio civil (se contrae ante la autoridad estatal competente) y el matrimonio religioso (se contrae con la unión ante los ojos de Dios).

Feldman (2002) menciona que el matrimonio aún es una institución importante en las culturas occidentales e identificar a una pareja para el matrimonio es un asunto difícil para la mayoría de las personas durante la vida adulta.

Pero también es una institución cotidiana, una práctica que presupone el estado y la condición social-jurídica, religiosa, moral, que se desprende del vínculo matrimonial y da estructura a la unión de pareja en el seno de su comunidad con todo lo que conlleva en términos de afecto, valores y bienes. En la sociedad mexicana el matrimonio es el sostén primario de la familia: es la base de su constitución y de su desintegración, así como el tipo de relaciones que en ella se configuran. Es el medio socialmente legítimo para formar una familia y se espera que las parejas contraigan relaciones matrimoniales por mutuas consideraciones afectivas.

El matrimonio es un proyecto de vida entre dos personas, y de acuerdo al ámbito social en el cual la pareja está inmersa, adquiere diferentes configuraciones. Mientras que la unión del hombre con la mujer puede ser considerada como un hecho de carácter natural, el conocimiento contractual y social de este hecho bajo una u otra forma ha variado a través de la historia de la humanidad (Leñero, 1983).

Idealmente el matrimonio implica la conformación de un estilo de vida estable, un modo de vida más o menos eficiente para cubrir las necesidades básicas: manutención, vivienda, compañía, afecto, sexo, etc. Constituye un nexo solidario que tiende a suplir aquellos nexos que se mantienen con la familia de origen cuando se es soltero: la responsabilidad del sustento económico y de la organización de la vida doméstica tiende a ser asumido por la pareja conyugal. Los lazos maritales se suponen duraderos y el sentido de identidad de cada uno de los cónyuges está asociado al otro.

Kant (citado en Solís, 1988) define al aspecto contractual del matrimonio como la unión de dos personas de sexo diferente para la posesión recíproca de sus facultades sexuales durante toda la vida.

Padilla (1993) menciona que desde el punto de vista legal, el matrimonio es un contrato el cual permite la unión de un hombre y una mujer para la integración de una familia, siendo una norma socialmente aceptada por el grupo social y donde se satisfacen las necesidades de afecto y reproducción.

O'Neill (1976) dice que el matrimonio es una de las más pequeñas organizaciones humanas, pero la más compleja; en donde es un intento de dos personas que tratan de amarse y satisfacer de manera recíproca sus necesidades.

Merani (1983) define al matrimonio como: La relación que generalmente incluye la sexual, entre dos individuos del sexo opuesto y contraída de acuerdo en cualquier forma prescrita o reconocida por la comunidad y que se ve como una experiencia intensa, íntima y eventualmente satisfactoria en base a la unión de dos personas que buscan una relación cada vez más que provea la oportunidad del cambio, el ajuste, la inspiración, el desarrollo personal y el estímulo de la individualidad, de ambos compañeros psicológicamente.

Rage (1999) menciona que la boda implica un cambio en el status en la pareja y en la familia de origen, por lo que en los primeros años de matrimonio se puede repetir la idealización de la pareja y son vistos como los más felices, presentando sus mejores cualidades. Así las cosas, el matrimonio es visto como una dualidad de la pareja, pues es un ritual que puede facilitar el proceso familiar, pero a su vez lo puede obstaculizar. A su vez

suscribe que el aumento de la independencia influye al establecimiento de lazos afectivos entre la pareja, lo que los llevaría a comprender mejor lo que sucede dentro del matrimonio.

Por lo que plantea dos tipos de matrimonio:

- a) **El tradicional:** la unión de dos personas en matrimonio para vivir juntos por el resto de su vida.
- b) **El contemporáneo:** uno o ambos miembros se casan con la convicción de convivir toda la vida, pero existe la posibilidad de recurrir al divorcio en caso de que éste sea solicitado por alguno o ambos miembros de la pareja.

Una vez que deciden contraer matrimonio, la pareja establece un tipo de contrato que no es escrito en el cual se establecen todos sus deseos y expectativas de la vida ligadas a experiencias adquiridas en la familia de origen.

Tordjam (1989) manifiesta que el vínculo conyugal constituye una satisfacción amorosa, de afecto e intimidad, expresada de manera mutua a través de las palabras, el comportamiento y la sexualidad.

1.8.2 UNIÓN LIBRE.

El empezar una vida en pareja bajo el concepto de unión libre, comúnmente es tomado a la ligera; la pareja comienza a convivir compartiendo su espacio, responsabilidades, gustos, deseos, sexo, formas de pensar, experiencias, con el deseo de permanecer unidos de forma indefinida. Sin embargo, resulta de suma importancia la madurez con la que se afronte esta decisión.

Ortega (1987) define a la unión libre como la convivencia de un hombre y una mujer sin estar casados entre sí.

Chalvon (1987, citado en Segalen, 1992) menciona que la unión libre es una vieja expresión bastante inapropiada a causa de la referencia ideológica a un viejo fondo de anarquismo liberal que habría hecho de la destrucción del lazo conyugal la piedra de toque de la transformación de la sociedad. Sin embargo, muchas parejas que viven juntas no se reclaman esta ideología.

Las causas que originan la unión libre son muy diversas y complejas debido a que obedecen a cambios económicos y sociales, entre ellos la liberación de las costumbres, nuevas actitudes hacia la sexualidad, la situación económica compartida; por tal razón la pareja se ve influida por la idea de encontrar una relación igualitaria, piensan que seguirán conservando su autonomía, además de compartir los gastos económicos y los quehaceres domésticos.

La unión libre se considera de dos formas:

- a) como un período de prueba, mientras la pareja se conoce y se da cuenta si la relación puede durar.
- b) como “si estuvieran casados” es decir, vivir juntos hasta que la muerte los separe, sin la obligación de firmar un contrato matrimonial. La diferencia entre uno y otro, es básicamente el tipo de compromiso que se adquiere.

Según Blood (1980) el hecho de vivir en unión libre tiene ventajas para los involucrados, como la relativa conservación de la libertad, pues el vivir juntos sin casarse implica menos compromiso, así que en el momento en que ellos decidan pueden separarse evitando trámites, sin emplear abogados y acudir a tribunales, pues entre menor sea el grado de unión más fácil es separarse; esto no implica que la ruptura sea fácil para los miembros. Sin embargo, puede haber desventajas ya que reciben menos apoyo social de quienes rodean a la pareja entre ellos los padres, a diferencia del matrimonio en donde se recibe un gran respaldo externo para sostener la relación cuando las cosas van mal y estimularlas cuando van bien.

Pérez y Rangel (2005) dicen que la unión libre está mucho más amenazada que el matrimonio por los juicios despectivos de su medio ambiente, las normas sociales y las instituciones, ya que muchas veces son percibidos como “amantes” lo que en muchas ocasiones los lleva a experimentar sentimientos de inferioridad y de culpabilidad como pareja.

Además agregan que tanto el matrimonio como la unión libre pueden tomar diversas formas dependiendo de las características propias de cada individuo, donde pueden existir la misma duración y fidelidad sin necesidad de que haya sido legitimado por el Estado o por la religión.

Como se puede observar, al unirse dos personas se construye una tercera entidad denominada relación de pareja, la cual tiene una influencia bio-psico-sociocultural a través de diversos factores que intervienen en el crecimiento individual y para su consolidación en la relación. Esta unión puede darse de diferentes maneras ya sea por medio de la unión libre o bajo un régimen conyugal establecido por la sociedad como es el matrimonio. La relación de pareja atraviesa por diferentes etapas en las cuales surgen conflictos que pueden deteriorar la unión conyugal pero a su vez puede reafirmar el compromiso de vivir juntos.

Schwartz y Olds (2002) dicen que los individuos cambian y crecen en el curso de un matrimonio, y para lograrlo se requieren cambios complementarios de parte de cada cónyuge, así como en la relación mutua, lo que permitirá adaptarse mejor a la pareja, utilizando las mismas herramientas.

Cada individuo presenta diferentes características biológicas y a través del tiempo comienzan a tener pensamientos propios con la influencia en primera instancia del núcleo familiar, del entorno donde se desarrolla y la cultura introyectada por los padres o en la sociedad.

CAPÍTULO 2. AUTOESTIMA.

2.1 EL SER HUMANO INTEGRAL.

Sólo el ser humano tiene el potencial del pensamiento, el poder de contemplar su desarrollo en la vida, la oportunidad de ser responsable en sus actos, el talento para apreciar lo bello, la facultad de corregir sus errores, el reconocimiento de sus emociones, el placer de sentir, expresar amor y la posibilidad de poder compartirlo, el agradecimiento a su propia vida y la cualidad de la consciencia.

El hombre tiene la capacidad para elegir la actitud personal ante cualquier reto, o un conjunto de circunstancias y así decidir su propio camino; lo que el hombre llega a ser tiene que lograrlo por sí mismo. Sin embargo, en algunas ocasiones ese “sí mismo” se encuentra oculto y sumergido en la inconsciencia o en la ignorancia, por esta razón es de real importancia conocer cómo está integrado un ser humano, porque la autoestima se construye en el desarrollo de la vida.

Según Rodríguez, Pellicer y Domínguez (1998) es importante empezar a conocer los propios componentes, las manifestaciones, reacciones, necesidades, habilidades, para desarrollarlas y manejarlas. A lo que denominan: El ser biopsicosocial o el Yo Integral, es la reunión de todas sus partes, lo que se es y se tiene, y toda esa energía es manifestada en su forma de actuar. Para su comprensión es desglosado en tres sectores: el Yo físico, el Yo psíquico y el Yo social.

- a) El Yo Físico:** es el cuerpo, el organismo, el cual necesita atención y cuidado para poder desarrollar todas sus capacidades y convertirlas en habilidades.

b) El Yo Psíquico: es la parte interna, y está dividida en tres partes:

- **La parte emotiva:** es la que lleva al hombre a conocerse a través de los estados de ánimo, los sentimientos y emociones. Conforme el individuo se va desarrollando, el cerebro va grabando las experiencias positivas y negativas. Siendo esto de manera inconsciente, se reacciona ante determinada circunstancia dejándose llevar por las emociones o los sentimientos.
- **La mente:** está compuesta por todos los talentos, mismos que es necesario desarrollarlos y, más aún, estar consciente de ellos para poder manejarlos positivamente. Por lo que, la mente es el puente para el espíritu y en esencia significa lo que la persona es en verdad.
- **El espíritu:** es el elemento que busca el significado de la vida, es el “Yo profundo”, el núcleo de la identidad, la parte más interna y dinámica, manifestándose a través de lo que se quiere lograr y cómo quiere lograrse.

Carl Rogers (1977, citado en Rodríguez, 1998, pp. 14) habla “del poder de la persona, de su centro perfecto, de un potencial que está limitado, oculto o inconsciente por falta de escucha, comprensión y congruencia. De la misma forma, menciona que al darse cuenta de este poder, el ser humano se podría ir liberando de sí mismo y sacar su parte esencial”.

c) El Yo Social: puede expresarse a través de los roles que juega el individuo y al relacionarse trasciende a través de este factor, pero no de lo que él cree, sino de lo que en realidad es.

El ser humano es una unidad, al cuidar todas sus partes podrá desarrollar todas sus capacidades, tendrá sus propias habilidades y por ende sus propios logros; esto lo hará darse cuenta de su valía y aumentará su autoestima. Pero ¿qué es la autoestima? Para tener un marco de referencia es necesario consultar a diferentes autores que contribuyen con sus definiciones acerca de la autoestima.

2.2 DEFINICIONES DE AUTOESTIMA.

Según Santrock (2006) la autoestima se refiere a la perspectiva general que un individuo tiene de sí mismo y que también se le puede denominar valía personal o autoimagen.

Según Branden (1993, pp. 2) “autoestima es la confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos de la vida. Confianza en nuestro derecho a ser felices, el sentimiento de ser dignos, de merecer, de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestros esfuerzos”.

Maslow (1979, citado en Rodríguez, Pellicer y Domínguez, 1998, pp.2) afirma que: “Sólo se podrá respetar a los demás cuando se respeta uno a sí mismo, sólo podremos amar cuando nos amemos a nosotros mismos”.

Cattell (1965, citado en Díaz Loving y Sánchez, 2004) define a la autoestima como el sentimiento maestro, una predisposición dinámica y adquirida del ser humano a responder y valorarse a sí mismo, repercutiendo en la satisfacción de los intereses del ser en la vida.

Rosenberg (1965, citado en Trejo, 2005) menciona que la autoestima es el componente evolutivo del autoconcepto influenciado por la discrepancia entre el self deseado y el self

real; haciendo una evaluación, expresada con una actitud de aprobación o desaprobación hacia sí mismo.

Coopersmith (1967) hace referencia a la evaluación que efectúa y comúnmente mantiene el individuo hacia sí mismo, expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica el grado en que el individuo se cree capaz, importante, exitoso y valioso. La autoestima es el juicio de la persona sobre el merecimiento expresado a través de la actitud que mantiene hacia sí mismo.

Según Lagarde (2001) la autoestima es el conjunto de experiencias subjetivas y prácticas de vida que cada persona experimenta y realiza sobre sí misma.

Haciendo referencia a Branden (2001) la autoestima es una necesidad fundamental de la consciencia humana, que no se puede eludir. Las personas que no la consiguen o al menos no tienen un cierto grado de ella, se esfuerzan por fingirla, por evitar su carestía y buscar protección frente a su estado de temor interno.

La autoestima es la experiencia de ser aptos de manera significativa y poder cumplir de una forma eficiente las exigencias de la vida. “es la disposición a considerarse competente para hacer frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad” (Branden, 2008, pp. 22). Este autor la define así:

- a) La confianza en la capacidad de pensar y de enfrentarse a los desafíos de la vida
- b) La confianza en el derecho a ser felices, dignos, respetables y el derecho a aceptar a alcanzar los principios morales y a gozar del fruto de su esfuerzo.

Con base a que diversos autores hacen referencia a este concepto, Reidl (1981, pp. 278) la define así “la autoestima es el resultado de la internalización de las normas y valores del grupo social y del adecuado desempeño de las mismas, adquirida a través de las relaciones interpersonales, que refleja de alguna manera la actitud que los demás tienen ante el sujeto ante la cual, el sujeto mismo presenta una actitud valorativa”.

Montoya (2001) hace su aportación definiéndola como la capacidad o actitud interna con la que se relaciona consigo mismo y lo que permite que se perciba de una forma positiva o negativa al mundo, según el estado en que se encuentra el individuo.

Otros autores, Steinem (1996) y Polaino (2004) sostienen que no se nace con autoestima, ésta se va conformando y generando dentro de la parte psicológica, como resultado de la historia de vida en cada persona. Es construida por la familia, ya que es el ámbito más inmediato y determinante.

Por lo que se puede concluir que la autoestima es un sentimiento conformado por diversas características subjetivas de cada individuo; que es aprendido a través del desarrollo evolutivo, siendo la infancia donde se estructura con la influencia de los padres, la sociedad y la cultura encargadas de proporcionar valores, afectos y normas ya sea de forma consciente o inconsciente que permite a la persona crear una idea y elaborar un juicio valorativo sobre sus sentimientos, pensamientos y conductas sobre sí misma y de la forma en que los manifiesta según la situación en que se encuentre.

Las definiciones anteriores destacan aspectos, actitudes, creencias, experiencias, relaciones, evaluaciones, conciencia, aceptación, auto aprobación, que conllevan al individuo a tener una imagen positiva y elevada de sí mismo. Como se puede observar son

muchos los factores que intervienen, por lo que es importante conocer cómo se desarrolla la autoestima para lograr una mayor comprensión.

2.3 DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA.

Mruk (1999) menciona que para la mayoría de los autores la autoestima es un fenómeno evolutivo que emerge o entra en juego con el transcurso del tiempo. Se considera importante pues está vinculada con el comportamiento de la persona en su espacio vital; es dinámica porque es relativamente estable y también abierta al cambio, desempeñando un papel en el modelado de las percepciones, de la experiencia y de la conducta del individuo.

- a) La primera etapa del desarrollo de la autoestima se da en la infancia:** el niño la construye a partir de sus experiencias personales, de los juicios que otros hacen de él y de la identidad con su familia, dentro de la cual existen factores determinantes como: la aceptación del niño con sus cualidades y defectos, el respeto hacia el infante y a sus intereses, la presencia de límites claros, consistentes en la familia y el apoyo a las decisiones del niño para que llegue a conseguir sus metas (Coopersmith, 1967).

Mruk (1999) agrega que en este periodo se observan las interacciones del infante con sus progenitores y las personas que los rodean, una ejecución es muy importante desde etapas muy tempranas, ya que puede indicar un sentido de dominio, poder, eficacia, etc., o todo lo contrario.

Según Corkille (1987, citado en Ramos, 2004) los niños nacen sin sentido del Yo y cada uno debe aprender a ser humano, ya que la personalidad consciente no es instintiva, sino una realización social que aprendemos de la vida en contacto con los demás; paso a paso va construyendo la imagen de sí mismo, primero mediante los sentidos y después por medio del lenguaje. Antes de entender el significado de las palabras, habrá reunido impresiones generales de su persona y de lo que lo rodea a través de la forma en que es tratado.

Asimismo añade este autor que la autoestima es un factor determinante en la vida del adulto que se está formando, es un lento proceso educativo de la imagen propia y responde a dos principios fundamentales que parten de las necesidades básicas: “soy digno de que me amen” o “importo y tengo valor porque existo” y “soy valioso”. “Puedo manejarme a mí mismo, tengo algo que ofrecer a los demás”. Estas dos necesidades primordiales no desaparecen con la infancia, se llevan hasta la muerte; su satisfacción es esencial para el bienestar emocional.

Así se puede decir que la aceptación socio-afectiva de las características del niño, una autoridad consistente y cálida, con exigencias acorde a las capacidades propiciará una buena o mala autoestima en el niño.

b) La segunda etapa del desarrollo de la autoestima se da en la adolescencia: el adolescente revive y se intensifican los conflictos de años anteriores, utilizando a otras personas como adversarias al mismo tiempo que comienza la lucha de las antiguas batallas que se quedaron sin resolver. Durante esta etapa aumenta la presión social, es decir se espera que el joven defina una profesión, se relacione con personas del sexo opuesto, encuentre su identidad personal así como su autonomía,

etc.; todas estas presiones asociadas a la etapa del pensamiento hipotético-deductivo conlleva al individuo a generar un ideal del Yo muy alto, en el cual esas expectativas muchas veces son inalcanzables para los jóvenes (Erickson, 1988, citado en Horrocks, 1987). Este Yo idealizado puede constituir un fuerte potencial amenazante, ya que al crear una imagen de un hombre o una mujer perfectos y no poder alcanzar esos ideales, la autoestima se ve disminuida (Horrocks, 1987).

- c) **La tercera etapa del desarrollo de la autoestima en la Edad adulta:** aquí se lleva a cabo la integración de todas las etapas anteriores pues la autoestima puede ganarse o perderse. En este estadio también se necesitan nuevas competencias para lograr el éxito, pero también puede existir una sensación de fracaso que llevaría a experimentar un aumento o disminución de la autoestima. La aceptación o el rechazo de las relaciones interpersonales ya sea con compañeros, románticas y con los familiares, son situaciones que también intervienen en el aumento de la autoestima ante la aceptación pero también disminuye ante el rechazo. En la edad adulta se han incorporado ciertos éxitos y fracasos con situaciones desafiantes, con demandas particulares a las situaciones movilizandando una problemática no resuelta, ante ello la autoestima puede ser cuestionada. La destreza que tenga la persona para manejar los retos impactarán de forma inmediata su autoestima (Mruk, 1999). En esta etapa las personas adultas reflexionan sobre su vida pasada juzgándola, dándole cierto significado y valor. Así podemos ver que en cada una de estas etapas puede presentarse en forma positiva o negativa la autoestima (Erickson, 1975, 1985, 1988, citado en Moyano, 2001).

Álvarez (2006) menciona que la autoestima es un sentimiento que surge en los primeros años de vida, y día a día surge de la experiencias que tiene el individuo, de la manera en que se siente frente al mundo, de la forma en que los semejantes ven a la persona y ésta los percibe a ellos, así como la calificación que se otorgan a sí mismos. Es en esta etapa donde se necesitan a los padres en cuanto a la relación sana y amorosa que exista con ellos; de eso dependerá la creación de una autoestima sólida que permitirá enfrentarse a las adversidades de la vida.

En muchos casos los padres son positivos, optimistas y afectuosos, este contacto físico y mental ayuda a un sano desarrollo de la autoestima en los niños permitiéndoles percibir al mundo de una forma abierta; sin embargo existe también la forma negativa de ser de los padres contribuyendo a deformar o manipular la autoestima.

La autoestima continúa en los años siguientes, casi en todos lados donde se encuentra el niño; al crecer, el joven se relaciona con los compañeros de la escuela, continuando con su proceso de desarrollo en el nivel físico donde aparecen cambios en su cuerpo y en la manera en que son percibidos por ellos y en el nivel emocional ante la aparición de la crisis de identidad, poniendo a prueba nuevamente su autoestima.

Conforme sigue pasando el tiempo el aprendizaje se incrementa, los jóvenes muchas veces encuentran a su compañero ideal; ahora trabajan, viven, comparten, si su autoestima es sólida toman decisiones seguros de sí mismos fortaleciendo con ello la valía personal.

Los hombres y las mujeres se realizan como seres humanos a lo largo de su existencia, cada logro que consigan en la vida, ya sea económico, afectivo o social, les permite vivir en paz consigo mismo (Álvarez, 2006).

Para Purkey (1970, citado en Oñate, 1989) el desarrollo de la autoestima se da a través de seis factores fundamentales:

1. **Competencia:** se ha demostrado que las expectativas personales elevadas y un alto grado de competencia por parte de los padres y educadores produce efectos positivos en el niño.
2. **Libertad:** es importante proporcionar ambientes donde las decisiones que tome pueda ser ejercidas con toda libertad.
3. **Respeto:** es importante considerar al niño como alguien valioso, capaz de realizar y rendir en las tareas personales.
4. **Afecto:** un desarrollo emocional adecuado permite al individuo rendir más y desarrollar sentimientos de dignidad personal.
5. **Control:** la orientación personal y académica producen una mejor imagen.
6. **Éxito:** se debe construir un ambiente de éxito y no de fracaso, ya que éste reduce las experiencias y no favorece el aprendizaje ni el desarrollo.

La autoestima es fruto de un proceso de crecimiento y cultivo, no se nace determinadamente con autoestima o sin ella, ya que para su desarrollo la familia, la escuela o el medio social tienen un gran papel en su formación (Ramos, 2004).

2.4 COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA.

La estructura de la autoestima según Alcántara (2004, citado en Aladro, 2005) está basada en la interacción de tres dimensiones que operan de forma interrelacionada, por lo que la modificación de cualquier esfera ya sea la cognitiva, afectiva o conductual altera el funcionamiento de las otras.

- a) **La dimensión cognoscitiva:** hace referencia a las creencias, opiniones, percepciones y procesamientos de la información, que influyen en el afecto y la conducta, es decir; es el autoconcepto que se tiene de los principales rasgos de la personalidad, acompañándose de la autoimagen o representación mental de las situaciones en el presente además de las aspiraciones y expectativas del futuro.
- b) **La dimensión afectiva:** se considera como esencia de la autoestima, implica un juicio de valor sobre las cualidades personales o respuestas de la propia sensibilidad y emotividad entre los valores y los contravalores que se advierten en sí mismo.
- c) **La dimensión conductual:** es la intención y decisión de actuar o llevar a la práctica un comportamiento, es decir el buscar la consideración, el respeto y el reconocimiento de las otras personas hacia sí mismo, por medio de conductas de autoafirmación. Representa el proceso final de la dinámica interna de la autoestima.

Para Branden (2008) la autoestima tiene dos componentes relacionados entre sí, la eficacia personal y el respeto a uno mismo son un pilar doble, si falta uno de ellos la autoestima se deteriora.

- a) **La eficacia personal:** es la confianza para ser capaz de pensar y entender, aprender, elegir y tomar decisiones, para comprender los hechos de la realidad en los intereses y necesidades propias, para poder creer en sí mismo.
- b) **El respeto a uno mismo:** es una actitud positiva hacia el derecho de vivir, de ser feliz, la comodidad al reafirmar de forma apropiada los pensamientos, los deseos y las necesidades; el sentimiento de que la alegría y la satisfacción son derechos innatos, lo que constituye la valía personal.

Rodríguez, Pellicer y Domínguez (1998) agregan que para conocer y desarrollar la autoestima se siguen ciertos pasos a los que ellos denominan “la escalera de la autoestima” la cual está conformada de la siguiente manera:

- 1. Autoconocimiento:** es conocer las partes que conforman al Yo, saber cuáles son sus manifestaciones, necesidades y habilidades; los papeles que vive el individuo y a través de los cuales conoce el cómo y el por qué actúa y siente.
- 2. Autoconcepto:** es una serie de creencias acerca de sí mismo, manifestadas por medio de la conducta.
- 3. Autoevaluación:** refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas si lo son para el individuo, le satisfacen, son interesantes, enriquecedoras, le hacen sentir bien, y les permiten crecer y aprender y considerarlas como malas si no le satisfacen, carecen de interés, le hacen daño y no le permiten crecer.
- 4. Autoaceptación:** es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, la forma de ser y de sentir y solo a través de ésta se puede transformar lo que es susceptible de ello.
- 5. Autorespeto:** es atender y satisfacer las propias necesidades y valores, expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones sin que cause daño o culpa.
- 6. Autoestima:** es la creación de su propia escala de valores y el desarrollo de sus capacidades, aceptándose y respetándose, se conocerá y estará consciente de los cambios; sólo así tendrá autoestima.

2.5 NIVELES DE AUTOESTIMA.

- Rosenberg (1965, citado en Mruk, 1999) menciona que la autoestima alta, expresa el sentimiento de “ser bueno”. La persona siente que es un individuo de valor, se respeta a sí mismo por lo que es, pero no tiene un temor reverencial a sí mismo, tampoco espera a que los otros lo tengan y no necesariamente se considera superior a los otros. La autoestima baja implica auto-rechazo, auto-insatisfacción, auto-desprecio, el individuo carece de respeto hacia el Yo que observa, la representación es desagradable y desea que fuese de otro modo.
- Según Rodríguez, Pellicer y Domínguez (1998) una persona con alta autoestima vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, comprensión, responsabilidad y amor, siente que es importante, tiene confianza en sus habilidades para actuar en la vida diaria, toma decisiones y son su mejor recurso. Al apreciar su propio valor está dispuesto a apreciar, aquilatar y respetar el valor de los demás.

Las personas con una autoestima baja, creen que valen muy poco, esperan a ser engañadas, pisoteadas, menospreciadas por las demás personas. Como defensa se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en la soledad y el aislamiento volviéndose apáticos, indiferentes hacia su persona y hacia los demás; les resulta difícil ver, oír, pensar con claridad, lo que predispone a despreciar y pisotear a los otros. Los sentimientos de inseguridad e inferioridad los llevan a sentir envidia y celos de lo que otros poseen, lo que difícilmente aceptan, manifestándose con actitudes de tristeza, depresión, angustia, renuncia y aparente abnegación o también por actitudes de ansiedad, miedo, agresión y rencor, sembrando así sufrimiento.

“El nivel de nuestra autoestima tiene profundas consecuencias en cada aspecto de nuestra existencia: en la forma de actuar en el puesto de trabajo, en el trato con la gente, en el nivel a que probablemente lleguemos, en lo que podemos conseguir y en un plano personal, en la persona que probablemente nos enamoremos, en la forma de relacionarnos con nuestro cónyuge, con nuestros hijos, amigos y en el nivel de felicidad personal que alcancemos (Branden, 2008, pp. 23).

- Branden (2008) dice que con una autoestima alta es más probable que se esfuerce ante las dificultades, si persevera es más probable que obtenga más éxitos que fracasos. Mientras con una autoestima baja lo más probable es que renuncie a enfrentarse a las adversidades o bien que lo intente pero sin dar lo mejor de sí mismo, obteniendo más fracasos que éxitos. De cualquier forma el concepto de sí mismo saldrá reforzado.

Además agrega que si el individuo se respeta y exige a los demás que lo traten con respeto, se mostrará y se comportará de una manera que aumente la probabilidad de que los demás respondan de forma apropiada; cuando se respete, su creencia inicial saldrá reforzada y confirmada. De la otra manera, si la persona no se respeta a sí misma y acepta la falta de respeto, el abuso o que los demás le exploten de forma natural, transmitirá inconscientemente ese trato y algunas personas le tratarán de la misma forma. El valor de la autoestima radica no solamente en el hecho de sentirse mejor, sino que permite vivir mejor, responder a los desafíos y a las oportunidades con mayor ingenio de forma más apropiada.

Las personas con baja autoestima tienden a tener más influencia por el deseo de evitar el dolor que por el deseo de experimentar alegría. La autoestima positiva es como el sistema inmunitario de la conciencia que proporciona resistencia, fuerza y capacidad para la regeneración. Una autoestima saludable no garantiza que puedan dejar de sentir ansiedad, depresión ante las dificultades de la vida, pero los hace menos susceptibles para poder afrontar, rechazar y superar las eventualidades. Así que las personas pueden decaer por algunos problemas, pero tendrán la capacidad de sobreponerse con mayor rapidez.

También menciona que algunas maneras en que se puede percibir la autoestima alta en las personas es por medio de la congruencia que manejan, también suelen dar y recibir cumplidos, expresan afecto, aceptación y superan los sentimientos de ansiedad o inseguridad que experimentan en sus actividades cotidianas, son abiertos a las críticas. En su apariencia corporal su postura es erguida, su voz modulada adecuada a la situación y su pronunciación así como su rostro relajado.

En cuanto a las personas con baja autoestima, por lo general se sienten inapropiados para su vida, equivocados como personas, son más sensibles a las opiniones ajenas y vulnerables a los juicios negativos de los demás. Manifiestan un alto nivel de ansiedad, se apartan, se aíslan, se sienten indeseables, presentan conductas de evitación y pasividad así como miedo al fracaso; se asocia con pensamientos irracionales como la excesiva necesidad de aprobación, el perfeccionamiento, la evitación de los problemas y una preocupación excesiva. “Una autoestima poco adecuada se puede revelar en una mala elección de la pareja, en un matrimonio que solo presenta frustraciones, una profesión que no te lleva a

ninguna parte, en aspiraciones que, de alguna forma son sabotajes a uno mismo” (Branden, 2008, pp. 36).

Branden (2008) considera que el nivel de autoestima no se adquiere de manera permanente en la infancia, puede incrementarse durante el proceso de desarrollo y maduración a su vez puede deteriorarse, es decir la autoestima puede ser cambiante con altibajos a lo largo de la vida, tomando en cuenta el tipo de lecciones personales que reforzaron o rebajaron el nivel de autoestima.

Este mismo autor dice que en el plano de las relaciones humanas se tiende a sentirse más cómodo con las personas cuyo nivel de autoestima es similar, las personas con alta autoestima se sienten atraídas por otras cuyo grado es alto; los individuos con mediana autoestima se atraen entre sí, una persona tendrá fluctuaciones inevitables en los niveles de autoestima pero también en sus estados psicológicos; esto hace alusión al término medio de autoestima; y las personas de baja autoestima buscan la baja autoestima de forma inconsciente con aquella sensación de encontrar el alma gemela. No existe un obstáculo mayor en una relación romántica que el miedo a no sentirse merecedor del amor y el pensar que se está destinado a sufrir. Si se disfruta del sentimiento fundamental de eficacia, valía y se considera igualmente digno de ser querido, entonces habrá el fundamento para apreciar y querer a los demás.

“Tener una alta autoestima es sentirse confiadamente apto para la vida, es decir, competente y merecedor. Tener una baja autoestima es sentirse inapropiado para la vida; equivocado como persona. Tener una autoestima mediana es fluctuar entre sentirse apropiado e inapropiado, acertado o equivocado como persona; y manifestar esta

inconsistencia en la conducta, algunas veces actuando prudentemente, otras de forma insensata, reforzando con ello la incertidumbre acerca de cómo somos en nuestro fuero interno” (Branden, 2008, pp. 47).

- Coopersmith (1967, citado en Reidl, 1981) señala que las personas con una alta autoestima realizan las tareas y se acercan a las personas con la expectativa de tener éxito y ser bien recibidas, existe una confianza en las percepciones, en los juicios y en sus esfuerzos pues los llevarán a tener soluciones favorables, aceptando sus propias opiniones, reacciones y conclusiones sobre sus decisiones, lo que conlleva al individuo a una mayor independencia social, a una mayor creatividad y a realizar acciones sociales más asertivas de forma directa. Sin embargo, las personas con autoestima baja desconfían de sí mismas y se cuidan de no expresar sus ideas poco comunes, buscan que los demás no se den cuenta de las acciones que realizan, dando como resultado una mórbida preocupación acerca de sus problemas, disminuye el intercambio social y la creación de relaciones amistosas o de apoyo.

Coopersmith (1967) afirma que la autoestima puede presentarse en tres niveles: alta, media o baja, lo que es evidente porque las personas experimentan las mismas situaciones de forma notablemente diferente, ya que sus expectativas sobre su autoconcepto, sus reacciones afectivas y sobre el futuro difieren en cada una de ellas.

- **Las personas con autoestima alta:** son activas, expresivas, con éxitos académicos y sociales, son líderes, no rehúyen al desacuerdo y se interesan por asuntos públicos. Además los individuos se caracterizan por una baja destructividad al inicio de la niñez, confían en sus propias percepciones, esperan que sus esfuerzos

terminen en éxito, se acercan a otras personas con la expectativa de ser bien recibidas, consideran que su trabajo generalmente es de calidad, son populares entre sus amistades.

- **Los individuos con autoestima media:** se caracterizan por presentar similitudes con las características de la autoestima alta, pero la manifiestan con menor magnitud, y en otros casos, muestran conductas inadecuadas con dificultades en el autoconcepto. Sus conductas pueden ser positivas, es decir, mostrarse optimistas y capaces de aceptar críticas; sin embargo, pueden presentar tendencia a sentirse inseguros en la estimación de su valía personal y pueden ser dependientes de la aceptación social.
- **Las personas con autoestima baja:** son aquellos individuos que muestran desaliento, depresión, aislamiento, se consideran poco atractivos, incapaces de expresarse y defenderse pues sienten temor de provocar que los demás se enojen con ellos. Se consideran débiles para vencer sus deficiencias, permanecen aislados frente a un grupo social determinado, son sensibles a la crítica, se encuentran preocupados por los problemas internos, no están seguros de sus ideas, dudan de sus habilidades y consideran que todo lo que hacen los demás es mejor, además de presentar dificultades para establecer relaciones amistosas.

Coopersmith (1967) afirma que estos niveles de autoestima pueden ser susceptibles de variación, si se toman en cuenta los rasgos afectivos, las conductas anticipatorias y las características motivacionales de los individuos.

Mruk (1999) menciona la existencia de diferentes tipos de autoestima basado en la combinación de una matriz de merecimiento y competencia:

- a) **Autoestima alta:** es producida por una historia de competencia alta y mucho merecimiento; es más difícil retroceder a posiciones defensivas porque existe una sensación permanente de valía y capacidad positiva que protege a las personas de pruebas de la vida. Esto explica que las personas con autoestima alta son menos críticas consigo mismas, tienden a ser más capaces de resistir la presión social, de actuar en base a sus propios criterios, valores y menos constreñidas por la ansiedad; están mejor preparados para afrontar los retos de la vida, han evolucionado en base a los éxitos pasados con un sentido perdurable de merecimiento.
- b) **Autoestima baja:** implica diferencias tanto en la competencia como en el merecimiento; esta vulnerabilidad de doble filo es especialmente sensible al ser victimizada por el self, por los otros y por el mundo. Sentirse no merecedor conlleva al individuo a implicarse en relaciones perjudiciales, dificultando la búsqueda de las fuentes del merecimiento como la valoración ajena o la defensa de los propios derechos; además ser visto como merecedor o competente haría tambalear los patrones existentes por lo que implica un cambio, lo cual es más fácil de evitar que de afrontar. Estas fuerzas que interactúan crean un círculo vicioso que garantiza una confirmación en forma permanente de los sentimientos de falta de merecimiento de la persona predisponiéndola al fracaso.
- c) **Autoestima defensiva:** las personas tienen una visión distorsionada de sí mismos, son capaces de filtrar la información o el feedback de los otros y del mundo que

entra en conflicto con su perspectiva. Existen dos formas de vivir la autoestima defensiva:

- **Autoestima defensiva tipo I narcisista:** las personas pueden experimentar como merecedoras, sentir o actuar como si lo fueran, pero también pueden verse a sí mismas como competentes aunque esta visión no esté confirmada por la evidencia de sus logros o éxitos. La condición conlleva a que el individuo debe negar el hecho de carecer de los talentos o las habilidades para ser competente en la vida o debe exagerar cualquier destreza y logro como forma de sobrecompensación, o ambos a la vez. La evitación del dolor es otro factor que motiva al autoengaño porque enfrentarse a la realidad de esta deficiencia significa reconocer una verdad dolorosa.
- **Autoestima defensiva tipo II Pseudo-autoestima:** se encuentra basada en la combinación de la competencia sin el correspondiente sentido del merecimiento. Las personas pueden ser muy diestras de formas diferentes, ya sea física, social o intelectualmente competentes. Estos individuos pueden tener una historia decente, respetable o con grandes logros, pero el sistema de autoestima implica una deficiencia en el merecimiento que distorsiona la percepción, la experiencia y la conducta. Pueden ser incapaces de experimentar satisfacción con sus logros y por el contrario deben demostrar constantemente su valía, lo que requiere una cadena sin fin de éxitos sin llegar a la satisfacción.

Hasta aquí, se han revisado algunas definiciones acerca de la autoestima, las cuales hacen referencia a la valía de sí mismo, al concepto que se va desarrollando en el transcurso de la vida del individuo para sentirse bien consigo mismo y no solo en un ámbito de la vida sino en diferentes aspectos de su desarrollo de acuerdo con la escala de valores que se han ido incorporando moviéndose según la importancia que considere la persona.

El ser humano suele proyectar aquello que siente de adentro hacia afuera, es decir cuando las personas se sienten bien consigo mismas se encuentran felices; esa es la imagen que se proyecta, lo mismo sucede cuando se tiene una actitud negativa, ésta también se manifiesta comportándose de acuerdo a ello.

La relación de pareja se construye sobre los cimientos de la autoestima, pues de ello depende la manera de relacionarse con la pareja. En algunas ocasiones cuando uno de los miembros de la diada no tiene un nivel adecuado de autoestima puede llevarlo a devaluar al otro, ocasionando discusiones sin fundamento y donde aparece el sentimiento de inferioridad, generándoles un sentimiento de pérdida, falta de atención, sensación de insatisfacción y de que no es escuchado por su compañero siendo la relación de pareja la más afectada.

Eso puede dejar ciertas incógnitas que se revisarán en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO 3 SATISFACCIÓN MARITAL.

La vida matrimonial es más que la suma de dos miembros que deciden casarse, pues en ella se establece una dinámica diádica multifactorial que puede favorecer u obstaculizar la satisfacción marital, que va a depender de múltiples variables tanto internas (creencias, valores, mitos, etc.) como externas (nivel de comunicación, manifestación del afecto, etc.). Una relación de pareja contiene una amplia gama de elementos para su conformación y estudio, entre los cuales la satisfacción marital es muy importante ya que se encuentra íntimamente vinculada con la felicidad o infelicidad (Freedman, 1978).

La interacción de la pareja comienza desde la selección del otro miembro en donde se crean expectativas hacía la otra persona; este proceso se encuentra envuelto por diferentes motivaciones (Padilla, 2000, citado en Reyes, 2006):

- a) **Conscientes:** la satisfacción de expectativas personales como el amor, la compañía, etc.
- b) **Preconscientes:** Satisfacción del deseo, creencias, fantasías que no se reconocen pero que pueden traerse a la conciencia.
- c) **Inconscientes:** por medio de la insatisfacción de las necesidades y deseos contradictorios e irracionales (dominio, poder o dependencia) los cuales son las bases verdaderas de la relación provocando problemas personales o de interacción, desgastando la relación de pareja.

3.1 DEFINICIONES.

La satisfacción o insatisfacción marital puede influir en diversas esferas de la vida humana, es decir: la salud, trabajo, integración psicológica y social de los miembros de la díada y de los hijos, entre otras más, por esta razón es importante conocer qué es la satisfacción marital.

Para Blood y Wolf (1960, citados en Hicks y Platt, 1970) es una evaluación global y subjetiva que realiza un individuo de su cónyuge y de su relación con él.

Berger y Kellner (1970, citados en Mejía, 1999) mencionan que la satisfacción marital es la realidad construida por los miembros de la díada marital, sugiriendo que no es lo que sucede en el matrimonio, sino cómo lo definen los miembros.

Roach, Frazier y Bowden (1981) la consideran como la actitud de los miembros hacia la relación marital, donde se pretende medir la percepción que tiene el individuo acerca de su propio matrimonio en un momento determinado, a lo largo de la relación favorable.

Bahr, Chapell y Leigh (1983) manifiestan que es el grado en el cual las necesidades, expectativas y deseos son cumplidos en el matrimonio.

Nina (1985) agrega que es la actitud que tiene una persona hacia su matrimonio, la cual puede ser positiva o negativa según la cobertura de necesidades y su realización personal.

Para Marcet, Delgado y Ferrando (1990) es un conjunto de actitudes sentimientos y auto-reportes sobre la relación de pareja en términos de polaridad: satisfacción vs insatisfacción.

Díaz–Loving (1990) menciona que es la percepción y evaluación que cada persona hace de su pareja y de su propia relación, en términos del gusto que experimenta en lo que corresponde a una amplia variedad de aspectos que integran a la relación de pareja. Para (1994) éste autor en conjunto con Ruiz, Cárdenas, Alvarado y Reyes proponen que es la actitud hacia la interacción marital y los aspectos del cónyuge que incluye las reacciones emocionales de la pareja, así como aspectos estructurales como la forma de organización, de establecimiento y cumplimiento de normas de la pareja. Así mismo en (1995) la define como la apreciación subjetiva que un individuo hace del bienestar, calidad y valor de las diferentes facetas de su pareja y su interacción con ella.

Olson (1991, citado en García, 2002) hace referencia a la satisfacción marital como sentimientos subjetivos de felicidad, placer y satisfacción que experimentan los cónyuges en su relación, como un continuo de gran satisfacción a gran insatisfacción; además, señala que es una variable de actitud, por lo que se constituye como propiedad individual de cada cónyuge.

Cada definición hace referencia a la percepción y evaluación que cada miembro de la diada marital realiza de su pareja y de su propia relación; estos procesos crean en cada persona una actitud hacia la pareja así como diversas formas de interactuar en la vida diaria de la relación. Como se puede observar, existe una gran diversidad de definiciones acerca de la satisfacción marital, sin embargo, este trabajo se basará en la definición que realizan Pick y Andrade (1988) por ser las creadoras de la escala de satisfacción marital y porque describen tres factores que intervienen en la relación de pareja. Las autoras definen a la satisfacción marital como el grado de favorabilidad (actitud) hacia los aspectos del cónyuge

y de la interacción conyugal, haciendo referencia hacia aspectos afectivos y cognoscitivos de cada uno de los cónyuges en relación a su matrimonio; estos aspectos incluyen:

- **Interacción marital:** se refiere a la satisfacción que un cónyuge tiene con respecto a la relación cotidiana que lleva con su pareja, además de tomar en cuenta el interés que pone el cónyuge en su pareja.
- **Aspectos emocionales:** es la satisfacción que un cónyuge tiene con respecto a las reacciones emocionales de su pareja.
- **Aspectos estructurales:** se refiere a la satisfacción que un cónyuge expresa en la forma de organización, establecimiento y cumplimiento de las reglas de su pareja.

La integración de las definiciones anteriores muestra las diferentes maneras de conceptualizar la satisfacción en la relación de pareja a través del tiempo, lo que ha dado lugar al planteamiento de diferentes perspectivas con el fin de explicar este fenómeno subjetivo.

3.2 PERSPECTIVAS DE ALGUNOS AUTORES SOBRE LA SATISFACCIÓN MARITAL.

El objetivo principal de las perspectivas de algunos teóricos es tratar de explicar el proceso por el cual los miembros de la pareja se sienten satisfechos o no en su relación.

Hicks y Platt (1970) plantean a la satisfacción marital desde una perspectiva global y medida como el balance entre elementos negativos (soledad, contemplación del divorcio, quejas, etc.) y elementos positivos (afecto, intereses comunes, adaptación, etc.).

Para Miller (1976, citado en Roca, 2003) son siete los elementos que intervienen en la satisfacción marital (antecedentes de socialización, roles de transición en la familia, número de hijos, años de casados, frecuencia y duración de la convivencia, nivel socioeconómico y espacio para los niños), sin embargo, sólo la transición de roles y la duración de la convivencia afectan directamente a la satisfacción.

Bajo la teoría de la interacción simbólica, Rollings y Galligan (1978, citados en Cañetas, 2000) concluyeron que la presencia, el número y edad de los hijos, son variables que tienen una relación muy importante con la satisfacción.

Mc Namara y Bahr (1980, citados en Cañetas, 2000) clasifican a la satisfacción en tres modelos psicológicos:

- a) **Bipolar:** en el cual la satisfacción es el balance entre los aspectos positivos y negativos del matrimonio.
- b) **Separado:** plantea que la satisfacción e insatisfacción son dimensiones independientes.
- c) **Unipolar:** está en función de la frecuencia de aspectos satisfactorios, y es el menos utilizado.

Rusbult (1983) propuso un modelo de inversión en el cual las relaciones tienen dos características principales:

- a) **La satisfacción:** son los afectos positivos o la atracción de una relación.
- b) **El compromiso:** es la tendencia a mantener la relación y sentirse unido a ella.

De acuerdo con este modelo, los individuos sopesan los costos y las recompensas de su matrimonio o noviazgo y sus expectativas de la relación para determinar qué tan satisfechos están con ella.

Bradbury y Fichman (1991) realizan su aportación con un enfoque integrador, donde pretenden enfatizar aquellos factores que puedan aclarar la asociación entre conducta y satisfacción. Se encuentra compuesto por: conducta, etapa de procesamiento (atención, percepción e interpretación), contexto proximal y contexto distal donde es considerado el conocimiento de las características psicológicas estables y continuas del otro miembro de la pareja, las variables preexistentes en la relación y las variables que surgen en el transcurso de la relación.

Tzeng (1992) habla de dos tipos de cultura: una objetiva y otra subjetiva; la primera, considera variables de tipo demográfico (edad, condiciones de vida, empleo, nivel socioeconómico). En la segunda, las variables son las características de personalidad que permean la manifestación de afectos tanto positivos como negativos, las expectativas, la disposición hacia la interacción y las formas de interacción entre los miembros de la pareja.

Gottman (1999) propone el sistema de integración de parejas, en el cual explica que los elementos afectivos como los comunicativos son importantes para establecer una alta calidad en la relación y que los cónyuges toman al amor como una característica que evalúa en alto grado al matrimonio.

Moral (2008) agrega que existen tres modelos para conceptualizar la satisfacción en las relaciones interpersonales:

- a) **Unidimensional:** se considera únicamente una dimensión valorativa equivalente a placer-displacer, así la satisfacción es el resultado de un balance entre los aspectos positivos y negativos en la relación de pareja.
- b) **Bidimensional:** dice que la felicidad no puede ser unidimensional, sino un estado complejo resultante de dos dimensiones totalmente independientes entre sí: satisfacción e insatisfacción; de esta manera la felicidad marital es el producto del equilibrio entre esas dimensiones.
- c) **Multidimensional:** define a la satisfacción como una actitud multidimensional hacia la relación y hacia la pareja, donde intervienen diferentes aspectos como la interacción, expresión de los afectos, organización y estructura diádica.

Aunque también se ha considerado que la satisfacción marital es multidimensional, Hendrick, (1988) manifiesta que es una valoración global de sentimientos, pensamientos y/o conductas que se encuentran en el cónyuge y, por ende, en la relación de pareja.

3.3 FACTORES QUE INFLUYEN EN LA SATISFACCIÓN MARITAL.

La calidad de la relación conyugal depende en gran parte de la actitud que experimenta cada miembro de la pareja hacia su relación, donde intervienen diversos factores que se involucran en el grado de satisfacción que puedan sentir las personas. Son muchos los factores que pueden intervenir en la relación de pareja, entre ellos se encuentran las expectativas de cada uno de los cónyuges en los cuales intervienen las necesidades y deseos personales.

3.3.1 Expectativas matrimoniales.

Klemmer (1987) denomina expectativa matrimonial al conocimiento de los cónyuges, de lo que esperan de la relación y cada uno de ellos. Gran parte de las crisis en los matrimonios se debe a demasiadas expectativas que han formado cada uno de los miembros con respecto a la otra persona, así como a la relación y puede ser que estas expectativas sean excesivas o que sean confusas o inadecuadas.

- **Demasiadas expectativas:** éstas se deben a la influencia de los medios de comunicación donde se crean imágenes falsas de lo que debería ser una relación, de cómo debe ser el esposo o la esposa perfecta; así, de una manera casi imperceptible se va creando una expectativa de cómo debe ser la persona con quien se casará y el tipo de relación que compartirán. También los valores y las actitudes obtenidas en la vida familiar de cada uno, tendrán una gran influencia.
- **Expectativas confusas:** los roles sociales se encuentran en continuo cambio y lo hacen de una manera tan rápida que muchas veces es difícil identificar cuáles son las expectativas adecuadas para el desempeño de esos papeles sociales, por lo que se crea una confusión que conduce a una ambivalencia psicológica que repercutirá en la satisfacción marital.
- **Expectativas insuficientes:** se refiere a que en nuestra sociedad se niega satisfacción a los miembros de la familia que no proporcionan suficientes expectativas; es decir, algunos cónyuges tienen pocas e insuficientes funciones y por lo tanto no generan satisfacción propia ni para el compañero. En la relación, ambos miembros deben poner de su parte para lograr la satisfacción.

- **Diferentes expectativas en la pareja:** cada individuo en la relación llega con expectativas condicionadas de hombre o mujer, con una serie completa de valores, costumbres, creencias y actitudes que son de suma importancia para él, así las diferentes expectativas de los papeles conyugales que deben seguir son responsables de algunas dificultades en la relación marital; mientras mayor sea la congruencia de la percepciones que cada miembro tiene de sí mismo, de su pareja y del papel dentro de la relación, existirá una probabilidad mayor de sentirse satisfecho en su relación.

Así como las expectativas influyen en la satisfacción de la relación, también existen otros factores interpersonales como la familia, las redes de apoyo social que son las amistades, la comunicación, el descubrimiento en forma recíproca, frecuencia y variedad de relaciones sexuales (permisividad sexual), equilibrio de poder, colaboración doméstica, elección de pareja y tiempo de noviazgo. También influyen los deseos, actitudes, opiniones, expectativas amorosas, afecto, necesidades, actitudes sociales, sentimientos, atractivo físico, entre otros más (Yela, 2000). En esta misma tesitura, agrega que existen factores psicológicos que influyen en la conducta y en la satisfacción amorosa como la fidelidad sexual, celos, idealización, equilibrio entre el compromiso adquirido y la independencia deseada, percepción de un balance entre los costos y las recompensas e igualdad entre muchos más.

3.3.2 Elección de pareja.

Rage (1999) menciona que a partir de la adolescencia existe la tendencia a buscar una pareja, por lo que se considera que la elección del cónyuge es un factor determinante para la satisfacción marital, además de ser una de las tareas más difíciles por la confusión entre el enamoramiento y el amor maduro.

Al realizar la elección de la persona amada debe estar presente algún elemento de egolatría, ya que los miembros de la pareja tienden a presentar rasgos en común, como es el atractivo físico, apariencia, salud mental, nivel económico, raza, religión, educación, entre otros (Papalia y Wendoks, 1996).

3.3.3 El tiempo de noviazgo: Yela (2000) dice que entre más tiempo tengan de conocerse, las personas se encontrarán más satisfechas en la relación de pareja.

Cortés (1994, citado en Gómez, 2008) propone seis factores para la satisfacción marital:

- a) **Interacción:** comprende aspectos emocionales, afectivos y de comprensión que facilitan la interacción de la pareja. Para una mejor interacción es muy importante la comunicación marital, ya que ésta determina el curso, la satisfacción y el enriquecimiento de la relación de pareja. Por medio de la comunicación, los miembros de la pareja pueden tener un intercambio de información sobre sus sentimientos, pensamientos, percepciones, temores e impresiones hacia su pareja y sobre el funcionamiento de la relación marital.

La comunicación en la pareja es un vínculo que se establece entre los cónyuges con el propósito de intercambiar información relacionada con sí mismo, con la relación y con aspectos que pueden influirla; la cual determina la interacción, la afectividad y el conocimiento en la relación de pareja

La comunicación posee dos formas (verbal, no verbal) y dos dimensiones (contenido y estilo): La forma verbal incluye todo lo que se dice mediante palabras; en la no verbal se involucra, todo lo que se dice a través de gestos, actitudes, posición del cuerpo, etc. El contenido se refiere a los temas sobre los cuales la pareja se comunica, así como su cantidad y el estilo es la manera en que estos temas son transmitidos.

Para Nina (1991, citado en Gómez, 2008) la comunicación tiene gran importancia, ya que cuando se da en forma adecuada puede llegar a facilitar y enriquecer la relación conyugal, además, agrega que existen cuatro estilos de comunicación: positivo, reservado, negativo y violento que son utilizados por la pareja.

b) Aspecto físico sexual: comprende las expresiones de amor, las caricias, besos, frecuencia de las relaciones sexuales y cómo se van modificando a lo largo del matrimonio. Villena (2002, citado en Gómez, 2008) menciona que el amor romántico de las primeras fases del matrimonio va desapareciendo con los años de la relación dando paso a una especie de compañerismo.

Díaz-Loving (1986), concluye que cuando una persona percibe atractiva a su pareja, la satisfacción marital en general aumenta. Además existe un incremento de la satisfacción según el interés que hay por conocer a la pareja y gusto por interactuar con ella. Asimismo

señala que a mayor satisfacción en la actividad sexual mayor satisfacción en las áreas de funcionamiento y toma de decisiones.

Klemmer (1987) dice que para comprender los problemas sexuales en el matrimonio moderno es necesario conocer los aspectos sociales, ya que cuando se unen personas con amplias diferencias en cuanto a religión, educación, medio social y cultural, sus expectativas y actitudes respecto a lo que es correcto en la conducta social suelen diferir considerablemente; también en aspectos sexuales, aunque los cónyuges esperan satisfacer sus necesidades, dichas diferencias impiden la manifestación clara de deseos y fantasías.

La sexualidad humana no puede ser separada del contenido psicológico, pues implica la existencia del otro para realizarse y esa finalidad es por medio de la afectividad. El desarrollo histórico de la vida social contribuye al enriquecimiento y complejidad de la vida afectiva. La dimensión afectiva en la vida sexual favorece la expansión del individuo en todas sus dimensiones y en relación a todas sus necesidades.

Cuando se establece la relación entre dos personas, surgen tres niveles de atracción: física, intelectual y afectiva (Álvarez, 1986, citado en Gómez, 2008):

- **Atracción física:** hace referencia a la fisonomía de una persona, donde se induce al acercamiento y donde intervienen las feromonas en forma importante, de la misma manera que muchos animales captan el celo de la hembra a través de estímulos olfativos.

- **Atracción intelectual:** es la coincidencia de intereses, ideologías, metas, etc., que permiten la comunicación. Por lo general suelen encontrarse en parejas que no hablan el mismo idioma pero en las que existe atracción intelectual real o imaginaria.
- **Atracción afectiva:** ésta depende de factores que no tienen un conocimiento preciso, quizá de forma inconsciente y no sistematizable, como el cariño, amor, que tiene sus antecedentes en el proceso de enamoramiento.

La experiencia sexual basada únicamente en la atracción física o con fines exclusivos de reproducción, resulta incompleta, fría, mecánica e impersonal, por la ausencia del componente afectivo; es cierto que la actividad sexual proporciona placer y satisfacción, incluso sin amor, pero existe una gran diferencia en llegar a ella por medio de una relación comprometida por ambos miembros. La vivencia erótica como un espacio en la relación afectiva, también se encuentra construida desde la perspectiva de género y con ello interpretada de dos formas diferentes que lo viven desde experiencias emocionales y corporales distintas. La manera de experimentar el contacto físico, el placer, el deseo y la intimidad tienen correlatos simbólicos diferentes para el varón y la mujer. La vivencia erótica masculina se concentra en un concepto de placer más focalizado en los genitales y con frecuencia separado de la parte afectiva; la genitalidad tiene mucho valor simbólico pues se asume como fuente de prestigio, poder y fuerza. La vivencia erótica femenina trasciende el plano fisiológico, sus sensaciones son más globales y se encuentra fuertemente asociada a las emociones con el placer. La vivencia erótica de las mujeres se estructura directamente con los afectos y el vínculo; la relación adquiere gran valor

simbólico que influye en sus sensaciones corporales de amor (Sanz, citado en Gómez, 2008).

- c) **Diversión:** este factor hace referencia a la recreación y esparcimiento que tienen la pareja dentro y fuera del hogar. Díaz-Loving y Sánchez (1994) dicen que la insatisfacción de las mujeres se limita a áreas muy particulares de la relación, en este caso la satisfacción con la forma en que se maneja la recreación de la familia, el tipo de cuidado y educación que provee la pareja a los hijos y la forma en que se organizan las actividades; una constante es que el aspecto de diversión aumenta conforme incrementa la satisfacción marital en general.
- d) **Organización y funcionamiento:** se refiere a la distribución y realización de las tareas que se dan dentro del hogar. Leñero (1983) menciona que para el hombre es importante ser él quien tome las decisiones respecto a la vida familiar.
- e) **Familia:** este factor se refiere a los roles que se establecen al interior de las parejas y sirven para definir qué papel va a desempeñar cada miembro en la relación, sin embargo, estos roles están determinados en gran medida por factores culturales que reivindicán los estereotipos sexuales dejando a un lado las necesidades, intereses e inclinaciones de cada individuo. Algunas parejas consideran que los trabajos domésticos, compras diarias, los alimentos y algunos aspectos en la crianza de los hijos deben ser compartidos en plano de igualdad.

Bell (1993) manifiesta que el disfrute o disgusto que sientan al desempeñar sus roles y el grado de aceptación de sus responsabilidades en el matrimonio influyen en la satisfacción marital.

f) **Hijos:** la procreación es una de las principales expectativas durante el matrimonio; cuando la pareja decide tener hijos, su nuevo rol de padres los conduce a crear expectativas que deben cumplir con la llegada de un nuevo miembro; la pareja se encarga de satisfacer las necesidades físicas y afectivas, a fortalecer la personalidad, a formar los roles sexuales, preparar valores y a estimular el aprendizaje, creatividad e iniciativa de los hijos. Para Cortés (1994 citado en Gómez 2008) existe un decremento en la satisfacción marital con la llegada de los hijos pues disminuye la interacción, la comunicación y se pierde intimidad en la pareja.

3.3.4 Fidelidad e infidelidad.

Para Stekel (1978, citado en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985) uno de los aspectos más importantes de la satisfacción marital es el de la fidelidad; los matrimonios muchas veces se deterioran debido a la influencia de terceras y cuartas personas que al involucrarse en el matrimonio amenazan con destruir el vínculo.

Blood (1980) menciona que no existe una correlación simple entre la felicidad conyugal y la involucración fuera del matrimonio; sin embargo, la infidelidad acecha a la felicidad, si los hombres o mujeres atribuyen alto valor al sexo y no encuentran satisfacción sexual en el hogar, tienden a impacientarse con el cónyuge buscando en otra parte el placer sexual.

Reik (1966, citado en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985) afirma que el factor de urgencia sexual no satisfecha es una de las causas de infidelidad de ambos sexos. El deseo de nuevas conquistas y variedad de experiencias sexuales se ha visualizado socialmente con mayor fuerza en los hombres que en las mujeres. La diferencia entre la actitud del varón y

la mujer se vuelve evidente cuando se considera que las mujeres rara vez son infieles por razones puramente sexuales.

Según Rodríguez y Mogyoros (1991) existen demasiados factores que sirven como obstáculos o bloqueos que causan daño a la relación de pareja, no son fáciles de identificar y muchas veces se requiere ayuda para poder esclarecerlos; algunos de estos factores son: las relaciones neuróticas con los padres, la falta de autoestima en uno o en otro miembro de la pareja o en ambos, la expectativa de poder cambiar al otro, el carácter paranoico y paranoide, el egoísmo, el carácter absorbente y dominante de uno o de los dos, las diferencias en la escala de valores adquiridos, las actitudes que sofocan el crecimiento del otro, la negativa hacia la expresión sexual, la hostilidad recíproca, etc.

3.3.5 Autoestima.

Rogers y Kinget (1971, citado en Mendoza, 1995) mencionan que las características positivas que adquiere una relación que mejora debe basarse en la congruencia, aceptación positiva e incondicional y una comprensión empática, de esta manera la persona se torna más auténtica, más abierta a nuevas experiencias y por lo tanto es menos defensiva.

La persona que recupera o mantiene la autoestima realiza percepciones más realistas, diferenciadas, extensas y objetivas, principalmente porque ante los hechos no cuestiona su propio valor, además puede someter sus conclusiones sin ningún temor a la prueba de realidad y como consecuencia las experiencias en su autoimagen son más realistas. El entusiasmo de responder a diversas actitudes de “debe ser” o a suposiciones falsas de lo que soy “creo que soy” disminuye, porque ya no necesita ser perfecto para recibir una aceptación positiva de los demás. Así, de esta manera mejora su capacidad de solucionar

problemas y adaptarse a cualquier situación, ya que la conducta se orienta por un conocimiento y una comprensión de datos externos e internos relevantes por lo que hay menos experiencias distorsionadas y rechazadas.

Como consecuencia de la congruencia cada vez mayor entre la autoimagen, la experiencia y el Yo, los niveles de ansiedad disminuyen, por lo que la persona puede dedicar más esfuerzos a su progreso, ya que su funcionamiento psíquico mejora desarrollándose en sentido de lo óptimo. La persona adquiere un mayor grado de autoestima principalmente porque la consideración positiva experimentada por los demás, incondicionalmente le permite derivar en conductas que otorgan satisfacción en la relación de la persona con su medio ambiente, por lo que ayuda a que las experiencias asociadas a la satisfacción de la necesidad positiva por parte del otro sea mayor.

El individuo siente que el centro de valoración y de elección reside en él mismo, percibiéndose con un aumento en la autoestima y sintiéndose más confiado respecto a sí mismo, con capacidad para dirigir su vida descubriendo el auténtico Yo en su experiencia, teniendo una probabilidad menor de comportarse como “si no fuera el mismo”. Como consecuencia ante esta congruencia percibe a los otros con más realismo debido a su sólida autoestima, por lo que es capaz de aceptar a los otros como son, de comprenderlos como personas únicas, debido a que sus defensas han disminuido; la gama de conductas que acepta el Yo se incrementa y la persona se siente más apta para controlar su vida y dirigir su conducta, percibiéndose más creadora, flexible, con capacidad de adaptarse a nuevas situaciones expresando más plenamente sus propósitos y valores flexibles y adaptables.

3.4 IMPEDIMENTOS EN LA SATISFACCIÓN DE LA PAREJA.

Rogoll (1976, citado en Casado, 1991) mencionan que existen diversos impedimentos que inciden en el desarrollo satisfactorio de la pareja, a los que denominan:

- Infravaloración del otro y de las vivencias positivas comunes.
- Proyección de la culpa en el otro.
- Aparente incapacidad de manifestar los propios deseos.
- Información deficiente sobre la convivencia en pareja.
- Proyección de fantasías amorosas sobre antiguos compañeros.
- Miedo a un diálogo esclarecedor.
- Exigencia del cambio en el otro como solución.

En este marco de problemas que inciden en la satisfacción de la relación de pareja, Novey (1982, citado en, Casado, 1991) manifiesta que existen diez bloqueos relacionales que actúan como obstáculo en la intimidad:

1. **Pedir lo que necesito:** el temor de ver rechazadas sus demandas conlleva al individuo a responder a un mandato “no tengas consciencia de tus necesidades” “no pidas”, por lo que las peticiones se efectúan de forma inconsciente recurriendo con ello a la manipulación.
2. **Compartir la realización de actividades:** uno de los dos miembros cede su parte en las decisiones o en la ejecución de las actividades por lo tanto el otro se encarga de todo. Cuando se presenta una dificultad en ésta área es un reflejo de una relación simbiótica.

3. **Expresar sentimientos:** la educación cultural ha censurado los sentimientos y así el hombre puede expresar ira pero no miedo, y la mujer será más femenina si es afectuosa pero no si expresa ira.
4. **Libertad de ser uno mismo:** en la pareja, muchas veces los individuos se comportan conforme a los deseos o las fantasías y solamente están unidos con la otra persona por el compromiso.
5. **Competencia por el poder y el control:** el objetivo del poder es controlar al otro, conseguir que el otro haga algo que por libre elección no haría. Existen dos formas de controlar al otro, en forma directa: mediante la imposición, chantajes con amenazas claras, y en forma más sutil: utilizando el control pasivo. La necesidad de controlar al otro surge de la propia complementariedad, de la falta de confianza en los otros para poder satisfacer sus necesidades.

Steiner (1983, citado en Casado, 1991) menciona que existen cuatro estrategias para obtener el poder: “todo o nada”, “intimidación”, “mentiras” y “control pasivo”.

- **Todo o nada:** explota la necesidad o el deseo del otro, aprovechándose de la debilidad del otro miembro. Ejemplo: cuando uno de los novios le dice al otro: “o nos casamos este año o rompemos ahora mismo”, realmente lo que está haciendo es forzando a su compañero a elegir entre dos opciones extremas, donde el mensaje es “como no puedes terminar la relación, harás lo que Yo diga”.
- **Intimidación:** utiliza este recurso para imponerse al otro, a través de amenazas, insultos, gritos y en algunas ocasiones la violencia, de esta manera demuestra quién manda.

- **Mentiras:** se dan en aspectos de defensa, enmascaradas mediante argumentos “lógicos” y razonables sobre algo que no es cierto, se utilizan en forma de control donde la persona aprovecha su superioridad en el nivel intelectual respecto a su compañero. Normalmente se dicen mentiras para no aceptar un error o por temor a la reprobación del otro o por no herirlo.
- **Control pasivo:** se considera la forma más sutil de conseguir el poder, por medio de no escuchar o no decir, confundir al otro, armando estrategias en las que se pretende incapacitar a la otra persona para modificar algo o culpabilizarla, al no ofrecer aparentemente resistencia.

6. **Capacidad de ser dependiente sin entrar en simbiosis:** el temor a depender a nivel emocional de los otros proviene de un mandato “sé fuerte”, “no te acerques”, “no confíes”, “no expreses tus sentimientos”; se produce por el temor a ser rechazado o manipulado a causa de lo que se percibe como debilidades (necesitar ayuda). Este bloqueo impide directamente la intimidad con el otro.
7. **Compartir las tareas:** una relación de pareja conlleva la ejecución de múltiples tareas, como las labores del hogar, ganar y administrar el dinero, educar a los hijos, por lo que debe existir una negociación que distribuya eficaz y equitativamente las tareas, de otro modo uno de los miembros de la pareja se sentirá explotado o desvalorizado, lo que lo llevará a la acumulación de emociones negativas.
8. **Compartir responsabilidad de la relación:** los integrantes de la pareja deben ser responsables ante situaciones que empobrecen psicológicamente la relación, esta corresponsabilidad implica compromiso, esfuerzo y tiempo para mejorar la relación.

- 9. Ser consciente de uno mismo y del otro:** la consciencia del sí mismo y del otro significa ser consciente de los estados del Yo, de las necesidades, deseos, sentimientos, y del sí mismo, lo que llevaría a desarrollar una relación positiva pues se conocen más las preferencias personales y las de la pareja, obteniendo como resultado una base poderosa para establecer una relación íntima.
- 10. Estar abierto al diálogo:** el conocimiento de los dos miembros de la pareja, va a permitir que la comunicación se dé a un nivel más de experiencia y sentimiento, por lo que podrán resolver los problemas en lugar de acrecentarlos a través de saber quién tiene el control.

3.5 CRITERIOS PARA UNA SANA Y SATISFACTORIA RELACIÓN DE PAREJA.

Mendoza (1995) menciona que existen algunos criterios que están presentes en las sanas relaciones de amor y que además coinciden con las exposiciones de otros autores (From, 1974; Rogers, 1972; Branden, 1983) principalmente, considerándolos como índices para un funcionamiento sano y satisfactorio en la relación de pareja, a los cuales denomina:

- a) Renuncia a las defensas:** Branden (1983) dice que en las personas sanas existe una tendencia a la espontaneidad cada vez más completa, hay una renuncia a las defensas, actitudes dramáticas de intentar y esforzarse por la relación y conforme continua ésta, irá incrementando la intimidad, honestidad y auto expresión. Con la persona amada, el otro podría comportarse tal cual es, de una forma natural; permitiendo a la pareja aceptar las faltas, debilidades, defectos físicos y psicológicos, reduciendo el distanciamiento entre ellos. Una de las satisfacciones

que produce una sana relación amorosa, es la expresión en su totalidad del amor con la máxima naturalidad hacia la otra persona.

- b) La capacidad de amar y ser amado:** el amor es una fuerza que produce amor, por lo que tiene que ver con la propia capacidad de aceptar y recibir amor, cualidades de las personas sanas que saben cómo amar de forma libre, fácil y natural, sin verse envueltas en conflictos, amenazas e inhibiciones.
- c) La sexualidad como trascendencia:** en las personas sanas, el sexo y el amor pueden estar perfectamente unidos, por lo que hombres y mujeres tienden menos a buscar sexo con fin egoísta. La relación es cada vez mejor y parece perfeccionarse con el tiempo, ya que las satisfacciones sensuales y físicas se complementan por la familiaridad con el compañero, más que por la novedad. Se trata de personas seguras de su masculinidad o femineidad que no tienen inconveniente en encargarse de aspectos culturales pertenecientes al sexo opuesto, pueden ser amantes activos como pasivos, sin sentirse limitados por ellos y disfrutando de ambos papeles. Maslow (1958) dice que en el proceso de autorrealización existe una disminución de los motivos de poder-sexo-dinero; cuando el hombre toma consciencia radical de la muerte, su motivación cambia hacia la autorrealización.
- d) Cuidado, responsabilidad, fusión de necesidades:** en una relación amorosa plena es necesario destacar un aspecto al que se le denomina fusión de necesidades; ésta consiste en sentir por ambos miembros, en una sola jerarquía, las necesidades básicas de las dos personas, es decir, que el individuo sienta las necesidades de la otra persona como si fueran suyas y viceversa; la forma común en la que la identificación de necesidades se muestra es a través de aceptar en términos de responsabilidad (cuidado, preocupación) por otra persona.

- e) Diversión y alegría en la sana relación amorosa:** Maslow (1958) afirma que en una sana relación existen aspectos cruciales como la diversión, el júbilo, sentimiento de bienestar, alegría, además de ser afectos que se encuentran presentes tanto en el amor como en el sexo; el disfrute se encuentra presente en toda su dimensión en una relación de crecimiento.
- f) Aceptación de la individualidad y respeto por el otro:** en la relación sana de amor, la persona reconoce al otro como una entidad independiente, separada y autónoma, por lo que no es objeto de uso, ni ejercerá control y tampoco humillará al otro; esto permite a la persona sentirse digna de respeto.
- g) Separación e individualidad:** las tendencias a la separación e identificación de necesidad y las profundas interrelaciones con otra persona pueden coexistir en las personas sanas. La orientación saludable de una relación describe a sus miembros como individualistas, altruistas, sociales y amantes de todos los seres humanos, ya que se encuentran en un sano egoísmo, gran auto-respeto y una aversión a hacer sacrificios. Lo que refleja la relación es la fusión de la capacidad de amar con respeto hacia el otro y hacia sí mismo.
- h) Compatibilidad, perceptibilidad de los amantes sanos:** las relaciones con un grado suficiente de crecimiento personal proporcionan una eficaz percepción de la verdad y la realidad, agudeza que se manifiesta por primera vez en la elección de pareja compatible con el más profundo sentimiento amoroso, sumado al hecho de que estarían más perceptivas cuando están enamoradas que cuando no lo están.
- i) El amor como experiencia final, admiración:** el amor que se encuentra en las personas sanas se describe mejor en términos de admiración espontánea, no pide recompensas ni tener una meta preferida, no tienen deficiencias que compensar y

son consideradas como libres de crecimiento, madurez y desarrollo, por lo que tienen un desempeño muy satisfactorio en su relación de pareja.

Como se ha mencionado existen diversos factores que influyen en este fenómeno subjetivo, los cuales pueden ayudar a incrementar, mantener o disminuir la satisfacción marital en la pareja, por esta razón es importante revisar en el siguiente capítulo algunos antecedentes sobre investigaciones donde se involucran algunos de estos factores.

CAPÍTULO 4 ANTECEDENTES SOBRE INVESTIGACIONES.

4.1 INVESTIGACIONES PREVIAS DE AUTOESTIMA.

Este capítulo tiene la finalidad de mencionar algunas investigaciones sobre la autoestima y la satisfacción marital así como la relación que tienen cada una de ellas con otras variables como es la edad, tiempo de casados, amor, celos, género, violencia, sexo, escolaridad, entre otras más. Es importante subrayar que se ha realizado una búsqueda intensiva en la Facultad de Psicología de la UNAM a nivel de Licenciatura y Postgrado consultando los respectivos catálogos de tesis año con año y lo que se ha encontrado es una investigación donde están relacionadas la autoestima y la satisfacción marital. Por lo que se tomó la decisión de presentar en el primer subtema algunas investigaciones de autoestima con diferentes variables, en el segundo apartado algunos trabajos con respecto a la satisfacción marital y en el tercer subtema será presentada la investigación de autoestima y satisfacción marital, que nos brindará un panorama más concreto de esta relación.

Se puede mencionar que la familia es el primer núcleo en donde se lleva a cabo la educación y adquisición de valores de los hijos, contribuyendo así a la formación de la autoestima, al conocimiento y a la valoración de sí mismos, o el amor que se siente hacia uno mismo, asuntos que se van construyendo a través del crecimiento y desarrollo de la personalidad.

Según Santrock (2006), la autoestima se refiere a la perspectiva general que un individuo tiene de sí mismo y que también se le puede denominar valía personal o autoimagen.

Canell, López y Zamudio (1987) realizaron una investigación sobre la autoestima de los hombres casados; en ella encontraron que los hombres recién casados, con más de 31 años de edad y con esposas que se dedican al hogar presentan una autoestima alta; además encontraron que existe una disminución en la autoestima de los hombres cuando las mujeres trabajan, pero cuando el ingreso de las esposas que laboran no es importante para la familia, presentan una autoestima alta. Las autoras mencionan que es lógico tomando en cuenta que el hombre va a ser el único que proveerá todo al hogar y por lo tanto recaerá en él toda la autoridad desde una perspectiva patriarcal.

En otra investigación, desarrollada por Mendoza (1995) quien realizó una recopilación teórica sobre la autoestima individual como factor determinante de la relación de pareja. El objetivo del trabajo es proponer el fortalecimiento de la autoestima individual en los cónyuges como estrategia para mejorar el funcionamiento de la pareja bajo el enfoque Rogeriano. Plantean los efectos que tiene la autoestima alta en la relación de pareja, que permite el desarrollo de constantes de permanencia o enriquecimiento y los efectos de la autoestima baja como una limitación para una orientación de crecimiento. Por lo que proponen el fortalecimiento de la autoestima individual de los cónyuges a través del entrenamiento en las condiciones básicas: la empatía, la aceptación positiva incondicional y la congruencia, que según Rogers (1961) facilitan el desarrollo personal en el sentido de madurez psicológica.

Martínez y Zamora (2008), realizaron un estudio en el que se propusieron identificar si existe relación y/o diferencias entre autoestima, culpa y violencia psicológica en las mujeres, de acuerdo a la edad y escolaridad de ambos, así como el número de hijos, estado

civil y el tiempo que tienen de vivir con sus parejas. La muestra en cuestión estuvo conformada por doscientos cincuenta y siete mujeres en rangos de 20 a 50 años de edad.

Para evaluar las variables se aplicaron: el Inventario de Culpa Rasgo-Estado de Fernández de Ortega y Reidl, (en prensa), así como la Escala de Maltrato Psicológico (Rojas, 1998) y la Escala de Autoestima (Reidl, 2002).

Los resultados obtenidos fueron los siguientes:

- El grupo de mujeres de mayor edad tuvieron una parte disminuida de su autoestima.
- Las mujeres que tienen más hijos sufren más daño en su autoestima por parte de su pareja, y ésta tiene mayor número de actitudes y conductas que tienden a culparlas.
- Las mujeres que tienen más hijos padecen más agresión verbal.
- Las mujeres que solo tienen educación primaria (trunca o concluida) presentan más sentimiento de culpa.
- Las mujeres con una mayor escolaridad presentan más autoestima positiva.
- Las mujeres cuyas parejas solo tienen educación primaria (trunca o concluida) poseen más autoestima negativa que aquéllas cuyas parejas tienen estudios de preparatoria o equivalente.
- Las mujeres casadas se sienten más abandonadas.
- Las mujeres que viven en unión libre tienen una mayor autoestima negativa.

Los resultados arrojados por esta investigación no son muy alentadores, ya que la baja autoestima es una fuente permanente de inseguridad e insatisfacción personal y es considerada como un factor importante de riesgo para el desarrollo de muchos problemas psicológicos.

Branden (2008), dice que la autoestima está conformada tanto por factores internos, que son los que radican en, o están creados por el individuo (ideas o creencias, prácticas o conductas), así como factores externos atribuidos al entorno, a los mensajes percibidos – sean de origen verbal o no verbal-, a las experiencias aportadas por padres, educadores, personas significativas, instituciones y el contexto cultural.

Un antecedente importante es el Zacarías (2009), quien en su investigación tuvo como objetivo evaluar en qué medida se relacionan la autoestima, los estilos de amor y el número de relaciones previas que han tenido hombres y mujeres, explorando si estas variables se relacionan con la elección de pareja en términos de la historia de amor y el atractivo físico. La muestra estuvo formada por doscientos jóvenes mexicanos de 18 a 25 años. Se les aplicó la Escala de valoración de la Autoestima de William R. Nugent y Janita W. Thomas (1993), el Inventario de Estilos de Amor de Ojeda (1998) y dos tareas para evaluar la elección de pareja.

Se encontraron los siguientes resultados:

- Los hombres tuvieron un estilo de amor más amistoso.
- Los estilos de amor ágape, ludus y manía correlacionaron con baja autoestima.
- Las personas con mayor autoestima reportan más relaciones de pareja.
- Las personas con mayor autoestima, los hombres eróticos y las mujeres lúdicas que han tenido mayor número de parejas eligieron las fotos de individuos más atractivos.

Esta investigación hace referencia a la autoestima con los diferentes tipos de amor en donde sí existe una correlación entre la baja autoestima y algunos estilos de amor.

Según Riso (2012) se debe aceptar a la pareja siempre y cuando no implique autodestrucción por hacer al otro feliz, porque si la felicidad es inversamente proporcional a la de la otra persona, algo está funcionando mal entre la pareja. El amor es un componente esencial de la relación de pareja y la satisfacción marital abarca todo lo que conforma la relación de pareja.

4.2 INVESTIGACIONES SOBRE SATISFACCIÓN MARITAL.

Cuando dos personas deciden vivir en unión libre formando una pareja, inician una nueva etapa en sus vidas, ya que no necesitan estar bajo un régimen conyugal institucionalizado (matrimonio, concubinato o sociedad de convivencia). Para poder integrar un sistema marital, una identidad nueva y distinta, es decir, bajo un nuevo sistema diádico, se constituye una “tercera persona autónoma”. Los propósitos de ésta pueden conjuntar o deteriorar los objetivos maritales de uno u otro cónyuge. En tal ambiente nace el concepto de satisfacción o insatisfacción marital.

Pick y Andrade (1986) investigaron “la satisfacción marital en matrimonios mexicanos: diferencias por número de años de casados, escolaridad, número de hijos, sexo y edad”. Los resultados obtenidos muestran que las personas que tienen uno o dos años de casados están más satisfechas que las que tienen dieciséis o más de matrimonio. Con respecto a la edad, se encontró que a mayor edad menor satisfacción marital. En cuanto a la escolaridad hubo diferencias entre la satisfacción y la interacción marital; las personas con un nivel de secundaria, están menos satisfechas que las personas que tienen una profesión. En lo que se refiere a satisfacción con los aspectos estructurales del cónyuge (organización, establecimiento y cumplimiento de reglas) las personas sin hijos mostraron una mayor

satisfacción marital que aquellas personas con más de tres hijos. Por último se encontró que los hombres están más satisfechos que las mujeres con la interacción marital y los aspectos estructurales del cónyuge.

Los estudios de Pick y Andrade (1988a y 1988b) creadoras de la Escala de Satisfacción Marital en México, definen a aquella como “el grado de favorabilidad (actitud) hacia los aspectos del cónyuge y de la interacción conyugal”, haciendo referencia a la actitud de cada uno de los cónyuges en relación a su matrimonio, determinando que la satisfacción marital puede ser positiva o negativa.

La escala de satisfacción marital fue diseñada y validada en ocho colonias del Distrito Federal, realizando entrevistas a hombres y mujeres casados de niveles socioeconómicos medio y bajo, llevándose a cabo mediante dos estudios: el primero con una muestra de 330 y el segundo con otra de 244 personas.

Pick y Andrade (1988) investigaron “la relación que existe entre los indicadores como: calidad de la relación, aburrimiento en la relación, el deseo de cambiar a la pareja, el gusto por conocer y por interactuar, frustración y sentimientos de enojo o dolor por celos y temor al interactuar”. Obteniendo los siguientes resultados:

- Las parejas con menor tiempo en su relación son las que menos desean cambiar de pareja; sin embargo, en las parejas de 13 años o más se incrementa el deseo de cambio.
- Existe un mayor aburrimiento en las parejas conforme pasa el tiempo. Las mujeres se sienten más aburridas que los hombres en la relación.
- Las personas de 36 años o más sentían deseo de cambiar a su pareja a diferencia de los que tienen menos edad.

- Llegando a la conclusión que a mayor deseo de cambiar de pareja, mayor aburrimiento y peor interacción con su pareja, además de que existe un decremento en la satisfacción de la relación conforme se tiene más tiempo y mayor edad.

Nina (1986) realizó un estudio exploratorio sobre la auto-divulgación marital; encontró que existen diferencias entre los cónyuges respecto a lo que dicen de su relación marital. Con una muestra de 120 personas casadas, de las cuales 75 fueron mujeres y 45 hombres, 41% comentó que conversaban sobre todo tipo de temas con su pareja, como situación económica, trabajo, situaciones diarias, sentimientos, familia de ambos cónyuges, expectativas hacia el futuro y de los hijos. El 17.1% de las parejas expresa que conversan más con su cónyuge sobre los hijos y la educación de éstos. Sobre los temas que no se comentan con la pareja, se obtuvo que el 38.5% de los sujetos consideraban que en una relación marital no existen temas de qué hablar. Mientras que el 15% de los hombres no expresan a su esposa todo aquello que tiene que ver con su trabajo. El 10.3% de las mujeres manifestó que no comunican a sus cónyuges sobre su vida pasada en muchos casos por miedo a ocasionar un conflicto. En cuanto a los temas que les molesta conversar se observó que a las mujeres les molesta hablar sobre su familia y la de su cónyuge y a los hombres todo aquello que tiene que ver con la economía del hogar.

Sánchez y Díaz-Loving (1994) querían saber si la cercanía es un factor que determina la satisfacción marital. Utilizaron la escala de Satisfacción Marital de Díaz (1993) y la escala de Inclusión del Otro en el Yo de Aarón (1992). Los resultados que obtuvieron son: la forma en que la pareja distribuye el dinero no muestra correlación con la cercanía. Llegando a la conclusión de que la distribución del dinero implica un decremento en la cercanía y por tanto en la satisfacción marital. La satisfacción marital depende principalmente de la presencia, número y edad de los hijos, pues el tener tres o más hijos

disminuye la cercanía y la satisfacción. Los hombres perciben más cercanía y satisfacción que las mujeres. En otro estudio, estos autores en conjunto con Rivera (1996) realizaron una investigación para conocer si los factores intra o interpersonales que se manifiestan en los cambios en la comunicación, madurez, experiencias y el acercamiento e intimidad con la pareja son variables predictoras que afectan la satisfacción marital a través del tiempo en hombres y mujeres. Utilizando una muestra de ciento veinte parejas con edades de diecinueve a sesenta y nueve años de edad, con uno a siete hijos. Los resultados que obtuvieron fueron que los aspectos positivos disminuyen de manera consistente y los negativos aumentan con el paso del tiempo. Los hombres con satisfacción marital menor presentan un incremento en la conducta infiel, percibiendo de la misma manera a su pareja.

Las mujeres con una satisfacción menor sienten dolor, enojo y celos ante la posible pérdida de su pareja. La comunicación incrementa conforme al nivel de satisfacción. Concluyendo que el aspecto sexual y sus correlatos positivos en los hombres (pasión, intimidad, interactuar, etc.) son fundamentos para la satisfacción marital; mientras que las mujeres se impulsan a los aspectos positivos-afectivos (pasión, intimidad-confianza, interacción, etc.) y las consecuencias negativas (infidelidad, celos, dolor, etc.) como protectoras de la satisfacción marital.

Rodríguez (1994) realizó una investigación con respecto al cumplimiento de las expectativas del área emocional-sexual sobre el matrimonio que tienen los miembros de la pareja y cómo repercute en la satisfacción marital.

Concluyendo que la comunicación es un factor importante en el funcionamiento de la pareja, la falta de ella y las dificultades en la expresión sexual son un área importante para que la pareja no se encuentre satisfecha. No encontró diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a la satisfacción marital, ni en cuanto al cumplimiento de expectativas

emocionales-sexuales. Para los hombres, la atención emocional y para las mujeres la organización y el cuidado son factores importantes para la satisfacción marital.

Reyes, Cortés y Díaz-Loving (1996) crearon una escala de satisfacción sexual para la población mexicana, pues querían conocer las diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a la satisfacción sexual a través de los años de casados. Encontrando como resultado que sí existe diferencia de hombres y mujeres a través del tiempo de casados. Llegando a la conclusión que el hecho de sentirse satisfecho con la pareja en aspectos físico-sexuales incrementa el número de relaciones sexuales y viceversa.

A continuación se hace referencia a la investigación de García (2002) donde explica la relación entre los niveles de satisfacción marital en la pareja, con las formas de solucionar los problemas y la presencia de síntomas depresivos. Utilizó una muestra de 176 parejas, de las cuales 164 eran casadas y 12 vivían en unión libre, con un promedio de unión de 11.4 años; aplicando el Inventario Multifacético de Satisfacción Marital (IMSM) de Cortés, Díaz y Rivera. Los hallazgos obtenidos es que sí existe una correlación positiva entre la satisfacción marital, la evitación del conflicto y la depresión; los hombres presentan mayor nivel de satisfacción marital, además de preferir afrontar los problemas en vez de evitarlos. En cuanto a las mujeres, éstas evitan la solución de problemas y manifiestan mayor presencia de síntomas depresivos.

En México, Barragán, González y Ayala (2004) realizaron una investigación donde se aplicaron cinco instrumentos de evaluación pre-posttest: lista de conflictos en la pareja, escala de satisfacción marital, escala de ambiente social familiar, escala de tácticas de conflicto y cuestionario de satisfacción de usuarios, además de varios registros de observación directa. El tratamiento duró doce sesiones, con el modelo de consejo marital y estrategias didácticas como son: instrucción verbal, modelamiento, ensayos conductuales y

retroalimentación. Los resultados encontrados fueron: el incremento en el uso de las categorías conductuales de comunicación positivas; el uso de razonamientos verbales, disminución en el uso de la agresión verbal y física al enfrentar conflictos y en la frecuencia de los conflictos; identificación e incremento del intercambio recíproco de gratificantes; cambio en el funcionamiento familiar e incremento en los niveles de satisfacción marital.

Solloa (2000, citado en Silva, 2006) dice que “la satisfacción marital es un concepto multidimensional que incluye, tanto conceptos a nivel individual, tales como ajuste y felicidad, así como componentes a nivel diádico como la identidad, los valores, la cohesión y el consenso entre la pareja”.

La satisfacción en el matrimonio es una evaluación subjetiva de la relación de pareja y su convivencia conjunta. Igualmente, es un concepto dinámico que involucra una dimensión evolutiva, además de ser una variable dependiente del contexto cultural en el que se desarrolla.

Otro estudio interesante es el realizado por Hernández, Alberti, Núñez y Samaniego (2010) sobre la relación de género y la satisfacción marital en comunidades rurales de Texcoco, Edo. de México. En él encontraron que la transformación en las relaciones de género, los cambios en los roles tradicionales y exigencias en el trabajo influyen en forma negativa en la satisfacción marital de los informantes, siendo las mujeres más afectadas. Concluyendo que las construcciones sociales de género no favorecen la equidad de las relaciones de pareja, afectando más a las mujeres debido a sus sentimientos de culpa, así como a su dependencia emocional y económica respecto al cónyuge.

4.3 INVESTIGACIONES PREVIAS DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL.

Es importante mencionar que después de una extensa revisión bibliográfica, sólo se ha encontrado una investigación donde se relacionan las variables que se analizarán en el presente trabajo; a pesar de las limitaciones del estudio, puede servir para realizar un análisis comparativo con respecto a los resultados obtenidos.

Landazuri, Pichardo y Hazouri, (1985) investigaron la relación que existe entre locus de control y autoestima en la satisfacción marital, de mujeres casadas de nivel socioeconómico medio de la Ciudad de México. Utilizaron una muestra elegida al azar de 100 mujeres casadas con edades de 25 a 35 años, con un nivel socioeconómico medio que pertenecían a las colonias: Roma, Narvarte, Del Valle, Lindavista y Clavería del Distrito Federal.

Se elaboraron tres cuestionarios cerrados para medir cada una de las variables, basados en las siguientes escalas:

- Escala de locus control de Nowicki- Strickland (1973) y Escala de Rotter (1954).
- Escala de Autoestima de Lucy Reidl (1981).
- Escala de integración (Family adaptability and cohesion evaluation scales) de Olson, Bell y Portner, (1979).

El análisis estadístico se realizó por medio del coeficiente de correlación de Pearson, obteniendo para la correlación entre autoestima y locus control de 0.36, lo que indica que existe una relación positiva y significativa entre autoestima y locus control. Para Autoestima y Satisfacción Marital fue de 0.48, lo cual indica que existe una relación positiva y significativa, es decir, que a medida que aumenta la autoestima, aumenta la

satisfacción marital. La relación entre Locus control y Satisfacción Marital fue de 0.15, lo cual indica cierta tendencia a que exista una relación positiva pero marginalmente significativa entre las dos variables, es decir, existe una tendencia hacia una mayor satisfacción marital.

Por lo que llegan a la conclusión de que existe una mayor satisfacción marital en las mujeres con una autoestima alta que con una autoestima baja. Según Rubin, Fine y Kusinitz (1975, 1971, citados en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985) la propia estimación da lugar a un matrimonio más satisfecho. El hecho de amarse a uno mismo es un aspecto importante porque se traduce en sentimientos de aprecio por la otra persona encontrando mayor satisfacción en la pareja.

Dentro de las limitaciones en su estudio comentan que existe una muestra poco significativa; la escala de locus control tuvo una confiabilidad más baja que las otras dos. En la escala de satisfacción marital, la mayoría de la población se encuentra sesgada en los puntajes altos. Esto puede deberse a que la escala quizá estaba midiendo deseabilidad social. El hecho de encontrar que la satisfacción marital se relacione con la autoestima no indica que la satisfacción marital esté influida por la autoestima, o viceversa.

Todas las investigaciones presentadas realizan aportaciones valiosas, ya que cada una de ellas muestra un método para analizar la relación o diferencias entre distintas variables, dando la pauta para conocer donde hace falta investigar o profundizar más. En el siguiente capítulo se presenta la metodología utilizada en este trabajo.

CAPÍTULO 5 MÉTODO.

5.1 JUSTIFICACIÓN.

La relación de la pareja es el pilar dentro del matrimonio y donde se conforma la familia; existen diversos factores que intervienen en el fortalecimiento o deterioro de la misma; sin embargo, el índice de divorcios se ha incrementado en los últimos años, según datos del último censo del INEGI (2011), en el D.F. en 2008 eran (7692) para 2009 (9386) y en el 2011 ascendió a (11385) de los cuales (8274) son voluntarios; sin contar las separaciones de las relaciones de pareja que no están casadas legalmente; cuando una pareja se desilusiona del compañero por no haber respondido a las necesidades y satisfacciones requeridas, muchas veces se siente con el derecho de ofender al cónyuge; las crisis son consideradas como circunstancias normales caracterizadas por una gran insatisfacción, pero pueden ser manejadas encontrando soluciones; sin embargo, la baja autoestima es una fuente permanente de inseguridad e insatisfacción personal y es considerada como un factor importante de riesgo para el desarrollo de muchos problemas psicológicos, impidiéndoles resolver las diferencias y provocando un deterioro en la relación, generando insatisfacción y provocando el divorcio; como se puede observar el matrimonio va dejando de ser para toda la vida, lamentablemente ambos miembros resultan lastimados y los hijos padecen más problemas por esta razón.

Por otro lado, la autoestima es un recurso del ser humano, el cual da pauta para afrontar de manera más eficaz las adversidades que se pueden presentar en el proceso individual y social; la presente investigación pretende conocer si existe relación entre la autoestima y la satisfacción marital, de ser así, es importante destacar los efectos de ésta, así como promover el fortalecimiento y desarrollo de la misma en cada uno de los cónyuges para que

encuentren un nivel óptimo de satisfacción marital y a su vez estas mismas construyan en sus hijos una autoestima más saludable, dando por resultado mayor satisfacción y éxito en su vida personal.

5.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

La autoestima es la valoración que se hace un individuo de sí mismo sobre las experiencias y sensaciones que se han ido incorporando a lo largo de la vida; una persona con una autoestima elevada tiene mejores herramientas para poder tomar decisiones y afrontar la adversidad; cuando la base de los dos individuos que deciden vivir en pareja es un nivel óptimo de autoestima, ésta se podría convertir en un factor interviniente en la satisfacción marital; debido a esto surge la pregunta: ¿existe relación entre los diferentes niveles de autoestima y la satisfacción marital en la relación de pareja?

5.3 OBJETIVO GENERAL.

- Determinar si existe relación entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital en las relaciones de pareja.

5.3.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Conocer los resultados estadísticos entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital en las relaciones de pareja.
- Analizar la relación entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital en las relaciones de pareja.
- Comparar la relación entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital en las relaciones de pareja.

- Describir la relación entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital en las relaciones de pareja.

5.4 HIPÓTESIS.

- Hi Existe relación estadísticamente significativa entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital en las relaciones de pareja.
- Ho No existe relación estadísticamente significativa entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital en las relaciones de pareja.
- Ha Las mujeres presentan menores niveles de autoestima y de satisfacción marital en las relaciones de pareja.

5.5 VARIABLES.

5.5.1 VARIABLE INDEPENDIENTE.

- Niveles de autoestima

5.5.2 VARIABLE DEPENDIENTE.

- Satisfacción marital

5.5.3 DEFINICIÓN CONCEPTUAL.

NIVELES DE AUTOESTIMA.

- Autoestima alta: Los individuos se caracterizan por una baja destructividad, confían en sus propias percepciones, esperan que sus esfuerzos terminen en éxito, se acercan a otras personas con la expectativa de ser bien recibidas, consideran que su trabajo generalmente es de calidad, aceptan sus propias opiniones, confían en sus reacciones y en sus conclusiones.

- Las personas con autoestima baja: desconfían de sí mismas y se cuidan de no expresar ideas poco comunes, no llevan a cabo acciones que llamen la atención de los demás, dando como resultado, una mórbida preocupación acerca de sus problemas, y por lo tanto, la inhibición del intercambio social, disminuyendo las posibilidades de establecer relaciones amistosas y de apoyo (Coopersmith, 1967 citado en Reidl, 1981. pp. 277).
- Autoestima media: es fluctuar entre sentirse apropiado e inapropiado, acertado o equivocado como persona; y manifestar estas inconsistencias en la conducta, algunas veces actuando prudentemente, algunas veces actuando de manera insensata, reforzando con ello la incertidumbre acerca de cómo somos en nuestro fuero interno (Branden, 2008, pp. 47).
- **SATISFACCIÓN MARITAL:** “es la actitud que existe hacia la interacción marital y hacia el cónyuge, tomando en consideración los aspectos afectivos como los cognoscitivos del matrimonio; además de la percepción individual de cada cónyuge y de la relación entre ambos” (Pick y Andrade, 1988, citado en Díaz, 2009, pp. 54).
- Factor I: Satisfacción con la Interacción Conyugal, que se describe como la satisfacción que un cónyuge tiene con respecto a la relación que lleva con su pareja (Pick y Andrade, citado en Díaz, 2009).
- Factor II: Satisfacción con los Aspectos Emocionales del Cónyuge, que se refiere a la satisfacción que un cónyuge tiene con respecto a las reacciones emocionales de su pareja (Pick y Andrade, citado en Díaz, 2009).

- Factor III: Satisfacción con Aspectos Estructurales, que mide la satisfacción que un cónyuge expresa de la forma de organización y de establecimiento y cumplimiento de reglas de su pareja (Pick y Andrade, citado en Díaz, 2009).

5.5.4 DEFINICIÓN OPERACIONAL.

- Se agregó una ficha de identificación al Inventario de autoestima de Coopersmith para adultos (1967), validado con población mexicana por Lara-Cantú, Verduzco, Acevedo y Cortés (1993), ésta es una escala de tipo dicotómica diseñada para medir autoestima, la cual incluye 25 reactivos, el puntaje va de 0 a 25 puntos y se interpreta así: a mayor puntuación mayor autoestima. Ocho de los reactivos son inversos (1, 4, 5, 8, 9, 14, 19, 20).
- La satisfacción marital se obtuvo de la propia percepción de cada uno de los cónyuges en base a las respuestas que dieron en la Escala de Satisfacción Marital.
- En la Escala de Satisfacción Marital se incluyeron algunos datos que son complementarios a la ficha de identificación, como son: años de vivir juntos, unión libre o régimen conyugal, número de hijos.
- La satisfacción marital se obtuvo del puntaje de las 24 preguntas de “La Escala de Satisfacción Marital” de Pick y Andrade (1988). Es decir, a menor puntaje obtenido en la escala, menor satisfacción marital; a mayor puntaje, mayor satisfacción marital. El mayor puntaje que se puede obtener en la escala es de 72 puntos, y el menor de 24 puntos.

5.5 TIPO DE ESTUDIO.

- **Transversal descriptivo:** Porque busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, miden, evalúan o recolectan datos sobre diversos conceptos (variables), aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar; recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. (Hernández, Fernández y Baptista, 2006)
- **Correlacional:** Debido a que se intenta predecir el valor aproximado que tendrá un grupo de individuos o casos en una variable a partir de un valor que poseen en la o las variables relacionadas. (Hernández, Fernández y Baptista, 2006)

5.6.1 TIPO DE DISEÑO.

- **No experimental:** Porque es un estudio que no manipula las variables y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos. No se construye ninguna situación, sino que se observan situaciones ya existentes, no provocadas intencionalmente en la investigación por quien la realiza. Las variables independientes ocurren y no es posible manipularlas, no se tiene control directo sobre dichas variables ni se puede influir sobre ellas, porque ya sucedieron al igual que sus efectos.

5.7 ESCENARIO.

- Se realizó en las casas de las parejas, mismas que contaban con las condiciones idóneas, es decir: área confortable con adecuada iluminación y ventilación.

5.8 POBLACIÓN.

- Las parejas que vivan en unión libre o bajo un régimen conyugal en las delegaciones Benito Juárez e Iztacalco, del Distrito Federal.

5.8.1 MUESTRA.

- Integrada de origen por 120 parejas, eliminando a 18 por no cumplir con los criterios, por lo tanto, la muestra quedó conformada por 102 parejas, 102 hombres y 102 mujeres adultos, siendo la edad mínima de 20 y hasta 60 años, las cuales tienen viviendo juntos por lo menos un año.

5.8.2 MUESTREO.

- No probabilístico intencional, dirigida a un subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las características de la investigación (Hernández, Fernández, Baptista, 2006).

5.8.3 CRITERIOS DE INCLUSIÓN.

- Parejas heterosexuales en unión libre o bajo algún régimen conyugal.
- Parejas con conocimiento de lectura y escritura.
- Hombre y mujeres entre 20 y 60 años de edad.
- Parejas que tienen un año mínimo viviendo juntos.

5.8.4 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.

- Parejas sin conocimiento de lectura y escritura.
- Parejas que no sean heterosexuales.

- Parejas que no vivan juntos.
- Parejas que tengan menos de 1 año viviendo juntos.
- Hombres y mujeres menores de 20 y mayores de 60 años.

5.8.5 CRITERIOS DE ELIMINACIÓN.

- Personas que no contesten completos los instrumentos de medición.
- Personas que respondan dos veces a un mismo ítem.
- Algún miembro de la pareja que se niegue a participar.

5.9 MATERIALES.

- Se utilizaron para la recolección de datos 2 tipos de formatos:
 - a) Inventario de Autoestima de Coopersmith.
 - b) Escala de Satisfacción Marital (ESM).
- Lápiz y goma.

5.10 INSTRUMENTOS.

Se utilizó el Inventario de Autoestima de Coopersmith para adultos adaptado en México realizado por Lara-Cantú y colaboradores (1993) con una confiabilidad de una alfa de Cronbach de 0.81. La validez de constructo del inventario se evaluó estimando el poder de discriminación de los reactivos de las calificaciones altas y bajas por medio de pruebas t. los resultados mostraron que todos los reactivos discriminaron ($p = .05$).

Los autores utilizaron una muestra de 411 personas, 211 mujeres y 200 hombres de la Ciudad de México, las personas menores tenían 17 años y los mayores 51 años de edad. Los resultados obtenidos fue una Media: 0.70 y una Desviación estándar: 0.18. Consta de 25 afirmaciones de tipo dicotómico, aplicadas a hombres y mujeres, puede ser de manera individual o grupal, siendo la opción de respuesta de:

Sí=0 y No=1, en los reactivos 1, 4, 5, 8, 9, 14, 19, 20: Sí=1 y No=0.

La puntuación se obtiene mediante la suma global de los reactivos, con una puntuación de 0 a 25. Y se interpreta a mayor puntuación, mayor autoestima (Calleja, N., 2011).

Para facilitar la interpretación se construyó una escala de intervalo de la siguiente forma: Se resta la puntuación mínima (0) y la máxima (25), se divide entre el número de intervalos (3) y el resultado se suma a la puntuación mínima, estableciendo el primer intervalo.

Obteniendo la siguiente tabla con tres diferentes niveles:

18----25 puntos	alta autoestima
09----17 puntos	autoestima media
0-----8 puntos	baja autoestima

Escala de Satisfacción Marital.

Se utilizó la escala de satisfacción marital elaborada por Pick y Andrade, primer instrumento de este tipo, validado en México (Pick y Andrade, 1988a).

La escala consta de 24 reactivos distribuidos en tres dominios:

1. Satisfacción con la interacción marital, la cual se refiere a la satisfacción que cada uno de los miembros de la pareja tiene con respecto a la relación que han construido (10 reactivos).
2. Satisfacción con aspectos emocionales del cónyuge, que tiene que ver con la satisfacción respecto a las reacciones de tipo emocional que tiene su pareja (5 reactivos)
3. Satisfacción con aspectos estructurales y de organización de la relación, que se refiere a la satisfacción que cada cónyuge expresa con el modo como se han organizado, han establecido reglas de convivencia y el modo como éstas se cumplen (9 reactivos).

Cada uno de los reactivos tiene tres opciones de respuesta que permiten expresar el nivel de satisfacción del individuo respecto a lo que se plantea en la afirmación: **A) me gusta como está pasando 3ptos B) me gustaría que pasara de forma algo diferente 2ptos C) me gustaría que pasara de forma muy diferente 1pto.**

La confiabilidad en sus tres áreas es la siguiente:

- Satisfacción con la interacción marital: Factor 1= .86
- Satisfacción con aspectos emocionales del cónyuge Factor 2= .73
- Satisfacción con aspectos estructurales y de organización de la relación: Factor 3= .81

- La calificación se obtiene mediante la suma total de los reactivos con un puntaje que va de 24 a 72 puntos.
- Sub-escala 1. Satisfacción con la interacción conyugal: de 10 a 30 puntos.
- Sub-escala 2. Satisfacción con los aspectos emocionales: de 5 a 15 puntos.
- Sub-escala 3. Satisfacción con aspectos estructurales del cónyuge: de 9 a 27 puntos.
- A mayor puntuación, mayor satisfacción marital (Calleja, N., 2011).

Para facilitar la obtención e interpretación de los resultados, se construyó una escala nominal tomando como punto de corte la mitad del intervalo formado por los límites de las puntuaciones que se pueden obtener tanto en los factores como en la escala total de satisfacción, de modo que si el individuo puntúa por debajo del punto de corte, es porque todas sus respuestas están asociadas a los valores uno y dos, lo cual expresaba insatisfacción, mientras que los valores superiores al punto de corte reflejan satisfacción.

Escala de intervalos

Factor	No. de reactivos	Escala de intervalo	Punto de corte
Satisfacción con la interacción marital	10	10-----30	20
Satisfacción con aspectos emocionales del cónyuge	5	5-----15	10
Satisfacción con aspectos estructurales y de organización de la relación	9	9-----27	18
Satisfacción Marital	24	24-----72	48

5.11 PROCEDIMIENTO.

Se acudió al domicilio de las respectivas parejas, las cuales eligieron el lugar más confortable (sala o comedor) en donde se les proporcionaron los instrumentos de medición (Inventario de Autoestima de Coopersmith y la Escala de Satisfacción Marital), los cuales incluían algunos datos personales y socio-demográficos que contestaron las parejas. El aplicador estuvo presente para resolver cualquier duda con respecto a las preguntas de los cuestionarios sin influir en las respectivas respuestas.

Es importante mencionar que durante el proceso de aplicación de los instrumentos de medición, se solicitó la ayuda de dos colaboradores con conocimientos en Psicología, a los cuales se les brindó capacitación informando en qué consistía la investigación, qué criterios se siguieron para la muestra y la forma de aplicación, ya que fueron 408 cuestionarios los utilizados.

Finalmente se realizó el proceso estadístico, donde se correlacionaron las variables para poder aceptar o rechazar las hipótesis planteadas y así llegar a las conclusiones pertinentes sobre la autoestima y la satisfacción marital.

5.1.2 ANÁLISIS DE DATOS.

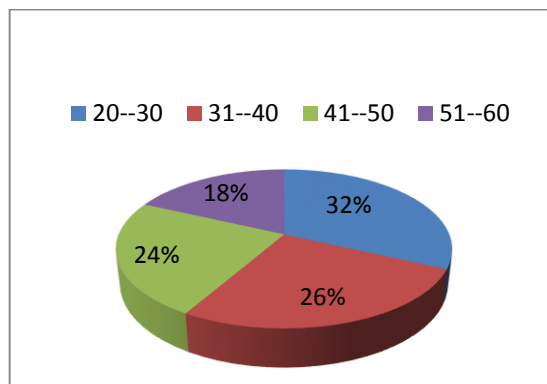
Se utilizó la estadística descriptiva, ya que permite sintetizar los números para hacerlos más significativos y comunicarlos más fácilmente; además se realizó el análisis con el coeficiente de correlación de Pearson con el fin de conocer la relación entre ambas variables. Asimismo se elaboraron tablas de frecuencias y poder realizar la representación gráfica de las variables utilizadas. Para el análisis anterior se utilizó el Programa Estadístico (SPSS) 22 para Windows.

CAPÍTULO 6 RESULTADOS.

En este capítulo se muestran los resultados encontrados, los cuales se analizaron a través del programa estadístico SPSS. La muestra de estudio está conformada por 102 parejas, además se recabaron datos socio-demográficos para realizar un análisis descriptivo de las características de la misma. Para conocer el grado de correlación entre las variables de estudio, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson.

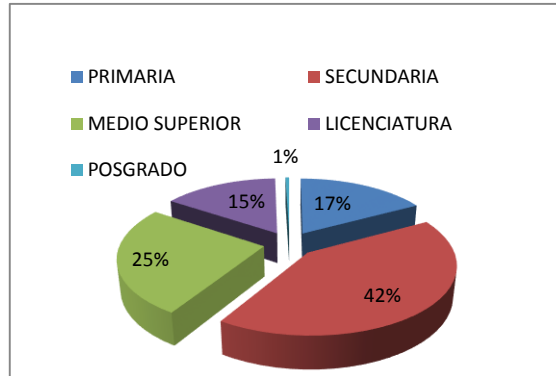
6.1 CARACTERÍSTICAS DE LA MUESTRA.

FIGURA 1. EDAD DE LAS PAREJAS.



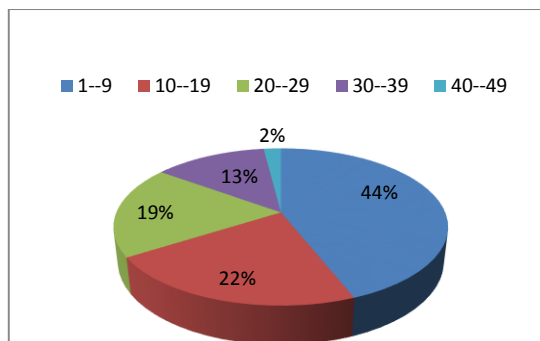
Como se puede observar en la figura 1, la mayoría de las parejas se encuentran entre 20 y 30 años con 32%, el 26% corresponde al rango de 31-40, 24% a las parejas de 41-50 y con el 18% de 51-60 años.

FIGURA 2. NIVEL DE ESTUDIOS.



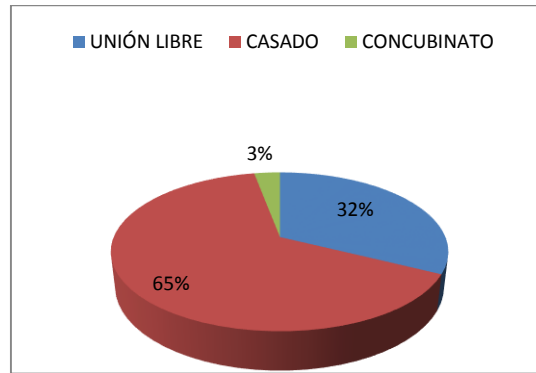
Dentro de los datos socio-demográficos el nivel de estudios de la muestra abarca todos los grados de escolaridad, pero el 42% de las parejas cuentan con estudios de secundaria, como se muestra en la figura 2.

FIGURA 3. AÑOS DE VIVIR JUNTOS.



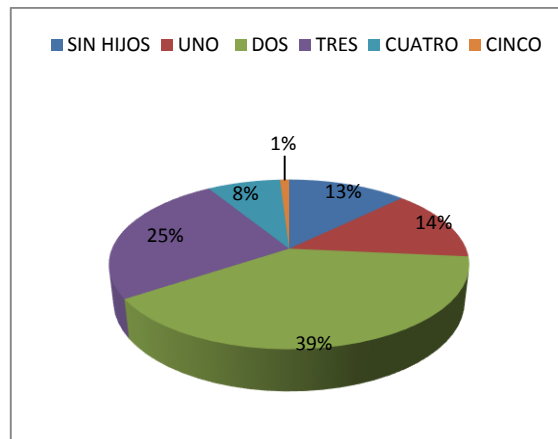
En lo que respecta a los años de vivir juntos se observa en la figura 3 que existe 44% de parejas de 1 a 9 años; 22% de 10 a 19; 19% de 20 a 29 años; 13% de 30 a 39 y sólo 2% de 40 a 49 años compartiendo sus vidas juntas.

FIGURA 4 ESTADO CIVIL.



Como se puede observar en la figura 4, las parejas que se encuentran casadas son el 65%, 32% está en unión libre y con el 3% se encuentran las parejas en concubinato.

FIGURA 5. NÚMERO DE HIJOS.

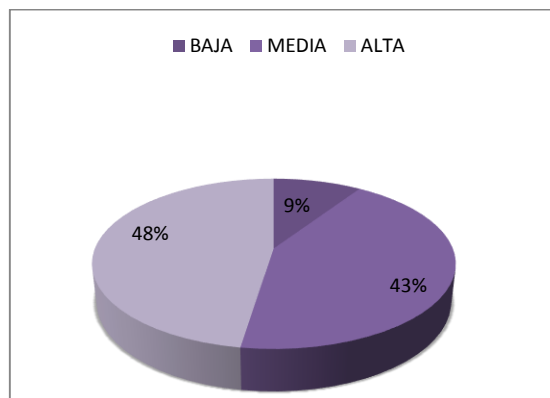


La figura 5 muestra que 39% de las parejas tienen dos hijos, 25% han procreado tres, 14% son padres de uno, 8% viven sin hijos y sólo el 1% tienen cinco hijos.

6.2 DESCRIPCIÓN DE LOS PUNTAJES OBTENIDOS EN LA ESCALA DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL.

A continuación se muestra los datos obtenidos de la escala de autoestima siendo sus puntajes de 0 a 25 con tres diferentes niveles (alta, media, baja) es decir, a mayor puntaje mayor autoestima y de satisfacción marital de 24 a 72 puntos estableciendo dos niveles: satisfechos e insatisfechos, además está integrada por tres factores (interacción, emocional y estructural); las figuras se muestran de acuerdo al porcentaje obtenido por la respuesta de los cuestionarios.

FIGURA 6 AUTOESTIMA.



Referente a la autoestima que presentan las parejas, la figura 6 señala que el 48% de la muestra general presenta una autoestima alta, el 43% manifiesta una media y el 9% presenta baja autoestima.

FIGURA 7. SATISFACCIÓN MARITAL.

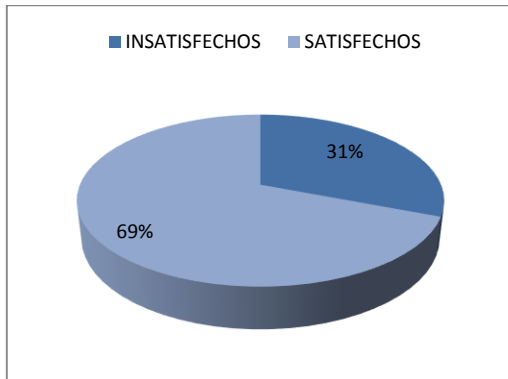


FIGURA 8. FACTOR DE INTERACCIÓN.

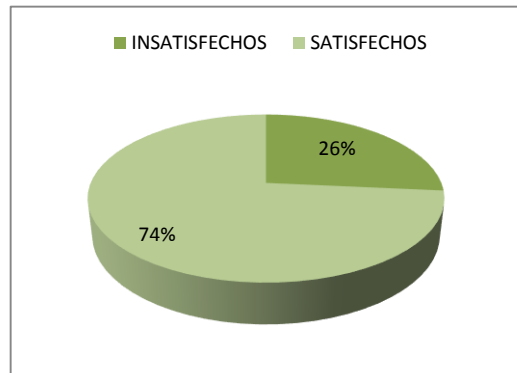


FIGURA 9 FACTOR EMOCIONAL

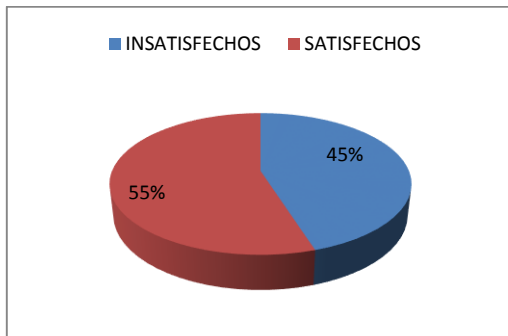
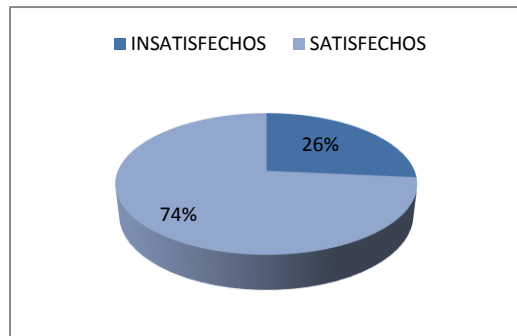


FIGURA 10 FACTOR ESTRUCTURAL.



La satisfacción marital está integrada por tres factores; como se puede observar en la figura 7, 69% presenta satisfacción marital y 31% se encuentra insatisfecha; en lo que respecta al factor de interacción (figura 8) 26% está insatisfecha y el 74% tiene satisfacción, en el factor emocional (figura 9) 55% manifiestan estar satisfechos y el 45% opinan lo contrario y en el factor estructural (figura 10) 26% dice estar insatisfecho y 74% cuenta con satisfacción marital; sin embargo es importante resaltar que el factor emocional tiene un porcentaje más bajo en la satisfacción en comparación a los otros.

6.3 CORRELACIONES.

Para las correlaciones entre los niveles de autoestima y satisfacción marital, se utilizó Rho de Spearman para la autoestima baja, ya que la muestra en este nivel era menor, para los otros dos niveles se empleó el coeficiente de correlación de Pearson.

TABLA 1 CORRELACIÓN DE SPEARMAN ENTRE BAJA AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL.

	Factor de interacción	Factor emocional	Factor estructural	Total de Satisfacción
Total autoestima	.274	.370	.039	.265

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Como se puede observar en la tabla 1 no existe correlación estadísticamente significativa entre la autoestima baja y la satisfacción marital en ninguno de sus tres factores.

TABLA 2 CORELACIÓN DE PEARSON ENTRE AUTOESTIMA MEDIA Y SATISFACCIÓN MARITAL

	Factor de interacción	Factor emocional	Factor estructural	Total de Satisfacción
Total autoestima	.122	.043	.140	.135

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

La tabla 2 muestra que no existe correlación estadísticamente significativa entre la autoestima media y la satisfacción marital ni con ninguno de los factores que la conforman.

TABLA 3 CORRELACIÓN DE PEARSON ENTRE AUTOESTIMA ALTA Y SATISFACCIÓN MARITAL

	Factor de interacción	Factor emocional	Factor estructural	Total de Satisfacción
Total autoestima	.066	-.020	.076	.055

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Como se observa en la tabla 3 no existe correlación estadísticamente significativa entre la autoestima alta y la satisfacción marital ni con ninguno de los tres factores que la conforman.

Como se puede observar en la tabla (4), el porcentaje es en referencia al 100% de cada nivel de autoestima (baja, media y alta), por lo tanto se realizó el análisis de reactivos; donde se obtuvieron 17 ítems con una media mayor a .60; las respuestas al reactivo (Soy una persona simpática) son las siguientes, 64% de las personas con baja autoestima respondieron (NO), 64% con media (SÍ) y 87% con alta (SÍ); en lo que respecta al reactivo (Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo), 74% con baja dicen que (SÍ), 54% de los sujetos con media responden que (NO) y 87% con alta contestan que (NO).

Asimismo en el reactivo (Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos), 74% con baja autoestima menciona que (NO), 68% con media dice que (SÍ) y 90% con alta responde (SÍ); el ítem (Me doy por vencido(a) muy fácilmente) 74% con baja respondieron que (SÍ), 84% con media dicen (NO) y 94% con alta estima contestan (NO). En lo que respecta al reactivo (Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy), 95% de los sujetos con baja responden (SÍ), 65% con media autoestima mencionan que (NO) y 96% con alta contestan (NO).

En lo que se refiere al ítem (Mi vida es muy complicada), 95% de las personas con baja mencionan que (SÍ), 73% con autoestima media responde que (NO) y 93% con alta dicen que (NO); en el reactivo (Tengo mala opinión de mí mismo(a)), 68% con baja estima responden que (SÍ), 77% de los sujetos con media mencionan que (NO) y 97% con alta dicen (NO); conforme al ítem (Muchas veces me gustaría irme de mi casa), 79% de las personas con baja dicen (SÍ), 52% con media estima mencionan (NO) y 91% con alta responde que (NO); en el reactivo (Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo), 74% de los sujetos con baja contestan (SÍ), 67% con media autoestima responde (NO) y 97% con alta menciona (SÍ); con respecto al ítem (Soy menos guapo (o bonita) que la mayoría de la gente) 53% de los individuos con baja mencionan (SÍ), 78% con autoestima media dicen (NO) y 94% con alta responden (NO); en el reactivo (Si tengo algo que decir, generalmente lo digo), 74% de los sujetos con baja contestan (NO), 65% con media autoestima mencionan (SÍ) y 95% con alta dicen (SÍ).

Conforme al reactivo (Mi familia me comprende), 84% de las personas con baja responden (NO), 65% con autoestima media mencionan (SÍ) y 90% con alta contestan (SÍ); en el ítem (Los demás son mejor aceptados que yo), 79% de los sujetos con baja mencionan (SÍ), 74% con media contestan (SÍ) y 95% con autoestima alta responden (SÍ); para el reactivo (Siento que mi familia me presiona) 79% de las personas con baja contestan (SÍ), 64% con autoestima media responden (NO) y 92% con alta dicen (NO); en el ítem (Con frecuencia me desanimo en lo que hago) 90% de los sujetos con baja autoestima responden (SÍ), 57% con media mencionan (NO) y 94% con alta dicen (NO); en el siguiente reactivo (Muchas veces me gustaría ser otra persona), 95% de los individuos con baja responden (SÍ), 51% con media contestan (NO) y 95% con alta autoestima mencionan (NO).

Respecto al reactivo (Se puede confiar muy poco en mi), 53% de las personas con baja contestan (NO), 73% con autoestima media responden (NO) y 96% con alta autoestima mencionan (NO).

TABLA 4 ANÁLISIS DE REACTIVOS DE AUTOESTIMA.

NIVEL MAYOR A LA MEDIA DE .60	BAJA	MEDIA	ALTA
1. Soy una persona simpática	64% NO	64% SÍ	87% SÍ
2. Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo	74% SÍ	54% NO	87% NO
3. Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos	74% NO	68% SÍ	90% SÍ
4. Me doy por vencido(a) muy fácilmente	74% SÍ	84% NO	94% NO
5. Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy	95% SÍ	65% NO	96% NO
6. Mi vida es muy complicada	95% SÍ	73% NO	93% NO
7. Tengo mala opinión de mí mismo(a)	68% SÍ	77% NO	97% NO
8. Muchas veces me gustaría irme de mi casa	79% SÍ	52% NO	91% NO
9. Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo	74% SÍ	67% NO	97% NO
10. Soy menos guapo (o bonita) que la mayoría de la gente	53% SI	78% NO	94% NO
11. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo	74% NO	65% SÍ	95% SÍ
12. Mi familia me comprende	84% NO	65% SÍ	90% SÍ
13. Los demás son mejor aceptados que yo	79% SÍ	74% NO	95% NO
14. Siento que mi familia me presiona	79% SÍ	64% NO	92% NO
15. Con frecuencia me desanimo en lo que hago	90% SÍ	57% NO	94% NO
16. Muchas veces me gustaría ser otra persona	95% SÍ	51% NO	95% NO
17. Se puede confiar muy poco en mi	53% NO	73% NO	96% NO

TABLA 5 ANÁLISIS DE REACTIVOS DE SATISFACCIÓN MARITAL.

	ME GUSTARÍA:		
	MUY DIFERENTE	ALGO DIFERENTE	ME GUSTA
1. El tiempo que mi cónyuge dedica a nuestro matrimonio	20 %	26 %	54 %
2. La frecuencia con la que mi cónyuge me dice algo bonito	17 %	28 %	55 %
3. El grado en el cual mi cónyuge me atiende	17 %	34 %	49 %
4. La frecuencia con la que mi cónyuge me abraza	17 %	21 %	63 %
5. La atención que mi cónyuge pone a mi apariencia	14 %	32 %	55 %
6. La comunicación con mi cónyuge	17 %	32 %	51 %
7. La conducta de mi cónyuge enfrente de otras personas	21 %	33 %	46 %
8. La forma en que me pide que tengamos relaciones sexuales	22 %	24 %	55 %
9. El tiempo que dedica a mí	17 %	30 %	53 %
10. El interés que mi cónyuge pone a lo que yo hago	17 %	34 %	50 %
11. La forma como se comporta cuando está triste	27 %	44 %	29 %
12. La forma como se comporta cuando está enojado	36 %	49 %	15 %
13. La forma como se comporta cuando está de mal humor	33 %	48 %	19 %
14. La forma como se comporta cuando está preocupado	26%	56 %	18 %
15. La reacción de mi cónyuge cuando no quiero tener relaciones sexuales	24 %	38 %	38 %
16. El tiempo que dedica a sí mismo	19 %	34 %	47 %
17. La forma como se organiza mi cónyuge	18 %	31 %	51 %
18. Las prioridades que tiene en la vida mi cónyuge	16 %	32 %	52 %
19. La forma como pasa su tiempo libre	21 %	28 %	51 %
20. La puntualidad de mi cónyuge	19 %	30 %	51 %
21. El cuidado que mi cónyuge tiene a su salud	22 %	32 %	46 %
22. El tiempo que pasamos juntos	17 %	32 %	51 %
23. La forma con la que mi cónyuge trata de solucionar los problemas	21 %	34 %	45 %
24. Las reglas que mi cónyuge hace para que se sigan en casa	25 %	27 %	48 %

Como se puede observar en la tabla 5, se realizó el análisis de los reactivos para conocer cuáles son las razones por la que se encuentran satisfechas o insatisfechas maritalmente los participantes en este estudio; para el 20% les gustaría que fuera muy diferente el tiempo que su pareja dedica al matrimonio, 26% sólo que fuera algo diferente y a 56% les gusta; la frecuencia con la que su pareja les dice algo bonito a 17% quisieran que fuera muy diferente, 28% algo diferente y a 55% les gusta.

En lo que se refiere al grado en que el cónyuge me atiende, 17% responden que fuera muy diferente, 34% mencionan que les agradaría que fuera algo diferente y a 49% les gusta la forma en que son atendidos; la frecuencia con la que su pareja los abraza, 17% quisieran que fuera muy diferente, 21% sólo algo diferente y a 63% les agrada esa frecuencia; la atención que pone hacia su apariencia, el 14% les agradaría que fuera muy diferente, 32% algo diferente y a 54% les gusta esa atención que reciben; la atención que pone a la apariencia de su cónyuge, 14% quisieran que fuera muy diferente, 32% algo diferente y a 54% les agrada la forma en que son percibidas; la comunicación que tienen con su pareja, 17% buscan que sea de manera muy diferente, 32% sólo algo diferente y a 51% les gusta la forma de realizarse; la conducta del cónyuge enfrente de otras personas, 21% quisieran que fuera muy diferente, 33% algo diferente y a 46% les agrada la forma de comportarse; la forma de pedir las relaciones sexuales, 22% les agradaría que fuera muy diferente, 24% sólo algo diferente y a 54% les gusta la manera de pedirlo.

En lo que respecta al reactivo el tiempo que dedica a su pareja, 17% quisieran que fuera de forma muy diferente, 30% algo diferente, 53% le es agradable el tiempo que dedica; el interés que pone en lo que el otro realiza, 17% les gustaría que fuera muy diferente, 34% sólo algo diferente y a 49% les gusta la atención que recibe; la forma en que se comporta cuando esta triste, 27% quisieran que fuera de forma muy diferente, 44% les gustaría que fuera algo distinto y a 29% les gusta la manera de comportarse; la forma de comportarse cuando este enojado, 36% les gustaría que fuera muy distinto, 49% desearían sólo algo diferente y a 15% les gusta; la forma de comportarse cuando esta de mal humor, 33% menciona que quisieran que fuera de forma muy diferente, 48% les gustaría algo diferente y a 19% les agrada la manera de comportarse.

Con respecto al reactivo la forma de comportarse cuando se encuentra preocupado, 26% les gustaría que fuera muy distinto, 56% sólo algo diferente y a 18% les agrada; la reacción cuando la pareja no quiere tener relaciones sexuales, 24% de las parejas quisieran que fuera muy diferente, 38% les gustaría algo diferente y a 38% les gusta esa reacción; el tiempo que dedica a sí mismo, 19% quisieran que fuera de forma muy diferente, 34% sólo algo diferente y a 47% les gusta; la forma en cómo se organiza el cónyuge, 18% menciona que les gustaría que fuera muy diferente, 31% quisieran que fuera algo diferente y a 51% les agrada; las prioridades en la vida del cónyuge, 16% les gustaría que fuera muy diferente, 32% algo distinto y a 52% les gusta; la forma en cómo pasa su tiempo libre, 21% consideran que debería ser muy diferente, 28% quisieran sólo algo diferente y a 51% les agrada esa forma.

De la misma forma en el reactivo la puntualidad del cónyuge, 19% les gustaría que fuera muy diferente, 30% quisieran que sea algo diferente y a 51% les gusta esa puntualidad; el cuidado que tiene a su salud, 22% les agradaría que fuera muy diferente, 32% quisieran que fuera algo diferente y a 46% mencionan que les gusta; el tiempo en que pasan juntos, 17% les gustaría que fuera de forma muy diferente, 32% sólo algo diferente y a 51% les agrada; la forma en que intenta resolver los problemas, 21% quisieran que fuera muy diferente, 34% sólo algo diferente y a 55% les gusta; las reglas que el cónyuge realiza para que se sigan en casa, 25% les gustaría que fuera muy diferente, 27% sólo algo diferente y a 48% les gusta.

TABLA 6 CORRELACIÓN DE PEARSON ENTRE AUTOESTIMA TOTAL Y SATISFACCIÓN MARITAL.

	Factor de interacción	Factor emocional	Factor estructural	Total de Satisfacción
Total autoestima	.290**	.155*	.256**	.298**

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Como se puede observar en la tabla 6 existe una correlación baja de (.29) entre la autoestima total de la muestra y la satisfacción marital, con el factor de interacción (.29), en el emocional (.15) y el aspecto estructural de (.25), sin embargo ésta no se considera estadísticamente significativa.

TABLA 7 CORRELACIÓN DE PEARSON ENTRE INSATISFACCIÓN MARITAL Y AUTOESTIMA TOTAL

	total autoestima
Total de Insatisfacción	.095

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

En la tabla 7 se muestra que no existe correlación entre la insatisfacción marital y la autoestima total de la muestra.

TABLA 8 CORRELACIÓN DE PEARSON ENTRE SATISFACCIÓN MARITAL Y AUTOESTIMA TOTAL.

	total autoestima
Total de Satisfacción	.264**

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

La tabla 8 muestra que existe una correlación baja de (.26) entre la satisfacción marital y la autoestima, sin embargo no es estadísticamente significativa.

6.4 DESCRIPCIÓN DE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS CON LA AUTOESTIMA Y LA SATISFACCIÓN MARITAL.

FIGURA 11 AUTOESTIMA EN EL SEXO MASCULINO.

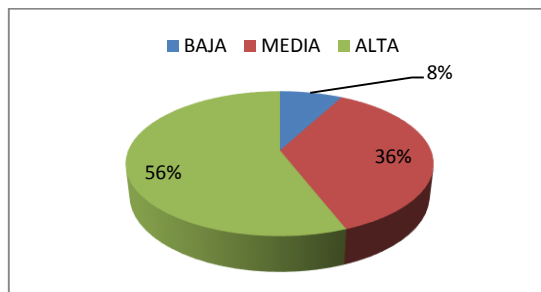
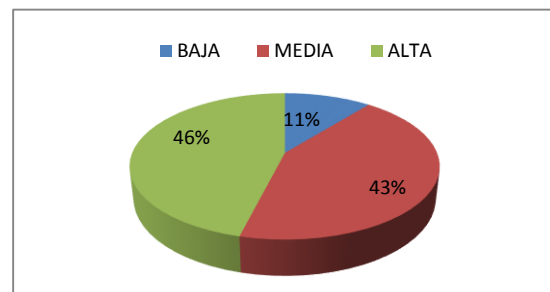


FIGURA 12 AUTOESTIMA EN EL SEXO FEMENINO.



Como muestran las figuras 11 y 12; 56% de los hombres presentan una alta autoestima en comparación con las mujeres que manifiestan el 46%, la autoestima media es de 36% en los varones y 43% en las féminas y la autoestima baja en el sexo masculino es de 8% y 11% en las mujeres.

FIGURA 13 FACTOR DE INTERACCIÓN MASCULINO

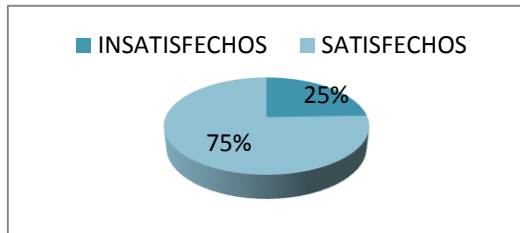
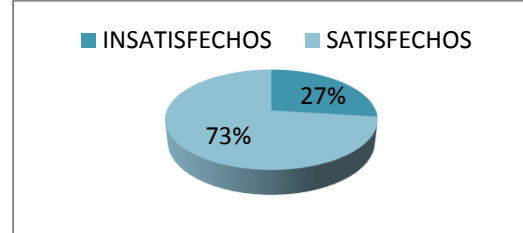


FIGURA 14 FACTOR INTERACCIÓN FEMENINO



Como se muestra en las figuras 13 y 14, los hombres presentan 75% y las mujeres 73% de satisfacción marital, siendo una diferencia mínima de dos puntos porcentuales en el factor de interacción.

FIGURA 15 FACTOR EMOCIONAL MASCULINO

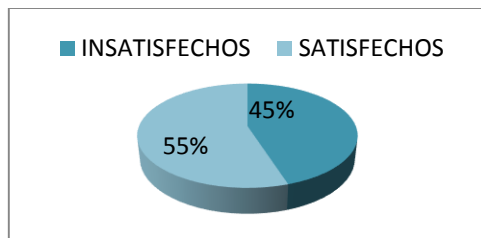
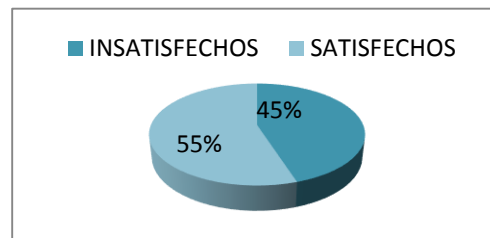


FIGURA 16 FACTOR EMOCIONAL FEMENINO



Se observa en las figuras 15 y 16 (factor emocional) ambos sexos presentan 55% de satisfacción y 45% de insatisfacción marital.

FIGURA 17 FACTOR ESTRUCTURAL MASCULINO

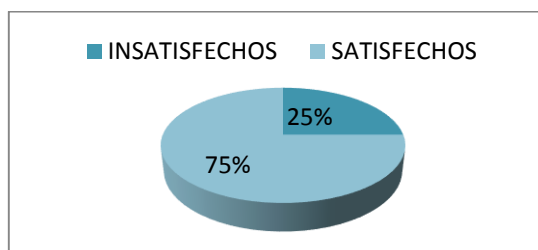
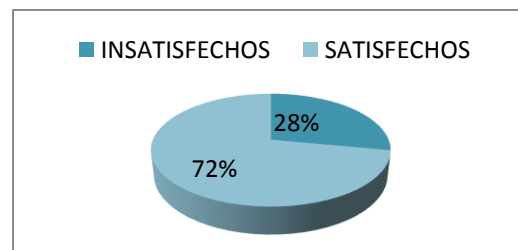


FIGURA 18 FACTOR ESTRUCTURAL FEMENINO



Las figuras 17 y 18 presentan una mayor satisfacción con 75% por parte de los hombres y las mujeres 72% en aspectos estructurales.

FIGURA 19 SATISFACCIÓN MARITAL MASCULINO

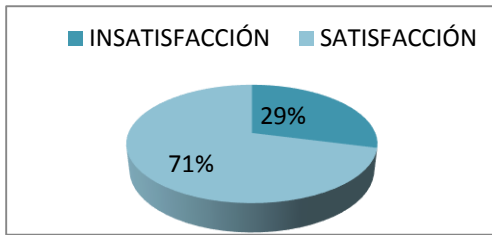
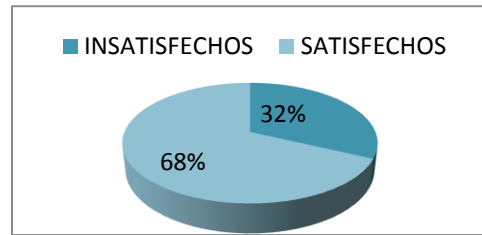


FIGURA 20 SATISFACCIÓN MARITAL FEMENINO



Como se puede observar en las figuras 19 y 20, los hombres presentan 71% de satisfacción marital, tres puntos porcentuales por arriba de las mujeres que muestran 68%.

6.5 Niveles autoestima y satisfacción marital con respecto a los diferentes rangos de edad.

FIGURA 21 NIVELES DE AUTOESTIMA (20-30)

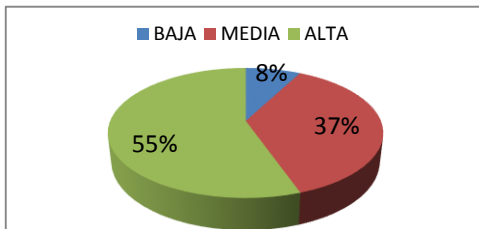
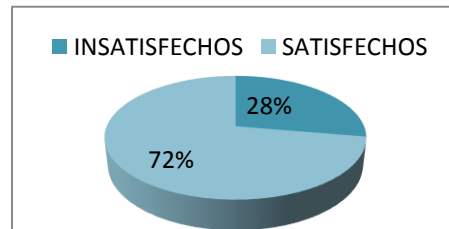


FIGURA 22 SATISFACCIÓN MARITAL (20-30)



Las figuras anteriores (21 y 22) muestran que las parejas de 20 a 30 años de edad, presentan 55% de alta autoestima, 37% de autoestima media y un 8% de autoestima baja, en cuanto a su vida marital el 72% se encuentra satisfecha y 28% insatisfecha.

FIGURA 23 RANGO DE EDAD (31---40)

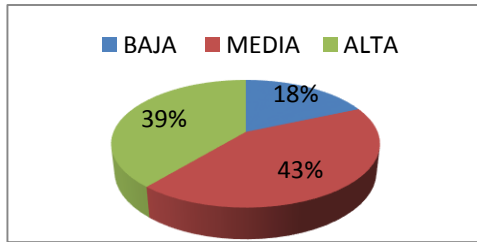
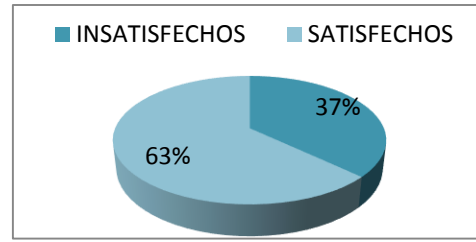


FIGURA 24 RANGO DE EDAD (31—40)



En las figuras 23 y 24; las parejas de 31 a 40 años de edad presentan 43% de autoestima media, 39% de autoestima alta y 18% de baja autoestima, como se puede observar un 63% se encuentra satisfecha y 37% insatisfecha en su relación marital.

FIGURA 25 RANGO DE EDAD (41-50)

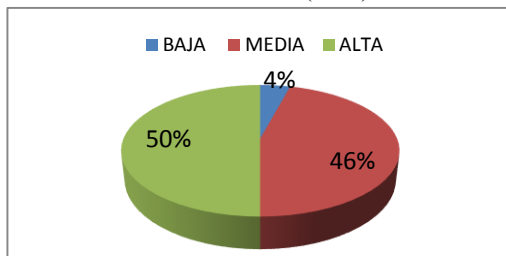
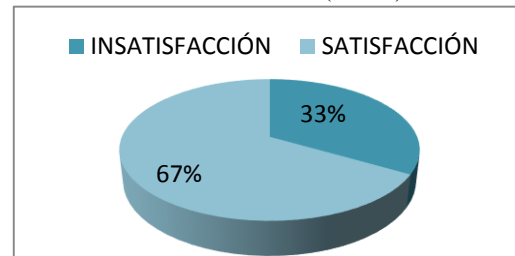


FIGURA 26 RANGO DE EDAD (41—50)



Como se puede observar en las figuras 25 y 26; las parejas de 41 a 50 años presentan un 50% de autoestima alta, 46% de media autoestima y 4% de autoestima baja, además el 67% se encuentra satisfecha y el 33% insatisfecha en la relación marital.

FIGURA 27 RANGO DE EDAD (51—60)

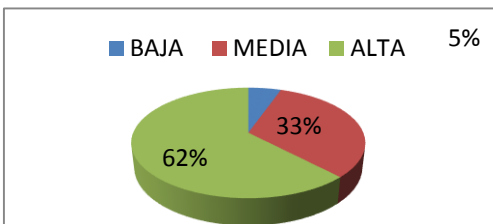
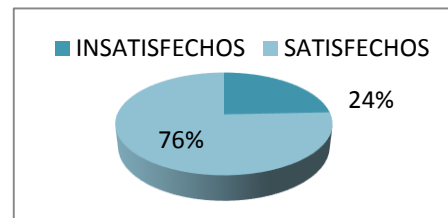


FIGURA 28 RANGO DE EDAD (51—60)



Las figuras anteriores (27 y 28) muestran que las parejas de 51 a 60 años de edad presentan un 62% de alta autoestima, 33% de media y solo un 5% de baja autoestima; con relación a su vida marital el 76% se encuentra satisfecha y el 24% insatisfecha.

6.6 niveles de autoestima y satisfacción marital respecto a nivel escolar.

FIGURA 29 AUTOESTIMA (PRIMARIA)

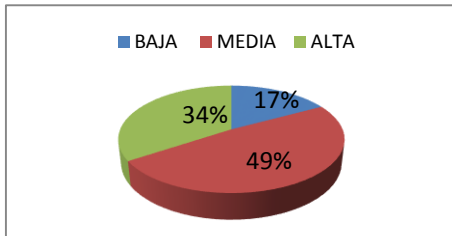
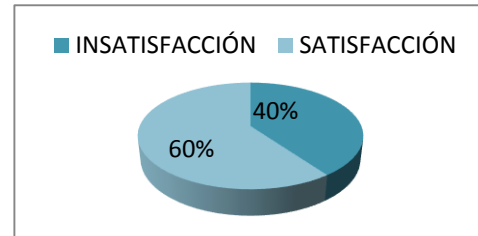


FIGURA 30 SATISFACCIÓN MARITAL (PRIMARIA)



Como se observa en las figuras 29 y 30, las parejas con educación primaria muestran 49% de autoestima media, 34% de alta y 17% de baja autoestima, con un 60% de satisfacción y 40% de insatisfacción marital.

FIGURA 31 AUTOESTIMA (SECUNDARIA)

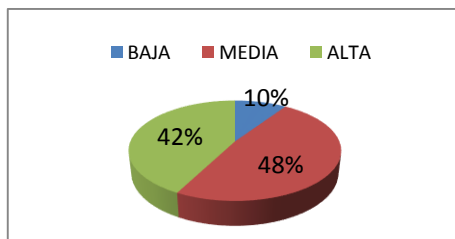
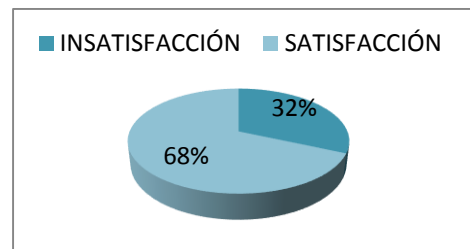


FIGURA 32 SATISFACCIÓN MARITAL (SECUNDARIA)



Las figuras 31 y 32 muestran a las parejas con un nivel de educación de secundaria, las cuales presentan 48% de autoestima media, 42% de alta y 10% de baja autoestima, además un 68% se encuentra satisfecha y un 32% insatisfecha en su relación marital.

FIGURA 33 AUTOESTIMA (MEDIA SUPERIOR)

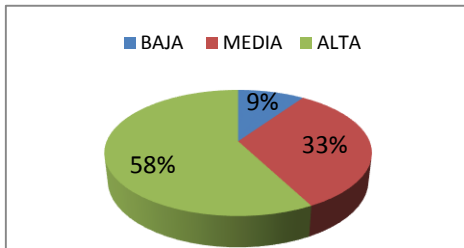
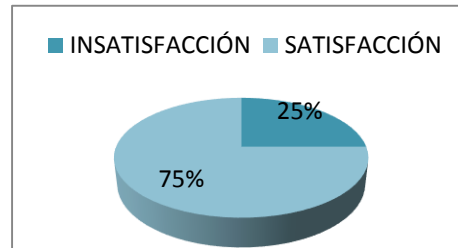


FIGURA 34 SATISFACCIÓN MARITAL (MEDIA SUPERIOR)



Las figuras 33 Y 34 muestran que las parejas con un nivel escolar de media superior presentan 58% de alta autoestima, 33% de media y 9% de baja autoestima, además de que el 75% se encuentra satisfecha y 25% insatisfecha en su relación marital.

FIGURA 35 AUTOESTIMA (LICENCIATURA)

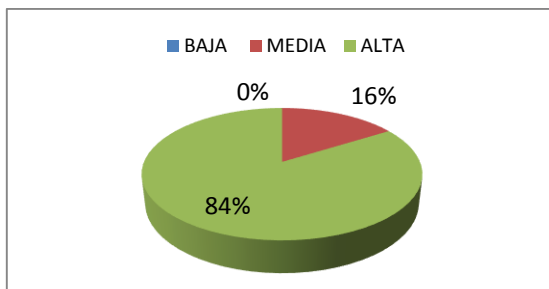
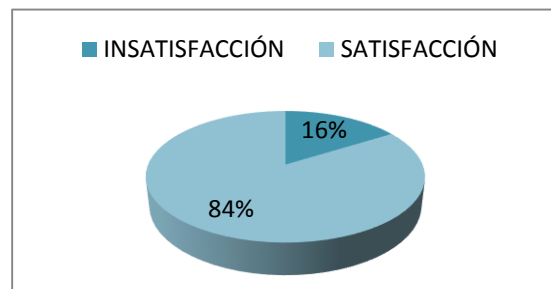


FIGURA 36 SATISFACCIÓN MARITAL (LICENCIATURA)



Como se observa en las figuras 35 y 36, las parejas con un nivel de educación de Licenciatura presentan 84% de alta y un 16% de media autoestima, además el mismo porcentaje en la satisfacción e insatisfacción marital.

6.7 NIVELES DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL RESPECTO A LOS AÑOS DE VIVIR JUNTOS.

FIGURA 37 (AÑOS DE VIVIR 1-9) AUTOESTIMA

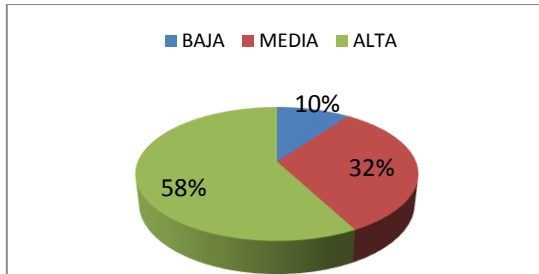
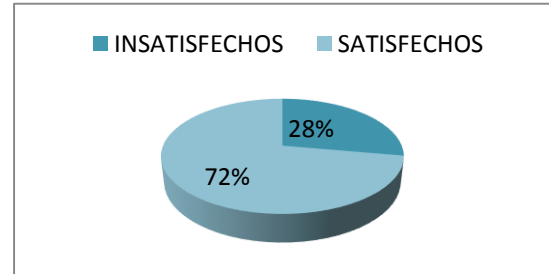


FIGURA 38 (AÑOS DE VIVIR 1-9) SATISFACCIÓN MARITAL



Las figuras 37 y 38, muestran que las parejas que se encuentran en un rango de 1-9 años viviendo juntos presentan 58% de alta autoestima, además un 72% se encuentra satisfecha y un 28% insatisfecha en su relación marital.

FIGURA 39 (AÑOS DE VIVIR 10-19) AUTOESTIMA

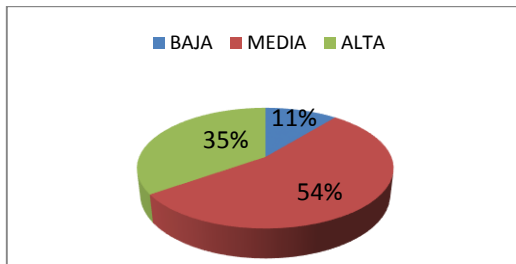
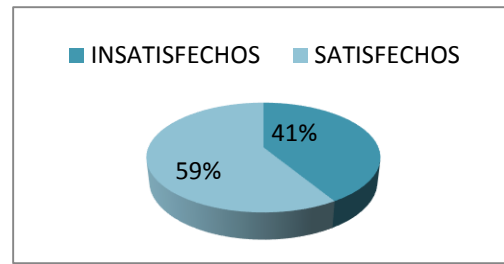


FIGURA 40 (AÑOS DE VIVIR (10-19) SATISFACCIÓN MARITAL



Como representan las figuras (39 y 40), las parejas con un rango de 10-19 años de estar viviendo juntos muestran que 54% pertenece a una media autoestima, además el 59% está satisfecha y un 41% insatisfecha en su relación marital.

FIGURA 41 (AÑOS DE VIVIR 20-29) AUTOESTIMA

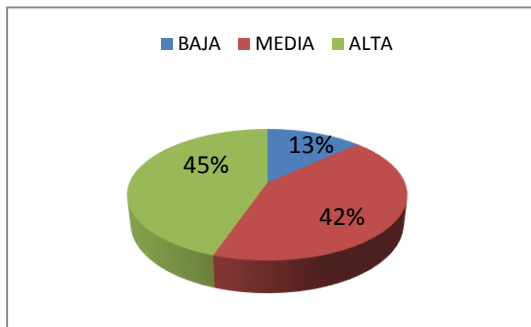
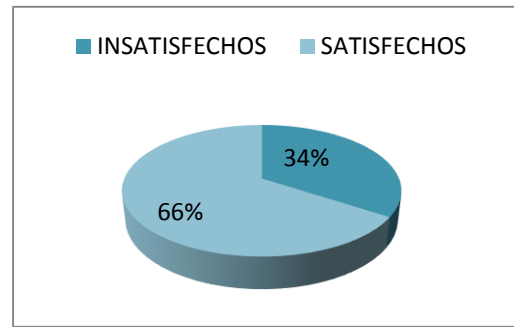


FIGURA 42 (AÑOS DE VIVIR 20-29) SATISFACCIÓN MARITAL



Las figuras 41 y 42, muestran que las parejas con un rango de 20—29 años de estar viviendo juntos presentan 45% de autoestima alta, así mismo un 66% se encuentra satisfecha y un 34% insatisfecha en su relación marital.

FIGURA 43 (AÑOS DE VIVIR 30-39) AUTOESTIMA

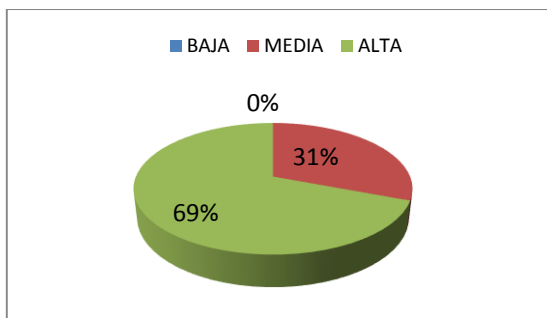
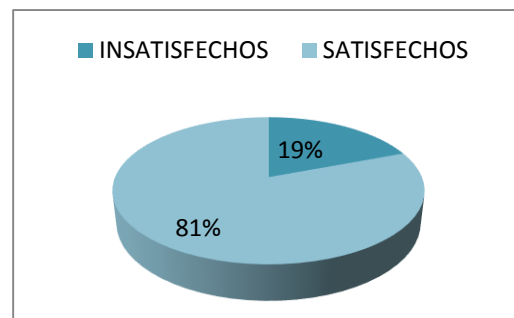


FIGURA 44 (AÑOS DE VIVIR 30-39) SATISFACCIÓN MARITAL



En relación a las figuras 43 y 44, las parejas con un rango de 30-39 años de estar viviendo juntos presentan mayor autoestima alta, además el 81% se encuentra satisfecho y 19% insatisfecho en su relación marital.

FIGURA 45 (AÑOS DE VIVIR 40-49) AUTOESTIMA

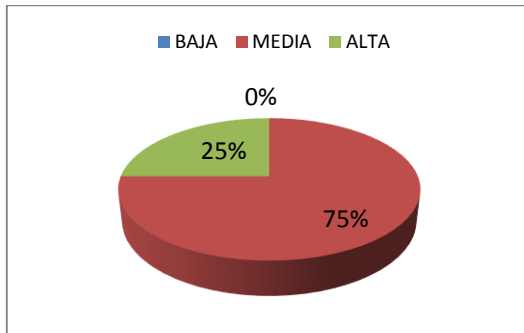
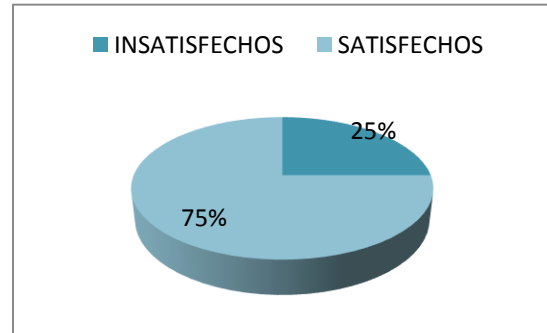


FIGURA 46 (AÑOS DE VIVIR 40-49) SATISFACCIÓN MARITAL



Las figuras 45 y 46, presentan que las parejas con un rango de 40-49 años de estar viviendo juntos muestran 25% alta autoestima y 75% autoestima media, así mismo 75% se encuentra satisfecha en su relación marital.

6.8 NIVELES DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL CON RESPECTO AL ESTADO CIVIL.

FIGURA 47 (UNIÓN LIBRE) AUTOESTIMA

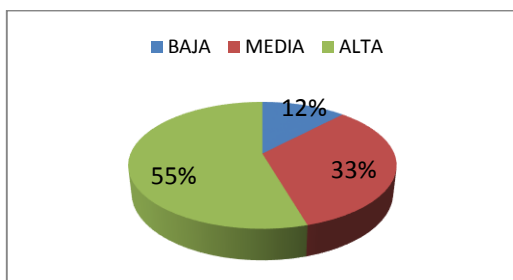
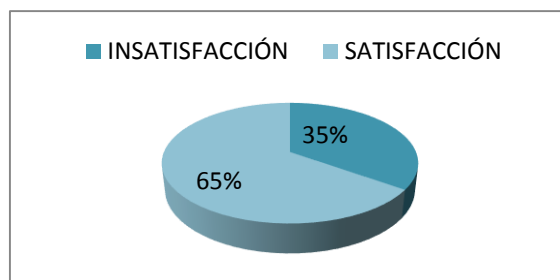


FIGURA 48 (UNIÓN LIBRE) SATISFACCIÓN MARITAL



Las figuras 47 y 48, representan a las parejas que se encuentran en unión libre, las cuales 55% muestra alta autoestima y 65% satisfacción marital.

FIGURA 49 (CASADOS) AUTOESTIMA

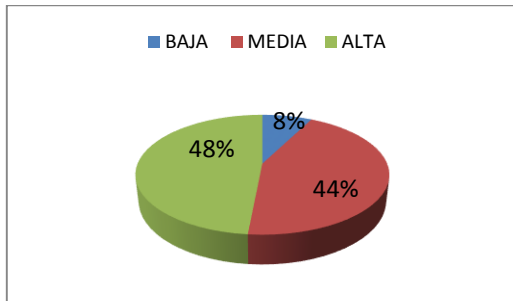
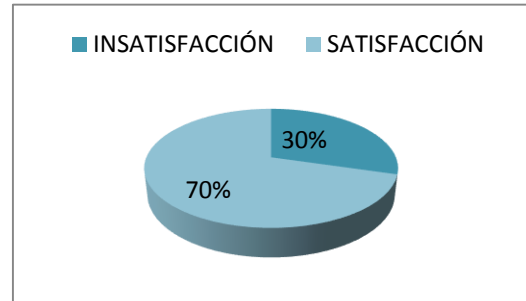


FIGURA 50 (CASADOS) SATISFACCIÓN MARITAL



Las figuras 49 y 50, muestran que las parejas casadas presentan 48% autoestima alta, así mismo un 70% se encuentra satisfecho en su relación marital.

FIGURA 51 (CONCUBINATO) AUTOESTIMA

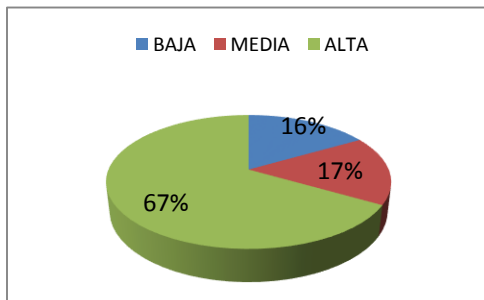
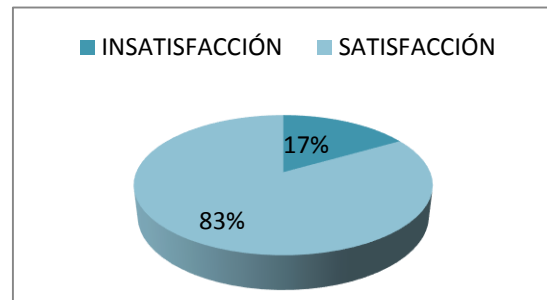


FIGURA 52 (CONCUBINATO) SATISFACCIÓN MARITAL



Las figuras 51 y 52, muestran que las parejas en concubinato poseen 67% alta autoestima y 83% se encuentra satisfecha en su relación marital.

Como se puede observar, se han mostrado todos los resultados que se obtuvieron en la investigación, en el siguiente capítulo se presentará su análisis y la discusión.

CAPÍTULO 7 DISCUSIÓN.

Después de haber realizado el procedimiento estadístico para obtener las correlaciones pertinentes, basadas en los objetivos y en las hipótesis de trabajo, se da paso a la interpretación de los resultados con la finalidad de exponer y lograr una mejor comprensión de los mismos. El objetivo de esta investigación fue determinar si existe relación entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital en las relaciones de pareja.

Como se ha mencionado en capítulos anteriores, la autoestima es de gran importancia en el desarrollo de la persona e incluso es visto que en sus niveles más altos tiene relación con la salud y el bienestar psicológico; Wylie (1961, citado en Reidl, 1981) menciona que la autoestima está relacionada con la satisfacción y el funcionamiento personal eficiente. Así mismo (Rodríguez, Pellicer y Domínguez, 1998) agregan que es una parte fundamental para que el hombre alcance la plenitud y autorrealización en la salud física y mental, productividad y creatividad. Es el marco de referencia desde el cual se proyecta, la base y el centro del desarrollo humano; este sentimiento de amor hacia sí mismo constituye la parte central de la personalidad y determina la manera en que la persona emplea sus habilidades y aptitudes influyendo en diferentes áreas de la vida como son: salud, escuela, trabajo, relaciones sociales y elección de la pareja entre otras más, además de ser necesaria para un óptimo desarrollo de las mismas.

No se nace con autoestima alta o baja, ésta es adquirida a medida que se va desarrollando el ser humano, por consiguiente, es el resultado de la internalización de las normas y los valores del grupo social, así como el adecuado desempeño ante los mismos, adquirida a través de las relaciones interpersonales que reflejan de alguna forma la actitud

que los demás tienen hacia la persona, de lo cual ella realiza una representación valorativa de su propia persona (Reidl, 1981).

Basándose en que la autoestima es una consecuencia de interacción social puesto que influye en su formación y desarrollo, Branden (2008) dice que el nivel de la autoestima tiene profundas consecuencias en cada aspecto de la existencia.

7.1 NIVELES DE AUTOESTIMA.

Las parejas que participaron en este estudio presentan un 9% de baja autoestima, lo que permite inferir que probablemente es que existen personas que se encuentran desvalorizadas, muchas veces se ocultan tras la desconfianza, la soledad y el aislamiento, en ocasiones se vuelven apáticas e indiferentes de sí mismas y de las demás personas que las rodean. Les cuesta mucho trabajo reconocer los sentimientos de inferioridad que pueden manifestarse y llevarlos a sentir envidia, celos de las posesiones de otros, manifestándolos con actitudes de tristeza, depresión, ansiedad, miedo, agresividad y rencor, ocasionando la separación de grupos, parejas o familias.

Branden (2008) agrega que cuando más baja sea la autoestima menor será lo que se espera y menor será lo que se aspira a conseguir; existirá una urgencia de probarse o de olvidarse de sí mismos inmersos en la inconsciencia, haciendo que la comunicación sea más opaca, evasiva e inapropiada debido a la incertidumbre sobre los pensamientos y sentimientos o a la ansiedad acerca de la actitud del que escucha.

Respecto a la autoestima media 43% de las parejas se encuentran en este nivel, lo que permite inferir que estas personas muchas veces toman decisiones con claridad y otras en completa confusión, su comunicación es asertiva y a la vez no saben cómo hablar con su

pareja, a veces los problemas les resulta fácil resolverlos y otras veces sienten que no pueden con ellos, siempre están actuando como una balanza entre la autoestima alta y baja. La media autoestima se encuentra asociada a ciertas características positivas y negativas de la personalidad, es decir, existen factores internos que tienen influencia como el nivel de energía, la inteligencia y el deseo de los logros, y factores externos como las circunstancias en que se desarrollan y las oportunidades que se presentan, un sentido bien desarrollado del Yo es una condición necesaria para el bienestar pero no una condición suficiente, su presencia no garantiza una realización pero su ausencia garantiza, de alguna forma, ansiedad, frustración o desesperación. Mruk (1999) menciona que las personas con autoestima media cuentan con lo mejor de ambos extremos del continuo, y si se piensa en ésta como una ilusión benigna entonces no se desean los extremos: la excesiva confianza podría hacerlos más vulnerables a los peligros no reconociendo los límites realistas o rechazando la información negativa pero útil, la confianza excesivamente escasa implica que son tan vulnerables que se tiene que destinar la conducta a proteger la autoestima de que se dispone, lo que los coloca en una posición conservadora o defensiva.

Sin embargo para Branden (2008) el tener una autoestima media es fluctuar entre sentirse apto o inepto para la vida, acertado y desconcertado como persona, manifestando estas incoherencias en la conducta, actuando en ocasiones con sensatez y en otras erróneamente reforzándose con ello la inseguridad.

Las parejas con una alta autoestima representan 48% lo que es una cantidad considerable; esto puede deberse a que las personas que se encuentran en este nivel puedan compartir e invitar a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor, sientan que son importantes tengan confianza en sus propias decisiones. Al apreciar su

propia valía estén dispuestas a aquilatar y respetar el valer de los demás, existe un mayor probabilidad de que se esfuercen ante las dificultades, el deseo de expresarse será más abierto y apropiado con mayor claridad.

Como lo menciona Branden (2008) cuanto más saludable es la autoestima más se inclinará a tratar a los demás con respeto, benevolencia y justicia, ya que no se consideran como amenaza; se sienten atraídas por personas cuyo grado de autoestima es alto, sin embargo también dice que una autoestima saludable no garantiza que no se vayan a sufrir ansiedades y depresiones ante las dificultades que se presentan en la vida, pero lo que sí hace es que son menos susceptibles y están mejor preparados para afrontarlas, rechazarlas y superarlas.

La autoestima alta no significa un estado de éxito total y constante; es aprender a reconocer las propias limitaciones, debilidades, así como las habilidades y capacidades, tener confianza para tomar decisiones.

Asimismo la satisfacción marital es un componente de la relación de pareja y ésta es el pilar de la familia que contribuye a la formación de la autoestima en los hijos, como lo menciona Satir, (1988) la familia tiene un lugar trascendental en el desarrollo de una persona, ya que son los padres los que tienen a su cargo la creación, el desarrollo y la formación de seres humanos. Establecer y mantener un matrimonio no es algo sencillo, conlleva un proceso que implica tiempo, desarrollo, amor, sentido del humor, comunicación, tolerancia, comprensión y claridad; las personas que son capaces de dar y recibir y que tienen seguridad en sí mismas, saben disfrutar los éxitos de su cónyuge y servirle de apoyo en momentos de debilidad, logrando ser un factor valioso al matrimonio.

7.2 SATISFACCIÓN MARITAL.

En lo que respecta a la satisfacción marital se encontró que el 69% de las parejas se encuentran satisfechas con su relación marital, esto podría deberse a que las personas han encontrado la forma de lograr un equilibrio entre el respeto, la tolerancia y la estabilidad emocional y que cada uno de los miembros de la diada marital está cumpliendo con su rol y con sus funciones sin sentirse obligados; probablemente se encuentren en la etapa de estabilidad como pareja ya que generalmente se da una búsqueda entre las aspiraciones y los logros generando un proceso de reafirmación de prioridades logrando una estabilidad en ambos en el matrimonio. Finerberg y Tolsedt (1975, 1983, citados en Díaz, 2009) agregan que mientras los cónyuges sientan más amor, afecto, amistad, interés y satisfacción sexual, estarán más satisfechos en sus matrimonios, ya que estas emociones son la consecuencia de pensamientos e interpretaciones que se hacen de la interacción de la pareja. Así mismo, el amor auténtico vence todas las dificultades, se produce una mutua acomodación en el ritmo vital y paulatinamente las discordancias se convierten en acuerdos. El arte de lograr felicidad en el matrimonio depende de la capacidad de los cónyuges para eliminar de sus relaciones la lucha de sexos (Stekel, 1978, citado en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985).

Como se muestra, el 31% de las parejas se encuentran insatisfechas en su relación marital, algunos factores que tal vez podrían estar afectando son: una inadecuada comunicación con sus parejas, la etapa de noviazgo haya durado muy poco, que tengan 3 o más hijos o los años que tienen de estar viviendo juntos (Satir, 1988, Rivera, 1992, Pick y Andrade, 1988). Stekel (1978, citado en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985) menciona que la relación misma tiende a influir y a cambiar a los cónyuges, y esto, a su vez, influye

de una manera nueva en la relación, la pareja debe aprender a adaptarse a los roles que definen la relación conyugal; cuando la relación marital no satisface estos propósitos se rompe la reciprocidad de la sociedad y aumenta el riesgo de insatisfacción marital.

Referente a la satisfacción marital con los aspectos de interacción conyugal se encontró que el 74% se encuentra satisfecho en este factor, lo cual indica que las parejas probablemente estén de acuerdo con el tiempo que su cónyuge dedica a su relación de la misma forma con las actitudes que manifiestan hacia sus parejas. Martínez (1992, citado en Silva, 2006) argumenta que alcanzar la interacción sana con la pareja, habla de personas con capacidad de adaptarse a las condiciones internas y externas con las que se enfrenta, así como tener la madurez para solucionar conflictos sin alterar el bienestar de algún miembro de la pareja.

El 26% de las parejas se muestran insatisfechas. Uno de los factores que puede estar afectado es el de la comunicación ya que es el vínculo que se establece entre los cónyuges con el propósito de intercambiar información relacionado con uno mismo, con la relación y con aspectos que pueden influirla, determina la interacción, la afectividad y el conocimiento en relación de pareja. La comunicación es indispensable ya que es la que mantiene viva una relación. Dicks (1967, citado en Silva, 2006) menciona que en los problemas maritales intervienen varias contradicciones producidas en distintos niveles de interacción, los cuales son: a) los antecedentes sociales y culturales, así como los intereses comunes que han mantenido unida a la pareja. b) las expectativas personales conscientes que se tienen acerca de los propios roles y los de la pareja dentro del contexto del matrimonio. La armonía o desarmonía en uno o más de estos niveles tendrían consecuencias para poner en riesgo el matrimonio.

En los aspectos emocionales del cónyuge, el 55% manifiesta estar satisfecho y el 45% insatisfecho, este último es un porcentaje considerable y se puede deber a que quizá las personas están percibiendo a su pareja de forma rígida, además de estar reprimiendo sus expresiones emocionales tales como la tristeza, enojo, entre otras más. Leñero (1983) menciona que el primer paso para resolver los problemas en la familia, es entender las emociones más relacionadas con los conflictos de pareja (enojo y tristeza), a fin de disfrutar mayores ratos de bienestar.

Para terminar con los factores de la satisfacción marital, en lo que respecta al factor de los aspectos estructurales del cónyuge, las parejas tienen un 74% de satisfacción, probablemente se deba a que las personas estén de acuerdo y acepten la organización, el establecimiento y cumplimiento de las reglas impuestas por sus parejas. Rodríguez (1994) concluye que para las mujeres en el factor estructural lo más importante son los aspectos de organización y cuidado, ya que se sienten más satisfechas a través de saberse protegidas y cuidadas por su pareja.

La satisfacción marital es un concepto multidimensional que incluye conceptos a nivel individual y componentes a nivel diádico como la identidad, valores, cohesión y el consenso en la pareja. Una pareja satisfecha entraña un compromiso verbal, intelectual y emocional de respetar el derecho individual de cada miembro de la diada (Solloa, 2000).

7.3 RELACIÓN ENTRE LOS NIVELES DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL.

En el análisis de los resultados se encontró que: **No existe correlación estadísticamente significativa entre los niveles de autoestima y la satisfacción marital, por lo que se acepta la Hipótesis nula.** Es importante mencionar que los niveles de autoestima no son determinantes para la satisfacción marital, al menos en la muestra que se está manejando, ya que puede haber una persona con una autoestima alta y encontrarse insatisfecha en su relación de pareja y también puede ser que se encuentre satisfecha maritalmente y presentar una baja autoestima, ya que el nivel de la autoestima no se consigue de una vez y para siempre en la infancia, puede aumentar, decrecer y aumentar una y otra vez a lo largo de la vida. Branden (2008) menciona que una autoestima poco adecuada se puede reflejar en una mala elección de la pareja, en un matrimonio que sólo presenta frustraciones, porque si en uno de los cónyuges su autoestima se deteriora y ve que la autoestima de su pareja crece, la respuesta, algunas veces se convierte en ansiedad y en intentos de sabotear el proceso de crecimiento. Pero no siempre pasa de esta manera, aunque una pobre autoestima disminuye la capacidad de una verdadera realización, incluso de los que tienen más talento, no necesariamente ha de ser así, lo que sí es cierto es que limita la capacidad de satisfacción.

7.3.1 ANÁLISIS DE LOS REACTIVOS DE AUTOESTIMA.

Dentro del análisis de reactivos (ver tabla 4) se encontró que las personas con baja autoestima probablemente no se encuentran a gusto consigo mismas puesto que muchas veces les gustaría ser otra persona, les cuesta mucho trabajo expresar sus ideas ante las

demás personas o incluso se cohíben ante la existencia de un público, se reservan sus comentarios por temor a que los critiquen, sienten que sus familias no los comprenden y les exigen demasiado, sin importarles lo que ellos están sintiendo generándoles molestia por lo que prefieren aislarse, además se encuentran a disgusto con lo que realizan acompañándose por la inseguridad, la falta de valía y lamentándose porque nada les sale bien o como ellos quisieran. Rodríguez, Pellicer y Domínguez (1998) mencionan que las personas con una autoestima baja, creen que valen muy poco, esperan a ser engañadas, pisoteadas, menospreciadas por las demás personas. Como defensa se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en la soledad y el aislamiento volviéndose apáticos, indiferentes hacia su persona y hacia los demás; les resulta difícil ver, oír, pensar con claridad, lo que predispone a despreciar y pisotear a los otros. Además Branden (2008) agrega que los individuos se sienten inapropiados para su vida, equivocados como personas, son más sensibles a las opiniones ajenas y vulnerables a los juicios negativos de los demás. Manifiestan un alto nivel de ansiedad, se apartan, se aíslan, se sienten indeseables, presentan conductas de elusión y pasividad así como miedo al fracaso.

Los sujetos con autoestima media, pueden desear cambiar algunas cosas de ellos mismos, sin embargo existe un grado de aceptación que les permite ser confiables, sienten que son comprendidos por su familia a pesar de las exigencias de la misma lo que les genera molestia por las altas expectativas que esperan de ellos, son personas que se consideran simpáticas pero a la vez no son populares entre sus amistades, se encuentran conformes con su trabajo expresando sus ideas aunque tengan ciertas dudas acerca de lo que están diciendo. Branden (2008) menciona que los individuos con una autoestima media es fluctuar entre sentirse apropiado e inapropiado, acertado o equivocado como persona; y

manifestar esta inconsistencia en la conducta, algunas veces actuando prudentemente, otras de forma insensata, reforzando con ello la incertidumbre. Asimismo Coopersmith (1967) que existen similitudes con las características de la autoestima alta, pero la manifiestan con menor magnitud, y en otros casos, muestran conductas inadecuadas con dificultades en el autoconcepto. Sus conductas pueden ser positivas, es decir, mostrarse optimistas y capaces de aceptar críticas; sin embargo, pueden presentar tendencia a sentirse inseguros en la estimación de su valía personal y pueden ser dependientes de la aceptación social.

Las personas con alta autoestima se pueden considerar simpáticas lo que les permite expresar sus ideas ante las demás personas, toman decisiones sin ningún problema, son tolerantes y se adaptan a nuevas situaciones sin mayor contratiempo, se sienten comprendidos e importantes para su familia por lo que se aceptan como son reafirmando su valía. Según Rodríguez, Pellicer y Domínguez (1998) una persona con alta autoestima vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, comprensión, responsabilidad y amor, siente que es importante, tiene confianza en sus habilidades para actuar en la vida diaria, toma decisiones y son su mejor recurso. Al apreciar su propio valor está dispuesto a apreciar, aquilatar y respetar el valor de los demás. Branden (2008) agrega que con una autoestima alta es más probable que se esfuercen ante las dificultades, si perseveran es más probable que obtengan más éxitos que fracasos. También menciona que algunas maneras en que se puede percibir a las personas, es por medio de la congruencia que manejan; también suelen dar y recibir cumplidos, expresan afecto, aceptación y superan los sentimientos de ansiedad o inseguridad que experimentan en sus actividades cotidianas, son abiertos a las críticas, en su apariencia corporal su postura es erguida, su voz modulada adecuada a la situación y su pronunciación así como su rostro relajado.

7.3.2 ANÁLISIS DE REACTIVOS DE SATISFACCIÓN MARITAL.

En lo que respecta al análisis de reactivos (ver tabla 5) los ítems de 1 al 10 corresponden al **factor de interacción** por lo que se encontró que las personas participantes en este estudio se encuentran insatisfechas en su relación marital porque les gustaría que su pareja dedicara mayor tiempo a su relación, ya que consideran que la frecuencia para expresarles palabras agradables, brindarles caricias y dedicarles atención, es muy aislada; esto ocasiona que sientan que son de poco interés para sus parejas afectando la comunicación entre ellos. Como se ha mencionado, la comunicación en la pareja es un vínculo que se establece entre los cónyuges con el propósito de intercambiar información con sí mismo, con la relación y con aspectos que pueden influirla; la cual determina la interacción, la afectividad y el conocimiento en la relación de pareja. por lo que Cortés (1994, citado en Gómez, 2008) menciona que la comunicación posee dos formas (verbal y no verbal) y dos dimensiones (contenido y estilo). La forma verbal incluye todo lo que se dice mediante palabras; en la no verbal se involucra todo lo que se dice a través de gestos, actitudes, posición del cuerpo, etc. El contenido se refiere a los temas sobre los cuales la pareja se comunica, así como su cantidad, siendo el estilo la manera en que estos temas son transmitidos.

Sin embargo, las personas que se sienten satisfechas en su relación marital probablemente son capaces de adaptarse a condiciones internas y externas con las que se enfrentan, de esta forma pueden tener madurez para solucionar los conflictos sin alterar el bienestar del otro miembro, pidiendo lo que necesitan, compartiendo la realización de actividades, dejando a un lado la competencia por el poder y el control compartiendo las responsabilidades o actividades, siendo conscientes de sí mismos y de su pareja y como lo mencionan Rogers y Kinget (1971, citados en Mendoza, 1995) las características positivas

que adquiere una relación que mejora debe basarse en la congruencia, aceptación positiva e incondicional y una comprensión empática, de esta manera la persona se torna más auténtica, más abierta a nuevas experiencias y por lo tanto es menos defensiva.

En lo que respecta al factor con los **aspectos emocionales** del cónyuge (ítems 11 al 15), los miembros se perciben insatisfechos por que les gustaría que su pareja fuera muy diferente en la manera de comportarse cuando está triste, enojado, preocupado o de mal humor y que comprendiera más cuando no quiere tener relaciones sexuales; para Rage (1999) el primer paso para enfrentar una crisis consiste en encontrar las maneras para expresar los sentimientos relacionados con la incomodidad de cada miembro de la pareja; se tiene que tomar en cuenta que la expresión de los sentimientos -como lo menciona Novey (1982, citado en Casado, 1991)- la tradición cultural ha censurado los sentimientos y así el hombre puede expresar ira pero no miedo, y la mujer será más femenina si es afectuosa pero no si expresa ira; el temor por depender a nivel emocional de los otros, proviene de un mandato: “sé fuerte”, “no te acerques”, “no confíes”, “no expreses tus sentimientos”; se produce por el miedo a ser rechazado o manipulado a causa de lo que se percibe como debilidades (vulnerabilidad). Este bloqueo impide directamente la intimidad con el otro.

Las personas que se encuentran satisfechas maritalmente en los aspectos emocionales han logrado la expresión de sus sentimientos, fortaleciendo la relación y eliminando las barreras a través de un nuevo principio dinámico que les permite comunicar lo que sienten hacia su pareja. Branden (1983) dice que en las personas sanas existe una tendencia a la espontaneidad cada vez más completa, hay una renuncia a las defensas, actitudes dramáticas, de intentar y esforzarse por la relación y conforme continúa ésta, irá

incrementando la intimidad, honestidad y auto expresión. El amor es una fuerza que se reproduce, por lo que tiene que ver con la propia capacidad de aceptarlo y recibirlo, cualidades de las personas sanas que saben cómo amar de forma libre, fluida y natural, sin verse envueltas en conflictos y amenazas.

Con respecto al **factor estructural** (reactivos 16-24) los sujetos se encuentran insatisfechos en su relación y les gustaría que fuera muy diferente la forma de organización, el tiempo que dedican a sí mismos, la manera de pasar su tiempo libre y poder establecer sus prioridades para poder resolver los problemas de una manera diferente; en ocasiones se depositan en la pareja las frustraciones y agresiones que se necesitan controlar, pero al revertirse la situación se piensa que es el otro quien controla ahora el afecto que se ha depositado en la otra persona, se reacciona devaluándola y agrediéndola, se le hace responsable al otro de que la relación vaya bien o mal, sin aceptar su intervención. El objetivo del poder es controlar al otro, conseguir que el otro haga algo que por libre elección no haría. Novey (1982, citado en Casado, 1991) menciona que existen dos formas de controlar al otro. La primera es en forma directa: mediante imposición, chantajes y amenazas claras. La segunda es en forma más sutil: utilizando el control pasivo. La necesidad de controlar al otro surge de la propia complementariedad, de la falta de confianza en los otros para poder satisfacer sus necesidades.

Las personas que se encuentran satisfechas en el factor estructural han logrado respetar la organización, establecimiento y cumplimiento de las normas establecidas por su pareja, dejando a un lado la competencia por el poder y control, ya que se establece un compromiso verbal, intelectual y emocional para respetar el derecho individual de cada miembro de la pareja. Novey (1982, citado en Casado, 1991) menciona que los integrantes

de la pareja deben ser responsables ante situaciones que empobrecen psicológicamente la relación, esta corresponsabilidad implica compromiso, esfuerzo y tiempo para mejorar la relación; esto conlleva a la ejecución de múltiples tareas como las labores del hogar, ganar y administrar el dinero, educar a los hijos, por lo que debe existir una negociación que distribuya eficaz y equitativamente las tareas, logrando con ello mayor satisfacción en la relación marital.

Se realizó la correlación entre la autoestima general y la satisfacción marital y como se mostró en la tabla 6 existe una correlación que aunque es baja permite inferir que para algunas parejas una autoestima saludable puede influir en una mejor satisfacción marital, ya que la autoestima tiene que ver con la persona de la cual se enamora, además de la forma de relacionarse con el cónyuge y con los hijos; se respeta a sí mismo y por ende es el fundamento para respetar a la pareja (Branden, 2008).

Éste resultado tiene cierta similitud con la investigación de Landazuri, Pichardo y Hazouri, (1985) que mencionan que existe una relación positiva y significativa entre la autoestima y la satisfacción marital, a medida que aumenta la autoestima aumenta la satisfacción marital. Una autoestima óptima proporciona a las personas la capacidad de enfrentar adecuada y efectivamente las adversidades y situaciones de crisis o de riesgo que se puedan presentar en la relación marital, claro que esto no garantiza que siempre tengan soluciones, pero da la pauta para enfrentarlas de una mejor manera; si a esto se le agrega que el nivel de autoestima es igual o parecido al del cónyuge, incrementan las posibilidades de estar satisfecho con tu pareja. Rubin, Blood, Fine y Kusinitz (1975, 1980, 1971, citados en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985) afirman que la propia estimación, el hecho de amarse a sí mismo es un aspecto importante porque es traducido en aspectos de aprecio por

la otra persona, encontrando así mayor satisfacción en la pareja, además el matrimonio debe conservar la identidad de las personas, lo cual permitirá una mayor satisfacción marital.

En esta línea de los resultados se realizó la correlación entre la satisfacción marital y la autoestima (ver tabla 7) se traduce en una correlación baja, posiblemente el hecho de que los miembros de la pareja se encuentren satisfechos podría influir en la autoestima de cada uno de los cónyuges; así como puede llegar a incrementarse, también puede deteriorarse si aumenta la insatisfacción y como se ha mencionado la satisfacción marital es multifactorial, Rubin (1974 citado en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985) menciona que existen múltiples factores involucrados en las relaciones personales entre los cónyuges que son de vital importancia en el matrimonio, entre ellos la autoestima. Retomando a Branden (2008) menciona que la autoestima es una fuerza motivadora la cual inspira un comportamiento, que a su vez influye directamente en los actos, es una causalidad recíproca, una retroalimentación permanente en las acciones. El nivel de la autoestima influye en la forma de actuar y viceversa.

7.4 ANÁLISIS CUALITATIVO DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL CON RESPECTO A LAS VARIABLES SOCIO-DEMOGRÁFICAS.

7.4.1 GÉNERO Y AUTOESTIMA.

Los hombres presentan mayor nivel de autoestima que las mujeres; esto puede deberse a que el sexo masculino se ha considerado como el “sexo fuerte”, mayor fuerza física, mejor manejo de las emociones y sentimientos, a diferencia de la mujer pues en la medida en que los recursos y oportunidades decrecen existe mayor subordinación de la mujer y por

ende su autoestima es más baja en comparación con la de los hombres. Rabago (1987, citado en Pérez, 2007) dice que los hombres tienen mayor autoestima debido a toda la carga cultural que tienen desde que nacen.

Martínez (1987) y Garza (2004) mencionan que la autoestima varía entre hombres y mujeres debido a su rol sexual, donde el rol masculino ocupa un estatus superior o de dominación y el rol femenino ocupa un lugar inferior o de subordinación, siendo los atributos masculinos más valorados socialmente que las cualidades o actividades femeninas. Para Cardenal (1999, citado en Pérez, 2007) la mayor parte de los estudios hasta 1990, muestran que los hombres tienen una mayor autoestima que las mujeres. En términos de estructura general, las mujeres tienden a inclinarse hacia la dimensión de merecimiento de la autoestima (aceptación o rechazo) y los hombres hacia el componente de (éxito o fracaso).

Existen diferentes factores que dañan la autoestima de la mujer, como la influencia de los medios de comunicación, diferencias socialmente no aceptadas, el nivel socio económico y la estructura familiar. Los hombres y las mujeres tienen una alta autoestima si se consideran a sí mismos fuertes, sin diferencias, con total igualdad. Branden (2008) dice que en casi todas las partes del mundo y desde los siglos pasados, se ha considerado a las mujeres y se les ha enseñado a considerarse a sí mismas como seres inferiores a los hombres; esto forma parte del inconsciente cultural de casi todas las sociedades y esto no es una idea que apoye a su autoestima.

7.4.1.1 GÉNERO Y SATISFACCIÓN MARITAL.

Los hombres presentan mayor satisfacción marital que las mujeres, tal vez se deba a que al sexo masculino le gusta la relación que lleva con su pareja, además del interés que su cónyuge pone a su persona, la forma en que expresa sus emociones, la forma de organización y el establecimiento de las normas. Pick y Andrade (1986,1988) encontraron que los hombres se encuentran más satisfechos que las mujeres, García (2002) concluye que los hombres presentan un mayor grado de satisfacción marital y prefieren afrontar los problemas a evitarlos, en cambio, las mujeres manifiestan menor satisfacción marital y evitan solucionar los problemas. Sánchez y Díaz (1994) mencionan que la cercanía es un factor que determina la satisfacción marital, ya que dentro de la relación de pareja es lo que marca la pauta de conductas, afectos, emociones, interacciones y dinámicas.

Grezemkosky (1988, citado en Díaz, 2009) agrega que la satisfacción marital también se ha estudiado en relación a la asignación de roles que cada miembro desempeña en la relación, el rol primario del hombre es visto como el pilar económico de la familia; este pilar es intercambiado por los diferentes servicios de la mujer como el cuidado de los hijos y el trabajo en el hogar. El matrimonio se apoya en este cambio recíproco de roles.

Rodríguez (1994) menciona que el hombre toma en cuenta y vive los aspectos de organización y cuidado brindados por la mujer como las cuestiones emocionales y afectivas, pero la mujer, los vive como tales y busca que el hombre se los brinde en un sentido paternal, por lo que no tiende a apreciarlos como un aspecto emocional, influyendo en la satisfacción marital.

Dentro de los resultados encontrados también se acepta la **Ha las mujeres presentan menores niveles de autoestima y de satisfacción marital**, como se observa en las figuras (12 y 20) Cabe mencionar que se realizó una comparación con el sexo masculino los cuales obtuvieron un porcentaje más alto como se puede ver en las figuras (11 y 19.) Landazuri, Pichardo y Hazouri, (1985) mencionan que existe una mayor satisfacción en las mujeres con una autoestima alta que con una autoestima baja. Las autoras realizan una comparación entre los niveles de autoestima en el sexo femenino.

Lagarde (2001) menciona que la autoestima es una dimensión de autoidentidad marcada por todas las condiciones sociales que configuran a cada mujer y de manera fundamental, por la condición de género, conformadas como seres para otros, las mujeres depositan la autoestima en los otros, y en menor medida, en sus mismas capacidades. La cultura y las normas sociales del mundo patriarcal dejan huella en la mujer al colocarlas en posición de seres inferiores y secundarios, bajo el dominio de hombres e instituciones.

El resultado coincide con lo manifestado por Pick y Andrade, (1986, 1988) donde las mujeres presentan mayor insatisfacción en la interacción marital y los aspectos estructurales del cónyuge. Así mismo García (2002) menciona que las mujeres tienen menor satisfacción marital, ya que evitan la solución de problemas. Probablemente las mujeres están presentando mayor problema en la comunicación con su pareja y en la forma de solucionar sus conflictos, por ello presentan menores niveles de satisfacción. La herencia cultural pudiera ser un factor muy importante que quizá pueda estar influyendo en la muestra para obtener niveles de autoestima y satisfacción marital menores.

7.4.2 AÑOS DE EDAD DE LAS PAREJAS CON RESPECTO A LA AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL.

Las parejas que tienen de 51 a 60 años de edad tienen más autoestima y mayor satisfacción marital que todos los demás rangos. Los que tienen de 20 a 30 años presentan mayor autoestima y se encuentran más satisfechos que las parejas de 41 a 50 y éstas que las de 31 a 40. Las parejas con edad de 31 a 40 años presentan menor autoestima y mayor insatisfacción marital.

Como se puede observar, las parejas con menores años tienen niveles más altos, conforme avanza la edad en la siguiente década existe un decremento, posteriormente comienza a aumentar y por último vuelve a incrementar. Aparentemente a medida que pasan los años la autoestima sufre diferentes cambios y se va consolidando, de esta manera la satisfacción marital también, esto podría ser por el ciclo de vida de cada ser humano y por las diferentes etapas por la que pasa el matrimonio. Además se tienen que tomar en cuenta otras variables como los hijos que pueden afectar conforme se va desarrollando su vida en pareja.

A través de diferentes momentos del desarrollo se viven experiencias que permiten a la persona alcanzar una autoestima saludable, la autoestima está influida por las relaciones que se establecen con otras personas, como los integrantes de la familia, amigos, profesores, etc., con quienes se interactúa normalmente. La autoestima no es estática y se va construyendo con el desarrollo y tendrá fluctuaciones durante toda la vida. Benjet (1999, citado en Hernández, 2005) y Major (citado en Verduzco, 2004) concuerdan que en cuanto a la edad se observa que en ambos géneros se presenta una leve disminución alrededor de la

pubertad a la adolescencia, pero se encuentra más marcada para el género femenino. San Miguel Espejel y Hernández (1987) concluyeron en su investigación que la relación edad-autoestima, es inversamente proporcional, es decir a mayor edad menor autoestima y viceversa. Esto contradice a los resultados que se obtuvieron en el presente estudio. Lerner (2003) menciona que la autoestima es móvil, dentro de una estabilidad, en cierta autoimagen valorizada con cierta permanencia. El no serlo implicaría estar siempre satisfecho, no tener permanentemente necesidades, no moverse del lugar que se logró para ser feliz o una depresión constante.

De la misma manera sucede con la satisfacción marital: existe un aumento, posteriormente viene una disminución y se vuelve a incrementar, probablemente esto se deba a que conforme pasan los años y la convivencia de la pareja intervienen diversos factores que se involucran en este aumento y decremento de la satisfacción marital y como se mencionó las etapas de la pareja tienen mucho que ver. McNamara y Barh, Spanier y Stekel (1980, 1975, 1978 citados en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985) mencionan que la satisfacción marital se ha conceptualizado como un continuo de satisfacción e insatisfacción, que comprende diversas dimensiones; además, el ajuste es un componente importante en la satisfacción marital y que las relaciones de amor entre casados que son duraderas, no necesariamente son aquellas que se encuentran más satisfechas, ya que la unión de los cónyuges implica algo más que la suma de dos personalidades y aunque tienen elementos básicos dentro de ciertos límites son difíciles de precisar.

Las parejas que logran perdurar hasta los últimos estados de la vida familiar, probablemente son matrimonios a la manera tradicional, lo cual puede explicar la baja frecuencia de divorcios y su gran deseo de continuar con el matrimonio.

Pick y Andrade (1988) encontraron que existe un deseo de cambiar a la pareja: las personas que escogían a la misma pareja tenían 36 años de edad o más, sin embargo, las personas que opinaban lo contrario se encontraban entre 26 y 30 años de edad; las autoras concluyen que a mayor deseo de cambiar de pareja mayor aburrimiento y peor interacción con su pareja; esto se relaciona con el decremento y el aumento en la satisfacción que se presenta en los diferentes rangos de los resultados.

Algunos autores intentan explicar los patrones del nivel de satisfacción de las fases sucesivas y cómo ocurren éstas dentro de la continuidad de la vida familiar a través de los años, explicándolos en función de los cambios culturales en los estados del ciclo de vida en la familia, esta alternativa considera a la satisfacción marital como un modelo curvilíneo, alto entre las jóvenes parejas, que declina con el nacimiento del primer hijo, a través de los diferentes estados, y es hasta que los hijos se retiran cuando se incrementa la satisfacción marital. Otra interpretación del modelo curvilíneo correlaciona los efectos del ciclo de vida familiar con la edad; hay evidencia de que la influencia de los convencionalismos socialmente aceptados se incrementa con la edad, lo que llevaría a relacionar la edad con la satisfacción marital. En otra investigación las personas menores de 35 años enlazan su infelicidad a un sentimiento de inadecuación, que fue percibido por los esposos en términos de su rol como proveedores y por las esposas en términos de su rol como amas de casa (Weinman, 1979, Ahammer y Baltes, 1968, Gurin, 1960, citados en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985).

Al menos para esta muestra se tienen que tomar en cuenta las modificaciones al ciclo de vida familiar, ya que los cambios no son idénticos para los dos miembros de la pareja; se

deben tener presentes los cambios en los valores morales, comunicación, objetivos del matrimonio, cambios económicos, así como la influencia cultural.

7.5 NIVELES DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL CON RELACIÓN AL NIVEL DE ESTUDIOS.

Las parejas que tienen Licenciatura presentan mayor autoestima y satisfacción marital que los demás niveles de educación. Las que cuentan con un nivel medio superior se encuentran más satisfechas y tienen mayor autoestima que las de secundaria y éstas que las que tienen primaria. Las parejas con un nivel de primaria presentan menor autoestima y mayor insatisfacción marital.

Probablemente se deba a que al ir adquiriendo mayores conocimientos académicos se va fortaleciendo la autoestima; por supuesto, la educación no es garantía de tener una estimación propia pero proporciona un criterio mayor para poder afrontar las adversidades que se presentan en la vida. Branden (2008) menciona que una baja autoestima tiende a producir incomodidad ante lo nuevo y lo desconocido; tiende a dejar de lado los resultados de su intelecto, no porque no consiga ideas brillantes sino porque no las valora; una mayor autoestima hará más fácil el ascenso de un nivel inicial de conocimiento y desarrollo al dominio del conocimiento, las habilidades y los desafíos nuevos.

Para Bringas (1987) y Tovar (1996) a mayores niveles de alfabetismo se proyecta una imagen más positiva de sí mismo y se tienen ideas modernas sobre el papel de la persona en la sociedad y un mejor criterio, por lo que la autoestima será aceptable en hombres y mujeres a igualdad de condiciones de estudio (Ayala y Rocha, 2002).

Finn y Rock (1997) agregan que la autoestima tiene una relación estrecha con el rendimiento académico; encontraron que aquellos que tienen éxito académico a pesar de sus limitantes presentan mayor autoestima que sus pares. Saw (1968, citado en Mendizábal, 1999) menciona que las personas con estudios inconclusos poseen baja autoestima. San Miguel Espejel y Hernández (1987) encontraron que la autoestima y el desarrollo educativo se correlacionaban positivamente: a mayor grado educativo, mayor influencia en la autoestima.

En cuanto a la satisfacción marital sucede algo similar: las parejas van incrementando su satisfacción marital conforme avanza en los niveles escolares. Esto se podría explicar debido a que las parejas que tienen niveles de estudio más altos tienen mayor comunicación, compromiso, modo de pensar más amplio, convivencia, etc., esto les permitirá sentir más satisfacción en su relación. Uno de los principales recursos del pensamiento es la inteligencia que actúa mediante los procesos de memoria, atención, concentración y lenguaje; cuando éstas funcionan con eficacia, la pareja se adapta a situaciones prácticas que requieren soluciones, así como a situaciones complejas donde se necesita mayor capacidad de abstracción, pueden comprender y disfrutar eventos que necesitan atención, concentración y control de impulsos, captando los acontecimientos de manera lógica y racional lo que facilita la comunicación y la reflexión, favoreciendo la creatividad y la sublimación enriqueciendo la vida en pareja.

Rubin (1974, citado en Landazuri, Pichardo y Hazouri, 1985) menciona que dentro de los factores que se involucran en la relación vital del matrimonio, la pareja debe contar con igual o parecido grado de inteligencia y educación académica. Pick y Andrade (1988) encontraron que las personas que tienen un nivel de secundaria están menos satisfechas que

las que tienen una profesión. Díaz-Loving y Ruiz (1994) mencionan que al incrementar el nivel de escolaridad tanto en hombres como en mujeres, aumenta la satisfacción marital. Mendoza (1999) concuerda con estos autores: la cantidad de educación formal está directamente relacionada con la satisfacción de los cónyuges.

7.6 AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL CON RESPECTO A LOS AÑOS QUE TIENEN LAS PAREJAS DE VIVIR JUNTOS.

Las parejas que tienen de 20 a 39 años de vivir juntos tienen mayor autoestima y satisfacción marital que todos los demás rangos. Las parejas de 1 a 9 años tienen mayor autoestima y satisfacción que los de 10 a 19; éstos tienen mayor autoestima media pero mayor insatisfacción. Las parejas de 40 a 49 años tienen mayor autoestima media pero mayor satisfacción marital.

La muestra se dividió en cinco rangos, Como se puede observar la autoestima va cambiando conforme a los años que tienen de vivir juntos, como se ha mencionado la autoestima se va construyendo durante el desarrollo, interactuando con las etapas por la que pasa la pareja o el ciclo vital de la familia, tal vez para las parejas que participaron en la investigación ésta interacción contribuye a los cambios presentados.

En el rango uno, se puede explicar de la siguiente manera: la unión de la pareja por lo general parte de una necesidad básica que debe ser satisfecha por el cónyuge, donde operan los mecanismos de atracción y repulsión hasta seleccionar a uno, el cual se encuentra bajo la influencia del enamoramiento donde interviene la idealización de la pareja. La autoestima forma parte del papel que tenga la persona (dominante, sumisa, aislada) en su relación de pareja, se mantiene al recibir un beneficio directo, si la complementariedad

funciona y cada uno recibe suficiente reconocimiento externo, la relación se desarrolla sin esfuerzo aparente. Will (1975, citado en Casado, 1991) sugiere que la relación solo puede mantener su equilibrio, si las reglas de ésta no se alteran, lo que conlleva varias circunstancias que no siempre se producen. Levinson (1974, citado en Lemus, 2001) menciona que una de las etapas es la adaptación a un nuevo sistema de vida con distintos hábitos, demandas y satisfacción de los cónyuges, donde es necesario delimitar la relación con las familias nucleares, si la pareja adopta mecanismos de evasión los conflictos no son resueltos generando en ellos discusiones frecuentes. Posteriormente llega la reafirmación y con ello la paternidad, aquí pueden surgir ciertas dudas acerca de la elección del cónyuge, su resolución permite reafirmar la relación o aceptar una separación, la mayor parte de las parejas inicia el camino de ser padres contrayendo satisfacciones pero también nuevas presiones ante la presencia del nuevo miembro, surge la reactivación de conflictos no resueltos en el desarrollo temprano de la pareja.

Aparentemente las parejas de la muestra quizá han superado estas etapas y lo que conlleva en ellas, logrando adaptarse, obteniendo una comunicación más asertiva respecto a sus sentimientos, emociones, pensamientos y conductas, manteniendo la satisfacción marital y un buen nivel de autoestima.

En el rango 2, existe una disminución de ambas variables, probablemente durante esos años de matrimonio las parejas se encuentran en la búsqueda de estabilidad, afectando de forma recíproca la autoestima y la satisfacción, incrementándose la insatisfacción marital. La relación entre la pareja se deteriora en ambos miembros, no hay una aceptación de sí mismos. Como consecuencia no se dan cuenta de lo que realmente sienten y tampoco expresan sentimientos que puedan llegar a contradecir la imagen que tienen de sí mismos,

esta incongruencia los lleva a tomar una conducta defensiva, es decir, a presentar erróneamente su experiencia, lo que limita la comunicación y la comprensión empática entre ambos y por lo tanto, no son capaces de entender lo que le ocurre al otro con quien sostienen la relación, cada una de ellas afecta la experiencia del otro de forma consciente o inconsciente. Si la persona no se siente aceptada y valorada se opone a la consideración positiva de sí misma, de tal forma que la imagen que la persona tiene de sí misma se ve afectada negativamente, la falta de valoración del otro y de empatía trae como consecuencia el deterioro de la relación. Las consecuencias del deterioro operan en ambos miembros actuando contrariamente a lo que sería un funcionamiento óptimo (Rogers, 1971, citado en Mendoza, 1995).

Levison (1974, citado en Lemus, 2001) dice que a partir del noveno al décimo quinto año se inicia la consolidación de la estabilidad del matrimonio y conclusión de las dudas acerca de la elección del cónyuge, sin embargo en algunos matrimonios la intimidad se profundiza; en otros, se consolida un alejamiento gradual y progresivo.

Con respecto al rango 3, la autoestima y la satisfacción marital comienzan a tener un poco de aumento con referencia al rango anterior, sin embargo, no es muy significativo podría ser que se está consolidando la estabilidad de la pareja en el matrimonio, generalmente mediante la búsqueda de las aspiraciones y los logros obtenidos, la pareja comienza a generar un proceso de cambio. Anaya (1990) menciona que la pareja no está determinada por el estilo de vida que adopten, sino por el grado de identidad que posean, que les permita tenerse la suficiente confianza y seguridad mutua para darse la oportunidad de ser autónomos, desarrollar su propia individualidad y mantener el equilibrio entre la intimidad y la independencia. Levison (1974, citado en Lemus, 2001) dice que la partida de

los hijos puede influir en el aumento o disminución de la intimidad de la pareja, esto puede incidir en el aspecto de poder, dando paso a conflictos surgidos en la primeras etapas del matrimonio, volviendo a redefinirse la jerarquía de cada uno. Rogers (1976, citado en Mendoza, 1995) propone la secuencia del cambio, la cual se da a través del entrenamiento en las cualidades facilitadoras del proceso, la vivencia de crecimiento que experimente cada cónyuge que impulse al fortalecimiento de la autoestima individual, las vivencias de crecimiento de ambos es lo que impulsa a una autoestima más auténtica lo que conlleva a un sentimiento de liberación y auto-aceptación como persona más auténtica. Se busca que la persona se comprometa con su manera de sentir, sea más consciente de sí misma, más tolerante, con menos defensas y más abierta a la comunicación con la pareja.

En cuanto a los rangos 4 y 5 existe un incremento considerable en la autoestima y la satisfacción marital, por lo que podría ser que las parejas han realizado los cambios pertinentes logrando un crecimiento en la relación, mejorando la comunicación de una forma que sea constructiva y expresando lo importante que son ellos mismos y su cónyuge.

Levison (1974, citado en Lemus, 2001) menciona que la pareja se enfrenta con la vejez, soledad y muerte, todas estas situaciones son fuentes angustiantes para la pareja, por lo que ambos miembros buscan apoyo, afecto y seguridad. Sin embargo, Rogers y Kinget (1971, citados en Mendoza, 1995) dicen que la persona que recupera o mantiene su autoestima deriva en percepciones más realistas, más diferenciadas, extensas y objetivas, ya que los hechos no cuestionan su propio valor y porque pueden someter sus conclusiones sin temor a la prueba de realidad y como consecuencia las experiencias de la autoimagen son más realistas. Mejora su capacidad de solucionar problemas y su adaptación a cualquier situación vital, principalmente porque la conducta se orienta por un conocimiento más

completo de datos externos e internos relevantes, quedando menos experiencias distorsionadas y rechazadas.

Pick y Andrade (1988) encontraron que los sujetos que tienen de uno a dos años de casados se encuentran más satisfechos que los que tienen 16 o más años. Lo que mencionan las autoras no concuerda del todo con lo que se obtuvo en esta investigación, las parejas que tienen de 1 a 9 años de casados se encuentran más satisfechas que las que tienen 10 a 29 años de casados, pero las parejas que con más de 30 años de casados están más satisfechas que las de 1 a 9 años de casados.

7.7 NIVELES DE AUTOESTIMA Y SATISFACCIÓN MARITAL SEGÚN EL ESTADO CIVIL.

Las parejas que se encuentran en concubinato tienen mayor nivel de autoestima y de satisfacción marital que las que se encuentran casadas y en unión libre; a su vez las parejas en unión libre tienen mejores niveles de autoestima que las casadas pero tienen mayor insatisfacción marital. Las parejas casadas poseen menor nivel de autoestima pero mayor satisfacción marital que las que viven en unión libre. Probablemente se deba a que las parejas que cohabitan de forma menos institucionalizada, se rigen por normas y expectativas más flexibles por lo que se sienten con mayor libertad e igualdad, conservando su autonomía y de cierta manera reforzando su autoestima. Blood (1980) menciona que el hecho de vivir en unión libre tiene ventajas para los cónyuges, como la relativa conservación de la libertad y compromiso. Sin embargo, puede haber desventajas como el recibir menos apoyo social de quienes los rodean a diferencia del matrimonio, donde reciben un gran respaldo externo para sostener la relación. Brown y Booth (1996)

mencionan que otros estudios revelan que las parejas que viven juntas son menos positivas a la hora de evaluar su relación que las parejas casadas. Esto discrepa de los resultados obtenidos en este estudio, tanto el matrimonio como la unión libre pueden tomar diversas formas dependiendo de las características de cada persona y donde puede existir la misma duración y fidelidad sin necesidad que se haya legitimado por el Estado. Padilla (1993) menciona que desde el punto de vista legal, el matrimonio es un contrato que permite la unión de ambos miembros para la integración de una familia, siendo una norma socialmente aceptada y donde se satisfacen las necesidades de afecto y reproducción. Algunos factores que podrían estar involucrados en la diferencia de la satisfacción marital son los intereses y aptitudes semejantes, madurez, antecedentes educativos y culturales, ritmo de vida de cada cónyuge, actitudes hacia lo sexual, como se ha mencionado, la autoestima es aprendida y como tal susceptible de ser modificada, reaprendida, ya que afecta todos los aspectos de la vida del ser humano incluyendo la relación de pareja en donde los miembros pueden ser capaces de adaptarse a las nuevas demandas que inevitablemente producen los cambios a través del tiempo y lograr con ello la satisfacción marital, independientemente del estado civil en el que se encuentren.

CAPÍTULO 8 CONCLUSIONES.

Después de haber obtenido los resultados estadísticos y realizar las correlaciones que se plantearon, se realizó un análisis interpretativo y cualitativo de los mismos, además de las variables socio-demográficas y con esto se puede llegar a las siguientes conclusiones:

1. Los resultados muestran que 9% de la población manifiesta tener una baja autoestima, ya que esta es una actitud que pocas veces se manifiesta con palabras, las personas no siempre pueden expresar lo que sienten o piensan, pues si lo reconocen se sienten avergonzados ante los demás y si lo reconocen ante sí mismos se angustian y sufren; como consecuencia se aíslan y les cuesta trabajo establecer relaciones interpersonales y si las consiguen no las disfrutan, no se sienten dignos de ser tratados con respeto y tienen problemas con el merecimiento. El 43% cuenta con una autoestima media; estos individuos pueden presentar conductas inadecuadas en la forma de percibirse, también se muestran optimistas y capaces de aceptar críticas pero pueden sentirse inseguros con respecto a su valía personal y son dependientes de los demás. El 48% manifiesta una alta estima, las personas se sienten bien consigo mismas, luchan por alcanzar lo que quieren y reconocen sus errores cuando se equivocan, se valoran a sí mismos lo que les permite apreciar a los demás; la autoestima está relacionada con la satisfacción y el funcionamiento personal eficiente, es una parte fundamental para que el hombre alcance la plenitud y autorrealización en la salud física y mental, determina la manera en que la persona emplea sus habilidades y aptitudes influyendo en diferentes áreas de la vida.
2. En lo que respecta a la satisfacción marital, la mayoría (69%) se encuentra satisfecha con su relación; esto puede deberse a que las personas han encontrado la

forma de lograr un equilibrio entre el respeto, la tolerancia y la estabilidad emocional, están cumpliendo con su rol y con sus funciones sin sentirse obligados; probablemente se encuentren en la etapa de estabilidad. El 31% se encuentra insatisfecha, pues su forma de comunicación no ha sido la adecuada, no saben cómo expresar sus sentimientos por los temores que les ocasiona, no se permiten llegar a tener acuerdos sobre el establecimiento de reglas pues el miedo a pensar que son controlados los hace imponer sus ideas.

3. Los niveles de autoestima (baja, .26; media, .13; alta, .05) no correlacionaron con la satisfacción marital, por lo que es posible afirmar que para los sujetos que participaron en este estudio, el nivel de la autoestima no es determinante para experimentar satisfacción marital, es decir puede ser que uno de los miembros presente niveles más altos o bajos en comparación con el otro y aun así lleguen a sentirse satisfechos maritalmente.
4. Se encontró que sí existe una correlación baja (.29) entre la autoestima total y la satisfacción marital, esto permite inferir que en algunas parejas si hay una mejor autoestima existirá una mayor satisfacción marital, pues a medida que los miembros se valoren y respeten a sí mismos y por ende a sus parejas les permitirá tener mejores capacidades para afrontar las adversidades que se presentan durante el ciclo de vida, obteniendo mayor satisfacción en su relación de pareja; sin embargo este hecho no es una garantía, ya que se conjugan dos historias de vida y si uno de ellos no tiene una buena autoestima entonces podría incrementar la insatisfacción marital.
5. En los resultados se observa que existe una baja correlación (.26) entre la satisfacción marital y la autoestima total, probablemente se debe a que algunas parejas perciben que su relación es favorable en su vida cotidiana, así mismo los

vínculos afectivos que han establecido y la forma de organizarse, los podrían llevar a presentar una actitud favorable que va a impactar a la autoestima del cónyuge haciéndolo sentir importante, valorado y apreciado.

6. En lo que respecta al género, los hombres presentan mayores niveles en las variables que las mujeres, por lo que se acepta la Ha las mujeres presentan menores niveles de autoestima y de satisfacción marital; sin embargo, la diferencia es mínima probablemente se deba a un proceso de cambio, ya que en la actualidad el género femenino ha trabajado arduamente en busca de la equidad y el respeto a sus derechos; además presentan altos porcentajes de alta autoestima y satisfacción marital; quizá el factor cultural sigue influyendo en el deterioro de la autoestima de la mujer, por medio del no reconocimiento y valoración de las cualidades o actividades que desarrolla el rol femenino; concluyendo que a través de la cultura se siguen heredando ciertos condicionamientos hacia al “sexo fuerte” que le proporcionan seguridad, aparentemente sigue siendo un proveedor y ante la pareja se podría reflejar de cierta manera como “indispensable” contribuyendo a reforzar su autoestima y sentirse satisfecho en su relación; es importante que ambos miembros dediquen mayores esfuerzos en busca de la igualdad de género.
7. En lo que se refiere a la edad, la autoestima cambia aunque no lo hace de manera previsible y lineal, podría deberse a que la juventud es un periodo en el cual se piensa más acerca de sí mismo, confirmando sentimientos y opiniones a través de nuevas experiencias, comparándose entre sí con sus propios ideales y los del cónyuge, probablemente la pareja podría comenzar a formarse una autoestima con los logros obtenidos y al no obtener el éxito como se pensaba en la madurez podrían aparecer algunas crisis que producen cambios en los niveles, quizá por los

retos, las expectativas y los problemas en la pareja que intervienen en la satisfacción propia y de la pareja; en las últimas décadas existe un aumento de la autoestima probablemente se deba al fortalecimiento y al trabajo que han realizado en sí mismos, además puede ser que conozcan más a su pareja lo que se puede reflejar en una mayor satisfacción en su relación. Es decir, la autoestima se va construyendo desde la infancia, en este proceso evolutivo habrá cambios en los niveles, así mismo al conjugarse con las diferentes etapas de la relación de pareja intervienen muchos factores que se involucran en el continuo de satisfacción e insatisfacción.

8. En lo que respecta al nivel escolar, aparentemente se deba a que conforme el nivel de estudios avanza el nivel de autoestima aumenta y la satisfacción marital también. La educación brinda oportunidades de crecimiento y desarrollo en distintos ámbitos de la vida, el aprendizaje se ve reflejado en una imagen más positiva de sí mismo, permitiéndoles expresar sus ideas, sentimientos y actitudes de una manera más consciente hacia su pareja ofreciendo mayor capacidad para resolver los problemas a los que se enfrentan, con ello se refuerza su autoestima y la satisfacción marital.
9. En cuanto a los años de vivir juntos, los niveles de autoestima y de satisfacción marital van sufriendo modificaciones importantes conforme transcurren los años en la vida de la pareja; probablemente esto se deba a que la autoestima se refleja en las actitudes y éstas en la conducta que se manifiestan ante el cónyuge, de esta manera podría ser un intercambio recíproco influyendo en los niveles. Va a depender mucho de los antecedentes de la autoestima de cada uno de los cónyuges para poder afrontar los cambios que se presentan en las diferentes etapas de la relación marital.

10. En relación al estado civil, en el concubinato se refleja un nivel más alto de autoestima y satisfacción marital, tal vez se deba a que los integrantes pueden llegar a adquirir un compromiso por medio del vínculo afectivo y de su palabra, ya que no hay ningún documento legal que los comprometa a estar unidos en su relación. Cabe mencionar que el condicionamiento social podría estar influyendo en las parejas, ya que las personas que se encuentran casadas legalmente adquieren derechos, obligaciones y compromiso hacia el matrimonio.

Como se ha mencionado en la presente investigación, los niveles de autoestima y la satisfacción marital no tienen relación estadísticamente significativa, al menos para la muestra con la que se trabajó; por lo que se concluye que sería importante evaluar el uso de otros instrumentos que tengan establecidos los niveles de autoestima, para poder realizar la medición con mayor finesa y precisión, de esta manera corroborar si existe relación entre estas dos variables; ya que a nivel teórico diversos autores hablan de la autoestima y cómo influye en la relación de pareja, ofreciendo un incremento o una disminución en la satisfacción marital. Las personas necesitan tener una autoestima saludable, parece ser que si no se satisface esta necesidad de autovaloración, respeto y amor a sí mismo, tampoco pueden cubrirse las del cónyuge, cuando se encuentran bien consigo mismas tienen mejores estrategias para afrontar los problemas en la relación de pareja y lograr incrementar la satisfacción marital.

8.1 LIMITACIONES.

La falta de investigaciones de otros autores acerca de la relación, comparación o diferencia entre las dos variables, es una razón que acota la posibilidad de realizar comparaciones con los resultados obtenidos.

Otra limitación fue que al momento de seleccionar el instrumento de autoestima, hacía falta establecer los niveles, por ello se realizó una escala de intervalo con el objetivo de determinar dichos parámetros.

Es importante mencionar que se realizó visita domiciliaria a las parejas que participaron, en ocasiones no se encontraban o solicitaban que regresara en otro horario, esto limita la posibilidad de aumentar la muestra de trabajo.

8.2 SUGERENCIAS.

*Fomentar las investigaciones sobre autoestima y satisfacción marital.

*Tener flexibilidad en los horarios para que los integrantes de las parejas puedan participar.

*Evaluar el uso de diferentes instrumentos de autoestima con los niveles establecidos para realizar ulteriores mediciones.

*Homogeneizar la muestra sobre variables como edad, escolaridad, años de vivir juntos, estado civil, etc., para obtener resultados que pudiesen ser representativos en investigaciones alternas.

*Conformar una muestra mayor para que sea representativa en todas las Delegaciones del Distrito Federal.

*Profundizar en el análisis de las diferentes variables como género, edad, nivel escolar, años de vivir juntos y otras.

AMENOS

ANEXO A.

ESM.

A continuación se presenta una lista con tres opciones de respuesta, por favor marque con una **X** en base a la siguiente lista: 1. Me gustaría que pasara de manera muy diferente 2. Me gustaría que pasara de manera algo diferente 3. Me gusta como está pasando

1. El tiempo que mi cónyuge dedica a nuestro matrimonio	1 2 3
2. La frecuencia con la que mi cónyuge me dice algo bonito	1 2 3
3. El grado al cual mi cónyuge me atiende	1 2 3
4. La frecuencia con la que mi cónyuge me abraza	1 2 3
5. La atención que mi cónyuge pone a mi apariencia	1 2 3
6. La comunicación con mi cónyuge	1 2 3
7. La conducta de mi cónyuge frente a otras personas	1 2 3
8. La forma como me pide que tengamos relaciones sexuales	1 2 3
9. El tiempo que dedica a mí	1 2 3
10. El interés que mi cónyuge pone en lo que yo hago	1 2 3
11. La forma como se porta cuando está triste	1 2 3
12. La forma como se comporta cuando está enojado	1 2 3
13. La forma como se comporta cuando está preocupado	1 2 3
14. La forma como se comporta cuando está de mal humor	1 2 3
15. La reacción de mi cónyuge cuando no quiere tener relaciones sexuales	1 2 3
16. El tiempo que dedica a sí mismo	1 2 3
17. La forma como se organiza mi cónyuge	1 2 3
18. Las prioridades que tiene en la vida mi cónyuge	1 2 3
19. La forma como pasa su tiempo libre	1 2 3
20. La puntualidad de mi cónyuge	1 2 3
21. El cuidado que mi cónyuge le tiene a su salud	1 2 3
22. El tiempo que pasamos juntos	1 2 3
23. La forma como mi cónyuge trata de solucionar los problemas	1 2 3
24. Las reglas que mi cónyuge hace para que se sigan en casa	1 2 3

ANEXO B.

Inventario de Autoestima de Coopersmith

María Asunción Lara-Cantú, María Angélica Verduzco, Maricarmen Acevedo y José Cortés

1.	Generalmente los problemas me afectan muy poco	SÍ NO
2.	Me cuesta mucho trabajo hablar en público	SÍ NO
3.	Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí	SÍ NO
4.	Puedo tomar una decisión fácilmente	SÍ NO
5.	Soy una persona simpática	SÍ NO
6.	En mi casa me enoja fácilmente	SÍ NO
7.	Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo	SÍ NO
8.	Soy popular entre las personas de mi edad	SÍ NO
9.	Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos	SÍ NO
10.	Me doy por vencido(a) muy fácilmente	SÍ NO
11.	Mi familia espera demasiado de mí	SÍ NO
12.	Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy	SÍ NO
13.	Mi vida es muy complicada	SÍ NO
14.	Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas	SÍ NO
15.	Tengo mala opinión de mí mismo(a)	SÍ NO
16.	Muchas veces me gustaría irme de mi casa	SÍ NO
17.	Con frecuencia me siento a disgusto en mi trabajo	SÍ NO
18.	Soy menos guapo (o bonita) que la mayoría de la gente	SÍ NO
19.	Si tengo algo que decir, generalmente lo digo	SÍ NO
20.	Mi familia me comprende	SÍ NO
21.	Los demás son mejor aceptados que yo	SÍ NO
22.	Siento que mi familia me presiona	SÍ NO
23.	Con frecuencia me desanimo en lo que hago	SÍ NO
24.	Muchas veces me gustaría ser otra persona	SÍ NO
25.	Se puede confiar muy poco en mi	SÍ NO

REFERENCIAS.

- Ackerman, N. W. (1978) Diagnóstico y Tratamiento de las relaciones familiares. Buenos Aires. Ed. Horme
- Alcántara, J. (2004) Educar la autoestima. Métodos y Técnicas y actividades. España. Ediciones CEAC.
- Álvarez, C. R. (2006) Obesidad y Autoestima. México. Ed. Plaza Valdés.
- Aladro, (2005) Taller de Intervención para la construcción habilidades de una autoestima positiva. Tesis de Maestría. UNAM
- Anaya, G (1990) La modalidad de la relación conyugal en función de la identidad. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología. UNAM.
- Ayala, L y Rocha, V (2002) Estudio comparativo con perspectiva de género sobre autoestima en universitarios. Tesis de licenciatura, Facultad de Psicología. UNAM.
- Bahr, J. S., Chapell, C. B., Leigh, K. G., (1983) Age at marriage, role enactment, role consensus and marital satisfaction, *Journal of marriage and the family*, No. 795
- Barragán, González y Ayala (2004) un modelo de consejo marital basado en la solución de conflictos y el reforzamiento recíproco. *Salud mental*. 27 (3) pp. 65-73
- Beck, A. T (1990) Con el amor no basta. México. Ed. Paidós
- Bell, R. (1993) *Marriage and Family interaction*. 6a edición Illinois. Dorsey press.
- Berger, P. L y Kellner, H. (1970) *Marriage and the construction of reality* , en H.P Dreltzel, *Recent Sociology*, Londres: Mc Millan, 2.

- Blood, M. (1980) *La vida en Familia. Conflictos y Soluciones*. Ed. Pax. México
- Blood, M. (1980) *El Noviazgo en la Sociedad Actual*. Ed. Pax México D.F.
- Blood, R y Wolfe, D.M (1960). *Husbans and Wives: The Dynamics of Married Living*. Nueva York, Free Press.
- Bradbury, T. N. and Fichman, F. D. (1991) *Behaviour and Satisfaction in marriage, prospective Mediating Processes Close Relationships*. Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Branden, N. (1993): *El poder de la autoestima*. México Ed. Paidós
- Branden, N. (2001) *La Psicología de la autoestima*. México Ed. Paidós
- Branden, N (2008) *Los Seis Pilares de la Autoestima*. México Ed. Paidós
- Bringas, E (1987) *Autoestima en la mujer mexicana a partir de su rol sexual, tradicionalismo, modernismo y nivel socioeconómico*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. UNAM.
- Brown, S.L and A, Booth (1996) *Cohabitation versus marriage: A comparison of relationship quality*. *Journal of Marriage and Family* 58: 668--78
- Bucay, J. y Salinas, S (2006) *Amarse con los ojos abiertos*, México. Ed. Océano.
- Calderón de la barca, M: *La vida en México durante una residencia de dos años en ese país*. México, editorial Porrúa, 1984. Colección "sepan cuántos", No 71, pp. 228
- Calleja, N. (2011): *Inventario de Escalas Psicosociales en México*. UNAM, México.

- Campuzano, M. M (2001) *La Pareja Humana: Su Psicología, sus Conflictos, su Tratamiento*, México, D.F., Ed. Plaza y Valdés, S.A. de C.V. pp. 40
- Canell, López y Zamudio (1987) *La Autoestima de los hombres casados mexicanos*. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. UNAM México
- Cañetas, Y. E. M., (2000) *Desarrollo y validación de un Instrumento Multifactorial de Satisfacción Marital*, Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. UNAM. México. Pp. 10
- Casado, L. (1991) *La nueva pareja*. Barcelona. Ed. Kairos
- Coopersmith, S (1967) *the antecedents of self esteem* San Francisco: W.H Freeman and company.
- Díaz, A., (2009): *Satisfacción Marital y Estilos de Crianza*. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. UNAM. México
- Díaz-Guerrero (1994) *Psicología del mexicano*. Ed. trillas
- Díaz-Loving, R (1986) *Percepción de aspectos positivos y negativos en la relación de pareja: reacciones y consecuencias*. *La psicología social en México*. Vol. I pp. 367-371
- Díaz-Loving, R. (1990) *Configuración de factores que integran la relación de pareja*. *La Psicología Social en México*. Vol. III pp 133- 138
- Díaz- Loving, R. y Sánchez, A. (1994) *Género y pareja*. *Revista contemporánea de Psicología*. Vol. I. núm. 2 pp. 4-15

Díaz-Loving, R.; Ruiz, B. M.; Cárdenas, R. M.; Alvarado, H. V. y Reyes, D. D. (1994) Masculinidad-Femenidad y Satisfacción Marital: correlatos e implicaciones. La psicología social en México. Vol. V. Pp. 138-145

Díaz-Loving, R.; Rivera, S.; Sánchez, S. (1996) Predictores de la satisfacción marital a través del tiempo. La Psicología Social en México, Vol. 6, pp. 289-295.

Díaz-Loving (1999) Una Teoría bio-Psico-socio-cultural de la relación de pareja en Antología psicosocial de la pareja, México, Miguel Ángel Porrúa y Asociación Mexicana de Psicología Social.

Díaz-Loving y Sánchez (2004) Psicología del Amor. México. Ed. Porrúa

Díaz, A (2009) Satisfacción Marital y Estilos de Crianza. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología. UNAM.

Eguiluz, L. (2007) Entendiendo a la pareja: Marcos teóricos para el trabajo terapéutico. México. Ed. Pax

Feldman Roberts. (2002) Psicología con aplicaciones en países de habla hispana. Cuarta edición. Editorial Mc Graw Hill, México.

Fernández, J. A y Sánchez, A.R. (1993) Aplicación de un programa de entrenamiento de comunicación entre parejas en población mexicana y sus efectos. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. UNAM. México

Finn, J y Rock, A (1997) Academic success among students at risk for school failure. Journal of Applied Psychology, 82 (2), pp. 221-234.

- Freedman, J.(1978). *Happy people*. Nueva York: Harcourt, Bruce y Jovanovich.
- Freud, S. (1980) *Tres ensayos de teoría sexual., Introducción al Narcisismo, Obras completas de Freud*, Buenos Aires, Ed. Amorrortu
- Fromm, E (1983) *El Arte de Amar*. México D.F. Paidós
- García (2002) *Asociación de la satisfacción marital, la evitación del conflicto y la depresión*. Tesis de Maestría Facultad de Psicología. UNAM.
- Garfias, C. (2006) *Correlación de la satisfacción laboral con la satisfacción marital en hombre y mujeres que trabajan en una empresa privada*. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología UNAM.
- Garza, E (2004) *Autoestima de mujeres solteras y casadas de entre 30 y 40 años con trabajo remunerado*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. UNAM.
- Gómez, P. (2008) *Satisfacción marital y comunicación en las parejas que tienen un hijo con discapacidad*. Tesis de Maestría. Instituto de Enseñanza Superior COPHAC.
- González, Núñez, J. J. (2000) *Los cambios del hombre frente a la metamorfosis de la mujer*. México, D.F. IIPCSS
- Gottman, (1999). *Why marriages succeed or fail*. Nueva York: Simons Schuster Paperbacks.
- Hendrick, S (1988) *A generic measure of relationship satisfaction*. *Journal of marriage and the family*. 50, pp. 93-98

Hernández, L. (1996) Satisfacción Marital y Segundo Matrimonio. Tesis de Licenciatura.
UNAM

Hernández, A (2005) Alternativas para fomentar una sana autoestima: revisión documental.
Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología. UNAM.

Hernández, R., Fernández, C. Baptista, P. (2006) Metodología de la Investigación, Mc,
Graw Hill/ Interamericana Editores, S.A de C.V. México D.F.

Hernández, N., Nuñez, J., Samaniego, M., (2011): Relaciones de Género y Satisfacción
Marital en comunidades rurales de Texcoco, Edo. de México. www. Redalyc. Org.

Hicks, M. W. y Platt, M (1970) Marital Happines and stability. A review of the research
in the sixties. Journal of marriage and the family . 533-574

Horrocks, J. (1987) Psicología de la Adolescencia. México. Ed. Trillas

Humboldt, A (1973) *Ensayo político sobre el reino de la nueva España*. ed. Porrúa, No. 39,
colección sepan cuántos. México

INEGI (2011) Estadísticas de Matrimonios y Divorcios.

Klemer, R. (1987) Encuentro: Hombre/Mujer Madurez Psicosexual para el Matrimonio.
México D.F. ed. Pax México

Lagarde, L (2001) Claves feministas para la autoestima de las mujeres. México. Ed.
Madrid

Lamas, M (2004) “cuando uno no puede hablar, entonces debe escribir” *Proceso*. pp. 68.
México, ed. Cisa.

Landazuri, Pichardo y Hazouri, (1985) investigaron la relación que existe entre locus de control y autoestima en la satisfacción marital, de mujeres casadas de nivel socioeconómico medio de la Ciudad de México.

La Rosa, J y Díaz-Loving, R. (1991) Evaluación del autoconcepto: una escala multidimensional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, vol. 23 pp. 15-34

Lemaire, Jean (2013) *La pareja Humana: su vida, su muerte*. México. Ed. Fondo de Cultura Económico.

Lemus, R (2001) *Concepto de matrimonio, intimidad y características de Masculinidad-femeneidad a través del ciclo vital de la pareja*. Tesis de Maestría Facultad de Psicología. UNAM.

Leñero, L. (1983) *La Formación de la Pareja Conyugal en México*. Ed. IMES

León portilla, M (1991) *Huehuetlatolli*. ed. Fondo de Cultura Económica, pp. 250, México.

Lerner, L (2003) *Del automaltrato a la Autoestima. En busca de la salud*. Argentina: Lugar.

Llanos, E (1989) *Como Vivir Bien en Pareja*. Buenos Aires. Ed. Grijalbo

López-Ibor, J. (1983) *Informe sobre lo masculino y femenino*. México D.F. ed. Universo

López, U. A. (1998) *El Proceso del desarrollo en la relación de pareja*. Ed. Rompan Filas

Marcet, C.; Delgado, M de A. y Ferrando, P. J. (1990) *Las dimensiones del temperamento como predictoras de satisfacción marital*. *Anuario de Psicología*. No 46 pp. 129-142

Martínez y Zamora (2008), Autoestima, Culpa y Violencia psicológica en mujeres, Tesis de Licenciatura. UNAM. México

Mejía, S. V., (1999) La pareja: El trabajo remunerado en la mujer y su relación con la satisfacción marital. Tesis de Licenciatura. UNAM.

Mendizábal, E (1999) Autoestima y motivación de logro en mujeres con estudios de Licenciatura y mujeres con estudios técnicos. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología. UNAM.

Mendoza, F. E., (1995) La autoestima individual como un factor determinante de la relación de pareja. Tesina para obtener el grado de Licenciado en Psicología. UNAM. México.

Mendoza, A. (1999) La percepción que tiene cada miembro de la pareja acerca de su ambiente familiar y cómo influye en su satisfacción marital. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología, UNAM,

Merani, A. L. (1983) Diccionario de Psicología y Psiquiatría Infantil. Barcelona. Ed. Grijalbo

Montoya, M y Sol, C (2001) Autoestima: Estrategias para vivir mejor con técnicas de PNL y Desarrollo Humano. México. Ed. Pax

Moral, (2008) Validación de la escala de valoración de la relación en una muestra mexicana. Revista electrónica de metodología aplicada. 13 (1). pp. 1-12

- Moyano, J. (2001) Propuesta de un Instrumento que Evalúa la Autoestima en la adolescencia. Tesis de Licenciatura Facultad de Estudios Superiores Iztacala. México. UNAM.
- Mruk, C. (1999) Autoestima. Investigación Teórico y Práctica. España, Descleé De Brouwer Biblioteca de Psicología.
- Nina, E (1985) Satisfacción Marital y Autodivulgación. Tesis de Doctorado UNAM
- Nina, E (1986) Exploracion de la Autodivulgación Marital. La Psicología Social en México 1 pp. 409--411
- O'Neill, M. (1976) Matrimonio Abierto. México. Ed. Grijalbo
- Ortega, S. (1987) El Placer de Pecar el Afán de Normar. Ed. Planeta. México.
- Oñate, M. (1989) El Autoconcepto, formación, medida e implicaciones en la personalidad. Madrid. Ed. Narcea
- Padilla, T. (1993) Pareja, amor y dependencia. Revista de Psicología vol. 12 México. IIPCS
- Papalia, D. y Wendoks, S. (1996) Desarrollo Humano: con aportaciones para Iberoamérica. 6ª ed. Colombia. Mc Graw Hill.
- Peréz Galaz, J (1983) *Derecho y organización de los mayas*. ed. Diana, 1983. Pp. 114. México.

Pérez, C. M., Rangel, P. M., (2005) *La Familia y los Factores que Influyen en la Elección de la Pareja*. Revisión Bibliográfica. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. Universidad Insurgentes.

Pérez, L (2007) *Violencia, Autoestima, Percepción de equidad y apoyo social: Interacción y efectos diferenciales en hombres y mujeres*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. UNAM.

Pick, S. y Andrade, P (1988) Desarrollo y validación de la escala de satisfacción marital (ESM), *psiquiatría*, 4 (1) pp 9-20

Pick y Andrade (1986) *La Satisfacción Marital en matrimonios mexicanos: diferencias por número de años de casados, escolaridad, número de hijos, sexo y edad*. *La Psicología Social en México*. Vol. 1 pp. 399-403

Pick y Andrade (1988) *Relación entre el número de hijos, la Satisfacción Marital y la Comunicación con el cónyuge*. *Salud mental*, Vol. 2, No 3 pp. 15-18.

Picón salas, M (1994) *De la conquista a la independencia*. Ed. Fondo de Cultura Económica, pp. 261.

Polaino, A. (2004) *Familia y Autoestima*. España. Ed. Ariel.

Prieto, G (2002) *Memorias de mis tiempos*. Ed. Porrúa, pp. 477.

Rage, E. (1999) *La pareja. Elección, Problemática y Desarrollo*. Ed. Plaza y Valdés. México. D.F.

Ramírez, G., Reyes, P., (2010) Entrenamiento en Habilidades de Comunicación verbal y su Impacto en la Satisfacción Marital, Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. UNAM. México

Ramos, M (2004) Valores y Autoestima, Conociéndose a sí mismo en un mundo de otros. Revista Educación en valores. Vol. 1. Núm. 1 pp. 17- 31.

Reidl, L. (1981) Revista de la Asociación Latinoamericana de Psicología Social. Vol. 1. Núm. 2 pp. 273-288.

Reyes, R (2006) Impacto de la negociación del Poder en la Satisfacción Marital. Tesis de Licenciatura. Facultad de psicología, UNAM.

Reyes, D.; Cortés, S.; Díaz-Loving, R.; (1996) La satisfacción sexual en relación de pareja a través del tiempo. La psicología social en México. Vol. 6, pp. 296-302.

Riso, W., (2012): Amores altamente peligrosos Ed. Océano, México, D.F.

Rivera, S (1992) Atracción Interpersonal y su relación con satisfacción marital y reacción ante la interacción de pareja. Tesis de Maestría. Facultad de Psicología. UNAM.

Roach, AJ., Frazier, L. P., y Bowden, S. R (1981) The Marital Satisfaction Scale: development of a measure for intervention research. Journal of marriage and family. Vol. 43 pp. 537-546.

Roca, M (2003) Efectos de los Estilos de Comunicación y Estilos de Negociación en la Satisfacción de la Pareja. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología. UNAM.

Rodríguez, M. y Mogyoros, E. (1991) *Creatividad en las Relaciones de Pareja*. México. Ed. Trillas.

Rodríguez, M. (1994) *Sexualidad y Afecto en la Pareja: cómo influye el incumplimiento de expectativas emocionales en la satisfacción marital*. Tesis para obtener el grado de Maestría en Psicología clínica, UNAM. México.

Rodríguez, Pellicer y Domínguez (1998) *Autoestima: Clave del éxito Personal*. Ed. Manual Moderno. México, D.F.

Rodríguez, De T. E. (2000) *Comunicación en la pareja*. Hogar joven. 44

Rojas, M. L. (1994) *La pareja rota. Familia, crisis y superación*. Madrid: Espasa hoy. Ed. Grupo Planeta

Rojas, E (1997) *El amor inteligente*, México. Ediciones Tema de Hoy.

Rosenberg (1965) *The Self-Esteem Scale: Translation and Validation in University Students*.

Rusbult, C (1983) *A Longitudinal test of the investment model: the development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45 (1), pp. 101-117

Sahagún, Fray B (1989) *Historia general de las cosas de nueva España*. Ed. Porrúa.

Sánchez, R; y Díaz-Loving, R. (1994) *La cercanía como determinante de la satisfacción marital*. *La psicología Social en México*. Vol. 5, pp.131-137

San Miguel Espejel ; Hernández, H (1987) Los antecedentes escolares de la familia de origen y la influencia de la escolaridad en la autoestima en la mujer mexicana. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología. UNAM

Sandoval, D. M. (1988) El mexicano: Psicodinámica de sus Relaciones Familiares, México., Ed. Villicaña S.A

Santrock, J. (2006): Psicología de la Educación. Ed. McGraw-Hill

Satir, V (1988) Relaciones Humanas en el núcleo Familiar. México. Ed. Pax

Schwartz, R., Olds, J. (2002): Matrimonio en movimiento Ed. Diana, México, D.F.

Segalen, M. (1992) Antropología Histórica de la Familia. Ed. Taurus Universitaria. Madrid

Serrano, H (2000) análisis Psicosocial del Amor y Desamor.

http://www.esternet.org/Xavierserran/amor_desamor.htm

Silva, T. (2006) Influencia de la Aceptación de la Familia Política en la Satisfacción Marital. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. Universidad Insurgentes.

Solís, V (1988) La Elección de la Pareja Conyugal. Tesis de Licenciatura, UNAM. México.

Solloa, L. (2000) La trascendencia de la identificación con las figuras parentales y la satisfacción marital. Tesis de Maestría. IIPCS. México.

Sousa y Machorro, M. (1996) Dinámica y Evolución de la vida en pareja. México. Ed. Manual Moderno.

Steinem, G. (1996) Revolución desde Adentro. México. Ed. Océano

- Stemberg, R. J (1988) El triángulo del amor: intimidad, amor y compromiso. Ed. Paidós
- Tello. S. (1994) Análisis de las Técnicas Conductuales Aplicadas a los Conflictos de Pareja, Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología. UNAM. México. pp. 16
- Tordjman, G. (1989) La pareja. Realidades, problemas y perspectivas de la vida en común. Buenos Aires. Ed. Grijalbo
- Tordjman, G. (1986) La Aventura de vivir en pareja. Barcelona. Ed. Gedisa.
- Torres, L., A. (1978) Etimologías Grecolatinas. Ed. Porrúa. México.
- Trejo. I. A (2005) Apego, Autoestima y Celos en la definición de Amor Desesperado. Tesis de Licenciatura. UNAM. México
- Tovar, R (1996) La autoestima en la mujer económicamente activa y la mujer no económicamente activa. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología. UNAM.
- Tzeng, O. C. S (1992) Theories of Love Development, maintenance and dissolution: Octagonal Cycle and differential Perspectives. Praeger New York. Westport, Connecticut London.
- Verduzco, M (2004) Autoestima, Estrés y afrontamiento desde el punto de vista del desarrollo. Tesis de Doctorado, Facultad de Psicología. FES Zaragoza. UNAM.
- Will Jurg (1978) La Pareja Humana Relación y Conflicto, Madrid. Ediciones Morata
- Yela. C (2000) El amor desde la psicología social. España Ediciones Pirámide.
- Zacarías (2009), Autoestima y Estilos de amor en la Elección de Pareja. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Psicología, UNAM, México.