



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA

PSICOLOGÍA

CONFLICTO EN LA PAREJA POR EL USO DE REDES SOCIALES:
VALIDACIÓN DE UNA ESCALA

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A

RASHID AUGUSTO VILLEGAS MONTELONGO

DIRECTOR: DR. GERARDO BENJAMÍN TONATIUH VILLANUEVA OROZCO

COMITÉ: DRA. MIRNA GARCÍA MÉNDEZ

DRA. SOFÍA RIVERA ARAGÓN

LIC. EDUARDO ARTURO CONTRERAS RAMÍREZ

DRA. ELIZABETH ALVAREZ RAMÍREZ



CIUDAD DE MÉXICO

Proyecto PAPIIT: IN306417

2018



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.

Dedicatorias

Al origen de quien soy

A mis abuelos maternos, María Teresa Jasso y Luis Ponciano Montelongo † por todo su apoyo, cuidados, educación y todos esos valores que me transmitieron de pequeño, los cuales se volvieron los cimientos de lo que soy ahora, convirtiéndome en alguien que piensa siempre en los demás y alguien que puede dar siempre sin esperar nada a cambio.

A mi mamá Juana Montelongo Jasso por dar siempre un esfuerzo para darme siempre lo necesario y hacer un esfuerzo extra siempre por eso que no lo era tanto con tal de arrancarme una sonrisa y un momento de alegría, por siempre confiar en mi autonomía y capacidad para poder salir adelante desde mis propias capacidades y que ahora me hacen una persona responsable.

A mi hermano Mario Abraham Villegas, por siempre estar ahí para mí convirtiéndose en una figura la cual seguir, y que gracias a su presencia me ayudó a ser más seguro y feliz, con quien siempre conté para todo hasta la fecha, esperando ahora, poder ser yo que pueda retribuirle tanto apoyo cuando lo necesite.

A mi familia: mi presente y mi futuro

A mi esposa, pareja, amiga y compañera de vida, Mayra Dávila Camargo por estar en mi vida, por ser parte de un momento importante más para mí, pudiendo compartirlo contigo esperando continuar con esta historia con muchos episodios y momentos más, creciendo juntos como pareja, personas y ahora como familia al lado de nuestro maravilloso hijo.

A mi pequeño hermoso Leonardo Villegas Dávila, que llegaste a mi vida en medio de este proceso de titulación convirtiéndote en una motivación más para mí para dar paso en este importante escalón en mi vida, siendo mi compañerito de estudio, siendo paz, tranquilidad y felicidad en esos momentos de estrés con tu sola presencia y esa hermosa sonrisa que me compartes cada día cuando te veo.

Agradecimientos

A mi universidad

A la Universidad Nacional Autónoma de México, especialmente a la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza.

Al apoyo

Al Programa de Apoyo a Proyectos de Investigación e Innovación Tecnológica (PAPIIT), por el apoyo brindado durante el proceso de esta investigación.

A mis guías

A mi director de tesis y querido profesor en la carrera el Dr. Tonatiuh Villanueva por su incondicional apoyo, por sus correcciones, críticas constructivas y consejos que hicieron de esta una investigación de calidad y utilidad, y de mi un mejor profesionista mostrándome que puedo ser capaz de mucho.

A la Dra. Sofia Rivera Aragón, por confiar en mí, por no dejarme flaquear ni bajar el ritmo y ayudarme con sus consejos a sobreponerme ante las eventualidades en este proceso.

A la Dra. Mirna García Méndez, por todo el apoyo y confianza brindados en esta investigación.

Al Lic. Eduardo Arturo Contreras Ramírez, por todo su apoyo durante el proceso de titulación, por su tiempo, confianza y amabilidad en todo momento.

A la Dra. Elizabeth Álvarez Ramírez, querida profesora de mi carrera, por todo su apoyo, por su confianza, sus consejos y asesorías durante mi formación profesional las cuales muchas de ellas fueron pilares de la idea que nació para la realización de esta investigación y con la cual es una forma de decirle gracias.

A mi cómplice en este proceso

A mi querida amiga Linda Gómez García, por tu amistad y apoyo durante la aplicación del instrumento, recibiendo negativas, teniendo largas caminatas y malpasadas; pero que, gracias a tu compañía, a esas pláticas y risas esos momentos se coronaron con gran satisfacción y los hicieron invaluable, mil gracias

Índice

Portada.....	1
Dedicatorias.....	3
Agradecimientos.....	4
Resumen.....	1
Abstract.....	2
Introducción.....	3
I. Relaciones de pareja.....	6
Definición y características.....	7
Ciclo vital de la pareja y sus etapas.....	9
II. El conflicto de pareja.....	26
Definición y características.....	27
Etapas del conflicto.....	29
Teorías del conflicto de pareja y sus factores.....	30
Medición del conflicto de pareja.....	43
III. Redes sociales.....	47
Definición y características.....	48
Tipos de redes sociales.....	53
Principales redes sociales y su uso.....	56
Desarrollo de las relaciones mediante las Redes Sociales.....	65
Planteamiento del problema.....	75
Justificación.....	75
Objetivo general de la investigación.....	76
IV. Método.....	77
Fase 1. Identificación de los elementos involucrados en el conflicto en la pareja por el uso de las Redes Sociales y desarrollo de la escala para medir el conflicto de pareja por el uso de las Redes Sociales.....	77
Objetivo general de la Fase 1.....	77
Objetivo específico.....	77
Participantes.....	77
Instrumento.....	78
Procedimiento.....	78

Resultados	79
Discusión	82
Fase 2. Validación de la escala para medir el conflicto de pareja por el uso de las Redes Sociales	84
Objetivo general de la fase 2	84
Participantes	84
Instrumento	86
Resultados	86
Discusión	94
Conclusiones	99
Referencias	103
Apéndices	114

Resumen

Las redes sociales son instrumentos creados debido a la necesidad del ser humano de relacionarse y comunicarse con otras personas como lo es en las relaciones de pareja; pero en ciertos casos el uso de estos medios puede ser campo para el surgimiento de conflictos originados por múltiples factores, como la comunicación (No interacción) y el contacto con personas ajenas a la relación (Exparejas, Celos, Desconfianza a terceros). El propósito del presente estudio fue conocer como estos diversos factores pueden predecir el conflicto en las relaciones de pareja debido al uso de las redes sociales. Se trabajó con un total de 360 participantes voluntarios (42.5% hombres y 57.5% mujeres) de entre 15 y 62 años en una relación de pareja y que hicieran uso de las redes sociales. La investigación se realizó en dos etapas. Etapa I. Se realizó un estudio exploratorio para así identificar las causas del conflicto originadas por el uso de redes sociales, posteriormente se hizo un análisis de contenido para desarrollar dos escalas que evaluaran dichos elementos. Etapa II. Se procedió a la validación de dichas escalas (alfas entre .70 y .96 explicando el 63.11 de la varianza) y (alfas entre .77 y .92 explicando el 64.42 de la varianza). Se pudo observar que tanto la forma de comunicarse, los estilos de amor, la cercanía como las interacciones que se tienen con otros determinan el tipo de conflicto o conflictos que pueden originarse cuando se usan las redes sociales estando en una relación de pareja. Es por esto por lo que se determinó que el convivir con otras personas aumenta la interacción, dentro de la interacción están presentes la expresión de emociones y sentimientos que hacen latente al conflicto para surgir en cualquier momento, generalmente cuando no hay concordancia en ideas y pensamientos o exceden los límites permitidos dentro de una relación (Vuchinich),

Abstract

Social Networks are instruments created due to the need of the human being to interact and communicate with other people as it is in the relationships; but in certain cases the use of this media could be field for the emergence of conflicts, caused by multiple factors, as communication (Non interaction) and the contact with people outside the relationship (former couples, jealousy, distrust of third parties). The purpose of the present study was known how these varios factors can predict conflict in relationships due to the use of social networks. We worked with a total of 360 volunteer participants (42.5% men y 57.5% women) with ages between 15 and 62 years old with an actual relationship and that made use of social networks. The research was made in two phases. Phase I. Exploratory study to identify causes of conflict originated of use of social networks, afterwards, a content analysis was carried out to develop two scales that evaluate these elements. Phase II. The validation of said scales was carried out (α .96 and α .97 respectively) showing internal consistency and validity to assess these elements. It could be observed that both the way of communicating, the love styles, the closeness as the interactions with others determine the type of conflict or conflicts that can originate when using social networks while being in a relationship. That's why it was determined that relate to others increases the interaction, within the interaction are present the expression of emotions and feelings that make the conflict dormant to arise at any time, generally when there is no agreement in ideas and thoughts or exceed the limits allowed within a relationship (Vuchinich).

Introducción

El acelerado y creciente avance de la tecnología se ha convertido en una parte fundamental en la vida de los seres humanos teniendo así que modificar las diversas dinámicas de interacción en las diferentes esferas en las que se desenvuelve como un medio de adaptación ante los inminentes cambios a los que se enfrentan. Claro ejemplo es del de las relaciones interpersonales con su constante e inminente transformación desde la aparición de las redes sociales cuyo objetivo era reducir tiempos, acortar distancias y maximizar recursos en torno a la forma de relacionarse; pero en ocasiones, esta misma acelerada y creciente evolución se ve reflejada en situaciones que aún no son del todo entendidas, y por ende controlables dando paso a problemáticas, una de estas es el conflicto de pareja el cual, sí es una parte dentro de toda relación, también es de suma importancia el saber ¿cómo? se enfrenta y que así estos nuevos cambios y nuevas formas de interactuar no atraigan consecuencias negativas a la relación.

Si bien, es amplia la lista investigaciones que se tiene referente al conflicto de pareja sus variables y causales (la mayoría dirigido a parejas casadas o en recientes años al noviazgo), para este trabajo resultó de suma importancia conocer el conflicto de pareja, el cual, más allá del tipo de relación (casados, noviazgo) y del tiempo que esta tuviera, que fuera en función del uso que se le da a las redes sociales y sus repercusiones en la relación, tratando de encontrar nuevas variables, redefinirlas o bien, reubicarlas ahora entorno a estas nuevas dinámicas de interacción y así conocer la perspectiva

particular de los miembros de la pareja acerca de estos fenómenos. Por tal motivo en el primer capítulo se abordan definiciones y características de la pareja, así como diversas formas en las cuales ésta puede ser vista y dividida en periodos o ciclos, lo cual permitirá crear un encuadre de la importancia que tiene el conflicto como etapa de la relación de pareja.

El capítulo dos se explora lo que es el conflicto de pareja, comenzando con definiciones y las características que lo componen, para posteriormente dar paso a diversas teorías planteadas de esta etapa y así conocer cómo es que se da el conflicto de pareja, sus elementos, causas etc., posteriormente se hace una breve revisión de algunos instrumentos que se han realizado para su evaluación desde diversas perspectivas.

En el tercer capítulo se expone el tema de las redes sociales, comenzando con una explicación del como surgieron y los diferentes tipos que existen de éstas, para posteriormente hablar de las principales redes sociales y el uso principal que se les da, y así dar pauta para finalizar con la asociación que éstas tienen y como se han influido en el desarrollo de las relaciones interpersonales y de pareja.

Por último, en el capítulo cuatro se explica la metodología que se utilizó para la comprobación del modelo propuesto, el cual consta de dos etapas. La primera, un modelo exploratorio donde se identifican los principales elementos involucrados en el conflicto de pareja por el uso de redes sociales y la realización de un instrumento para medirlo. Y la etapa dos, la cual es la validación de dicha escala para la cual se realizaron estadísticos que confirmaran la confiabilidad y validez de este.

I. Relaciones de pareja



Definición y características

En distintas épocas a la relación de pareja se le ha dado un sentido diferente, siendo su conceptualización bastante amplia cambiando o extendiéndose esta misma a través del tiempo.

Ruiz (2001) indica que, dentro de las relaciones sociales, la relación de pareja representa algo primordial ya que, cuando aparece, puede convertirse en la relación más significativa en la vida de un individuo pues, en ella se vierten sus máximas expectativas y anhelos. La forma en la que una pareja vive su relación viene determinada tanto por las características particulares de sus miembros (estilo afectivo, historia de aprendizaje, experiencias en relaciones románticas previas, etc.), como por el contexto cultural y social en el que se inicia y se desarrolla (factores culturales, roles de género, etc.). Todos estos aspectos van a ser determinantes en las dinámicas de interacción que se generen en la pareja y, por lo tanto, en el ajuste y la calidad de la misma.

Es así como, en ciertas culturas, la pareja moderna pasa de ser un aspecto meramente público a un aspecto más privado, en donde la unión es determinada en función de los lazos afectivos y retomando el sentimiento, de tal manera que si el amor es el factor que une a una pareja, la falta de éste traerá como consecuencia la disolución de la misma.

La pareja es una unidad que se compone por dos individuos, los cuales se encuentran unidos por lazos afectivos y/o materiales. Es así que se puede decir que constituye una institución, que de acuerdo con su cultura regula las conductas

intergeneracionales, así mismo tiene una función como organismo social, ya que refleja las transformaciones sociales de cada época, esto de acuerdo a los diferentes contextos y momentos históricos del pensamiento humano (García, 2010).

Esto va acorde a lo que menciona Sánchez Aragón (1995), pues describe al ciclo vital de la pareja como un modo característico de relación interpersonal el cual lleva a un proceso de vida en el cual se va desarrollando cierta dependencia conforme el paso del tiempo, las vivencias compartidas y las evoluciones, esto conforma el ciclo por el cual la pareja nace y se desarrolla; definiéndola finalmente como:

“una serie de etapas complejas, en ocasiones progresivas, en otras regresivas, estáticas, dinámicas; estables y cambiantes, con oscilación entre períodos de cercanía y de distancia caracterizado por estados de continuidad y discontinuidad” (Sánchez Aragón, 1995).

Igualmente, Carter y McGoldrick (1980 en Sánchez-Aragón & Diaz-Loving, 1999) informan que, el ciclo vital de pareja está conformado por épocas consistentes en periodos de equilibrio y de transición, donde los primeros tienen cierta estabilidad, en tanto que los segundos están caracterizados por una organización difícil de predecir.

Es así como las relaciones de pareja se han visto envueltas en una evolución constante, y aunado a los hallazgos que las investigaciones han proporcionado, surge una múltiple cantidad de propuestas acerca de este ciclo vital de la pareja y un amplio panorama de cómo es vista desde la perspectiva de diversos teóricos, tanto en las etapas en las que ésta es dividida como en los elementos que para cada investigador

éste ciclo debe contener, pudiéndose observar ciertas similitudes o diferencias entre ellas, de las cuales, a continuación se muestran algunas.

Ciclo vital de la pareja y sus etapas

Para comenzar a conocer la relación de pareja es importante conocer algunas teorías que se enfocan principalmente en la interacción y los elementos que existen dentro de la misma, como lo son las elaboradas por Lee (1973); Sternberg, (1988), cuyas ideas, posteriormente surgieron otras nuevas propuestas para poder observar esta etapa con sus diferentes elementos y las cuales se mencionan a continuación:

Primeramente, esta la teoría propuesta por Lee (1973 en Melero, 2008) en su libro *Colours of love*; la cual, tras un estudio de las investigaciones realizadas hasta ese momento y mediante el análisis de una serie de entrevistas diseñadas por él mismo, señaló la existencia de tres amores primarios en la pareja (Figura 1).

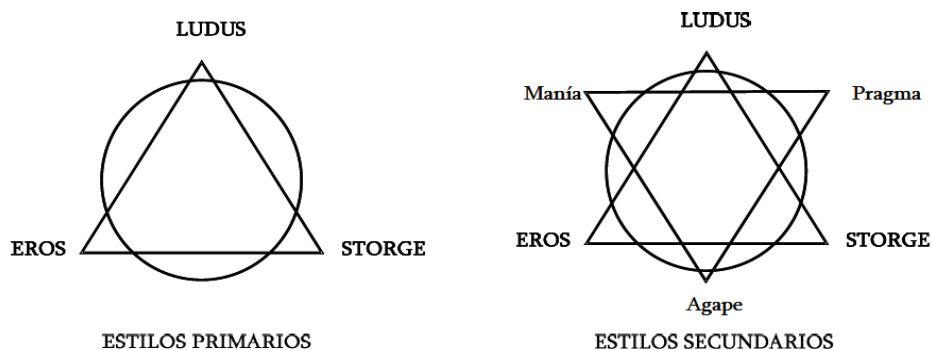


Figura 1. Principales tipos de amor según Lee (1973)

Los colores del amor señalados por Lee son formas primarias de estilos de amar por parte de la pareja; Eros (orásis, mirada a la belleza), Ludus (amor como juego) y Storge (amor como amistad). Estos estilos primarios a la vez se combinan para dar lugar a los estilos secundarios; si bien pueden existir otras combinaciones tales como (lúdico-eros; storge-ludus; storge-eros) y grupos terciarios de combinaciones de estilos primarios y secundarios solo se detallarán los primarios y sus características:

- Ψ **Eros o amor pasional.** Se caracteriza por una fuerte pasión y por un deseo de rápida implicación con el otro, sin caer en sentimientos de posesión o celos. La motivación se centra en la atracción física, el deseo y la excitación sexual.
- Ψ **Ludus o amor lúdico.** Amor sin una notable implicación emocional, sin expectativas futuras, centrado en el aquí y ahora que representa el juego en la relación. Es típico de personas a las que les gusta entablar relaciones con varias parejas poniendo como regla de juego la falta de compromiso y la intención lúdica de sus contactos.
- Ψ **Storge o amor amistad.** En este tipo de amor, se pone el énfasis en el compañerismo y la confianza en las relaciones. Es un amor sereno basado en la intimidad, la amistad y el cariño. Suele requerir tiempo de conocimiento y convivencia.

Como se mencionó en un principio; es importante señalar nuevamente que estos estilos descritos por Lee no son rasgos estables de la personalidad, sino que varían en función de las circunstancias particulares de cada relación o de las personas que

componen la misma, resultando la combinación más satisfactoria cuanto más cerca se encuentren los estilos de amar de los dos miembros de la pareja.

Por otro lado, se encuentra Robert Sternberg (1988) quien propone una de las teorías del amor más populares y utilizadas para observar la interacción de las relaciones de pareja, esta es la teoría triangular del amor, la cual señala la existencia de tres factores principales de toda relación de pareja: intimidad, pasión y compromiso, donde cada uno de estos elementos tiene un peso y una evolución propia a lo largo de los años de relación. Esta teoría está basada en las aportaciones de Lee, basando principalmente en sus modelos sobre las formas de amar por lo cual se pueden ver ciertas similitudes entre sus componentes como el de intimidad, equivalente a Storge; el compromiso a Ágape y la pasión se asemeja a los estilos de Manía y Eros. A continuación, se detallan sus características.

- Ψ El **compromiso** consiste en dos decisiones, amar a la persona y permanecer junto a ella a pesar de otras relaciones potenciales. Ambos componentes están relacionados con la exclusividad, y la estabilidad o continuidad temporal de la relación.
- Ψ La **intimidad** representa la revelación mutua de información personal, o lo que se conoce como auto-divulgación, el compartir emociones y relatos con la pareja, la escucha recíproca de las confidencias, la preocupación profunda con el otro, sentimientos intensos de amor y confort con la proximidad y el contacto físico. Esta parte incluye a su vez 10 elementos: 1) deseo de promover el bienestar de la

pareja, 2) sentimiento de felicidad junto a esa persona, 3) respeto por el otro, 4) posibilidad de contar el compañero en momentos de necesidad, 5) comprensión mutua, 6) entrega de uno mismo y de bienes materiales, 7) recibir apoyo emocional por parte del otro, 8) ofrecer apoyo emocional a la pareja, 9) comunicación íntima y 10) valoración positiva del otro.

Ψ Por último la ***pasión*** se refiere, principalmente, al deseo y la atracción física hacia la pareja y se encuentra definida por un componente emocional (afecto positivo, atracción y atracción sexual, sentimientos de malestar cuando aparecen problemas en la relación, un fuerte sentimiento de reciprocidad y ansia de unión permanente), un componente cognitivo (preocupación y pensamientos intrusivos sobre la pareja, idealización, análisis y evaluación de la conducta del otro, además de, un interés por saber todo lo que concierne a la pareja) y por un componente conductual (servir al otro, cercanía física extensiva y monitorización de los movimientos del otro).

La importancia de cada uno de los tres componentes del amor puede variar según la función del momento o etapa en que la relación amorosa se encuentre (Figura 2), por lo que puede considerarse el componente de la pasión como un factor muy importante en las primeras fases de la relación.

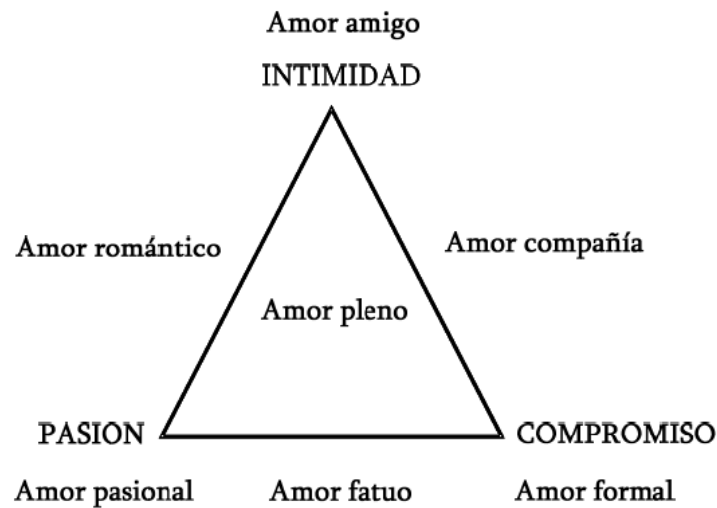


Figura 2. Estilos de amor en función de los tres componentes (Sternberg, 1988)

Por otro lado, conforme el tiempo va transcurriendo la relación evoluciona y así la intimidad y el compromiso adquieren una mayor importancia al ser componentes necesarios para que una relación se consolide, sin dejar a un lado estos sentimientos que generaron la relación.

Conforme avanza la observación de la relación de pareja, también lo hace su conceptualización al tener que contemplar otros elementos que interactúan con la pareja a la par de los elementos anteriormente vistos por Lee, 1973; Sternberg, 1988, los cuales son componentes meramente propios de la relación, viendo así a la relación como una serie de etapas las cuales van evolucionando o cambiando como ya se había mencionado anteriormente, tanto con elementos que actúan en la pareja, como influyen externamente a la misma pero que pueden ser determinantes en su evolución.

Una de estas etapas dentro del ciclo de pareja es la etapa de noviazgo puesto que se le puede considerar como la base sobre la que cual la relación coloca sus cimientos y que pueden hacer que la misma sea funcional y duradera.

Straus (2004 en Rojas & Flores, 2013), lo define como una relación diádica que involucra interacción social y actividades conjuntas con la implícita o explícita intención de continuar la relación hasta que una de las partes la termine o se establezca otro tipo de relación como la cohabitación o matrimonio. Esto puede concordar como lo mencionado por Argyle & Henderson (1985) quienes mencionan que en esta etapa se concentran diferentes dimensiones como: deseabilidad, amor, compromiso, permanencia, y sexualidad. La cantidad del tiempo que emplean los miembros de la relación en esta etapa es variable y a veces puede no ser estrictamente de una sola persona sino se puede realizar con otras; además, de que esta etapa se caracteriza por una mayor expresión verbal de afecto por parte de los miembros de la pareja conocida por algunos autores como “auto divulgación”, en la cual se revelan aspectos íntimos, hay una evidencia no material del amor, se brinda apoyo emocional y moral; también hay una muestra de interés mutuo. Igualmente se expresan sentimientos de forma no verbal como: felicidad, una mayor seguridad o mayor relajación en la compañía del otro; hay evidencias materiales de amor con detalles como: regalos, realizar actividades físicas juntos; expresiones físicas de amor como los abrazos y besos, y por último, se expresa una tolerancia hacia aspectos no tan placenteros del otro con el fin de mantener la relación.

Por otro lado, Sameron (2012 en Ruelas & García, 2012) indica que es un estado transitorio durante el cual dos personas mantienen una relación amorosa con el objeto

de avanzar en el conocimiento mutuo, es decir, conocerse a sí mismo a través de la persona. Lo que da referencia de la importancia que la auto divulgación tiene en esta etapa, pues es la comunicación una de las partes fundamentales para que esta tenga un buen funcionamiento y la relación vaya a buen término, y una vez constituida y consolidada la relación, ésta se mantiene estable hasta que los niveles de integración bajan su intensidad y conforme va avanzando el paso del tiempo se va produciendo una disminución en la satisfacción y en algunos casos la relación se torna aburrida y sin emociones, es ahí cuando se presentan problemas y situaciones que, si no se manejan correctamente por ambos miembros de la pareja, la relación se torna conflictiva

El IAM (2016) en su manual del taller titulado “Noviazgo para adolescentes”, indica que esta etapa comienza posterior a tres etapas previas como, la amistad, encuentros casuales y una amistad especial para que, al llegar a esta parte, los miembros de la pareja hayan así fortalecido sus lazos llegando a un vínculo más intenso y por tanto, una mayor identificación con atenciones especiales mutuas y exclusivas; también hay una mayor comunicación y más personal, compartiendo gustos y cosas en común. Igualmente se comienza a conocer la familia tanto de un lado como del otro, hay una mayor formalidad en las citas ya que estas reafirman los sentimientos de autoestima y seguridad en la pareja, así como ayudan a reforzar los lazos de responsabilidad.

Aunque las anteriores se acercan más a lo que es una definición de lo que representa el noviazgo en la relación de pareja, Barragán (1976 en Sanchez-Aragon & Diaz-Loving, 1999) dentro del ciclo vital de la pareja que el realiza, donde divide a la relación en 6 etapas toma las tres primeras solamente para el proceso de selección de la

pareja para posteriormente llegar al matrimonio; en dicho ciclo no se menciona al noviazgo como tal, mas es importante recalcar los elementos que estas tres primeras etapas contienen, lo que puede dar a entender que puede referirse a este, y la importancia que pueden tener para la evolución de la relación y los cuales son los siguientes.

- Ψ **Selección:** Esta fase se ubica en las necesidades básicas de los miembros de la pareja y no tiene una duración fija
- Ψ **Transición y adaptación temprana:** Aquí los miembros de la pareja se encuentran en un proceso de constante adaptación a un nuevo modo de vida con hábitos, demandas y necesidades diferentes de cada uno de los miembros.
- Ψ **Reafirmación como pareja y paternidad:** Hay una resolución de dudas acerca de la elección del cónyuge, así como una adaptación y solución de la labor de ser padres.

Esto concuerda con Sedikides, Oliver & Campbell (1994), pues mencionan que esta etapa representa una oportunidad de conocer a la otra persona y reafirmar la propia identidad y autoestima, así como la satisfacción de diversas funciones socioafectivas como conocerse, pasarla bien, disfrutar, impresionar a los amigos, reafirmar la identidad femenina o masculina, explorar o reforzar la preferencia sexual, enamorarse, platicar, compartir alegrías y sufrimientos. Sin embargo, parece satisfacer necesidades distintas en hombres y mujeres.

Las relaciones de pareja de los jóvenes mexicanos se inscriben en un entorno con algunas transformaciones propias de sociedades posmodernas con una serie de cambios que han ocurrido (y siguen ocurriendo) en los ámbitos económico, demográfico, social y cultural que entre otras cosas ha conducido a una flexibilización en la estructuración rígida de los roles dentro de un proceso de redefinición y negociación de estos. Cambios que no siempre se realizan de manera radical, sino bajo la forma de deslizamientos y que han afectado a la familia nuclear y la pareja heterosexual en general, destacándose un compañerismo más cercano en términos sociales y emocionales donde este tipo de intimidad da mayor importancia a la relación sexual. Pero también crecientes conflictos por la negociación que se da entre sus miembros en diversos aspectos como los de roles en la vida de pareja (Esteinou, 2009). La pareja se involucra en aquellas actividades que pueden llevarlos a estar juntos; con el tiempo las citas casuales se vuelven serias y en ellas se tiende, en la mayoría de los casos, a tener una relación monógama y cierto nivel de compromiso mutuo, factores que coinciden en teorías vistas anteriormente (Magnuson & Dundes, 2008 en Herrera et al., 2010)

Lo anterior supone que el aproximarse al noviazgo implica conocer los sentidos que cada uno de sus miembros otorga, así como el conocimiento que se comparte sobre si mismos en los distintos contextos sociales; así pues, se puede entender a la etapa del noviazgo como una relación transitoria, la cual puede mostrar los componentes necesarios llegar hasta un matrimonio, o por el contrario, puede culminar en una ruptura, por la incompatibilidad o disconformidad en diversos factores por uno o ambos miembros de la pareja.

Tzeng (1992 en Sanchez-Aragon & Diaz-Loving, 1999) en su ciclo de la pareja de 8 etapas, muestra cuatro primeras etapas enfocadas al conocimiento previo y consolidación de la pareja en un “romance” como él lo menciona, y se muestran a continuación:

- Ψ **Extraños:** En esta etapa son sólo dos individuos neutrales, no son conscientes de las características del otro, no hay ninguna estimulación ni reacción fisiológica que provoque la presencia del otro.
- Ψ **Amistad:** Estos individuos se empiezan a conocer y forman una impresión mutua, generalmente positiva, hay una disposición para que exista un involucramiento hacia una comunicación más profunda.
- Ψ **Atracción:** Hay presencia de reacciones fisiológicas generadas por la otra persona, y quien las experimenta puede ser consciente de ello, aquí diversos factores actúan como: apariencia física, personalidad, o intereses comunes. Conocida comúnmente como “enamoramamiento”
- Ψ **Romance:** Hay un involucramiento emocional recíproco y espontáneo por parte de ambas partes, hay una identificación en diversas maneras y hay manifestaciones conductuales como besos: autodivulgación, conducta sexual e intimidad.

Así como existen diferentes definiciones respecto a esta etapa de noviazgo, todas ellas coinciden en la existencia de atracción hacia otra persona con la cual se busca tener una relación más cercana más apegada a lo amoroso, por lo que esta etapa es importante en la vida de las personas, pues es a través de ella, que se busca consolidar una relación.

Los jóvenes en relaciones de noviazgo generalmente tienen poco conocimiento del nuevo dominio de las relaciones románticas (López, 2013), lo cual concuerda con investigaciones más contemporáneas como lo es la de Sánchez Aragón (1995 en Sanchez-Aragon & Diaz-Loving, 1999) quien en su ciclo de la pareja contempla a esta etapa del noviazgo y subdivide en dos partes:

- Ψ **Noviazgo de 0 a 6 meses:** Esta inicia con la atracción, el descubrimiento y conocimiento mutuo de la pareja, en sus gustos, intereses, hábitos, así como en su personalidad.
- Ψ **Noviazgo de 6 meses hasta el matrimonio:** Aquí, la pareja se va estabilizando ya que sus miembros poseen un mayor conocimiento del otro en términos sociales nuevos y convencionales. Esta etapa da pauta para la posible formalización de la relación a partir de la negociación de diferencias y la aceptación de similitudes.

Es por esto que, el noviazgo, se debe considerar como una etapa de aprendizaje con respecto a las relaciones de pareja ya que es donde ambos miembros comienzan a adquirir experiencia y conocimientos sobre el cómo relacionarse, conocerse mutuamente y modificar los diferentes aspectos necesarios para poder llevar por un buen camino su relación, logrando así un fortalecimiento y madurez, tanto para cada uno de ellos como para la relación.

Así como se explica esta etapa de noviazgo, existen otras investigaciones donde se refiere a la pareja, ya sea en etapas, como las mostradas antes, o simplemente haciendo énfasis en los múltiples elementos que la relación debe tener para un mejor

funcionamiento sin diferenciar entre un periodo de evolución o avance con el tiempo y las cuales se muestran a continuación:

Levinger & Snoek (1972) divide la relación de pareja en tres elementos principales o características que la conforman.

Ψ **Conciencia:** Aquí se lleva a cabo un proceso de observación, se incluyen procesos que guían la atracción con rasgos más superficiales como: atracción física, actividades en común.

Ψ **Contacto superficial:** En este proceso hay una interacción más continua por lo que la misma frecuencia e intensidad de lo recibido el uno por el otro, como actitudes, los papeles sexuales y las conductas determinan la atracción.

Ψ **Mutualidad:** La autodivulgación y la expresión constante de los sentimientos y cuestiones personales es compartida, así como información sobre el bienestar de ambos miembros de la pareja; también se afianza el compromiso emocional.

Posteriormente Solomon (1973 en Sánchez-Aragón & Diaz-Loving, 1999) propone un ciclo de la pareja basado en cinco etapas un tanto aisladas entre sí, y dando saltos entre cada una de ellas sin mostrar algunos elementos que pueden apoyar a explicar el porqué de estas etapas o como se llega a ellas para así llegar hasta la vejez donde se enfrentan a cambios biológicos.

Ψ **Matrimonio:** Hay una primera separación de las familias de origen y la pareja se compromete emocionalmente; aquí la pareja también aprende a lograr sus necesidades mutuas.

Ψ **Nacimiento:** La pareja ha de desarrollar nuevos roles sin descuidar la relación.

- Ψ **Individuación:** En esta parte la pareja se enfrenta con la creciente independencia de los hijos, ayudando a estimular la misma, así como su socialización fuera de casa.
- Ψ **Partida de los hijos:** Los hijos se alejan de los padres y los padres aprenden a dejarlos ir.
- Ψ **Integración de pérdidas:** Los padres se afrontan con pérdidas de tipo económico, biológico y social.

Murstein (1976) se centra en un ciclo de tres fases, donde primeramente los miembros de la pareja se centran en la atracción, principalmente en lo físico, social e intelectual del otro; posteriormente sigue una etapa donde hay una comparación mutua de valores y hay mucho intercambio verbal, para finalmente llegar a un funcionamiento como pareja con base en roles individuales compartibles, aunque cabe señalar que no se toma en cuenta la parte socioafectiva entre los miembros de la pareja, lo cual puede suponer un componente importante para la relación.

Como ya se mencionó anteriormente Barragan (1976) dentro de su ciclo de seis etapas de las cuales se mostraron las primeras tres, las cuales se enfocan en la formación de la pareja continua su teoría del ciclo vital de la pareja donde muestra la continuación de los procesos ya vistos y la interacción de procesos externos a los cuales se enfrenta la pareja hasta llegar a la vejez, visto desde la perspectiva de la pareja.

- Ψ **Diferenciación y realización:** Se consolida el matrimonio y terminan las dudas acerca de la elección de la pareja.

- Ψ **Estabilización:** Los miembros de la pareja se encuentran en una en una búsqueda de equilibrio en la mitad de su vida, con aspiraciones, logros y una reorganización de sus prioridades para la búsqueda de una estabilidad individual y de la pareja.
- Ψ **Enfrentamiento con vejez, soledad y muerte:** En esta etapa ambos miembros de la pareja se encuentran en un periodo de estrés y preocupación por lo que hay una necesidad de apoyo y afecto mutuos, así como de fuentes externas tanto familiares o sociales.

Posteriormente se encuentra el ciclo de pareja creado por Duvall (1977) quien elabora una teoría más extensa dividiendo a esta etapa en ocho fases, donde cabe señalar que, estas no siguen un proceso, sino que son diferentes escenarios en los cuales se puede encontrar la relación de pareja, dando importancia a la interacción y los roles que ejercen los miembros de la pareja y sus hijos, por lo cual solo se mencionan las etapas: 1) Parejas recién casadas con hijos; 2) Parejas en periodo de crianza; 3) Familias con hijos en edad preescolar; 4) Familias con hijos en edad escolar; 5) Familias con hijos en la adolescencia; 6) Familias en periodo de "plataforma de despegue"); 7) Familias con padres de edad mediana (síndrome del nido vacío, retiro o jubilación); y por ultimo 8) Familia en la vejez.

Más de una década después, Tzeng (1992 en Sánchez-Aragón & Diaz-Loving, 1999) elabora un ciclo compuesto por ocho etapas, las cuales involucran componentes no solo afectivos, sino que también se enfocan a los cognitivo y lo conductual por parte de los miembros de la relación, además de que este ciclo también sigue un proceso

extenso pudiendo observar la evolución de la misma, desde que son desconocidos, pudiendo llegar hasta una posible separación.

Ψ **Extraños:** En esta etapa son sólo dos individuos neutrales, no son conscientes de las características del otro, no hay ninguna estimulación ni reacción fisiológica que provoque la presencia del otro.

Ψ **Amistad:** Estos individuos se empiezan a conocer y forman una impresión mutua, generalmente positiva, hay una disposición para que exista un involucramiento hacia una comunicación más profunda.

Ψ **Atracción:** Hay presencia de reacciones fisiológicas generadas por la otra persona, y quien las experimenta puede ser consciente de ello, aquí diversos factores actúan como: apariencia física, personalidad, o intereses comunes. Conocida comúnmente como “enamoramiento”

Ψ **Romance:** En esta etapa hay un involucramiento emocional recíproco y espontáneo por parte de ambas, partes, hay una identificación en diversas maneras y hay manifestaciones conductuales como besos: autodivulgación, conducta sexual e intimidad.

Ψ **Compromiso:** Es la continuidad de la etapa romántica y tiene que ver con la afirmación de un vínculo a largo plazo. Establecimiento del compromiso incluye un intercambio de derechos y responsabilidades que pueden o no estar formalizados en términos de funciones sociales.

Ψ **Conflicto:** Declive del amor. En el proceso de evolución de una relación a través de las etapas de amor (atracción, romance, y compromiso), el énfasis es puesto

en las similitudes en personalidad, intereses valores y metas. Varias circunstancias en las interacciones diarias pueden cambiar el énfasis de las similitudes en las diferencias.

- Ψ **Disolución del amor:** Esta etapa representa el decaimiento del vínculo amoroso establecido en el compromiso y muchas causas son las que influyen, incluyendo aventuras, conflictos constantes y nuevas orientaciones de vida, etc.
- Ψ **Separación/Divorcio:** Esta es frecuentemente iniciada por factores estresantes, una relación nueva o una que ya existía. Hay emociones negativas (enojo, desdén, odio) combinadas con estrés, lo cual sirve como inhibidor para las emociones positivas que antes se percibía en la relación.

Por último, como ya se había visto anteriormente en la etapa de noviazgo Sánchez Aragón (1995) posterior a las dos etapas ya mencionadas, continua con su investigación describiendo el ciclo vital de la pareja de una forma similar a Duval, 1977, en cuestión a que describe a la pareja y sus roles en función a la socialización con los hijos y el tiempo que lleva la relación.

- Ψ **Matrimonio sin hijos con 0 a 3 años de relación:** Caracterizado por la vida conjunta de pareja, los cuales pueden representar la etapa más difícil debido al periodo de ajuste y autoconocimiento mutuo, así como las nuevas responsabilidades y reglas que surgen en la dinámica de la pareja.
- Ψ **Matrimonio con hijos con 3 a 7 años de relación:** Los roles de padres se van afianzando en los miembros de la pareja, determinados por sus antecedentes

familiares. Aquí se enfrentan a un nuevo reajuste de responsabilidades, y aún más importante, la parte de la pareja se va limitando.

Ψ **Matrimonio con hijos con 7 a 14 años de relación:** Aquí se consolida la relación de pareja y se trata de llegar a un equilibrio entre aspiraciones y los logros personales, así como de la pareja. En esta parte la relación de pareja ya ha establecido su relación con los hijos.

Ψ **Matrimonio con hijos con más de 14 años de relación:** En esta parte se presenta una confrontación entre la pareja y los hijos adolescentes, teniendo así que haber un reajuste nuevamente en la pareja, debido a la exigencia de independencia y un mayor papel en la familia. Por último, este reajuste da la oportunidad a la pareja ya que en este momento cuentan con más tiempo para compartir juntos y así poder redefinir la relación.

Es por ello por lo que, cuando se llega a establecer una relación con otra persona, se pretende que en estas se conozcan las cualidades, necesidades, intereses, creencias, la personalidad, costumbres, estilo vida, etc. del otro para así llegar a un acuerdo común de la manera en la que llevarán su vida al establecer este compromiso en aspectos como la intimidad o interacción social y personal, es decir, se establecen las pautas de comportamiento y valores. Cuando no se llega a este acuerdo mutuo, empiezan a presentarse diferencias, es cuando se producen los conflictos (Flores et al., 2005).

II. El conflicto de pareja



Definición y características

La palabra conflicto procede del latín “conflictus”, que significa pelear, combatir, choque entre dos fuerzas (Real academia, 2001).

La interacción en las relaciones personales presenta una fuente de oportunidades para la generación de conflictos y su intensificación. El convivir con otras personas aumenta la interacción, dentro de la interacción están presentes la expresión de emociones y sentimientos que hacen latente al conflicto para surgir en cualquier momento, generalmente cuando no hay concordancia en ideas y pensamientos o exceden los límites permitidos dentro de una relación (Vuchinich, 1984)

En toda relación humana existe el potencial de conflicto, y en las relaciones más cercanas o íntimas parece aumentar por la proximidad y frecuencia de dichas interacciones. En otras palabras, las relaciones humanas en las que hay que establecer territorios, maximizar recursos, resolver necesidades y demás, son campo fértil para el conflicto, el cual acrece al incorporar intereses disímiles, emociones, cercanía e intimidad, como es el caso de las relaciones amorosas (Flores et al., 2005).

Por tal motivo García et al., (2015) concuerdan con lo anterior al mencionar que el conflicto por sí mismo no es negativo en la relación, en ocasiones es necesario porque conduce a cambios que involucran una reorganización que beneficia y enriquece las interacciones de la pareja.

Cahn (1990) se centra en definir al conflicto como “la interacción entre personas que expresan intereses, puntos de vista u opiniones personales que son opuestos, creando así una situación de conflicto”.

Es debido a lo anterior que la vida de pareja se ve afectada por diversas incompatibilidades y por periodos de crisis que exigen que cada uno de los miembros de la relación se ajuste a las nuevas situaciones a las que se enfrentan. Muchas de estas dificultades son ocasionadas por las carencias comunicativas entre cada uno de los integrantes, misma que se van acentuando con el tiempo y con ello pueden llegar a cobrar una dimensión seria, sobre todo porque es común observar que ninguno de los dos se da cuenta de este deterioro de la relación hasta que las pequeñas diferencias se transforman en un conflicto de mayor magnitud.

Paterson (1983 en García 2010) definió el concepto de conflicto como un proceso interpersonal que se produce siempre que las acciones de una persona interfieren con las de la otra. Tomando esta definición se puede pensar en ¿Por qué es que en las relaciones de pareja es más común el término de conflicto?, ya que al hacer pareja con alguien, las decisiones que se tomen referente a temas específicos como pueden ser los económicos, actividades a realizar en común, tareas dentro del hogar en caso de parejas que ya viven juntos, las diferencias ideológicas, asuntos referentes a la sexualidad, la atención proporcionada a la relación o a la otra persona, relaciones con amigos o familia extensa o el hecho de tomar decisiones sin tomar en cuenta la pareja puede dar pie a una inestabilidad a la relación si estos temas no son tomados en cuenta con la precaución necesaria.

Etapas del conflicto

Es bien sabido que el conflicto tiene un origen y una forma de presentarse, no es un hecho aislado que sucede de la nada, Coombs (1987) propone que el conflicto progresa a través de tres etapas específicas.

- Ψ Etapa 1. El conflicto potencial es experimentado más por un miembro de la pareja cuando se enfrenta a una elección entre dos o más opciones o metas incompatibles con la pareja.
- Ψ Etapa 2. El conflicto se convierte en una realidad y se expresa cuando la interacción revela que los miembros de la pareja quieren cosas diferentes, pero piensan que esa diferencia debe solucionarse.
- Ψ El conflicto ameniza a la relación cuando los miembros de la pareja perciben que no existe una consecuencia mutuamente aceptable (ninguno cede en lo más mínimo) llegando a situaciones extremas de sacrificio para poder resolver la diferencia. En esta etapa puede cederse totalmente, imponiendo una de las partes sus intereses personales haciendo a un lado los intereses mutuos. Hay un ganador y un perdedor, este tipo de situaciones pueden dar fin a la intimidad y la formación de más conflictos.

Rodríguez (1988 en González, 2011) menciona que el conflicto es un fenómeno que se encuentra presente en todos los escenarios de nuestra vida, como pueden ser: el hogar, el trabajo, la escuela, etc., por lo que es importante comprender las situaciones

que lo generan y que lo gobiernan, para así poder entender como comprender las formas más efectivas para poder manejarlo.

Teorías del conflicto de pareja y sus factores

Así como se define el conflicto de pareja desde diversas perspectivas, también existen múltiples propuestas de como observar los factores que intervienen en lo que respecta al origen de los mismos. Sanz (2002 en Melero 2010) quien argumenta que éstos se originan por tres cuestiones principales: un desnivel en el intercambio de reforzadores, un desequilibrio en la relación costo-beneficio y por la existencia de expectativas disfuncionales. Respecto al desnivel en el intercambio de reforzadores, el número, la calidad y la variedad de los refuerzos que los miembros de la pareja se dan entre sí, está directamente relacionado con la satisfacción en la misma, por refuerzo se refiere a cuestiones materiales, cualquier manifestación que implique afecto y actividades compartidas. Así, por ejemplo, ignorar las manifestaciones de afecto conlleva el riesgo de que dicha conducta se extinga o disminuya en frecuencia, lo que genera pérdida de interés y desmotivación.

La segunda causa de conflicto en la pareja tiene que ver con la relación costo-beneficio entre lo que se ofrece y lo que se percibe que se recibe a cambio. Entrar a formar parte de una relación implica que cada uno de los miembros haga concesiones, es decir, sacrifique parte de sus deseos personales en aras de un mayor ajuste a la relación. En las primeras etapas de la relación, estos "sacrificios" personales se realizan

con una sensación de esfuerzo mínimo y una alta recompensa personal. Sin embargo, conforme la relación avanza y la etapa inicial de enamoramiento es sustituida por visiones más realistas, este proceso puede invertirse. Cuando uno de los miembros de la pareja percibe que está aportando más de lo recibe a cambio es probable que se generen sentimientos de insatisfacción debido a la sensación de desequilibrio percibida. Por último, los conflictos originados por las expectativas, es decir, las creencias que las personas llevan en su bagaje cognitivo y que esperan se hagan realidad, pueden originar, como señalamos anteriormente, una falta de ajuste a la realidad que derive en sentimientos de frustración cuando estas expectativas no se cumplen.

Estos aspectos hacen referencia al hecho de que, conforme la relación avanza el balance o mantenimiento de la misma cambiará proporcionalmente. La realidad de la rutina diaria hace que se atienda tanto a las virtudes como a los defectos lo que supone que algunos reforzadores pierdan fuerza o que aspectos negativos externos a la relación ejerzan un impacto dañino. Si, en este balance, los aspectos negativos (desinterés, insuficientes muestras de afecto, riñas, etc.) superan los aspectos positivos (sentimientos de cariño, atenciones, apoyo, cuidados, etc.), la pareja sentirá que la relación no funciona adecuadamente y es probable que surjan los conflictos.

Dentro de la perspectiva evolutiva del conflicto de pareja surgen dos teorías a través de las cuales se busca explicar el conflicto que ha existido entre sexos:

Ψ **Teoría del manejo del error:** Esta teoría indica la existencia de asimetrías del tipo costo-beneficio sobre inferencias sociales que producen sesgos cognoscitivos respecto a hechos que se ocultan de manera intencionada, lo

que genera dos tipos de inferencias, positivas y negativas. A la vez se generan dos tipos de error de respecto a las inferencias. El primero de ellos se refiere a una inferencia falsa respecto a una intención malinterpretada; el otro es una inferencia incorrecta respecto a una intención que realmente es cierta. De forma particular, en el conflicto entre hombres y mujeres, el hacer inferencias correctas o incorrectas respecto a las acciones del otro individuo, puede generar conflicto (Buss, 2001).

Ψ **Teoría de la interferencia estratégica:** Esta teoría supone que el conflicto surge entre hombres y mujeres cuando uno de los dos obstaculiza los objetivos y preferencias del otro. A su vez, los conflictos implican la aparición de problemas adaptativos que han sido recurrentes a lo largo de la evolución, por lo que generaron mecanismos psicológicos en los seres humanos a manera de alerta para poder encontrar la solución a las problemáticas que se presentaban, mecanismos que fueron heredados a las generaciones futuras como un medio para solucionar los conflictos (Buss, 1996). Esta teoría indica que existen ciertas emociones negativas cuya función es motivar a la acción, con la finalidad de reducir el conflicto. Así, supone que emociones como los celos y el enojo, en lugar de reducir la racionalidad, puede evocar conocimientos ancestrales que ayuden a disminuir la interferencia infringida por otros. Dichas interferencias se enfrentan de forma diferente de acuerdo a los sexos (Buss, 2001).

Por otra parte, Díaz-Loving (1996), dentro de su ciclo de Acercamiento-Alejamiento, característico por una medición perceptual dependiendo el nivel de cercanía o lejanía de la pareja menciona que la etapa de conflicto florece cuando dados los cambios, presiones y obligaciones de la vida cotidiana, surgen tensiones que los miembros de la pareja no pueden manejar, lo cual conlleva a sentimientos de frustración, enojo, irritación y temor. Al no resolverse a corto plazo la problemática, pueden crear una relación en la cual el mantenimiento se tiñe de conflicto. Cuando el conflicto es recurrente, y el mantenimiento ya no resulta placentero o funcional para uno o los dos miembros de la pareja, se desarrolla de lleno la etapa de conflicto.

Lo anterior concuerda con lo mencionado por Stanford y Grace (2011 en García et al., 2015) quienes reportan que, cuando la pareja tiene un conflicto en su relación, es probable que cada integrante sienta emociones fuertes que juegan un papel fundamental en la regulación de las interacciones interpersonales debido a que motiva a sus miembros a realizar acciones específicas; pero cabe mencionar que, si la interpretación que se realiza de las emociones del otro así como del conflicto es equivocada, el resultado obtenido acerca del manejo del problema estará relacionado con bajos niveles de la calidad de la relación y problemas asociados a patrones negativos de interacción, los cuales tienden a deteriorar la relación.

Por otra parte, Bowlby, desarrollo una teoría sobre el apego, ésta implica que las relaciones actuales del adulto reflejan gran parte de sus experiencias anteriores con su cuidador primario (Ojeda, 1990). Ainsworth y sus colaboradores ampliaron estas ideas y sugirieron que las relaciones cercanas del adulto se describen como seguras,

ansiosas/ambivalentes, o evitantes. Individuos que tienen apego seguro, tienden a sentirse seguros en sus relaciones; mientras que aquellos que tienen un tipo de apego ansioso/ambivalente o evitante tratan de mantener el control de la relación siendo algo distantes con su pareja, tienden a ser celosos y no confían totalmente en los otros. Asimismo, se sugiere que sujetos con un estilo de apego ansioso/ambivalente probablemente sufrieron abandono por parte de su cuidador, por lo que necesitan contar con el amor absoluto de su pareja (Craig, 2001).

Así también, de entre las causas más comunes de conflictos Peterson, (1983 en Flores et al., 2005) menciona diversos factores entre los cuales están: las relaciones con los parientes, las diferencias de valores, las expectativas sobre la relación, las filosofías de vida, las diferencias religiosas, el uso del tiempo libre, la falta de atención, la sexualidad, las relaciones con las amistades y la carencia de conocimientos o destrezas de comunicación constructiva-efectiva, de formas de solución de conflictos y de negociación, entre otras cuestiones que van más hacia la cuestión marital.

García (2004) divide las causas de este en cinco factores principales sobre los cuales se desencadenan los conflictos en la pareja si estos no son atendidos por los miembros de la misma mientras la relación va avanzando con el tiempo y los cuales son:

- Ψ **Poder:** teniendo en cuenta las responsabilidades de cada miembro; quien se encarga de hacer las cosas y quien decide lo que hay que hacer.
- Ψ **Intimidad:** se construye con una separación de la familia de origen, dando prioridad al otro en la auto revelación y en la toma de decisiones.

- Ψ **Pasión, afecto y sexualidad:** el amor va sustituyendo al enamoramiento, la pasión inicial va dando paso a la intimidad y al cariño; pero no se puede perder la atracción que se siente por el otro.
- Ψ **Comunicación:** Cuando se producen los conflictos se producen patrones de comunicación que perpetúan y acentúan el problema, los cuales pueden llevar a la separación si no se llega a una solución de estos.

Por otro lado, dentro de su investigación acerca de los factores que influyen al divorcio en las parejas a raíz del mal manejo de los conflictos, Limón (2014), menciona dos factores principales:

- Ψ **Falta de comunicación:** Esta se presenta cuando uno de los miembros de la pareja no le reconoce al otro sus propios valores y no busca los momentos oportunos para expresar sus inquietudes, lo que puede llevar a agresiones verbales por una falta de tacto al verbalizar las inconformidades y, por ende, la situación se torna en una discusión, cerrando así los canales de escucha, entendimiento y respeto, por parte de ambos miembros de la relación.
- Ψ **Infidelidad:** Esta no solo se enfoca a lo sexual, pues el infiel busca aspectos que, para él, en ese caso, su pareja no cuenta con ellos o ya no se los brinda, los cuales están desde los físicos, intelectuales y/o emocionales. En el momento en que existe infidelidad, la víctima presenta sentimientos negativos hacia su persona y la relación, llevando así a una pérdida de interés y a la posible aparición de nuevos sentimientos y factores que mantienen a la relación en constante conflicto.

Para Deutsch (1973 en Cahn, 1992) el conflicto puede darse a partir de cinco principales fuentes.

- Ψ **Control de los recursos:** espacio, dinero, hijos, temas sobre los que no se comparten las mismas opiniones.
- Ψ **Preferencias y molestias:** actividades de una persona que afectan a las preferencias y sensibilidades del otro.
- Ψ **Valores:** aspectos ideológicos.
- Ψ **Creencias:** se refiere a lo que se considera como realidad, los hechos.

Por otro lado, se tiene otro factor el cual es mencionado brevemente dentro de algunas teorías, y es el caso de **los celos**. Díaz-Loving, Rivera y Flores (1989) lo conceptualizan como esos sentimientos y emociones desarrolladas ante la real o imaginada trasgresión de la norma de exclusividad por parte de una pareja que tiene componentes tales como enojo, dolor, necesidad de poseer, desconfianza e intriga hacia la pareja. Estos conforman tres componentes básicos: 1) un sentimiento de orgullo herido; 2) un sentimiento de que los derechos de propiedad de uno han sido violados, y 3) que el valor de la exclusividad en pareja se ha perdido; refiriéndose a la ilusión que se tiene de ser único y extraordinario en el mundo se esfuma al entrar en escena “un tercero”.

De acuerdo con Reidl (2005), los celos son un sentimiento de temor a la pérdida de una atención especial, teniendo como núcleo la necesidad de ser necesitado. Involucran sentimientos de venganza e indignación. Cuando se sienten celosos la

persona duda y se compara obsesivamente con el que considera su rival, lo que frecuentemente desata sentimientos de ira y venganza.

Por otra parte, Owsley (1981 en Reidl, 2005) propone que los celos están constituidos por tres aspectos:

Ψ La víctima o celoso

Ψ Un objetivo valioso pero neutral acerca del cual se sienten celos

Ψ Un causante del desequilibrio moral entre las expectativas y las recompensas

Otro aspecto que se puede tomar en cuenta para dar origen al conflicto es el caso de las **exparejas**, el cual va de la mano con el tema de los celos Fierro (2014) afirma que, uno de los tipos de celos más destructivos son precisamente los que se sienten hacia las parejas de relaciones amorosas del pasado. El *síndrome de Rebeca* es cada vez más frecuente en las relaciones de hoy en día, y es que los "exes" actúan como agentes "fantasmas" que se encuentran presentes en cualquier situación de la pareja a causa de un pensamiento obsesivo que impide conseguir el equilibrio y la estabilidad en la relación. La persona que padece este síndrome tiende a realizar una investigación exhaustiva sobre el pasado de su pareja. Una de las herramientas más efectivas y simultáneamente destructivas para obtener información son las redes sociales, en las cuales se pueden conseguir historiales y fotos desde varios años atrás, funcionando, así como elemento conflicto de la relación. Otra de las formas compulsivas de obtener información es a través del bombardeo de preguntas a la pareja o a los conocidos cercanos, en donde cualquier respuesta puede convertirse en paranoia por miedo al abandono.

Es por esto por lo que se puede decir, que uno de los elementos que se considera importante en cuanto al tema de los celos es la competencia, ya que se tiene un miedo constante de los posibles competidores que podría tener respecto a su objeto de amor y el miedo a perderlo (Hansen, 1982).

Por otro lado, variable que puede intervenir en el conflicto es la construcción de la comunicación durante la relación, ya que en estudios realizados se ha comprobado que está asociada con rasgos de satisfacción, tanto personal como en la relación, considerando una comunicación negativa en la relación como promotora de comportamientos de evitación o retirada que en vez de ayudar a solucionar el conflicto, solo lo contiene por más tiempo agravando y colocando a la relación en riesgo (Abraham et al., 2006).

Van Pelt (2002) menciona que la felicidad de una pareja se puede medir en gran parte por la efectividad de su comunicación. La forma que lo hace es uno de los factores más poderosos en el éxito o el fracaso de la misma. El proceso afectivo de esta nos permite tratar los problemas, satisfacer las necesidades, evitar sobre todo los malentendidos como también desarrollar una buena intimidad al paso de los años.

Asimismo, Cahn (1990 en González, 2011) identifica tres tipos diferentes de comunicación relacionados al conflicto.

Ψ **Desacuerdos específicos:** El conflicto se encuentra sobre un tema en particular explícito y latente, en el cual hay una queja crítica, una respuesta hostil acompañada de una conducta defensiva o displacentera.

Ψ **Discusión sobre la disolución de problemas:** La relevancia de este punto se ubica en una situación en donde la comunicación es conocida como sesión de negociación, o de regateo. Es aquella en la que el tema a discusión es de relevancia actual y se accede a un acuerdo final, en donde una de las partes tiende a ceder más que la otra.

Ψ **Relaciones infelices (en disolución):** Se caracteriza por ambas partes de la relación optan por ser “oídos sordos” como resultado de una incapacidad de relacionarse o incompatibilidad con la pareja, y relacionado así a cualquier conflicto, lo cual crea un cumulo de problemas que tienden a ser difíciles de solucionar. Este tipo de parejas tiende a buscar ayuda urgente y expresan con exaltación su infelicidad, desacuerdo e incompatibilidad.

Igualmente, Gaja (1995) menciona que, la cuestión no es que la pareja con mala comunicación tenga problemas, sino que, la pareja con problemas tiene mala comunicación, es decir, la comunicación deficiente es el elemento que ayuda a que estos se mantengan. No se puede concebir la existencia de buenas relaciones cuando la comunicación es mala y no podrá haber coordinación óptima en ninguna actividad en común dentro de la pareja, sin el empleo de adecuados sistemas de comunicación: por otro lado, cuando la relación comienza a deteriorarse se puede deber a que se encuentren fallando los canales de comunicación, la decodificación de los mensajes o algún otro aspecto de trasmisión de la información. Una mala comunicación siempre tendrá resultados negativos dando origen a discordias que pueden culminar en la terminación de la relación.

Tomando el tema de la comunicación en pareja, puede hacerse una acotación respecto a una parte importante que se encuentra dentro de esta, y el cual se refiere a “la desconfianza”; pero para poder entender ¿Qué es la desconfianza?, es necesario tomar su contraparte y poder entender las fluctuaciones que hay en la vida de pareja entre una y otra. Luhmann (2005 en Sevillano & Escobar, 2015) menciona que “La confianza se da dentro de un marco de interacción que está influenciado tanto por la personalidad como por el sistema social y no puede estar asociado exclusivamente con uno u otro”. Se reconoce que en la medida en que interactuamos aprendemos a confiar y en la medida en que confiamos podemos arrojarnos a establecer nuevas relaciones; esto lo reconoce Luhmann como un proceso recursivo. Cuando confiamos, creemos en el otro, es decir, nos arriesgamos para llegar a establecer relaciones y vínculos afectivamente. En tal sentido, si no existe la confianza no hay posibilidad de desarrollar relaciones humanas significativas.

En el proceso de confiar, los seres humanos empiezan a interactuar de forma precavida, prudente reservada, en la que poco a poco se va conociendo al otro, construyendo así, cierta cercanía, para finalmente ganar la confianza...Sin embargo, la confianza completa no es posible, toda interacción fluctúa entre la experiencia de saber y la ignorancia (Sevillano & Escobar, 2015). Lo cual se puede comparar con lo que menciona Luhmann (2005) pues se refiere a la confianza como “una combinación entre conocimiento e ignorancia”.

Castilla (2000) sugiere que “En toda interacción hay un momento en que se ha de apostar por la confianza, bien al comienzo o con posterioridad. Si no es así, la interacción

se interrumpe apenas iniciada, porque el sujeto no tolera el exceso de incertidumbre que la interacción le suscita". Es así como, cada miembro de la pareja construye en su vida cotidiana significados sobre sí mismo, sobre el cónyuge y sobre la relación. Rojas (2005) concuerda al indicar que, los procesos de interacción de la pareja pertenecen a un campo íntimo, en donde se encuentra una historia común vivida durante determinado tiempo, en la que se construye una imagen del otro, una imagen de si y una imagen de la relación. Esta historia común es alimentada con lo que cada cónyuge trae: una serie de expectativas, deseos y creencias de lo que esperan de la vida en pareja. Sager (2010) define a esta serie de elementos como *contratos individuales*.

Es por esto que en ocasiones estos conflictos se pueden producir a partir de que alguno de los miembros de la relación se preocupe más por sus necesidades personales, su propia satisfacción en vez de ver por los dos como pareja, dejando a un lado la importancia de este compromiso, no tomar en cuenta a la pareja en la toma de decisiones y quizás no dándole el valor que representa.

Todo lo anterior concuerda con el Modelo Territorial del conflicto de pareja (Orathinkal & Vansteenwegen 2006 en García et al., 2015), en el cual se plantea que, en la relación de pareja hay un número importante de territorios que tienen un papel relevante en las interacciones de esta como lo son: la necesidad de atención, la necesidad de comunicar pensamientos y sentimientos, la necesidad de un refugio, de tener el control de determinadas actividades, etc. Y los cuales se explican de la siguiente manera:

- Ψ **Atención:** Uno de los territorios más importantes en las personas es la atención de su pareja. Cada persona que vive en pareja, en algún momento desea la completa atención del otro. Ambos quieren ser la persona más importante en la vida del otro y desean que los encuentren interesantes y atractivos.
- Ψ **Privacidad:** Es la zona en la que la persona se aleja de la pareja, busca un espacio en el que pueda quedarse con sus sentimientos o pensamientos sin ser molestado por el compañero.
- Ψ **Objetos:** Parece innato en los seres humanos tener algunas cosas solo para ellos mismos. Esto también sucede en la relación de pareja en la que se tienen cosas en común y otras son consideradas personales.
- Ψ **Pensamientos y sentimientos propios:** Los integrantes de la pareja tienen la necesidad de poseer sus propios sentimientos y pensamientos, estos últimos pueden ser recuerdos personales, fantasías o ensueños. Para uno de ellos puede resultar irritante cuando el otro le pregunta acerca de estas áreas privadas. La persona puede compartir sus pensamientos y sentimientos si decide hacerlo, pero si esto se vuelve una exigencia, entonces puede llegar a sentir que su privacidad está siendo amenazada.
- Ψ **Cuerpo:** La sensación de ser dueño de su cuerpo es muy importante para los integrantes de la pareja. Solo cuando ambos tienen buenos sentimientos al respecto pueden compartir los placeres corporales con el otro.

Como punto final se puede observar a partir de lo anterior, un panorama acerca de las áreas donde hay disfuncionalidad en la relación de pareja, cuyos factores pueden ser multivariantes al igual que el o los detonantes de dicho conflicto; porque, tanto puede haber relación entre ellas o pueden presentarse como de manera aislada, pero con un común denominador el cual es, que al final dan paso al conflicto de pareja.

Medición del conflicto de pareja

La medición del conflicto de pareja no es un área nueva, ya que, como se ha visto anteriormente es un área de interés común para diversos investigadores referente a las relaciones interpersonales, la cual es multifactorial, es así que existen diversas propuestas por parte de múltiples teóricos e investigadores que han prestado atención a esta área donde cada uno, enfocado ya sea en su área de interés o de la forma en como cada uno percibe que se presenta esta etapa dentro de las relaciones de pareja, presenta su propuesta metodológica y así, el instrumento que ayudara a la evaluación de la misma, ya sea la forma de afrontarlo, los factores que lo causan, los niveles de acuerdo o desacuerdo entre los miembros de la pareja, la satisfacción etc. (e. g. Beier & Sternberg, 1977; Gottman, 1999; Spanier, 1976; Locke & Wallace, 1959; Levinger & Pietromonaco, 1989; Sánchez, 2000; Rivera, 2000) (Ver tabla 1).

Es por lo anterior que, continuación se mencionaran algunos instrumentos creados para la medición del conflicto de pareja, así como su conformación y el área o áreas a las cuales se enfocan.

Tabla 1. Instrumentos para medir el conflicto de pareja

Instrumento	Autor(es)	Área que evalúa	Descripción
Beier-Sterberg Discord Questionnaire	Beier & Sternberg (1977)	Enfocada a parejas casadas y evalúa el conflicto y el grado de infelicidad ligado a este	Es un instrumento de 10 ítems diseñado para medir 2 dimensiones de la relación de parejas. La primera subescala se enfoca en el conflicto y desacuerdos, tiene 7 ítems en formato de escala Likert que se miden del 1 (total acuerdo) al 7 (total desacuerdo); la segunda subescala está enfocada en la felicidad o acuerdo referente a las diferencias anteriores, donde 1 significa feliz y 7 infeliz.
Gottman Sound Relationship House Questionnaires	Gottman (1999)	Conductas, sentimientos y las tentativas ligadas a la solución del conflicto	Está conformada de 3 subescalas que miden las conductas, sentimientos y tentativas ligadas a la solución de conflictos por parte de la pareja, con dos opciones de respuesta para todos los ítems, verdadero y falso.

(Continua)

(Continuación tabla 1)

Escala de Ajuste Diádico	Spanier (1976)	Mide el grado de armonía o ajuste en la pareja durante el conflicto	Es un cuestionario en formato de escala Likert de 32 ítems, los cuales tienen una puntuación de 0 a 4 o 5, a excepción de 2 ítems que puntúan de 0 o 1 y un ítem de 0 a 6. Además de dar una puntuación de ajuste global, evalúa cuatro dimensiones de la relación: - consenso (grado de acuerdo entre la pareja, en aspectos importantes de la relación); - cohesión (grado en que la pareja se implica en actividades conjuntas); - satisfacción (grado de satisfacción en la pareja en relación a su momento presente y su grado de compromiso a continuar con dicha relación); - expresión de afecto (grado en que la pareja está satisfecha con la expresión del afecto dentro de la relación y con la satisfacción que deriva de la relación sexual).
Locke-Wallace Marital Adjustment Test	Locke & Wallace (1959)	Mide el grado de ajuste en la pareja	Esta organizado en dos subescalas, la primera está enfocada al grado de felicidad de la pareja la cual se conforma de 7 opciones de respuesta que van de muy infeliz a muy feliz; la segunda se enfoca al grado de acuerdo y aspectos relacionados con la pareja; se conforma de 7 opciones de respuesta que van de 0 (completamente en desacuerdo) a 6 (Completamente de acuerdo).

(Continua)

(Continuación tabla 1)

Inventario de estilos de negociación del conflicto	de Levinger & Pietromonaco (1989); Sánchez (2000); Rivera (2000)	Escala de autoreporte de 31 ítems que estiman la forma en que los individuos manejan típicamente el conflicto en sus relaciones	Incluye 4 subescalas que miden cuatro estilos; - Colaboración-equidad (estilo en el cual el sujeto integra y concilia las necesidades de ambos miembros de la pareja, consta de 12 ítems); - Acomodación (Estilo en el que el sujeto cede y se sacrifica en pos de la relación, consta de 7 ítems); - Evitación (estilo en el que el sujeto obtiene ganancias sin importarle los demás, incluyendo su pareja, es decir, la estrategia es ganar o perder, consta de 6 ítems) y – Competencia (El sujeto no resuelve el problema, pues se aboca a liberarse y sustraerse, rehuyendo la problemática, consta de 6 ítems). El inventario tiene un continuo de cinco puntos que van de nunca o casi nunca, algunas veces, la mitad del tiempo y siempre o casi siempre
--	--	---	---

Si bien es posible afirmar desde el punto de vista de la sociología que el hombre vive en una constante necesidad de convivencia y socialización, como se ha visto en las relaciones de pareja, la constante evolución de la sociedad junto con el paso del tiempo y otros factores han ido transformando estas relaciones, desde cómo inician, su mantenimiento, hasta el cómo pueden terminar; uno de estos factores es el surgimiento del internet y el nacimiento de las redes sociales.

III. Redes sociales



Definición y características

Según Bernete (2010) desde que existe la World Wide Web (www), este término tiene un uso frecuente recurriendo a la expresión “redes sociales” para identificar estructuras sociales de todo tipo: de delincuentes, amigos, empresas, iglesias, cajeros automáticos, etc. Las redes sociales en Internet están adquiriendo una importancia inusitada, las mismas son muy variadas dependiendo a qué se dediquen específicamente o según cómo funcionen.

Cornejo & Tapia (2011) mencionan que, “en los últimos 150 años, y en especial en las dos últimas décadas, la reducción de los tiempos de transmisión de la información a distancia y de acceso a la información se ha convertido en uno de los retos esenciales de nuestra sociedad”

Danah Boyd & Nicole Ellison (2007 en Castañeda, González & Serrano, 2011) mencionaron que las redes sociales son servicios basados en la Web que permitían a los individuos (1) construir un perfil público o semipúblico dentro de un sistema delimitado, (2) articular una lista de usuarios con los que compartir y, (3) ver y explorar esa lista de conexiones y otras realizadas por otros usuarios dentro del sistema. Definición la cual, se puede acercar a lo que es una red social hoy en día.

Por otro lado Childnet International (2008), que define las redes sociales como espacios sociales diseñados para facilitar la comunicación, la colaboración y el intercambio de contenidos a través de redes de contactos y con las que los usuarios pueden administrar, construir y representar a sus redes sociales en línea; por último

Castañeda y Gutiérrez (2010) concretan que son “aquellas herramientas telemáticas de comunicación que tienen como base la Web, se organizan alrededor de perfiles personales o profesionales de los usuarios y tienen como objetivo conectar secuencialmente a los propietarios de dichos perfiles a través de categorías, grupos, etiquetados personales, etc., ligados a su propia persona o perfil profesional” y es esta misma característica la que les diferencia de las demás herramientas: el centro de su interés –los nodos de la red- NO son, ni la experiencia de las personas en un contexto concreto (herramientas de lifestreaming que mencionan las autoras), ni los artefactos u objetos digitales que comparten (social media); en las redes sociales los nodos son las personas.

Con lo anterior se puede observar, hay diversas definiciones así como autores que intentan dar un significado a este nuevo uso de lo que conocemos como “redes sociales”, intentando adaptarlo a los cambios que en los últimos años se han dado en este aspecto de la comunicación social, así como a las múltiples exigencias a las que la sociedad se ve sometida cada día, las cuales obligan a esta a reducir distancias y así emplear más tiempo para la socialización por medio de la red y los dispositivos electrónicos y se haga de lado a la interacción persona a persona, hablando específicamente del contacto directo.

Del Moral (2005 en Cornejo & Tapia, 2011) menciona que existen cuatro empleos generales que fomentan el uso de las redes sociales.

Ψ **Mantenimiento de amistades:** Seguir en contacto con amigos, colegas, ex compañeros de trabajo, etc., quienes de no ser por estos servicios irían perdiendo relación.

- Ψ **Nueva creación de amistades:** Cada una de las personas que participa en las redes, relaciona de una u otra forma, a sus contactos con segundas o terceras personas, que pueden a su vez interactuar y conocerse.
- Ψ **Entretenimiento:** Existe un perfil de usuarios que las usa como portal del entretenimiento (juegos, explorar las actualizaciones del estado de otros usuarios, mirar las vidas ajenas, etc.); utilizando en muchos casos el recurso de observar al otro sin ser visto “voyerismo”.
- Ψ **Gestión interna de organizaciones empresariales:** Uso circunscripto a empresas dentro de cuya estructura se crean redes privadas para la realización de trámites, comunicaciones, contactos con otros profesionales, etc.

Así que, si bien las redes sociales ayudan a socializar diariamente, contactar amigos con los cuales no se podía tener acceso u obtener una fuente de entretenimiento o de trabajo; puede que de estos medios tecnológicos conllevan problemas a nivel interpersonal con las personas que nos rodean, como nuestros amigos, familiares y hasta nuestra pareja.

Ahora es importante mencionar algunos de las funciones que ofrecen las redes sociales, y así tal vez comprender el porqué del crecimiento tan acelerado en los últimos años del uso de estos medios por parte de los internautas, y porque han sabido mantenerse ante la gran cantidad de sitios que ofrece la web en general. Caldevilla 2010; Bernal 2009; Pantoja 2011, coinciden en que las redes sociales están conformadas por los siguientes elementos:

- Ψ **Multimedia:** Mientras los medios convencionales trabajan de forma lineal, la lógica estructural en el mundo digital trabaja de forma modular y en constante evolución,

la narración digital permite una brecha con la forma narrativa que yuxtapone contenidos de los medios convencionales porque favorece la combinación de elementos de varios tipos: videos, imágenes fijas o modelos 3-D (Caldevilla, 2010). Éstos siempre han sido el elemento más complicado por su naturaleza tecnológica, sin embargo, ahora se simplifica ya que se crean aplicaciones sencillas en estos espacios, que apenas ralentizan la carga de la Web, de esta manera se permite al usuario subir a la red contenidos como audios, fotografías o sonidos y que se pueden ver u oír en la misma página, sin que remita a ventanas externas (Bernal, 2009).

Ψ **Interactividad:** Caldevilla (2010) la define como "una expresión extensiva que en una serie de intercambios comunicacionales implica que el último mensaje se relaciona con mensajes anteriores a su vez relativos a otros previos".

De esta manera no solo existe una comunicación bidireccional, sino múltiple, ya que, en un mismo instante, todas las personas conectadas a la red pueden escribir o comentar los contenidos que suba un determinado usuario ampliando así la comunicación entre sus miembros y así contribuir al crecimiento de la misma por diversos factores comunes que vayan surgiendo entre ellos. A diferencia de los comentarios que un usuario puede hacer en una noticia de un medio, donde su reflexión pasa por un filtro (el del redactor) para su definitiva publicación; en las redes sociales pueden comentar las noticias que hayan enlazado otros amigos con total libertad y sin restricción alguna.

Caldevilla (2010) señala que ingentes cantidades de datos se transmiten en todo el planeta gracias a la tecnología. Como consecuencia, se producen intercambios de

información simultáneos en todo el globo sin que seamos conscientes de la energía y el espacio de los recursos necesarios para éstos, además de que cualquier usuario en una red social o en la web/blog 2.0 puede ser en un breve lapso temporal emisor, transmisor y receptor de información

Ψ **Inmediatez:** Potencian espectacularmente el alcance, debido a que la información puede salvar cualquier distancia y se dirige a todos los puntos, ya que favorecen la amplitud, por llegar a la vez a millones de terminales y, por último, posibilitan la multiplicación, porque fluye abundante e incesantemente. El hecho de que tengamos a nuestra disposición toda la información facilita el que podamos acceder a todos los detalles y, así, recuperar lo más preciso o lo más importante de una forma instantánea y sin grandes esfuerzos (Pantoja, 2011).

Ψ **Accesibilidad:** Se consigue llegar a cualquier parte, se acortan las distancias que antes se hacían insalvables en aquellos medios en los que la información estaba aislada. Incluso, en el entorno digital, a medida que crece su capacidad de acceder a la información aumenta también su conductividad.

En las redes digitales todo se acorta ya que la información se concentra en un punto que converge en la pantalla, de tal manera que el espacio y el tiempo de la información coinciden, una propiedad que hace desaparecer el propio concepto de medio (Pantoja, 2011).

Ψ **Actualización:** Al ser un medio virtual la información puede ser analizada y estudiada por millones de usuarios, y, por consiguiente, puede ser editada y complementada, para el común empleo (Caldevilla, 2010). Por lo cual no depende

de la propia red social, al ser el usuario y los amigos asociados los creadores de sus perfiles son ellos los que determinan el grado de renovación de los contenidos (Bernal, 2009), que permite actualizar la información cuantas veces se precise. Es así como el grupo de usuarios alimenta el medio y el mensaje y lo hace crecer (Caldevilla, 2010), de este modo la noticia es continuamente inmediata y actual para cada nuevo lector. (Pantoja, 2009).

Es por estos elementos principales con los que cuentan las redes sociales que las propiedades de la red no solo quedan abiertas al público general y se experimentan nuevas formas de, lectura, escritura y la comunicación en general, sino que la interacción entre la sociedad que forma parte de las mismas redes y grupos se vuelve más inmediata e interactiva acelerando el proceso de comunicación.

Tipos de redes sociales

Calvo & Rojas (2012) mencionan que, “existen principalmente dos tipos de redes sociales”:

En primera instancia están las *Redes Horizontales*: Esta clase de red social no fue creada para alojar a un tipo específico de usuario o un tópico concreto. De modo contrario, permiten la libre participación de quien así lo desee, proporcionándole una herramienta para la interacción a nivel general.

En estas, los usuarios se incorporan a una macrocomunidad la cual ya existe, en la cual, casi cualquier relación entre sus miembros es posible debido a que hay libre interacción y navegación interna. El claro ejemplo de este tipo de red social son Facebook, Twitter, Google y otras redes con similares características de las cuales ya se hablaron anteriormente, lo cual indica que, aunque se puedan formar grupos aislados, a cierto nivel, las relaciones horizontales son siempre posibles.

Por el otro lado encontramos a las *Redes Verticales*: Este término designa a aquellas redes dirigidas a un público determinado; es decir, son especializadas y las personas acuden a ellas debido a un interés en común o temáticas particulares. Estas mismas se dividen en:

- Ψ **Profesionales:** Su propósito se centra en establecer un nexo entre distintos profesionales. A través de estas es posible compartir información en torno a una especialidad concreta, originando relaciones laborales. Incluye redes como LinkedIn o blogs temáticos.
- Ψ **De ocio:** Tiene como finalidad reunir a usuarios que compartan actividades de esparcimiento tales como deportes, música, videojuegos. Algunos ejemplos son Wipley, Dogster, etc.
- Ψ **Mixtas:** Esta clase de red ofrece una fusión entre las dos anteriores, proporcionando al público un lugar concreto donde desarrollar actividades profesionales y personales. Unience es un ejemplo de estas redes.

Por otro lado, siguiendo el trabajo de Caldevilla (2010); Castañeda & Gutiérrez (2010), dentro de las redes sociales horizontales y verticales, podemos distinguir algunas tipologías referidas a la finalidad de uso de estas, que son:

Redes sociales generalistas o de contacto: pretenden simplemente facilitar la comunicación entre diferentes personas, su uso está más relacionado con el ocio y con aspectos personales. Habitualmente ofrecen la posibilidad de establecer una red de contactos personal en la que entran a formar parte todos los contactos que el propio usuario solicite y/o acepte. Los datos que se facilitan en este tipo de redes suelen tener un carácter más personal, aunque además se pueden facilitar datos académicos, profesionales, de contacto, zonas de ocio, de manera que la propia plataforma te facilita la puesta en contacto con usuarios con los cuales se pueden tener aspectos en común y a los que es posible que se conozca. Dentro de este grupo encontramos plataformas como Facebook, Tuenti, Orkut, Hi5, Badoo, entre otras.

Redes sociales profesionales: se caracterizan porque han sido creadas específicamente para poner en contacto a profesionales de todos los ámbitos laborales o de un colectivo en particular, facilitando de ese modo a los usuarios la creación y el mantenimiento de una red de contactos desde el punto de vista laboral. Dentro de este grupo encontramos plataformas como Xing, LinkedIn, que ofrecen al usuario la posibilidad de crear un perfil centrado en aspectos laborales y académicos. En este tipo de redes, la información que los usuarios deben aportar es, casi de forma exclusiva, relativa a aspectos laborales tales como: trayectoria académica, trabajos desempeñados, inquietudes y expectativas laborales, experiencia profesional, formación recibida, incluso algunas de estas redes dan la opción de incluir recomendaciones laborales y de llevar a

cabo búsquedas activas de empleo ya que incluyen una zona con ofertas laborales (Castañeda & Gutiérrez, 2010).

Como se puede observar ambas clasificaciones se centran en la función que desempeñan. Siendo verticales y profesionales, las que comparten características más similares ya que son usadas con un fin más específico, el usuario busca una temática o actividad en particular para formar parte de estas redes. Mientras que las horizontales y generalistas no se limitan a cierto tipo de usuarios, por el contrario, a estas tienen acceso mayor número de personas con el único fin de mantenerse en contacto y el entretenimiento.

Principales redes sociales y su uso

López (2012), nos menciona las principales funciones que cumplen las redes sociales para cada uno de los usuarios, estas son:

- Ψ **Compañía Social:** Realización de actividades conjuntas o simplemente estar juntos, compartir rutinas cotidianas para socializar.
- Ψ **Apoyo Afectivo y/o Emocional:** Intercambios que connotan una actitud positiva, clima de comprensión, simpatía, empatía, estímulo. Es poder contar con la resonancia y la buena voluntad del otro.
- Ψ **Guía cognitiva y consejos:** Dirigidas a compartir experiencias, información personal o social, aclarar expectativas, promover modelos de rol, etc.

Ψ **Regulación y control social:** Interacciones que recuerdan y refuerzan responsabilidades y roles, neutralizan las desviaciones del comportamiento que se apartan de las expectativas colectivas. Permiten una disipación de la frustración y la violencia, favorece la solución de conflictos.

Por otro lado, Del Moral (2005 en Cornejo & Tapia, 2011), menciona que existen cuatro usos generales que fomentan el uso frecuente de las redes sociales entre las personas:

Ψ **Mantenimiento de amistades:** Seguir en contacto con amigos, colegas, ex compañeros de trabajo, etc., quienes de no ser por estos servicios irían perdiendo relación.

Ψ **Nueva creación de amistades:** Cada una de las personas que participa en las redes se relacionan de una u otra forma, a sus contactos con segundas o terceras personas, que pueden a su vez interactuar y conocerse.

Ψ **Entretenimiento:** Existe un perfil de usuarios que las usa para jugar, explorar las actualizaciones de estado de otros y mirar las vidas ajenas, en otras palabras, se recurre al “voyerismo”.

Ψ **Gestión interna de organizaciones empresariales:** Uso circunscripto a empresas dentro de cuya estructura se crean redes privadas para la realización de trámites, comunicaciones, contactos con otros profesionales, etc.

Y, por último, la Oficina de Comunicaciones por sus siglas OFCOM (2008), quien es la autoridad reguladora y de competencia aprobada por el gobierno del Reino Unido para

las industrias de radiodifusión, telecomunicaciones y correos del Reino Unido hace referencia como resultado de un estudio, divide a los consumidores en diferentes grupos basándose en sus comportamientos y actitudes:

- Ψ **Socializadores Alfa:** son personas que usan las redes sociales intensamente para coquetear, conocer nuevas personas y entretenerse, los que se encuentran en esta categoría suelen ser la minoría.
- Ψ **Buscadores de atención:** algunas personas que crean un perfil para buscar atención y recibir comentarios de otras personas. Generalmente logran esto publicando una foto o personalizando sus perfiles.
- Ψ **Seguidores:** la mayoría de las personas que se inscriben en las redes sociales para mantenerse al día con sus amigos.
- Ψ **Fieles:** son en su mayoría personas que usan las redes sociales para reavivar viejas amistades (a menudo del colegio o de la universidad).
- Ψ **Funcionales:** pequeños grupos de gente que usa las redes sociales más ocasionalmente, para propósitos más concretos y particulares, por ejemplo: seguir a un grupo musical.

En cuanto a los NO usuarios, OFCOM (2008) los ha catalogado bajo los siguientes grupos, según sus motivos:

- Ψ **Preocupación por la seguridad:** personas a las que no les gusta publicar información personal.
- Ψ **Inexperiencia técnica:** les falta confianza en el uso de las computadoras y el internet.

Ψ **Rechazo intelectual:** no les interesan las redes sociales y las ven como una pérdida de tiempo.

Dentro de las características antes mencionadas hechas por estos tres autores, se nota la importancia que dichas redes adquieren dentro de las relaciones interpersonales, siendo la importancia que los mismos individuos les dan acorde al uso y los intereses que de estos surjan.

Como ya se han visto desde el punto de vista teórico las posibles razones que llevan a los usuarios al uso de la red (haciendo énfasis en la importancia de las redes sociales en internet) se puede observar un constante aumento tanto en el tiempo del uso de estos medios, como del número de usuarios que lo usan. Una de las posibles razones se puede inferir al observar como la constante necesidad de reducción de tiempos y distancias lo cual, va orillando a la población, a un uso permanente de estos medios para satisfacer estas necesidades de interacción con otros.

Según cifras obtenidas en un estudio realizado por la Asociación Mexicana de Internet AMIPCI (2015) acerca del uso de las redes sociales, el número de internautas a nivel mundial era ya de 1,374 millones, representando un crecimiento de 10%. Latinoamérica alcanzó un crecimiento del 14%, significando 118 millones de internautas respecto al mismo periodo de 2010, de los cuales, 34.9 millones eran mexicanos que corresponden al 19%, teniendo el segundo lugar en participación de audiencia a nivel mundial en ese momento; pero este crecimiento no se ha detenido llegando a finales del 2014 hasta los 53.9 millones y creciendo de manera exponencial hasta el año 2017 con un total de 79.1 millones de usuarios en México (Figura 3).

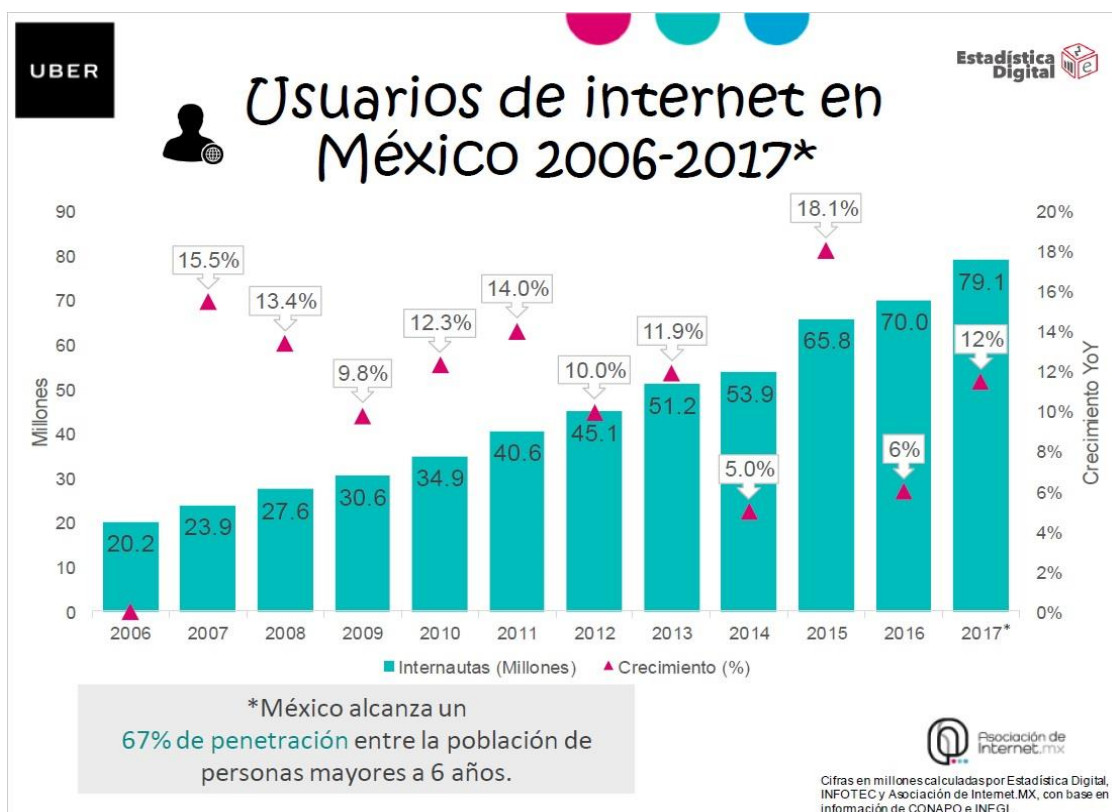


Figura 3. Evolución de usuarios de internet en México 2006-2017. AMIPCI (2018). * Cifras en millones calculadas por la Amipci, con base en información de CONAPO e INEGI.

Con lo que respecta ya a las actividades y usos específicos de la red por parte de los internautas en México, se puede observar en el mismo estudio ya mencionado que el uso de smartphones para conectarse a internet es el de mayor preferencia de uso con un 89%, así mismo el de mayor uso en comparación a otros dispositivos con un 76% (Figura 4)

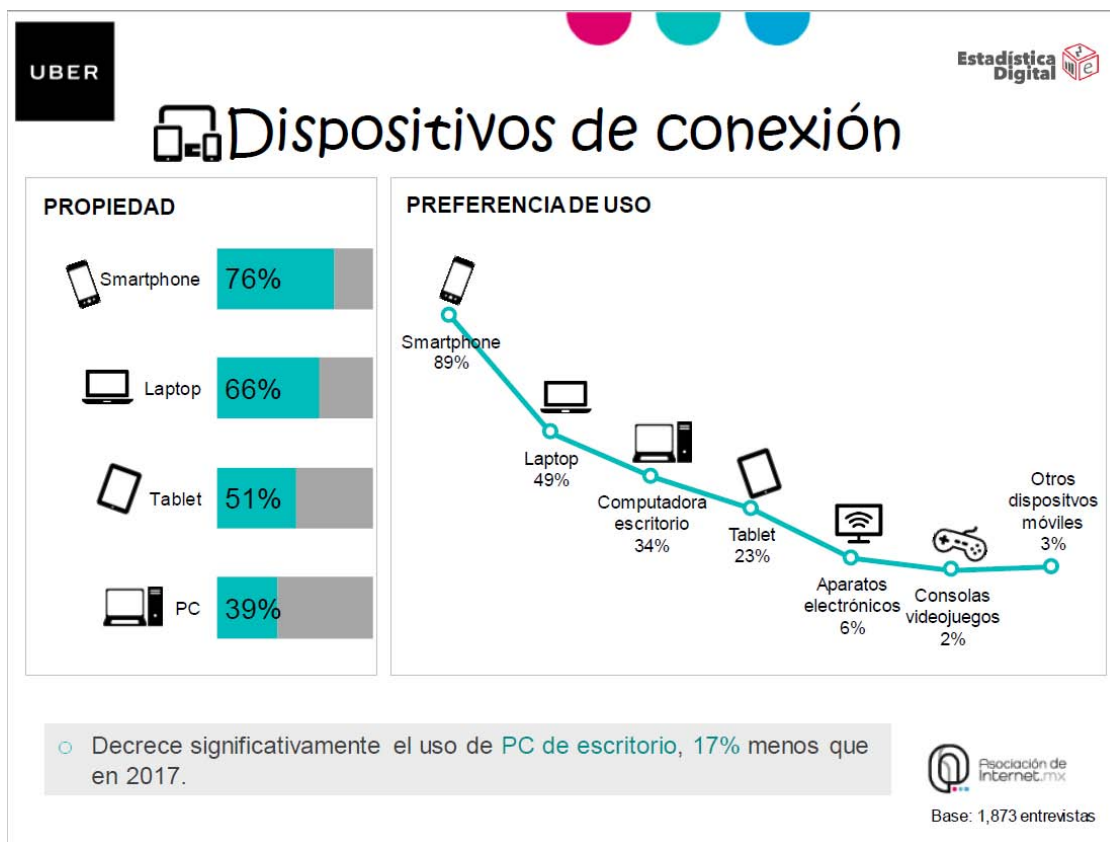


Figura 4. Principales dispositivos utilizados para el acceso a internet por parte de los internautas mexicanos. AMIPCI (2018)

Así mismo, dicha investigación menciona que, el tiempo promedio de conexión diario del internauta mexicano fue de 8 horas con 12 minutos, lo que representa 11 minutos más respecto al año 2017, de estos usuarios el 51% corresponde a mujeres y el 49% hombres y que el 50% de los internautas en México que hace uso del internet se encuentran entre los 18 y 44 años de edad, y mostrándose también un crecimiento en uso de internet por usuarios de 45 años en adelante con un 16%. Con lo que respecta a las principales actividades realizadas se puede observar el uso de las Redes Sociales y el uso de chats entre las tres primeras actividades, siendo las Redes Sociales el primer lugar con un 89% y el uso de chats con 83% (Figura 5).

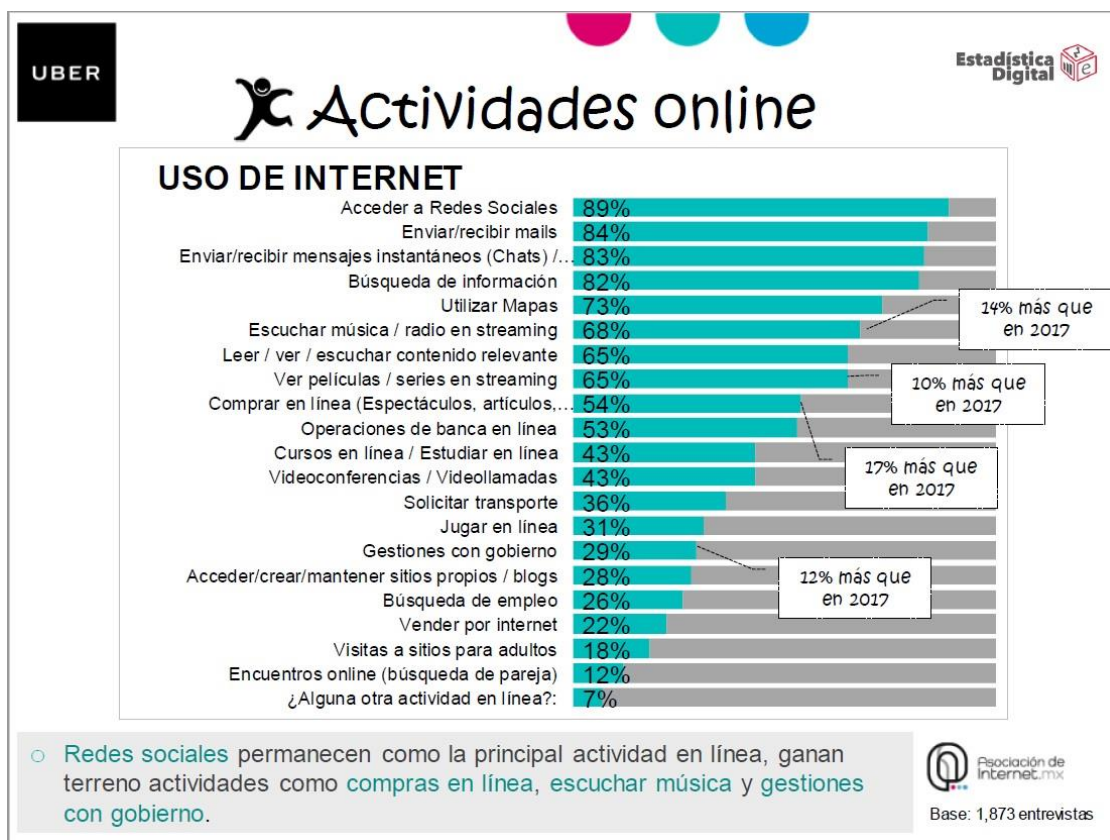


Figura 5. Principales actividades online por parte de los internautas mexicanos. AMIPCI (2018)

Lo anterior muestra cómo, aunque en los últimos años han cambiado las estadísticas referentes al aumento de los internautas, el uso específico de las redes sociales continúa manteniéndose como la actividad principal y de las cuales las 3 más usadas son Facebook, WhatsApp y YouTube (Figura 6).



Figura 6. Redes Sociales utilizadas por los usuarios mexicanos. AMIPCI (2018)

Así mismo se pudo observar que los usuarios pasan 40% del tiempo que destinan para su uso de internet en alguna red social, siendo el uso de los smartphones el medio para acceder a estas pues 7 de cada 10 los usan de esta forma, lo cual permite una conexión prácticamente en cualquier momento.

Sin embargo, a pesar de los datos estadísticos es necesario mencionar la importancia que estas redes tienen para los internautas, ya que más allá de lo tecnológico entra lo emocional. Ellas son un buen medio para compartir parte de nuestra individualidad y experiencia, fomentan una mayor confianza y seguridad en uno mismo a la hora de conocer gente, puesto que podemos determinar con quién, cómo y cuándo comenzaremos una conversación, y por supuesto, cuándo está se acabará de forma natural o a través de herramientas propias sólo de Internet. De esta forma en pocos días podemos conseguir que nuestro perfil tenga cientos de amigos, lo que refuerza nuestra autoestima, permite que el ego del que se muestra crezca (Caldevilla, 2010).

Por ejemplo Facebook permite a las personas comunicarse sin necesidad de estar cerca, hace que la nostalgia desaparezca, al menos momentáneamente. Este sitio social cumple con los supuestos básicos de la teoría de usos y gratificaciones, puesto que el público se muestra activo y acomoda el medio a sus necesidades.

Con Respecto a esto McQuail (en Ayala, 2012), explica las diferentes categorías de las necesidades y su respectivas gratificaciones obtenidas a partir del uso de los medios. Por ejemplo, para la necesidad de diversión los medios funcionan como escape emocional, de la rutina y de los problemas; para las necesidad de relaciones personales las personas utilizan a los medios como compañía y utilidad social; para la de reforzamiento de la identidad personal se utilizan como referencia personal, exploración de la realidad y confirmación de valores; y por último, la necesidad de vigilancia del contexto se cubre a partir de los medios mediante la supervisión del entorno y la obtención de información.

Por otro lado, esta red compite con otras fuentes de satisfacción de las necesidades, puesto que mediante las aplicaciones muchos usuarios perciben sentimientos (López, 2012), sin embargo es la preferida por los usuarios, de ahí la relevancia de abordar esta temática, sobre todo de conocer más a fondo en que consiste dicho sitio.

Desarrollo de las relaciones mediante las Redes Sociales

Internet se ha convertido en uno de los medios de influencia más poderoso. Sabemos que ha transformado la manera en que nos comunicamos y, en consecuencia, en que nos vinculamos. Ya no se trata de aquellos momentos iniciales en los que la red 1.0 nos convertía en meros consumidores y consumidoras de los productos que se nos ofrecía a través de ella, sino que la web 2.0 ha permitido que pasemos, se supone, a ser productores y productoras de contenidos y relaciones en el ciberespacio. No sólo se ha democratizado el acceso a la red, sino que se ha democratizado la producción de contenidos, pues las herramientas para la generación de contenidos son cada vez más sencillas y accesibles (blogs, redes sociales, wikis, etc.) donde cualquier persona o grupo presenta al mundo sus ideas (Diez, Fernández & Anguita, 2011).

Es cierto que Internet proporciona diferentes beneficios para la sociedad en general, al poner a nuestro alcance distintas fuentes de conocimiento, convirtiéndose así en un potente instrumento para el aprendizaje y la formación intelectual, profesional y

personal. Ha supuesto además la aparición de nuevos tipos de comunicación y relación y ha aportado un medio inagotable para el entretenimiento, la diversión y el esparcimiento. Sin embargo, estas y otras ventajas (facilidad de acceso, inmediatez, globalización, comodidad de uso o anonimato) entrañan también un cierto grado de peligrosidad, derivado de un posible uso inadecuado, desmedido y/o sin control (Rial, et al., 2014). Lo cual concuerda con lo mencionado por (Viñas, 2009; Widyanto & Griffiths, 2006) quienes hacen énfasis en el potencial uso inapropiado de la Red y sus consecuencias; principalmente entre los más jóvenes, así como en el impacto psicológico y conductual que este puede provocar. Las alteraciones comportamentales, la pérdida de control, sentimientos de culpa, el aislamiento, los conflictos familiares o el descenso en el rendimiento académico son solo algunas de las consecuencias destacadas por ellos.

Las motivaciones para usar las redes sociales virtuales, que permiten establecer muchos niveles de interacción, ya sea el de permanecer en contacto, el compartir ciertos momentos o incluso compartir la vida a través de un “lifestreaming” de las vivencias, el localizar a personas, chatear, mandar mensajes tanto privados como públicos, crear eventos y colgar fotos y vídeos, son múltiples: ser visibles ante los demás, reafirmar la identidad ante el grupo, estar conectados a los amigos. En ellas se vuelcan las emociones, con la protección que ofrece la pantalla, y se comparte el tiempo libre. Uno puede creerse popular porque tiene listas de amigos en las redes sociales. En este sentido los cambios a los que estamos asistiendo en la sociedad tienen que ver con el propio concepto de amistad, el de relación o incluso el de cómo se redefine la privacidad de las personas (Echeburúa & De Corral, 2010 en Díez, Fernández & Anguita, 2011)

Todos estos intercambios y formas de comunicación permiten conocer gente a la que sería imposible acceder a diario, por su lejanía física e incluso temporal. Creamos con estos intercambios, una relación virtual con cierto carácter de amistad o incluso amor, según el modelo clásico de relación. Se pueden compartir puntos de vista, aficiones, fotografías, experiencias, anhelos, miedos y emociones a través de estas plataformas. Gracias a la personalización de los perfiles en diferentes redes un solo usuario puede tener un perfil en una red para los amigos íntimos, otro para conocidos y excompañeros, y otro perfil profesional con nuestras experiencias y metas en otra red. Todos los perfiles son de una misma persona, pero los límites deben ser estudiados y definidos concienzudamente ya que, derivadas de las nuevas formas de comunicación e interacción, surgen nuevas amenazas a la intimidad o consecuencias si no diferenciamos bien el público diana de cada uno de los perfiles (Caldevilla, 2010).

Por otro lado Bauman (2010) realiza una caracterización polémica e interesante acerca de las relaciones humanas en la sociedad posmoderna. Enfatiza la fragilidad de los vínculos, siendo ésa fragilidad la que inspira sentimientos de inseguridad y deseos conflictivos de estrechar lazos, pero al mismo tiempo, éstos deben ser endebles para poder desanudarlos. Así mismo plantea que los hombres contemporáneos se encuentran desesperados por relacionarse, sin embargo, prima la desconfianza de una relación permanente, por temor a la carga y tensiones que pueda implicar, frente a lo cual no se significan capaces ni deseosos de soportar, ya que limitarían la libertad que necesitan. Las relaciones se caracterizan por su ambivalencia y ocupan el centro de atención de los individuos modernos líquidos, siendo la prioridad en sus proyectos de vida.

Las relaciones interpersonales se encuentran en constante transformación en la cotidianeidad del ser humano, y en esta transformación han incidido las nuevas aplicaciones tecnológicas generando cambios en la comunicación interpersonal. El hecho de que las interacciones digitales entre las personas se incrementen tanto, está creando una percepción distinta del espacio y el tiempo, una sensación de inmediatez de los acontecimientos y una aceleración en los procesos (Cornejo & Tapia, 2011) Sin embargo, desde una mirada crítica Bauman (2010) sostiene que las personas más que transmitir su experiencia y expectativas en términos de “relacionarse y relaciones”, hablan de “conexiones, de conectarse y estar conectado”. En lugar de hablar de “parejas”, prefieren hablar de “redes”. A diferencia de las relaciones, el parentesco, la pareja o cualquier otra idea que resalta el compromiso mutuo; la red representa el descompromiso, una matriz que conecta y desconecta a la vez. En las redes ambas actividades están habilitadas al mismo tiempo, es decir que conectarse y desconectarse son elecciones igualmente legítimas, del mismo estatus y de igual importancia. La red sugiere momentos de estar en contacto y a la vez momentos de merodeo; en una red las conexiones se establecen a demanda y pueden cortarse a voluntad, pudiéndose ser disueltas antes de convertirse en detestables. Las relaciones pre virtuales o relaciones verdaderas son reemplazadas por las relaciones virtuales o conexiones. Estas últimas son de fácil acceso y salida, se caracterizan por ser sensatas, higiénicas, fáciles de usar, amistosas con el usuario, en contraposición de lo pesado, inerte, lento y complicado de las verdaderas. Las relaciones virtuales rigen a todas las otras relaciones; sin embargo, a pesar de la facilidad que ofrecen, el descompromiso y la ruptura a voluntad, no reducen los riesgos, sólo los distribuyen junto con las angustias que generan de manera diferente.

En internet, las personas tienen la posibilidad de experimentar los beneficios de la vida comunitaria sin las cargas que ello implica, es factible dar a conocer sus más profundos secretos sin poner en riesgo su privacidad (Wu, 2009).

Levis (2002), diferencia tres grandes tipos de relaciones personales en las redes sociales:

Ψ **Las relaciones puras de Internet:** Aquellas que se desarrollan exclusivamente a través de la computadora, preferentemente entre personas que no se conocen físicamente.

a. Relaciones eventuales y anónimas. La comunicación se da con personas con las que en general solo se vuelve a coincidir por casualidad. Son los encuentros más propensos a los disfraces. En muchas ocasiones se dan amistades y ciberamores que nacen en encuentros casuales.

b. Relación que se establece a través de la participación en las comunidades virtuales que existen en la Red. Las características de cada relación cambiarán de acuerdo con el contexto en el cual se inició. Muchas veces la relación alcanza una intensidad y nivel de compromiso que, requiere culminar en un encuentro físico.

Ψ **Relaciones que se mantienen con personas conocidas a través de la web:**

Cuando estas relaciones son de amor, muchas veces, se desarrollan acunadas por el conflicto entre la paradójica ausencia presente del cuerpo de la persona amada y un fantaseado amor perfecto construido desde esa ausencia. Este tipo de relaciones suele complementarse con frecuentes llamadas telefónicas.

Ψ **Hay quienes utilizan Internet como un instrumento para conocer gente personalmente:** Para ellos la Red es un espacio para hacer el primer contacto, persiguen encontrar alguien con quien pasar un rato divertido, y eventualmente un amor.

En los últimos años, el acceso a las nuevas tecnologías de la información, tales como Internet y el teléfono celular, ha aumentado de manera notable el uso de Facebook entre las personas. Junto con la disponibilidad del recurso, se ha presentado también el abuso del mismo; ha sido asociado con problemas escolares, familiares y emocionales (Mitchell, 2000).

Si bien esta red social juega un papel muy importante dentro de las nuevas generaciones, también es importante analizar las formas en que produce cambios en las relaciones físicas y reales (Magnuson & Dundes, 2008 en Herrera, et al., 2010).

Por ejemplo, la descripción de alteraciones comportamentales asociadas a un uso excesivo de la red, tales como sentimientos de culpa, deseo intenso de estar o continuar conectado a ella, pérdida de control y de tiempo de trabajo o de clases, síntomas psicopatológicos, etc., ha abierto un debate sobre una posible “adicción a Internet” (“Trastorno de adicción a Internet”, “Uso patológico de Internet”, “Uso excesivo de Internet”, “Uso problemático de Internet”, “Uso compulsivo de Internet”), referido a situaciones en las que el uso de la *web* puede afectar a diferentes ámbitos de la vida del sujeto (Widyanto&Griffiths, 2006 en Herrera, et al., 2010).

En una investigación realizada por López (2012) en la Universidad Panamericana campus Ciudad de México, con el objetivo de conocer la influencia de Facebook sobre

la autoestima en los jóvenes, se seleccionó de manera aleatoria a 10 estudiantes, hombres y mujeres de entre 17 y 20 años, candidatos a entrar a la universidad. Uno de los diez reactivos cuestionaba a los participantes respecto a la situación específica de tener novio o novia cómo se vería afectada la relación si su pareja no publicará su estado sentimental en Facebook. El 100% de los participantes opinó que esta no se vería afectada por el hecho de que su pareja no lo publicará. Argumentando que él no difundirla, no significa que se quieran menos, aunque la mayoría confesó que les gustaría compartir dicha noticia.

Por otra parte, cuando se inicia una nueva relación, las personas cambian la comunicación que mantenían con sus ex parejas, al grado de bloquearlas, ocultarlas en sus notificaciones y eliminarlas de sus amigos. Son cada vez más los jóvenes que cierran sus cuentas para evitar tener problemas, mientras otros han descubierto infidelidades pasadas por este medio (Rivas & Scalbi, 2011).

Se han llevado a cabo estudios que señalan que Facebook puede desencadenar comportamientos patológicos; una investigación realizada en la Universidad de Guelph (Canadá), encontró que en vez de mejorar la comunicación, las redes sociales conducen a celos compulsivos. (Olmedo, 2012), agregando que actualmente los jóvenes “tienden a tener actitudes compulsivas de celos debido a la cantidad de personas que conocen a diario sus parejas. Además, los estudios realizados en la Universidad de Palermo en Argentina, también informan que el uso de Facebook entre los adolescentes de dicha institución, se encontró que ocasiona diversos

problemas, entre los que se encuentran los celos, la desconfianza y posteriormente la ruptura.

Todo esto debido a que permite el acceso a información a la que de otra forma no accederíamos y esta información carece muchas veces de contexto. Un comentario en el perfil de la pareja realizado por un contacto del otro sexo puede levantar sospechas y llevar a vigilar de cerca su perfil, para acabar descubriendo más información sospechosa y sentirse aún más celoso (Universal, E. 2009 en Bianchi, Falcón y Rodríguez, 2011).

De esta manera dicha red estimula el comportamiento celoso a niveles obsesivos, al punto que muchos participantes reconocieron haber llevado a cabo verdaderas investigaciones para desenmascarar supuestas infidelidades (Infobae, 2011 en Bianchi, Falcón & Rodríguez, 2011).

Espiar el comportamiento de la pareja en las redes sociales podría tener consecuencias graves, según un estudio de la Universidad Autónoma de Nuevo León el 30% de los usuarios de esta red han tenido problemas con sus parejas relacionados con los celos a causa de su comportamiento en las redes sociales.

De una investigación en modalidad de trabajo libre cualitativo sobre problemas y soluciones de parejas con el uso de redes sociales, en la Facultad de Medicina y Ciencias de la conducta en la UAEM, los resultados se retoman tal cual:

“En cuanto a los problemas y soluciones con la pareja se detectaron celos, desconfianza y la tendencia a la infidelidad. La desconfianza se ve reforzada con conductas de espionaje con la clave y la cuenta de Facebook, las fotos que se suben a la red y las personas que aparecen, los comentarios de amigos o amigas, si responde los

comentarios de la pareja y si no lo hace verifica si al resto de sus amigos ha respondido y finalmente las veces en que éste (a) se conecta. Las soluciones eran acuerdos para verse cara a cara. En cuanto a la imagen de perfil de la pareja intentaban mostrar una compensación con la vida real. En el respeto por la privacidad, normalmente se intercambian las claves de Facebook y éstos entran constantemente mientras que el otro no está conectado. Y finalmente en la injerencia mutua con el perfil del otro o con las cosas que aparecen en su muro se detectaron múltiples injerencias y aquí es otra fuente de conflicto de las algunas veces llegan a solucionarse con acuerdos mutuos” (Alvarado, Gutiérrez, Virseda,& Toledo, S/A).

Respecto a las rupturas, muchos jóvenes culpan inicialmente a la página web o lo ven como un inicio del fin de la relación, hablan sobre los problemas y malos entendidos que existieron por cualquier tipo de publicación. Sin embargo luego de un corto análisis, terminan por aceptar que esta red social no fue la culpable, que los problemas estaban en su relación y esta herramienta no alcanza a ser ni siquiera un detonante, pero insisten en que acelera el proceso de ruptura y puede agrandar los problemas. Se convierte en una forma de tortura que no permite evolucionar, llevando los celos a un punto enfermizo.

Como ya se mencionó en toda relación es fundamental una buena comunicación y confianza, por ello en el caso de las relaciones en las que se interactúa mediante una red social no son la excepción. En estos tiempos se ha manifestado el uso de las redes sociales como un “cuadrilátero de pelea” y exponen sus problemas ante sus contactos, ya sean amigos o familiares, sin control. Puede que esto dependa de la edad de los miembros de la pareja, ya que mientras más madurez tenga es más probable que puedan

resolver los malentendidos o que simplemente no hagan caso de situaciones que se presentan en estos medios. Las parejas inteligentes y maduras se comunican con respeto, realizan acuerdos y no permiten que otras personas se metan en su relación. Se ha descubierto que esta red social afecta las relaciones amorosas, mientras son los usuarios los que le otorgan este poder, el cual puede disminuir si existe una comunicación sincera entre la pareja, así como confianza (Bianchi, Falcón & Rodríguez, 2011).

Facebook se ha convertido en los adolescentes, en la manera más sencilla y usual para divulgar que se está haciendo, o en este caso, si se encontró al amor o si una relación sentimental es suficientemente seria como para poder ser difundida a través de la red. Aunque en realidad se trata tan solo de modificar una de las opciones dentro de los datos personas que exige la página, la practica adquiere un valor de compromiso. Puede observarse de manera sencilla el cambio que se ha dado en las relaciones amorosas con el paso del tiempo, específicamente, antes y después de la creación de esta página. Todos saben lo complicado que puede llegar a ser el amor y es verdad que este medio no lo vuelve más sencillo, términos como “me peleé por Facebook” o “me separé por Facebook” son cada vez más comunes” (Rivas & Scalbi, 2011).

Planteamiento del problema

Justificación

En toda relación humana existe el potencial de conflicto, y en las relaciones más cercanas o íntimas parece aumentar por la proximidad y frecuencia de dichas interacciones. En otras palabras, las relaciones humanas en las que hay que establecer territorios, maximizar recursos, resolver necesidades y demás, son campo fértil para el conflicto, el cual acrece al incorporar intereses disímiles, emociones, cercanía e intimidad, como es el caso de las relaciones amorosas (Flores, et al., 2005). El conflicto hasta cierto punto es común en la vida de pareja, pues van descubriendo sus defectos y se enfrentan a problemas de la vida diaria, ya sea cuestiones triviales o problemas realmente serios (Cahn, 1992).

El conflicto de pareja es una etapa crucial en las relaciones de pareja, motivo por el cual ha sido abordado desde diferentes enfoques y con ellos han surgido diversos instrumentos que ayudan a medir el conflicto de diferentes formas, hablese del contexto mexicano o en otros países, su estudio en su gran mayoría se refiere a parejas consolidadas en un matrimonio aparte de que estos están enfocados principalmente en un contexto persona a persona, ósea, en una interacción directa entre los miembros que conforman la pareja, o diciéndolo de otro modo, en un contexto de la pareja más tradicional aparte de que algunos de estos instrumentos no han sido desarrollados ni enfocados a población Mexicana.

Dado lo anterior y en vista de la importancia que tiene el creciente auge de las Redes Sociales es que surge la idea considerar el desarrollo de una escala sobre el conflicto de pareja que, aparte de ir enfocado a población mexicana, tome en cuenta la inminente influencia que estas han ido teniendo en el contexto de las relaciones interpersonales, hablando en específico de las relaciones de pareja y su etapa de conflicto para su entendimiento y etiología, y así lograr obtener una comprensión general y así poder obtener bases que permitan la generación de posteriores programas de detección temprana y prevención del conflicto de pareja a causa del uso de las Redes Sociales, llámese noviazgo, matrimonio, etc.

Objetivo general de la investigación

- Ψ Desarrollar una escala que mida las causas del conflicto en la pareja por el uso de las Redes Sociales.

IV. Método

Fase 1. Identificación de los elementos involucrados en el conflicto en la pareja por el uso de las Redes Sociales y desarrollo de la escala para medir el conflicto de pareja por el uso de las Redes Sociales

Objetivo general de la Fase 1

- Ψ Identificar los elementos involucrados en el conflicto en la relación de pareja por el uso de las Redes Sociales.

Objetivo específico

- Ψ Conocer las causas del conflicto de pareja por el uso de las Redes Sociales
- Ψ Conocer qué tipo de conflictos se generan en la relación de pareja por el uso de las Redes Sociales

Participantes

- Ψ Se trabajó con un muestreo no probabilístico de tipo accidental, integrado por 73 participantes (voluntarios), 32 hombres y 41 mujeres que al momento del estudio mantuvieron una relación de pareja y usaron Redes Sociales. El rango de edad fue de entre 18 y 56 años con una media de 23.67 años y una desviación estándar de 6.77 años.

Instrumento

Ψ Se trabajó con un cuestionario de tres preguntas abiertas las cuales son los siguientes... 1. Cuando la gente revisa sus Redes Sociales y se generan conflictos en las parejas, son debido a...; 2. Cuando reviso mis Redes Sociales y se generan conflictos en mi relación de pareja, son debido a...; 3. Cuando mi pareja revisa sus Redes Sociales y se generan conflictos en nuestra relación, son debido a...(ver Apéndice I).

Procedimiento

Ψ Se pidió a las personas su cooperación para responder el instrumento indicándoles que para poderlo responder debían de estar actualmente en una relación de pareja, igualmente se les garantizó la confidencialidad de sus datos y se les aseguró que dicha información y resultados se usarían únicamente con fines de investigación. Una vez que accedían se les proporcionó el instrumento y se les leyeron las indicaciones que aparecían en el mismo de forma que quedaran claras a los participantes y posteriormente se les dejó responderlo libremente.

El investigador permaneció en todo momento durante la aplicación del mismo para resolver cualquier tipo de duda que se generara en los participantes y al final se les agradeció su participación.

Resultados

Una vez aplicados los cuestionarios se procedió a realizar la captura de las respuestas obtenidas en una base de datos para un mejor manejo y visualización de los datos. Ya que estaba toda la información capturada y sin errores se sometió a jueces para su revisión y evaluación respecto a las teorías del conflicto de pareja Díaz-Loving , Rivera & Flores (1989); Díaz-Loving (1996), Rivera, Cruz, Arnaldo & Diaz-Loving (2004); Orathinkal & Vansteenwegen (2006) donde se realizó un análisis de contenido el cual consistió en leer cada una de las respuestas capturadas y otorgarle una categoría a la cual cada juez consideraba que este pertenecía conforme las teorías anteriormente mencionadas. Ya que se tuvieron todas las bases de datos de los diferentes jueces con su categorización, se procedió a hacer una base de datos general nuevamente con todas las categorías que se generaron para los enunciados analizados, e igualmente se procedió a sumar las frecuencias de cada una de estos por enunciado y posteriormente para verificar las frecuencias que había por categoría lo cual se puede ver en a continuación. (Figuras 7 y 8)

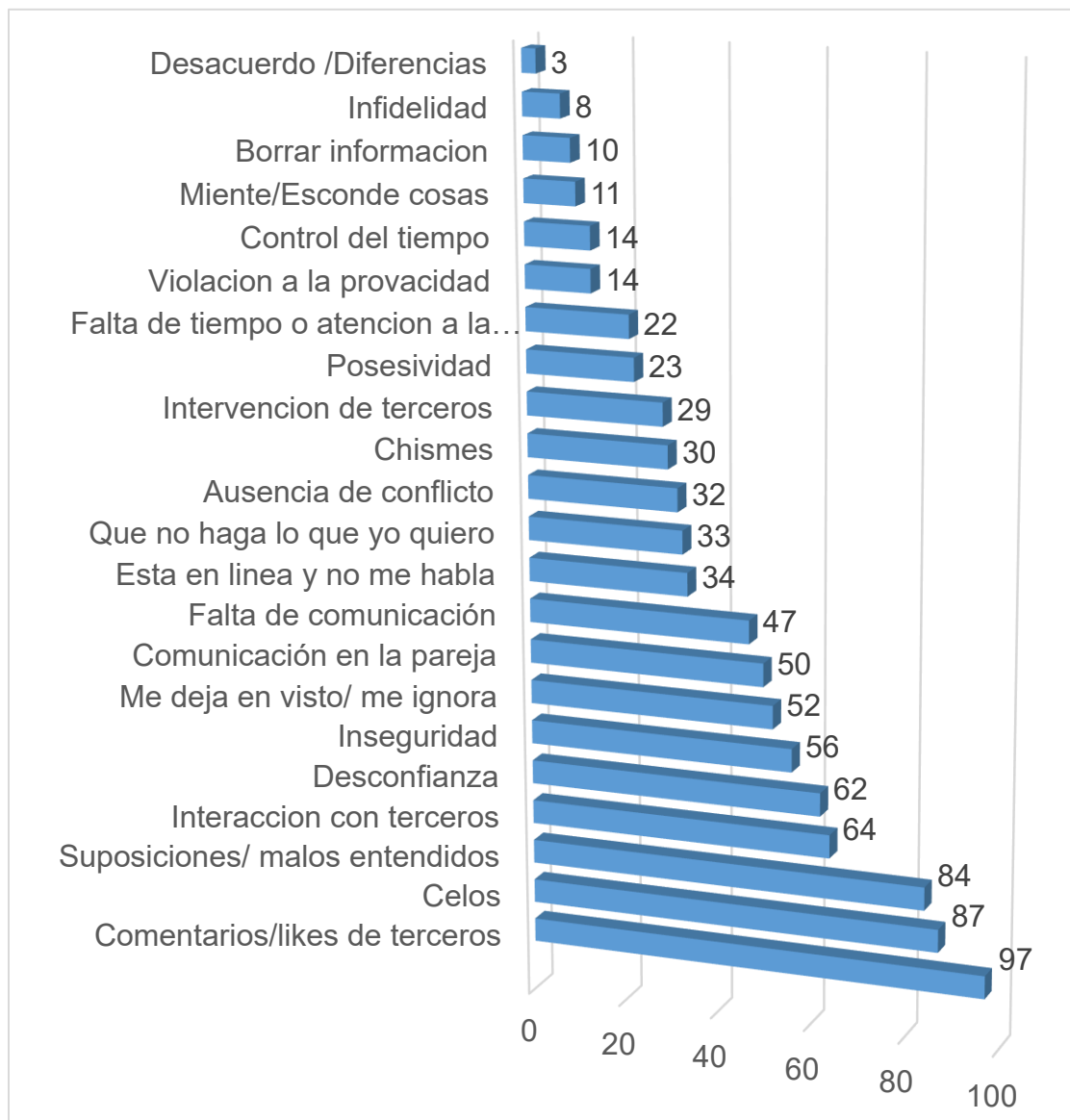


Figura 7. Frecuencias acumuladas por categoría respecto a las respuestas de la pregunta “Cuando reviso mis Redes Sociales y se generan conflictos en mi relación de pareja, son debido a...”



Figura 8. Frecuencias acumuladas por categoría respecto a las respuestas de la pregunta “Cuando mi pareja revisa sus Redes Sociales y se generan conflictos en nuestra relación, son debido a...”

Por último, se procedió a dar una revisión final de los reactivos seleccionados y se unieron las categorías que se enfocaban a la misma área de conflicto obteniendo un total de 56 reactivos, de los cuales se eliminaron 7 para obtener 49 reactivos finales que conformaron al instrumento.

Discusión

Con el presente estudio se buscó conocer las causas generales del conflicto de pareja enfocado al uso de las Redes Sociales. Las preguntas base se realizaron de tal manera que al responderlas, el proceso del conflicto se manifestara directamente. Así es como se comenzó a conocer los elementos que generan el conflicto en las relaciones de pareja debido al uso de las Redes Sociales. Los resultados permitieron observar que las causas principales sugeridas por los participantes, ya sea en la forma personal o en lo percibido por parte de la pareja se enfocaron en: los celos, la inseguridad, la desconfianza, la falta de comunicación, los malos entendidos o suposiciones, la falta de atención, la interacción con terceras personas, entre otras.

Con relación a los resultados obtenidos, específicamente en lo que le genera a la persona directamente se pudo encontrar que los principales factores que generan conflicto son cuando ven comentarios o likes de terceros en las redes de su pareja, celos, malos entendidos (esta última refiriéndose específicamente a las suposiciones equivocadas o inferencias a las que se llegan al observar las redes sociales de la pareja), la interacción con terceras personas que tiene la pareja en sus redes sociales, desconfianza,

inseguridad, el sentirse ignorado por parte de su pareja y la falta de comunicación. Estos son los principales campos en los que se encuentran la mayoría de las respuestas dadas por los participantes en el ámbito personal, o sea, lo que directamente les genera respecto a su pareja por el uso de las redes sociales, lo cual puede si bien ya se han visto temas como la cuestión de los celos y factores asociados a la comunicación, Díaz-Loving, Rivera & Flores, 1989; Reidl, 2005; García, 2004. También se pueden observar factores que, si no son algo nuevo como tal dentro de una relación de pareja, si se esta pudiendo notar como un nuevo factor que detone conflicto dentro de la misma como lo es el que la pareja tenga mayor interacción con terceras personas.

Por otro lado, visto desde la perspectiva de las causas de conflicto en la relación cuando su pareja usa las redes sociales fueron, los celos, la interacción con terceros, los comentarios de terceros, desconfianza, malos entendidos, inseguridad y la falta de comunicación, por lo cual se puede observar una similitud con lo planteado anteriormente, sea en mayor o menor medida algunos campos que otros, pero reflejando que el tipo de conflictos originados en la relación de pareja, ya sea visto desde la perspectiva personal, o de lo que le genera a la pareja son los mismos, y que de igual forma, se puede comparar con los resultados de otras investigaciones realizadas con anterioridad donde se trata el tema de del conflicto de pareja, ya sea en parejas casadas, o de relaciones de noviazgo; pero donde los factores siguen permaneciendo como un factor común, pues las interacciones entre uno y otro tipo de relación son diferentes (García, et al 2015; Gottman, 1979; Rivera, 2004); y ahora en este caso en particular

donde se tiene una variable más interviniendo en la forma de relacionarse dentro de la relación por parte de sus miembros, las cuales son las Redes Sociales.

Fase 2. Validación de la escala para medir el conflicto de pareja por el uso de las Redes Sociales

Objetivo general de la fase 2

Obtener la validez y confiabilidad de la escala de conflicto en la pareja por el uso de las Redes Sociales

Participantes

Ψ Se trabajó con una muestra no probabilística de tipo accidental, integrada por 360 participantes, 42.5% hombres y 57.5% mujeres, con un rango de edad de entre 15 y 62 años con una media de 23.69 años y una desviación estándar de 7.4. El promedio de tiempo en la relación fue de 37.12 meses. Dada la media de edad, la mayoría de los participantes eran estudiantes, como se muestra en la tabla 1.

Tabla 1. Frecuencia y porcentaje de las ocupaciones de los participantes

Ocupación	Frecuencia	Porcentaje
Estudiante	258	71.70%
Empleado	34	9.40%
Docente	13	3.60%
Ama de casa	6	1.70%
Comerciante	6	1.70%
Ingeniero	4	1.10%
Psicólogo	3	0.80%
Vendedor	3	0.80%
Asesor	3	0.80%
Arquitecto	2	0.60%
Contador	2	0.60%
Abogado	2	0.60%
Diseñador grafico	2	0.60%
Obrero	2	0.60%
Ayudante de cocina	2	0.60%
Desempleado	2	0.60%
Promotor	2	0.60%
Técnico	2	0.60%
Operador	1	0.30%
Empresario	1	0.30%
Pintor	1	0.30%
Pedagoga	1	0.30%
Ejecutivo	1	0.30%
Pasante	1	0.30%
Biólogo	1	0.30%
Lic. en computación	1	0.30%
Supervisor	1	0.30%
Administrador	1	0.30%
Recursos humanos	1	0.30%
Imprenta	1	0.30%
Total	360	100%

Instrumento

Se utilizaron las escalas de conflicto de pareja por el uso de las Redes Sociales con un formato tipo Likert de 5 opciones de respuesta que van desde siempre a nunca desarrollada a partir de la fase 1ª (Ver Apéndice II).

- 1) Escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Personal): Conformada por 49 reactivos. Mide las causas por las que se genera conflicto de forma personal cuando usa sus Redes Sociales.
- 2) Escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Pareja): Conformada por 49 reactivos. Mide la percepción que la persona tiene sobre las causas que le generan conflicto a su pareja cuando usa las Redes Sociales.

Resultados

Para el proceso de validación de la escala, la primera parte es hacer una discriminación de reactivos de cada escala, para esto se realizaron tres análisis:

- a) Análisis de Sesgo
- b) Análisis de discriminación mediante la prueba t de student
- c) Análisis de consistencia interna, mediante el alfa de Crobach

De acuerdo a estos análisis, no fue necesario eliminar reactivos, ya que no mostraban un sesgo, todos los reactivos discriminaban en la prueba t de student (se realizaron dos grupos extremos en base a las puntuaciones obtenidas de las respuestas,

el grupo con puntuaciones bajas, menores al 25%, y el grupo de puntuaciones altas, mayores al 75%), finalmente, no fue necesario eliminar ningún reactivo con base al análisis de consistencia interna ya que todos los reactivos mostraron un alfa mayor a 0.300, lo cual indica que todos los reactivos están midiendo lo mismo.

Posteriormente se realizó el Análisis Factorial, con rotación oblicua, con un punto de corte de 0.40 para seleccionar los reactivos pertenecientes a cada factor. En la tabla 1 se puede observar el análisis factorial de la primera escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Pareja), en el análisis se introdujeron 49 reactivos iniciales de los cuales sólo quedando 34 reactivos distribuidos en 4 factores que explican el 63.11% de la varianza. Posterior a esto se realizó un análisis de confiabilidad mediante Alpha de Cronbach donde no fue necesario eliminar ningún reactivo. Por lo tanto, quedaron 4 factores finales que explican el 63.11% de la varianza total como se indica en la tabla 2.

Tabla 2. Análisis factorial de la Escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Pareja).

Reactivos	F1	F2	F3	F4	Total
C1-48 Le molesta que me publiquen terceras personas	0.902	0.010	-0.042	-0.060	
C1-41 Piensa otras cosas cuando me publican algo	0.892	0.021	0.011	-0.077	
C1-38 Le genera desconfianza que mis amigos le den like a las fotos que publico	0.848	0.029	-0.002	-0.104	
C1-39 Piensa que le oculto cosas en mis redes sociales	0.806	0.017	0.043	0.066	
C1-21 Malinterpreta lo que me publican otras personas	0.803	0.030	0.083	-0.066	
C1-24 Piensa que NO le cuento todo lo que hago en mis redes sociales	0.788	0.031	0.011	0.043	
C1-40 NO le gusta que me desconecte después que el/ella	0.787	0.026	-0.113	0.072	
C1-46 Piensa que me quedo hablando con alguien mas	0.782	-0.008	0.010	0.168	
C1-27 Personas con las que me llevo me hacen comentarios que le desagradan	0.776	0.035	0.032	-0.198	
C1-36 Piensa que hablo con otras personas cuando NO le respondo de inmediato	0.766	-0.028	-0.098	0.259	
C1-20 Le desagradan las personas con las que tengo contacto	0.748	-0.032	0.042	-0.034	

(continua)

(Continuación Tabla 2)

C1-23 Le genera desconfianza que mis amigos comenten mis publicaciones	0.747	0.067	0.075	-0.031	
C1-9 Desconfía de las personas que le dan like a fotos que publico	0.746	0.018	-0.008	-0.062	
C1-29 Le da desconfianza que otras personas comenten mis publicaciones	0.742	0.108	0.039	-0.058	
C1-33 Ve cosas que NO le gustan	0.740	0.004	0.127	-0.020	
C1-30 Le genera inseguridad que este en línea y no le hable	0.733	-0.062	-0.007	0.279	
C1-49 Subo fotos que le parecen sugerentes	0.608	0.092	-0.066	-0.061	
C1-47 Deje de contarle sobre mis actividades en mis redes sociales	0.599	0.081	0.055	0.191	
C1-37 Siente que presto más atención a mis redes sociales que a él/ella	0.588	-0.111	0.019	0.200	
C1-1 Piensa que prefiero hablar con otras personas cuando NO le respondo de inmediato	0.587	-0.036	0.019	0.268	
C1-13 Encuentra cosas que le desagradan	0.582	0.047	0.250	-0.005	
C1-16 Le doy like a publicaciones de personas del sexo opuesto	-0.067	0.899	0.042	0.006	
C1-11 Le doy like a publicaciones de otras personas	-0.041	0.880	0.037	-0.040	
C1-31 Le doy like a fotos de personas del sexo opuesto	0.136	0.806	-0.035	0.011	
C1-12 Me quedo más tiempo en línea, después de que se desconecta	-0.078	0.716	0.090	0.257	
C1-25 Le doy like a las fotos de otras personas	0.248	0.673	-0.023	-0.085	
C1-45 Respondo a comentarios que me hacen personas del sexo opuesto	0.200	0.650	0.008	0.041	
C1-3 Respondo a los comentarios de mis exparejas	0.025	-0.084	0.776	-0.002	
C1-2 Tengo cosas de mis exparejas en mis redes sociales	0.063	-0.020	0.768	0.014	
C1-42 Platico con mis exparejas	0.075	-0.012	0.722	0.083	
C1-22 Aun tengo a mis exparejas en mis contactos	-0.104	0.317	0.673	-0.055	
C1-15 NO le respondo inmediatamente cuando me manda mensajes	-0.035	0.327	0.020	0.723	
C1-43 NO respondo a sus mensajes	0.106	-0.071	0.141	0.711	
C1-10 Se da cuenta que estoy en línea y no le hablo	0.369	0.102	0.030	0.516	
Media	1.834	2.517	1.878	2.166	
Desviación Estándar	0.959	1.259	0.929	1.011	
Número de reactivos	21	6	4	3	
% Varianza explicada	44.360	9.517	5.147	4.092	63.116
Alfa de Cronbach	0.965	0.900	0.758	0.703	0.963

Con base en la organización de los reactivos, así como en lo que refiere a lo encontrado en los postulados teóricos a cerca del conflicto de pareja y la conformación de los factores, fueron definidos como se muestra en la tabla 3.

Tabla 3. Definición de los factores de la Escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Pareja).

Factor	Definición
1. Desconfianza-Malinterpretación	Es cuando una persona duda de, o juzga de forma negativa, las intenciones que tienen los demás al interactuar en redes con su pareja.
2. Dar Like a publicaciones de otros	Se refiere a los sentimientos de inconformidad de una persona, cuando su pareja menciona que “le gustan” (dar like) las publicaciones de otras personas
3. Interacción con exparejas	Es el desagrado de un individuo respecto a la comunicación y contacto, que muestra en redes su pareja con las exparejas.
4. No respuesta de la pareja	En este caso, el conflicto es debido a que la pareja de una persona no contesta los mensajes de forma inmediata o no interactúa aun cuando ambos están conectados al mismo tiempo, como si se le ignorara o evitara.

En la tabla 4 se observa que para la escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Personal), después de realizar la prueba de sesgo, t de student y el análisis de consistencia interna no fue necesario eliminar ningún reactivo debido a que todos los reactivos mostraron un alfa mayor a 0.300, lo cual indica que todos los reactivos están midiendo lo mismo. Posteriormente se realizó el Análisis Factorial, con rotación oblicua, con un punto de corte de 0.40 para seleccionar los reactivos pertenecientes a cada factor. Se introdujeron 49 reactivos iniciales de los cuales sólo quedando 36 reactivos distribuidos en 6 factores que explican el 65.42 % de la varianza. Finalmente se realizó

el análisis de confiabilidad Alpha de Cronbach donde no fue necesario eliminar ningún reactivo quedando 6 factores finales que explican el 65.42 % de la varianza.

Tabla 4. Análisis factorial de la Escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Personal).

Reactivos	F1	F2	F3	F4	F5	F6	Total
C2-23 Me generan desconfianza sus amigos cuando comentan las publicaciones que hace mi pareja	0.756	-0.011	0.014	0.112	0.102	0.008	
C2-48 Me molesta que le publiquen terceras personas	0.742	0.126	-0.039	-0.026	-0.012	0.072	
C2-38 Me genera desconfianza cuando sus amigos le dan like a fotos que publica mi pareja	0.716	0.095	-0.033	0.006	0.034	0.069	
C2-21 Malinterpreto lo que le publican otras personas	0.716	-0.075	-0.019	0.089	0.051	0.137	
C2-29 Me dan desconfianza las personas cuando comentan las publicaciones de mi pareja	0.715	0.083	-0.128	0.017	0.092	-0.062	
C2-41 Pienso otras cosas cuando le publican algo	0.664	0.046	0.054	0.057	0.021	0.186	
C2-9 Me generan desconfianza las personas que le dan like a fotos que publica mi pareja	0.647	0.110	-0.086	0.025	-0.011	0.031	
C2-20 Me desagradan las personas con quien tiene contacto	0.569	-0.011	-0.126	0.067	0.217	-0.039	
C2-25 Le da like a las fotos de otras personas	0.052	0.791	0.017	0.092	0.040	-0.004	
C2-31 Le da like a fotos de personas del sexo opuesto	-0.013	0.791	0.054	0.046	0.155	0.056	
C2-16 Le da like a publicaciones de personas del sexo opuesto	0.125	0.760	0.140	0.147	0.058	0.044	
C2-11 Le da like a comentarios de otras personas	0.124	0.748	-0.099	-0.014	-0.020	0.015	
C2-45 Responde a comentarios de personas del sexo opuesto	0.127	0.682	-0.232	-0.005	-0.009	-0.162	
C2-12 Se queda más tiempo que yo en línea en las noches	-0.208	0.583	-0.137	0.072	-0.011	0.354	
C2-32 Me impide ver los comentarios de ciertas personas	-0.072	0.024	-0.714	-0.022	0.234	0.106	
C2-28 Tiene bloqueadas varias cosas de sus redes sociales	0.042	-0.052	-0.708	0.227	0.019	-0.079	
C2-17 Me impide ver algunas fotos que publica	0.228	-0.076	-0.702	0.075	-0.111	0.038	
C2-14 Quita fotos donde aparecemos juntos	-0.001	-0.018	-0.665	-0.035	0.132	0.167	
C2-35 NO comparte fotos donde aparecemos juntos	-0.025	0.142	-0.622	0.104	0.021	0.043	
C2-26 Deja de hacerme comentarios	0.032	0.249	-0.516	-0.004	0.084	0.057	
C2-47 Deje de contarme sobre sus actividades en sus redes sociales	0.267	0.080	-0.512	0.006	-0.146	0.184	
C2- 8 NO me deja revisar sus redes sociales	0.102	0.266	-0.480	-0.017	0.045	0.000	
C2-22 Aun tiene a sus parejas anteriores en sus contactos	0.046	0.182	0.096	0.795	-0.057	-0.017	
C2-3 Responde los comentarios de sus exparejas	0.053	-0.051	-0.186	0.755	-0.012	-0.053	
C2-42 Platica con sus exparejas	0.048	-0.044	0.016	0.740	0.233	0.018	

(continúa)

(Continuación Tabla 4)

C2-2 Tiene cosas de su pareja anterior en sus redes sociales	-0.036	0.048	-0.040	0.708	-0.017	0.082	
C2-34 Le coquetean a mi pareja mediante las redes sociales	-0.087	0.095	-0.061	0.106	0.730	0.055	
C2-19 Personas del sexo opuesto jueguen con frases en doble sentido con mi pareja	0.175	-0.013	0.072	0.032	0.703	-0.021	
C2-6 Le hablen de forma cariñosa a mi pareja	0.070	0.062	-0.087	0.023	0.625	0.130	
C2-27 Personas con las que se lleva le hacen comentarios que me desagradan	0.276	0.110	-0.262	-0.090	0.482	-0.071	
C2-30 Me genera inseguridad que este en línea y NO me hable	0.260	-0.023	0.003	-0.011	0.090	0.674	
C2-43 NO responde mis mensajes	-0.067	-0.050	-0.151	0.120	0.169	0.635	
C2-10 NO me hable cuando no está en línea	0.190	0.109	-0.146	-0.065	-0.027	0.621	
C2-15 NO me responde inmediatamente cuando le envío mensajes	0.113	0.183	-0.063	0.165	-0.073	0.562	
C2-36 Pienso que habla con otras personas cuando NO me responde de inmediato	0.333	0.119	-0.007	-0.010	0.162	0.487	
C2-1 Pienso que prefiere hablar con otras personas cuando NO me responde de inmediato	0.290	0.011	-0.057	0.242	0.006	0.400	
Media	1.642	1.983	1.613	1.809	1.950	1.844	
Desviación Estándar	0.846	1.092	0.830	0.937	1.061	0.932	
Número de reactivos	8	6	8	4	4	6	
% Varianza explicada	43.975	5.792	4.639	4.308	3.585	3.126	65.425
Alfa de Cronbach	0.925	0.905	0.891	0.820	0.771	0.885	0.971

Respecto a la organización de los reactivos, así como los postulados teóricos sobre el manejo del conflicto en la pareja y la confirmación de los factores, estos fueron definidos como se describe en la tabla 5.

Tabla 5. Definición de los factores de la escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Personal).

Factor	Definición
1. Desconfianza de terceros	Son sentimientos de inseguridad o incertidumbre de las intenciones que las otras personas puedan tener con la propia pareja.
2. Dar Like a publicaciones de otros	Se refiere a los sentimientos de inconformidad de una persona, cuando su pareja menciona que “le gustan” (dar like) las publicaciones de otros.
3. Bloqueo en redes de la pareja	Es el conflicto de una persona con su pareja por no tener acceso a visualizar total o parcialmente las actividades que realiza en las redes sociales.
4. Interacción con exparejas	Es el desagrado de un individuo respecto a la comunicación y contacto, que muestra en redes su pareja con las exparejas.
5. Coqueteos de otros hacia la pareja	En este caso hay una molestia de un individuo, debido al flirteo de otras personas con su pareja en las redes sociales.
6. Falta de respuesta en redes de la pareja	En este caso, el conflicto es debido a la inconformidad que existe de una persona por la carente o nula comunicación que se le muestra en las redes sociales, como si se le ignorara

Con lo que se refiere a las dos principales Redes Sociales Sociales que usan para tener contacto con su pareja se obtuvieron lo siguientes datos como se muestra en las tablas 6 y 7.

Tabla 6. Principal red social para tener contacto con la pareja.

Red Social	Frecuencia	Porcentaje
Whatsapp	189	52.5
Facebook	141	39.2
Messenger	26	7.2
Instagram	3	0.8
Snapchat	1	0.3
Total	360	100

Tabla 7. Segunda red social para tener contacto con la pareja.

Red Social	Frecuencia	Porcentaje
Facebook	141	39.2
Whatsapp	109	30.3
No usan otra red	48	13.3
Messenger	20	5.6
Instagram	19	5.3
Twitter	11	3.1
Snapchat	6	1.7
Telegram	3	0.8
Skype	2	0.6
Viber	1	0.3
Total	360	100

Discusión

Con el presente estudio se buscó desarrollar una escala con validez y confiabilidad acerca del conflicto en la relación de pareja debido al uso de las redes sociales que fuera capaz de identificar los diferentes factores que lo provocan, es decir las causas.

De acuerdo con los resultados obtenidos en este estudio se pudieron obtener dos escalas, una que mide las causas de conflicto en la relación de una forma personal cuando éste usa las redes sociales, y otra que mide las causas que generan conflicto en la relación desde la perspectiva de su pareja cuando el/ella las usa, y así, de esta forma poder tener un panorama del conflicto en la relación cuando se usan las Redes Sociales visto desde ambas partes de la relación. De modo que a continuación se muestra de que forma quedan definidos los factores obtenidos en ambas escalas.

Con lo que respecta a la Escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Pareja) se obtuvieron los siguientes factores.

Desconfianza-Malinterpretación, es el primer factor, en este caso es cuando la pareja presenta sentimientos de desconfianza respecto a las actividades que observa en las Redes Sociales del otro, lo cual se transforma en inseguridad, llevándola así a tener pensamientos de incertidumbre y así malinterpretar lo que observa, pensando que el otro no le es totalmente honesto respecto sus actividades en sus RS. Aquí no se enfoca en un tipo de actividad específica, sino a la serie de ideas irracionales y sentimientos negativos que surgen en la pareja debido a la falta de control de la pareja respecto hacia las actividades del otro. Esto puede explicarse a través del estilo de amor de Lee (1973)

definido como *Manía*, el cual refleja un estilo de amor posesivo e intenso hacia la pareja, mostrando una preferencia por dichos comportamientos y supervisando y fiscalizando todo aquello que hace o no.

El segundo factor es ***Dar Like a publicaciones de otros***, aquí el objeto de atención de la pareja es la interacción que existe por parte del otro hacia las otras personas, (principalmente personas del sexo opuesto) ya sean likes a publicaciones, a comentarios, a fotografías y/o respuestas a comentarios que le hacen otras personas, lo cual despierta sentimientos de celos al observar estas actividades en las Redes Sociales de la pareja. Diaz-Loving, Rivera & Flores (1989) los definen como sentimientos y emociones desarrolladas ante la real o imaginaria trasgresión de la norma de exclusividad por parte de la pareja que tiene componentes como enojo, dolor, desconfianza e intriga hacia la pareja; aunado a un sentimiento de orgullo herido, un sentimiento de que los derechos de propiedad han sido violados y que el valor de la exclusividad en pareja se ha perdido; todo esto haciendo alusión a la entrada en escena de “un tercero”.

Interacción con exparejas es el siguiente factor, este puede ir de la mano con el factor anterior, sin embargo, se muestra una distinción de peso que para la pareja tiene gran importancia, el cual se centra en el desagrado e inconformidad al hecho de que el otro, cual sea la forma en que lo haga, siga teniendo algún tipo de interacción con parejas anteriores a través de las Redes Sociales. Los "exes" actúan como agentes "fantasmas" que se encuentran presentes en cualquier situación de la pareja a causa de un pensamiento obsesivo que impide conseguir el equilibrio y la estabilidad en la relación (Fierro, 2014).

Por último, el cuarto factor es el de **No respuesta de la pareja**, aquí la pareja muestra sentimientos de ser ignorada debido a la nula disposición de entablar algún tipo de comunicación por parte del otro, pese al conocimiento de que la pareja ha comenzado dicha comunicación, o que esta se encuentra “en línea”. Esto puede explicarse desde el modelo territorial del conflicto (Orathinkal & Vansteenwegen, 2006) en el cual uno de sus elementos es la demanda de atención por parte de la pareja, donde proponen que cada persona que vive en pareja, en algún momento desea la completa atención del otro.

Por otro lado, con lo que respecta a la segunda escala denominada, Escala de conflicto por el uso de Redes Sociales (Personal) los factores que se obtuvieron fueron.

Desconfianza de terceros es como se le denominó al primer factor, aquí existe un sentimiento de desconfianza, no hacia la pareja directamente, sino a las personas con las que esta sostiene algún tipo de interacción en sus redes sociales, llámense likes, le hagan comentarios en sus publicaciones o le publiquen cosas directamente, etc., en este caso se observa una diferenciación de los celos pues aquí no es realmente el sentimiento de pérdida o competencia como podría parecer; sino es el hecho de ver como otras personas pueden tener alcance hacia la pareja, o visto desde ese punto, como algo que “es mío” . Diaz-Loving, Rivera & Flores (1989) lo describen como el despertar de sentimientos de trasgresión a la relación por parte de los otros, violando su derecho de “propiedad”.

El segundo factor nombrado es el de **Dar Like a publicaciones de otros**, al igual que el factor del mismo nombre de la escala anterior, aquí el objeto de atención es la interacción que existe por parte de la pareja hacia las otras personas; pero teniendo una atención

particular hacia las personas del sexo opuesto; likes o comentarios a sus publicaciones y fotos, o la misma pareja demuestre un “interés” respondiendo a dichos comentarios hechos por terceras personas, motivos por los cuales se reflejan en celos por parte del otro. Como lo menciona Reidl (2005) los celos son un sentimiento de temor a la pérdida de una atención especial, teniendo como núcleo la necesidad de ser necesitado. Así se puede decir que, no es tanto el decir que son los celos, sino a los pensamientos y sentimientos que despiertan en el otro, viéndolo desde su perspectiva “desplazado” por alguien más.

El tercer factor es **Bloqueo en redes de la pareja**, y es cuando existe un descontento hacia la pareja debido a que ésta impide ver al otro algunos contenidos específicos encontrados en sus redes sociales, o, por otro lado, al ver que elimina o no comparte contenidos donde aparecen ambos, despertándole sentimientos de que hay desinterés en la relación por su parte y, por ende, llevar al otro a pensar que su pareja no quiere involucrarlo por algún motivo. Lo anterior puede comprenderse desde el concepto de *cercanía*, Tesser (1987 en Sánchez-Aragón & Díaz-Loving, 1994) la definen como, la extensión en la cual la gente se ve a sí misma como perteneciendo a otro o interdependencia. Se dice que se experimenta cercanía cuando los individuos que conforman una pareja comparten su identidad, recursos, perspectivas y actividades (Aron et al., 1986 en Aron et al., 1991).

Interacción con exparejas es el siguiente factor, en este caso hay una inconformidad con la pareja debido a la interacción que ésta continúa teniendo con parejas anteriores por medio de sus redes sociales. Fierro (2014) afirma que, uno de los tipos de celos más

destruictivos son precisamente los que se sienten hacia las parejas de relaciones amorosas del pasado. El *síndrome de Rebeca* es cada vez más frecuente en las relaciones de hoy en día... La persona que padece este síndrome tiende a realizar una investigación exhaustiva sobre el pasado de su pareja... funcionando así como elemento conflicto de la relación.

El quinto factor es ***Coqueteos de otros hacia la pareja***, aquí la persona refleja sentimientos diversos, oscilando entre los celos, desconfianza, inseguridad, entre otros sentimientos negativos, pues este factor no se enfoca específicamente a un sentimiento, sino a las acciones que el otro observa de parte de terceras personas hacia la pareja en sus redes sociales, las cuales desde su perspectiva, son acciones que van más allá de un trato amistoso, como pueden ser: juegos de frases en doble sentido, que se dirijan hacia su pareja de una forma que puede interpretarse como “cariñosa” entre otras, surgiendo así, una sensación de que se le está faltando al respeto a la relación. Estos sentimientos pueden ser experimentados en respuesta a un estímulo simbólico, que puede ser significado de la interpretación de quien los experimenta (Hansen, 1982).

Finalmente, ***Falta de respuesta en redes de la pareja*** es el sexto factor, en este caso surgen sentimientos de inseguridad al percibir que la pareja “no quiere” comunicarse, ya sea demorando en dar una respuesta o el hecho de no dar respuesta, motivo por el cual despierta una sensación de ser ignorado aunado a una serie de ideas irracionales en el otro como, el creer que la pareja prefiere platicar con otra persona. Hazan & Shaver (1987), definen este tipo de conductas en el *apego ansioso-ambivalente*, las personas con este tipo de apego tienen experiencias y creencias negativas del amor,

autodesconfianza estresante, baja satisfacción, alta preocupación, altos niveles de miedo, ansiedad y angustia, variadas experiencias de amor.

Conclusiones

En toda relación humana existe el potencial de conflicto, y en las relaciones más cercanas o íntimas parece aumentar por la proximidad y frecuencia de dichas interacciones. En otras palabras, las relaciones humanas en las que hay que establecer territorios, maximizar recursos, resolver necesidades y demás, son campo fértil para el conflicto, el cual acrece al incorporar intereses disímiles, emociones, cercanía e intimidad, como es el caso de las relaciones amorosas (Flores et al., 2005).

De acuerdo con lo anterior así como con la literatura consultada, en la presente investigación se pudo observar cómo es que, el uso de las redes sociales se han vuelto un medio que, más allá del aspecto positivo por ser una herramienta tecnológica creada para “recortar” distancias entre sus miembros, se ha convertido en un distanciador y en una variable más para la generación de conflictos en las relaciones de pareja; los cuales, como ya se ha mencionado, han existido siempre, y son una parte dentro del ciclo de las parejas, tal como lo mencionan diversos autores (p. e. Vuchinich, 1984; Diaz-Loving, 1996; Rivera, Cruz, Arnaldo & Díaz-Loving, 2004; Flores, 2004); pudiéndose observar elementos de los cuales ya se ha hablado en investigaciones contemporáneas referentes al conflicto de pareja, como son los celos y posesividad (Gottman, 1979) los cuales aunque no se mencionan como tales en los factores se pueden ver reflejadas sus características en ***Dar Like a publicaciones de otros***. Por otro lado se lograron encontrar también factores aislados provocados específicamente por la nueva dinámica

de interacción que se ha ido modificando en las parejas por el uso de estos medios digitales y que, tal vez se han llegado a mencionar, como elementos que forman parte de las características de un tipo de conflicto, como **Desconfianza de terceros**, la cual forma parte o es un elemento del cual se acompañan los celos (Diaz-Loving, Rivera & Flores, 1989); sin embargo, aun así refleja nuevas características que son exclusivas de esta forma de interacción enfocada a las redes sociales, pues ahora las relaciones de pareja se han convertido en irónicamente en algo que ya no es exclusivamente de dos como lo eran no hace mucho, ampliando así el foco de atención no solo en la pareja, sino al resto de personas con las que cada uno de los miembros de ésta tiene contacto en sus Redes Sociales, porque, lo que antes se veía como una situación de exclusividad, ya sea la relación o la pareja visto desde los ojos del otro, se convierten en algo que se “tiene” que cuidar más que nunca, desatando o potenciando otras problemáticas como la desconfianza a las terceras personas con las que la pareja tiene contacto, llámense amistades, ex parejas, o hasta mismos familiares del otro, que de alguna forma generan algo a alguno de los miembros de la relación desencadenando así un conflicto. Y por otro lado están las cuestiones asociadas a la comunicación y la apatía como el caso de los factores: **Falta de respuesta en redes de la pareja** y **Bloqueo en redes de la pareja**, enfocados a esa “falta” de comunicación dentro de estos medios, ya sea por no responder en el periodo de tiempo que la pareja espera que se de dicha respuesta ante un contacto previamente propuesto por este, o por la nula respuesta del otro; y el segundo el cual está enfocado a lo que le genera a la pareja al no hacer de algún modo pública la relación en sus Redes Sociales, así como al no “permitirle” ver sus actividades dentro de estas

tomando esta situación desde la perspectiva del compromiso y haciendo uso del conocido “lo mío es tuyo” para así denotar cierta falta de compromiso por parte del otro.

Cabe destacar que, en la presente investigación no se hizo alguna distinción entre el tipo de relación al cual se enfocan estos conflictos, como el ser novios, vivir en unión libre, estar casados etc. Para que pudieran o no formar parte de la misma, pues sea cual sea el tipo de relación se tomó el hecho de que las Redes Sociales YA son parte de la vida, sino de todos, si de un gran número de personas, y que más allá de que sea una pareja de tres meses de noviazgo, o con dos o más años de casados, nos encontramos con que cada vez más número de personas están uniéndose a las filas del uso de estos medios de comunicación y que esto se extiende a su relación pues ya forma parte de ella como una extensión de la misma.

Así es como, tomando como base los resultados obtenidos y de acuerdo con Vuchinich (1984) el convivir con otras personas aumenta la interacción, dentro de la interacción están presentes la expresión de emociones y sentimientos que hacen latente al conflicto para surgir en cualquier momento, generalmente cuando no hay concordancia en ideas y pensamientos o exceden los límites permitidos dentro de una relación. Como se mencionó anteriormente, el conflicto ha sido parte de las relaciones de pareja desde siempre; pero es de substancial importancia el continuar haciendo investigaciones que ayuden a conocer los cambios en la interacción de las relaciones de pareja y así poder adaptar también los métodos de intervención que puedan ayudar a las parejas a un mejor funcionamiento y entendimiento de estas nuevas dinámicas que, tal vez, debido a esta acelerada evolución en las formas de comunicación a las cuales muchos no estaban

acostumbrados y que, ya sea por necesidad o simple deseo de pertenecer, no se están sabiendo manejar, y por ende asimilar de una forma positiva, aunado a la parte que es directamente de cada miembro de la relación, como pueden ser los tipos de personalidad, pues, si es algo que yace latente en la personalidad de la persona, éste mismo desconocimiento en el manejo de lo que pueda generar lo que ve en las redes sociales puede ser un detonante o un catalizador que potencie aún más esta parte de la personalidad de las personas, teniendo así resultados negativos y por ende llegar al conflicto; esto pudiera ser la razón del porque el índice de divorcios o separaciones va en aumento tomando como justificación a las Redes Sociales por parte de uno o ambos miembros de la relación de pareja.

Por último, es importante recalcar que, aunque estas sean escalas con una validez y confiabilidad altas, y que explican un porcentaje alto de la varianza, será de mucha utilidad el que se apliquen a distintos tipos de muestras, así como en diferentes partes del país, para así conocer las diferencias o similitudes que se tienen referente a los conflictos de pareja que usan Redes Sociales, para así poder ofrecer mejores métodos y alternativas en la intervención de dichas problemáticas. Así mismo queda como área de oportunidad el hacer las adaptaciones necesarias en algunos reactivos que denotan un enfoque heterosexual hacia el conflicto, para así poder hacer más inclusivo el instrumento, y así también conocer diferencias o similitudes de dicha problemática en parejas de diferentes orientaciones sexuales.

Referencias

- Abraham, J., Heaven, P., Mete, E., Prabhakar, M. & Smith, L. (2006). Personality and conflict communication patterns in cohabiting couples. *Journal of Research in Personality*, 40(5), 829-840.
- Alvarado B., Gutiérrez, S., Virseda, J., & Toledo, J. (S/A.). Repercusiones en la relación de pareja del uso medios tecnológicos y redes sociales virtuales. Recuperado el 11 de marzo del 2014 en <http://www.facico-uaemex.mx/conten/pdf/68.pdf>
- Aron, A., Aron, E. N., Tudor, M., & Nelson, G. (1991). Close relationships as including other in the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 214-253.
- Argyle, M. y Henderson, M. *The Anatomy of Relationships*. Londres: Heinemann, 1985.
- Ayala, M (2012). Expresión personal y empatía en las redes sociales: los estudiantes universitarios y el uso de Facebook en *Cuadernos de H Ideas*, vol. 6, nº 6., [en línea]. Recuperado el 22 de marzo de 2015 en <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/33167>
- AMIPCI (2014). Estudio sobre los hábitos de los usuarios de internet en México 2014. Asociación Mexicana de Internet. Recuperado el 10 de marzo de 2016 en https://www.amipci.org.mx/estudios/habitos_de_internet/Estudio_Habitos_del_Internauta_Mexicano_2014_V_MD.pdf
- AMIPCI (2018). *Estudio sobre los hábitos de los usuarios de internet en México 2018*. Asociación Mexicana de Internet. Recuperado el 11 de agosto de 2018 en <https://www.asociaciondeinternet.mx/es/component/remository/Habitos-de->

Internet/14-Estudio-sobre-los-Habitos-de-los-usuarios-de-Internet-en-Mexico-2018/lang,es-es/?Itemid=

Argyle, M. & Henderson, M. (1985): *The Anatomy of Relationships*. William Heinemann Ltd, London.

Barragán, M. (1976). Interacciones entre desarrollo individual y desarrollo familiar. *Revista Mexicana de Psiquiatría Infantil*, Monografía 1, 174-206.

Bauman, Z. (2010). *Amor Líquido: acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. 1a ed. 13ª reimp. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

Beier, E. G. & Sternberg, D. P. (1977). Marital Communication: subtle cues between newlyweds. *Journal of communication*, 27, 92-97.

Bernal, A. (2009). Redes sociales y medios de comunicación, *IV Congreso de Cibersociedad. Crisis analógica, futuro digital*. Recuperado el 23 de febrero de 2016 en <http://www.cibersociedad.net/congres2009/es/coms/redes-sociales-y-medios-de-comunicacion/831/>

Bernete, F. (2010). Usos de las TIC, Relaciones sociales y cambios en la socialización de los jóvenes. *Revista de estudios de juventud*, N° 88, pp. 97-114. [en línea]. Recuperado el 08 de marzo de 2016 en https://www.researchgate.net/publication/45413241_Usos_de_las_TIC_Relaciones_sociales_y_cambios_en_la_socializacion_de_las_y_los_jovenes

Bianchi L., Falcón M., & Rodríguez G. (2011), Facebook y el amor en Creación y Producción en Diseño y Comunicación [*Trabajos de estudiantes y egresados*] N° 4. Pp 27-34. Facultad de Diseño y Comunicación. Universidad de Palermo. Buenos

Aires, Argentina [en línea]. Recuperado el 4 de febrero de 2014 en http://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/archivos/366_libro.pdf#page=24

Buss, D. M. (1996). La evolución del deseo. *Estrategias del emparejamiento humano*. España: Alianza Editorial.

Buss, D. M. (2001). Cognitive Biases and Emotional Wisdom in the Evolution of Conflict between the Sexes. *Current Directions in Psychological Science*, 1(6).219-223.

Cahn, D. (1990). *Intimates in conflict: A research review*. NJ: Lawrence Erlbaum.

Cahn, D. (1992). *Conflict in intimate relationship*. New York: Guildford Pres.

Caldevilla, D. (2010). Las Redes Sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la Información*, vol. 33, pp. 45-68, [en línea]. Recuperado el 05 de Noviembre 2015 en <http://revistas.ucm.es/inf/02104210/articulos/DCIN1010110045A.PDF>

Calvo, M. y Rojas, C. (2012). *Uso práctico de las redes sociales*. México: Manual Moderno.

Castañeda, L. & Gutiérrez I. (2010). Redes sociales y otros tejidos online para conectar personas. En Castañeda, L. (Coord.). *Aprendizaje con redes sociales*. Tejidos educativos para los nuevos entornos. Sevilla: MAD. [en línea]. Recuperado el 15 de enero de 2016 en http://mc142.uib.es:8080/rid=1MX54C554-WJ3R5J-2WQ/Redes_sociales%20y%20otros%20tejidos%20online.pdf

Castañeda, L.; González, V. & Serrano, J.L. (2011) Donde habitan los jóvenes: precisiones sobre un mundo de redes sociales. En *Comunicación y relaciones sociales de los jóvenes en la red*. Pp 47-63, [en línea]. Recuperado el 30 de abril en

http://digitum.um.es/jspui/bitstream/10201/25353/1/castaneda_gonzalez_serrano.pdf

Castilla, C. (2000). *Teoría de los sentimientos*. Barcelona, Tusquets, Pp. 319-334.

CHILDNET INTERNATIONAL (2008). *Young People and Social Networking Services*. [en línea]. Recuperado el 08 de marzo de 2016 en http://www.digizen.org/socialnetworking/downloads/Young_People_and_Social_Networking_Services_full_report.pdf

Coombs, C.H. (1987). The structure of conflict. *American Psychologist*, 42(4), 335-363.

Cornejo, M. & Tapia, M. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet, en *Fundamentos en Humanidades*, Año XII, Número II pp. 219-229 [en línea]. Recuperado el 08 de marzo de 2016 en <http://fundamentos.unsl.edu.ar/pdf/articulo-24-219.pdf>

Craig, J. G. (2001). *Desarrollo Psicológico*. México: Pearson Educación.

Del Moral, J.A (2005). *Redes Sociales ¿Moda o nuevo Paradigma?* Asociación de usuarios de Internet. Madrid.

Díaz-Loving, R. (1996). Una Teoría Bio-Psico-Cultural de la Relación de Pareja. En R, Díaz-Loving (Ed), *Antología psicosocial de la pareja* (pp. 11-33). México: Miguel Ángel Porrúa.

Díaz-Loving, R., A. S. Rivera y G. M. Flores. (1989). Desarrollo y análisis psicométrico de una medida multidimensional de celos. *Revista Mexicana de Psicología*, 6(2), pp 11-119.

Díaz-Loving, R. & Rivera, S. (2010). Antología psicosocial de la pareja. Clásicos y contemporáneos. México: Miguel Ángel Porrúa.

Diez, E. J., Fernández, E. Y Anguita, Roció. (2011). Hacia una teoría política de la socialización cívica virtual de la adolescencia. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 25(2), pp 73-100

Duvall, E. M. (1977). *Marriage and family development*. U.S.A.: Lippincott.

Esteinou, M. R. (2009). *Las relaciones de pareja en el México moderno*. Revista Casa del Tiempo, 3(26), 65-75

Flores, M.M., Díaz-Loving, R., Rivera Aragón, S. (2004). Validación psicométrica del inventario de negociación del conflicto en parejas de una subcultura tradicional. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica (AIDEP)*, 1(17), 39-55

Fierro, K.R. (2014). *¿Te dan celos sus ex-parejas? Podrías padecer el Síndrome de Rebeca*. [En línea] Recuperado el 20 de julio de 2018 en <https://www.psico.mx/articulos/te-dan-celos-sus-ex-parejas-podrias-padecer-el-sindrome-de-rebeca>

Flores, M.M., Díaz-Loving, R., Rivera Aragón, S., Chi Cervera, A. L. (2005). *Poder y negociación del conflicto en diferentes tipos de matrimonio*. Enseñanza e investigación en psicología. 10(2). 337-353 [en línea]. Recuperado el 11 de Julio de 2016 en <http://www.redalyc.org/pdf/292/29210209.pdf>

Gaja, R. (1995). *El síndrome del amor*. Barcelona: Planeta.

- García, J. A. (2002). La estructura de la pareja: implicaciones para la terapia cognitivo conductual en *Clínica y Salud*. N°1. Vol. 13 Págs. 89-125, [en línea]. Recuperado el 21 de abril de 2016 en <http://www.redalyc.org/pdf/1806/180618083004.pdf>
- García, J. A. (2004). Los conflictos en la pareja. [En línea] Recuperado el 10 de Mayo de 2016 en <https://www.cop.es/colegiados/M-00451/Pareja.htm>
- García, J. (2010). *El conflicto y su vinculación con el enfrentamiento y poder en la relación de pareja*. Tesis de Licenciatura. México: Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Zaragoza
- García, M., Rivera, S., Diaz-Loving, R., Reyes, I. (2015). Continuidad y cambio en la familia. Factores intervinientes. México: Manual Moderno.
- González, M. A. (2011). *Estilos de comunicación y su relación con el conflicto de pareja*. Tesis de Licenciatura. México: Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Estudios Superiores Zaragoza.
- Gottman, J. M. (1979). *Marital Interaction: Experimental Investigations*. New York: Academic Press.
- Gottman, J. M. (1999). *The marriage clinic*. New York: W.W. Norton.
- Hansen, G. L. (1982). Reactions to Hypothetical, Jealously Producing Events. *Family Relations*. 31(4), 513-518.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. doi:10.1037/0022-3514.52.3.511

Herrera, M., Pacheco, M., Palomar, J., & Zavala, D. (2010). La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales. *Psicología Iberoamericana*. Vol. 18, núm. 1. pp. 6-18. [En línea]. Recuperado el 27 de Febrero 2014 en <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915936002>

IAM (2016). *Manual del taller: Noviazgo entre adolescentes. Instituto Aguascalentense de las Mujeres*. [En línea] Recuperado el 15 de Junio de 2016 en: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/insp/taller_noviazgo.pdf

Levinger, G. y Snoek, H. D. *Attraction in relationship; A new look at interpersonal attraction*. Morristown, NJ: General Learning Press, 1972.

Levis, D. (2002). Relaciones Afectivas en Internet: Buscando salir del círculo de la soledad. *Revista ABRA*, 22(31), 103-110 [en línea]. Recuperado el 1 de abril de 2014.

Limón, F, A. (2014). *Cuatro factores que afectan el divorcio en las parejas mexicanas*. Universidad de las Américas. [En línea] Recuperado el 20 de Julio de 2016 en: http://admin.udla.mx/mrs/index.php?option=com_content&view=article&id=123%3Aarticulo-123&catid=6%3Acatesq&Itemid=5&lang=es

Locke, H. J., & Wallace, K. M. (1959). Short multi-adjustment and prediction test: Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21, 329-334.

- López, O. (2012). *Usos y gratificaciones de las redes sociales Facebook y Twitter por los estudiantes universitarios de san salvador entre los 18 y 25 años*. [Tesis electrónica] Universidad del Salvador, Facultad de ciencias y humanidades, dep. de periodismo.
- López, M. (2013). *Una versión etnopsicológica del conflicto en el noviazgo*. Tesis de Doctorado. México: Universidad Nacional Autónoma de México. Programa de Maestría y Doctorado en psicología.
- Melero, R. (2008). *La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación*. Recuperado el 20 de abril de 2016 en: <http://www.scribd.com/doc/52247568/20/LOS-CONFLICTOS-EN-LA-RELACION-PAREJA>
- OFCOM (2008). *Uso de las Redes Sociales*, [en línea]. Recuperado el 26 de Diciembre de 2015 en <http://www.ofcom.org.uk>.
- Olmedo, S. (2012). *Los celos en la red*. [en línea]. Recuperado el 5 de Marzo de 2014, en http://www.silviaolmedo.tv/articulos/display.php?story_id=162
- Pantoja C. A. (2011). Los nuevos medios de comunicación social: las redes sociales en *Didáctica de la Lengua y la Literatura*. Nº. 12. Pp.218-226, [en línea]. Recuperado el 05 de marzo de 2014 en <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3737961>
- Real Academia. (2001). *Diccionario de la lengua Española*. Madrid: Autor
- Reidl, L. (2005). *Celos y envidia: emociones humanas*. México: Universidad.
- Rial, A., Gómez, P., Braña, T., Varela, J. (2014). *Actitudes, percepciones y uso de Internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España)*. 30(2), Pp. 642-655.

- Rivas, M. & Scalbi O. *Una nueva prueba de amor en Creación y Producción en Diseño y Comunicación* [Trabajos de estudiantes y egresados] N° 40 (2011). Pp 37-41. Facultad de Diseño y Comunicación. Universidad de Palermo. Buenos Aires, Argentina, [en línea]. Recuperado el 4 de Febrero de 2014 en http://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/archivos/366_libro.pdf#page=24
- Rojas. J. & Flores, I. A. (2013). *El noviazgo y otros vínculos afectivos de la juventud mexicana en una sociedad con características postmodernas*, 10(23), 131. [En línea]. Recuperado el 20 de junio de 2016 en http://www.revistauaricha.umich.mx/Articulos/uaricha_1023_120-139.pdf
- Rojas, N. (1995). *La pareja, cómo vivir juntos*. Bogotá, Planeta.
- Ruelas, A, B & García, C, E. (2012). *Porque todo tiene un precio. El costo del ligue y el noviazgo*. [En línea]. Recuperado el 25 de Mayo de 2016 en http://www.profeco.gob.mx/encuesta/brujula/bruj_2012/bol210_ligue.asp
- Ruiz, D. (2001). *Relaciones de pareja*. En Revista de Educación. N° 325 p 49-55. [En línea]. Recuperado el 20 de junio de 2016 en http://www.mecd.gob.es/revista-de-educacion/numeros-revista-educacion/numeros-antteriores/2001/re325/re325_05.html
- Sager, C. (1980). El contrato matrimonial y terapia de pareja. Buenos Aires, Amorrortu.
- Sánchez Aragón, R. & Díaz-Loving, R. (1994). La cercanía como determinante de la satisfacción marital. *La psicología social en México*, V, 131-137.

- Sánchez Aragón, R. & Diaz-Loving, R. (1999). Evaluación del ciclo de acercamiento-alejamiento. En R, Diaz-Loving (Ed), *Antología psicosocial de la pareja* (pp. 35-87). México: Miguel Ángel Porrúa.
- Sánchez Aragón, R. *El amor y la cercanía en la satisfacción de pareja a través del ciclo de vida*. Tesis no publicada de Maestría. UNAM, 1995.
- Santos, P. Vallejo, P. & Sierra, J. (2009). Propiedades psicométricas de una versión breve de la Escala de Ajuste Diádico en muestras españolas. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 9, (3) pp. 501-517
- Sedikides, C., Oliver, M. B. & Campbell, W. K. (1994). Perceived benefits and costs of romantic relationships for women and men: Implications for exchange theory. *Personal Relationships*, 1(1), 5-21.
- Sevillano-Bravo, M., & Escobar-Serrano, M. (2011). Confianza-desconfianza en las relaciones conyugales de parejas transnacionales. PROSPECTIVA. *Revista De Trabajo Social E Intervención Social*, (16), 225-256. doi:10.25100/prts.v0i16.1169
- Sternberg, R. J. (1986). *A triangular theory of love*. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Van Pelt, N. (2002), *Como Hablar par que su pareja escuche, y como escuchar para que su pareja hable*. México: Selector.
- Viñas, F. (2009). Uso autoinformado de Internet en adolescentes: perfil psicológico de un uso elevado de la red. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9, 109-122.
- Vuchinich, S. (1948). Sequencing and stopping spontaneous family conflict. *Psychology Quarterly*, 47, 217-234.

Widyanto, L. y Griffiths, M. (2006). "Internet addiction": A critical review. *International Journal of Mental Health & Addiction*, 4, 31-51. doi: 10.1007/s11469-006-9009-9

Wu Song, F. (2009). *Virtual communities, bowling along, online together*. Nueva York: Peter Lang.

Apéndices

Apéndice I

Cuestionario exploratorio



Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Estudios Superiores Zaragoza
Cuestionario de Opinión

EDAD: _____ SEXO: Hombre () Mujer () ¿Tiene pareja actualmente? SI () NO ()

Mencione las tres principales Redes Sociales que usan las personas para interactuar o saber de su pareja

1. _____ 2. _____ 3. _____

Esta es una investigación realizada para la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza de la UNAM, con el fin de conocer lo que piensan las personas sobre las relaciones de pareja. Por lo tanto, toda la información que nos proporcionen es totalmente confidencial y el uso será sólo para los fines de la investigación, así que le solicitamos que responda con toda honestidad.

Si tienes alguna duda puedes preguntarle al investigador encargado de este cuestionario.

Por favor, contesta las siguientes preguntas. **Puedes poner más de una respuesta.**

1.- Cuando la gente revisa sus Redes Sociales y se generan conflictos en las parejas, son debido a...

2.- Cuando reviso mis Redes Sociales y se generan conflictos en mi relación de pareja, son debido a...

3.- Cuando mi pareja revisa sus Redes Sociales y se generan conflictos en nuestra relación, son debido a...

Apéndice II

Escala de conflicto en la pareja mediante las Redes Sociales



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Zaragoza

Esta es una investigación realizada para la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza de la UNAM, con el fin de conocer lo que piensan las personas sobre las relaciones de pareja. Por lo tanto, toda la información que nos proporcionas es totalmente confidencial y el uso será sólo para los fines de la investigación, así que le solicitamos que responda con toda honestidad. Si tienes alguna duda puedes preguntarle al investigador encargado de este cuestionario.

Folio:

Edad: _____ Sexo: Hombre () Mujer () Ocupación: _____

Edad de mi pareja: _____ Ocupación de mi pareja: _____

Tipo de relación: (noviazgo) (casado) (unión libre) (otro _____)

Tiempo de relación _____

Mencione las dos principales Redes Sociales que usas para interactuar con tu pareja.

1. _____ 2. _____

De las siguientes afirmaciones, marca con una X la frecuencia con la que se presentan en tu relación, de acuerdo a la oración principal que aparece hasta arriba del cuestionario

CUESTIONARIO 1

Cuando mi pareja revisas sus redes sociales, se generan conflictos en mi relación porque...

Siempre

Nunca

		5	4	3	2	1
1.	Piensa que prefiero hablar con otras personas cuando NO le respondo de inmediato	5	4	3	2	1
2.	Tengo cosas de mis exparejas en mis redes sociales	5	4	3	2	1
3.	Respondo a los comentarios de mis exparejas	5	4	3	2	1
4.	NO le gusta que borre información de mis redes sociales	5	4	3	2	1
5.	Hago publicaciones que NO le gustan	5	4	3	2	1
6.	Me hacen comentarios de forma cariñosa	5	4	3	2	1
7.	Familiares que NO conoce me hacen insinuaciones en broma	5	4	3	2	1
8.	NO le dejo revisar mis redes sociales	5	4	3	2	1
9.	Desconfía de las personas que le dan like a fotos que publico	5	4	3	2	1
10.	Se da cuenta que estoy en línea y NO le hablo	5	4	3	2	1

11.	Le doy like a publicaciones de otras personas	5	4	3	2	1
12.	Me quedo más tiempo en línea, después de que se desconecta	5	4	3	2	1
13.	Encuentra cosas que le desagradan	5	4	3	2	1
14.	Quito fotos donde aparecemos juntos	5	4	3	2	1
15.	NO le respondo inmediatamente cuando me manda mensajes	5	4	3	2	1
16.	Le doy like a publicaciones de personas del sexo opuesto	5	4	3	2	1
17.	Le impido ver algunas fotos que publico	5	4	3	2	1
18.	Publico fotos que le desagrada que otros vean	5	4	3	2	1
19.	Personas del sexo opuesto jueguen con frases en doble sentido conmigo	5	4	3	2	1
20.	Le desagradan las personas con las que tengo contacto	5	4	3	2	1
21.	Malinterpreta lo que me publican otras personas	5	4	3	2	1
22.	Aún tengo a mis exparejas en mis contactos	5	4	3	2	1
23.	Le genera desconfianza que mis amigos comenten mis publicaciones	5	4	3	2	1
24.	Piensa que NO le cuento todo lo que hago en mis redes sociales	5	4	3	2	1
25.	Le doy like a las fotos de otras personas	5	4	3	2	1
26.	Dejo de hacerle comentarios	5	4	3	2	1
27.	Personas con las que me llevo me hacen comentarios que le desagradan	5	4	3	2	1
28.	Tengo bloqueadas varias cosas de mis redes sociales	5	4	3	2	1
29.	Le da desconfianza que otras personas comenten mis publicaciones	5	4	3	2	1
30.	Le genera inseguridad que esté en línea y NO le hable	5	4	3	2	1
31.	Le doy like a fotos de personas del sexo opuesto	5	4	3	2	1
32.	Le impido ver los comentarios de ciertas personas	5	4	3	2	1
33.	Ve cosas que NO le gustan	5	4	3	2	1
34.	Me coquetean mediante las redes sociales	5	4	3	2	1
35.	NO comparto fotos donde aparecemos juntos	5	4	3	2	1
36.	Piensa que hablo con otras personas cuando NO le respondo de inmediato	5	4	3	2	1
37.	Siente que presto más atención a mis redes sociales que a él/ ella	5	4	3	2	1
38.	Le genera desconfianza que mis amigos le den like a las fotos que publico	5	4	3	2	1
39.	Piensa que le oculto cosas en mis redes sociales	5	4	3	2	1
40.	NO le gusta que me desconecte después que él/ella	5	4	3	2	1
41.	Piensa otras cosas cuando me publican algo	5	4	3	2	1
42.	Platico con mis exparejas	5	4	3	2	1
43.	NO respondo a sus mensajes	5	4	3	2	1
44.	Comparto con todos fotos que a él/ella le gustan	5	4	3	2	1
45.	Respondo a comentarios que me hacen personas del sexo opuesto	5	4	3	2	1
46.	Piensa que me quedo hablando con alguien mas	5	4	3	2	1
47.	Dejé de contarle sobre mis actividades en mis redes sociales	5	4	3	2	1
48.	Le molesta que me publiquen terceras personas	5	4	3	2	1
49.	Subo fotos que le parecen sugerentes	5	4	3	2	1

CUESTIONARIO 2

Quando reviso MIS Redes Sociales, se generan conflictos en mi relación de pareja porque...

		Siempre			Nunca	
1.	Pienso que prefiere habla con otras personas cuando NO me responde de inmediato	5	4	3	2	1
2.	Tiene cosas de su pareja anterior en sus redes sociales	5	4	3	2	1
3.	Responde los comentarios de sus exparejas	5	4	3	2	1
4.	NO me gusta que borre información de sus redes sociales	5	4	3	2	1
5.	Veo que hace publicaciones que NO me gustan	5	4	3	2	1
6.	Le hablen de forma cariñosa a mi pareja	5	4	3	2	1
7.	Familiares que yo NO conocía le hacen insinuaciones en broma	5	4	3	2	1
8.	NO me deja revisar sus redes sociales	5	4	3	2	1
9.	Me generan desconfianza las personas que le dan like a fotos que publica mi pareja	5	4	3	2	1
10.	NO me hable cuando está en línea	5	4	3	2	1
11.	Le da like a comentarios de otras personas	5	4	3	2	1
12.	Se queda más tiempo que yo en línea en las noches	5	4	3	2	1
13.	Encuentro cosas que me desagradan	5	4	3	2	1
14.	Quita fotos donde aparecemos juntos	5	4	3	2	1
15.	NO me responde inmediatamente cuando le envío mensajes	5	4	3	2	1
16.	Le da like a publicaciones de personas del sexo opuesto	5	4	3	2	1
17.	Me impide ver algunas fotos que publica	5	4	3	2	1
18.	Publica fotos que me desagrada que otros vean	5	4	3	2	1
19.	Personas del sexo opuesto jueguen con frases en doble sentido con mi pareja	5	4	3	2	1
20.	Me desagradan las personas con quien tiene contacto	5	4	3	2	1
21.	Malinterpreto lo que le publican otras personas	5	4	3	2	1
22.	Aún tiene a sus parejas anteriores en sus contactos	5	4	3	2	1
23.	Me generan desconfianza sus amigos cuando comentan las publicaciones que hace mi pareja	5	4	3	2	1
24.	Pienso que NO me cuenta todo lo que hace en sus redes sociales	5	4	3	2	1
25.	Le da like a las fotos de otras personas	5	4	3	2	1
26.	Deja de hacerme comentarios	5	4	3	2	1
27.	Personas con las que se lleva le hacen comentarios que me desagradan	5	4	3	2	1
28.	Tiene bloqueadas varias cosas de sus redes sociales	5	4	3	2	1
29.	Me dan desconfianza las personas cuando comentan las publicaciones de mi pareja	5	4	3	2	1
30.	Me genera inseguridad que este en línea y NO ME hable	5	4	3	2	1
31.	Le da like a fotos de personas del sexo opuesto	5	4	3	2	1

32.	Me impida ver los comentarios de ciertas personas	5	4	3	2	1
33.	Ve cosas que NO me gustan	5	4	3	2	1
34.	Le coquetean a mi pareja mediante las redes sociales	5	4	3	2	1
35.	NO comparte fotos donde aparecemos juntos	5	4	3	2	1
36.	Pienso que habla con otras personas cuando NO me responde de inmediato	5	4	3	2	1
37.	Siento que presta más atención a sus redes sociales que a mi	5	4	3	2	1
38.	Me genera desconfianza cuando sus amigos le dan like a fotos que publica mi pareja	5	4	3	2	1
39.	Pienso que me oculta cosas en mis redes sociales	5	4	3	2	1
40.	NO me gusta que se desconecte después de mi	5	4	3	2	1
41.	Pienso otras cosas cuando le publican algo	5	4	3	2	1
42.	Platica con sus exparejas	5	4	3	2	1
43.	NO responde mis mensajes	5	4	3	2	1
44.	Comparte con todas fotos que a mí me gustan	5	4	3	2	1
45.	Responde a comentarios de personas del sexo opuesto	5	4	3	2	1
46.	Pienso que se queda hablando con alguien mas	5	4	3	2	1
47.	Deje de contarme sobre sus actividades en sus redes sociales	5	4	3	2	1
48.	Me molesta que le publiquen terceras personas	5	4	3	2	1
49.	Sube fotos sugerentes	5	4	3	2	1

Muchas gracias por tu participación