

INTRODUCCIÓN

En la sociedad actual, la búsqueda de una pareja afectiva estable es vista como una meta importante para muchas personas. Sin embargo, existe una población creciente de individuos que no tienen relaciones de pareja estables. La incapacidad de tener una pareja afectiva estable puede llevar a una serie de desafíos emocionales, psicológicos y sociales que pueden afectar el bienestar general de una persona. La inestabilidad afectiva puede llevar a sentimientos de soledad y aislamiento. La ausencia de una conexión emocional profunda puede hacer que alguien se sienta desconectado de los demás y experimente una sensación de vacío emocional (Emery et al 2014).

Las personas que no tienen relaciones de pareja estables tienen una baja dependencia emocional de otros individuos. La dependencia emocional se refiere a la necesidad excesiva de otra persona para sentirse completo o para regular el estado emocional. En el caso de las personas que no tienen relaciones de pareja estables se ha detectado un patrón de dependencia emocional que dificulta las relaciones estables saludables y que hace proclive el fracaso conyugal. La baja dependencia emocional se relaciona con la capacidad de una persona para satisfacer sus propias necesidades de manera autónoma, lo cual, en un grado moderado puede resultar saludable para el bienestar de la pareja, pero en caso extremos, socaba los nexos de unión y fortaleza de la pareja (Lemos & Londoño, 2006).

Por otro lado, la intimidad deseada en las relaciones de pareja puede variar significativamente entre las personas. Algunos pueden sentirse cómodos con relaciones más superficiales, mientras que otros buscan relaciones más profundas y significativas. La falta de intimidad deseada puede contribuir a la dificultad para establecer relaciones estables satisfactorias. Las personas con baja intimidad deseada en la relación de pareja pueden evitar el contacto físico y emocional con su pareja, tienen dificultad para compartir información personal, manifiestan poco interés en actividades románticas, etc., lo cual puede desencadenar sentimientos de insatisfacción y dar lugar a la separación, ya sea temporal o definitiva de la pareja (Shaefer & Olson, 1981).

Los celos pueden ser una causa importante de cambios permanentes en las parejas afectivas debido a la erosión gradual de la confianza, la comunicación deficiente, la inseguridad constante

y los conflictos frecuentes. Las emociones intensas que suelen acompañar a los celos a menudo tienen un impacto significativo en la dinámica de la relación y en la capacidad de construir una conexión profunda y duradera. Los celos son una emoción compleja y poderosa que puede desencadenar una serie de reacciones y comportamientos en las relaciones afectivas. Los celos por lo general implican una comunicación deficiente y malentendidos en la pareja, por lo cual a largo plazo debilitan la relación afectiva y, casi siempre, irremediablemente, terminan con la disolución de la pareja (Mathes y Severa 1981).

Por otra parte, la insatisfacción sexual puede afectar negativamente varios aspectos de una relación afectiva, desde la intimidad emocional hasta la comunicación y la conexión general. Cuando las necesidades sexuales no se satisfacen, puede llevar a tensiones, desconexión emocional y una eventual búsqueda de satisfacción en otros lugares. Para muchas personas, la satisfacción sexual es una parte esencial de una relación saludable, y la falta de ella puede ser una razón válida para buscar un cambio permanente de pareja afectiva. Lo que sucede es que la intimidad sexual es una parte fundamental de las relaciones afectivas, sobre todo en la juventud y en la adultez temprana. Cuando la satisfacción sexual está ausente o es insatisfactoria, puede afectar la conexión emocional y la sensación de cercanía entre las parejas. La experiencia clínica demuestra que cuando falla la vida sexual, se da un aumento de tensiones y conflictos en la relación. La frustración acumulada puede extenderse a otros aspectos de la relación y afectar la comunicación y la conexión emocional (Miller & Perlman 2008).

La ciencia moderna tiene especial interés en el estudio de los individuos que no pueden tener parejas afectivas estables ya que la incapacidad de mantener una relación afectiva está acompañada por una serie de efectos negativos. De hecho, el individuo que desea tener una pareja segura y no puede, termina cuestionando su propio valor y autoestima. Suele sentirse como si hubiera algo incorrecto en sí mismo ocasionando un profundo estrés emocional (Emery et al, 2014).

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO
Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Estudiar el perfil psicológico de las personas que no pueden mantener relaciones afectivas estables es una labor compleja porque incluye múltiples factores, como ser la historia de vida, la personalidad, las experiencias traumáticas, la dependencia emocional, el escaso deseo sexual, las habilidades de comunicación, etc. La dificultad para mantener relaciones afectivas estables en el noviazgo es el preámbulo de la disolución de las relaciones de pareja estables, como la unión conyugal (Miller & Perlman 2008). Lamentablemente, en los últimos años ha habido un considerable incremento en las relaciones afectivas pasajeras en todo el mundo. Estas relaciones se caracterizan por ser breves, superficiales y centradas en la satisfacción de necesidades emocionales y físicas a corto plazo, en lugar de compromisos a largo plazo (Emery et al, 2014).

En esta investigación se pretende establecer el perfil psicológico de las personas que tienen dificultades para mantener relaciones afectivas estables. Cuando nos referimos a “perfil psicológico” estamos entendiendo: *“al conjunto de características que reúne un ser humano y que determinan su carácter, sus actitudes, aptitudes y determinados comportamientos frente a una situación particular o ante la sociedad como tal. es el conjunto de rasgos psicológicos que caracterizan a un individuo, por ejemplo, su personalidad, grado de emotividad, inteligencia, agresividad, valores, etc. El perfil psicológico permite predecir con cierta probabilidad cómo se comportará un individuo en un contexto determinado”* (Echegoyen, 2002: 187). En esta tesis, el perfil psicológico está constituido por la valoración de la dependencia emocional, intimidad deseada, celos y satisfacción sexual.

La permanencia en el tiempo de los miembros de una pareja tiene que ver en gran medida con el grado de dependencia emocional o necesidad afectiva que se dispensen el uno al otro. Las personas que no tienen parejas afectivas estables tienen una baja dependencia emocional. La dependencia emocional se define *“como un modelo conductual y emocional persistente de requerimientos afectivos insatisfechos que utiliza un patrón conductual desadaptativo y encamina al sujeto a adoptar posturas de sumisión y sacrificio en la relación de pareja”* (Lemos y Londoño, 2006: 94).

El comportamiento sexual de los humanos no solo se traduce por el acto erótico comportamental, sino que intervienen en gran medida y de forma determinantes los pensamientos y, más exactamente, los deseos y fantasías. La intimidad deseada en las relaciones se refiere al “*grado de cercanía, conexión emocional y física que una persona busca y desea experimentar con su pareja*” (Shaefer y Olson, 1981: 7). La intimidad puede manifestarse de muchas maneras, desde compartir sentimientos personales profundos y pensamientos hasta mantener relaciones sexuales y mostrar afecto físico. La intimidad deseada puede variar de una persona a otra y puede ser influenciada por muchos factores, como la personalidad, la cultura, las experiencias pasadas y las expectativas individuales en la relación (Emery et al 2014).

Los celos constituyen un factor decisivo en la perdurabilidad de las relaciones de pareja y, en algunos casos, pueden conducir a la ruptura si no se manejan de manera adecuada. Los celos, en cierta medida, son una emoción humana normal y pueden surgir en cualquier relación debido a factores como la inseguridad, la desconfianza o experiencias pasadas. Falta de confianza. Los celos pueden erosionar la confianza entre las parejas. Cuando una persona muestra celos excesivos o infundados, su pareja puede sentirse ofendida y herida al no ser creída o confiada. La falta de confianza puede afectar la intimidad emocional y hacer que la relación se sienta inestable. Los celos pueden ser definidos como “*una emoción compleja que involucra sentimientos de inseguridad, ansiedad y temor a perder a alguien significativo debido a una amenaza percibida, real o imaginaria, de que esa persona tenga interacciones o relaciones con otros*” (Mathes y Severa 1981; citados por Martínez et al 2018: 34).

La insatisfacción sexual puede afectar el bienestar emocional y psicológico de los individuos en la relación. Esto puede influir en su capacidad para contribuir positivamente a la relación y para mantener un entorno emocional saludable. La satisfacción sexual “*Es la interacción de elementos físicos y afectivos. Es la apreciación subjetiva de cada miembro de la pareja entorno a gusto y disgusto con relación a la actividad sexual*” (Stulhofer, et al, 2004: 19).

A nivel internacional existen diferentes estudios sobre el tema que aborda esta tesis.

En la ciudad de Cali, Colombia, los investigadores Acevedo, Restrepo & Tovar, realizaron un estudio sobre las parejas satisfechas de larga duración e identificaron rasgos característicos de las personas que no tienen parejas amorosas estables. Entre una de las variables que tomaron en cuenta es la dependencia emocional; al respecto descubrieron que una moderada dependencia emocional es favorable para la perdurabilidad de la pareja, pues puede ser interpretada como una necesidad afectiva del uno por el otro. De manera contraria, las personas que no tienen parejas estables se caracterizan por una elevada dependencia emocional que crea un clima emocional insano y por lo general obstaculiza la perdurabilidad de la pareja. Cuando una persona depende demasiado de su pareja para su felicidad y autoestima, puede crear una dinámica desequilibrada. Esto puede llevar a una presión excesiva sobre la pareja y a una sensación de estar atrapada en la relación. Además, la dependencia emocional a menudo resulta en la falta de espacio personal y en la pérdida de identidad individual, lo que puede generar resentimiento y frustración a lo largo del tiempo. En lugar de nutrir una conexión saludable, la dependencia puede crear una relación basada en la necesidad y la inseguridad, en lugar de la elección y el crecimiento mutuo. En última instancia, esto puede debilitar la relación y dificultar su capacidad para enfrentar los desafíos a largo plazo (Acevedo, Restrepo & Tovar, 2007).

Los investigadores Eguiluz, Reyes & Colin realizaron un estudio sobre los factores asociados a las parejas inestables y de corta duración. En dicho estudio se resalta como aspecto importante en la inestabilidad de la pareja el deseo efímero de mantener intimidad con la pareja. En aquellas parejas donde el deseo de intimidad desciende a niveles bajos, se entra a una zona crítica de la cual un posible desenlace es la separación. Dichos autores demostraron que las personas que tienen deseos bajos de intimidad deseada fracasan con más frecuencia en sus intentos de tener parejas afectivas estables. La baja intimidad deseada está asociada a una notoria inseguridad emocional. Las personas inseguras emocionalmente tienen dificultades para desear intimidad con los demás. Esta inseguridad puede manifestarse como la constante necesidad de validación y atención de la pareja, lo que puede generar un agotamiento emocional en la relación. Asimismo, el bajo deseo de intimidad está relacionado con una baja autoestima y un miedo al compromiso. Una baja autoestima puede llevar a la dependencia emocional y a la búsqueda constante de aprobación externa, lo cual es un elemento negativo en la perdurabilidad de la pareja. *“El miedo al compromiso, ya sea debido a experiencias pasadas dolorosas o a la*

creencia de que el compromiso conlleva restricción en el compromiso emocional y, por tanto, a expresar un bajo deseo de intimidad con la pareja. Estas personas pueden sabotear inconscientemente las relaciones cuando perciben que están llegando a un nivel más profundo de compromiso” (Eguiluz, Reyes & Colin, 2011: 41).

El autor Cuervo, J. realizó un estudio en la Universidad Autónoma de Barcelona sobre las parejas funcionales que perduran en el tiempo y, también de su opuesto, aquellas que se caracterizan por ser breves. En esta investigación hace referencia especial a los celos. Al respecto, el autor Cuervo, indica que una dosis moderada de celos es un componente saludable en la relación de pareja, pero cuando estos son exagerados atentan contra la subsistencia de la misma. Un gran porcentaje de las personas que no pueden tener parejas perdurables se debe a que manifiestan celos excesivos. Al respecto indica que los celos excesivos pueden tener un impacto devastador en la perdurabilidad de una relación de pareja. Socavan la confianza, dificultan la comunicación, generan resentimiento y pueden afectar negativamente la autoestima de ambos cónyuges. Los celos excesivos a menudo están relacionados con la falta de confianza en uno mismo y en la pareja. Cuando uno de los miembros siente que no puede confiar en el otro, se erosionan los cimientos de la relación. La desconfianza constante puede llevar a cabo situaciones en las que se cuestiona cada movimiento y acción del otro, descubriendo un ambiente tóxico y agotador. Por otra parte, *“la persona que está siendo objeto de celos puede sentirse constantemente acusada y controlada. Esto puede dar lugar a sentimientos de frustración y resentimiento hacia la pareja celosa. El resentimiento acumulado puede socavar gradualmente la conexión emocional y hacer que la relación sea insostenible a largo plazo”* (Cuervo, 2009: 62).

A nivel nacional no se ha encontrado ninguna investigación que estudie de manera específica las personas que no pueden tener parejas afectivas estables. Sí hay algunas investigaciones que abordan el tema de la relación de pareja de manera general. A continuación, se citan las investigaciones que guardan mayor relación:

En 2022, Bismarck Pinto y un equipo de investigadores indagaron sobre los problemas en la convivencia y la satisfacción de parejas bolivianas durante la pandemia del COVID-19. En dicho estudio se hace referencia que las parejas que fracasan y tienen baja perdurabilidad son

aquellas en las que se detecta violencia doméstica y hacen un uso desmedido de las redes sociales. Con la pandemia del COVID se incrementó los índices de violencia doméstica y también el uso exagerado de las redes sociales, lo que, entre otros aspectos, ha repercutido de manera negativa en el ajuste diádico de las parejas (Pinto et al, 2022).

En otro estudio realizado por Barrios Andrea y Pinto Bismarck (2008) en La Paz, Bolivia, se resalta el concepto de amor en la pareja que tienen las personas del área altiplánica de este país. Al respecto indica que las parejas que fracasan en su proyecto amoroso son aquellas cuyos estilos de amor son dispares y contradictorios. Por ejemplo, indica, un amor lúdico y un amor agápico son incompatibles. Particularmente este fenómeno sucede en las mujeres. Al respecto dichos autores indican: *“Es entonces aquí donde puede haber una colisión por parte de ella, al darse cuenta de que no tiene los mismos intereses, ni motivaciones que su pareja, decidiendo abandonar la relación. Esto al varón no le afectará ya que no creó una dependencia emocional con esta, además de ya haber saciado su deseo apremiante, desapareciendo la pasión, por lo que al igual que la ella, estará dispuesto a abandonar la relación”* (Barrios y Pinto 2008: S/P).

En la Universidad Andina Simón Bolívar de la ciudad de Sucre, se realizó un estudio sobre la violencia en la pareja y cómo esta destruye la estabilidad de la pareja. Los resultados demuestran que un alto índice de las parejas de corta duración experimenta violencia recurrente, desde el noviazgo. la violencia en la pareja socava los fundamentos esenciales de una relación saludable y duradera. *“Los amores efímeros a menudo resultan de la incapacidad de construir una conexión emocional positiva y de la presencia de dinámicas destructivas que hacen que la relación sea insostenible a largo plazo. Las víctimas de abuso a menudo experimentan traumas emocionales que pueden persistir mucho después de que la relación termine. Estos efectos pueden dificultar el proceso de recuperación y la capacidad de entrar en futuras relaciones saludables”* (Chirico, 2018: 115).

A nivel regional no se ha encontrado ningún estudio sobre el tema. Existen ciertas investigaciones que tocan el tema de los factores que inciden en la duración de la relación de pareja de manera indirecta. A continuación, se citan algunos estudios:

En la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho. Tarija-Bolivia, se realizó el estudio llevado a cabo por Jerez Valdez Juan, sobre las actitudes y valores del adolescente tarijeño con relación al matrimonio y la formación de la familia. En dicho estudio se hace referencia a la actitud de un gran número de adolescentes que desvalorizan el matrimonio y tienen una actitud favorable hacia las relaciones afectivas de corta duración. Las nuevas generaciones tienen un cuestionamiento de la institución del matrimonio en la sociedad actual. Varios de ellos los perciben como una tradición anticuada que no se ajusta a sus valores y aspiraciones.

Los medios de comunicación y la cultura popular a menudo retratan relaciones casuales y descomprometidas como atractivas y emocionantes reforzando una actitud positiva a las relaciones eventuales (Jerez, 2004).

En otra tesis de grado realizada en la Carrera de Psicología de Tarija, se abordó el tema del divorcio de los padres y el efecto en los hijos. En dicho estudio se indica que cada vez los matrimonios son más efímeros y los cónyuges no le temen al estigma del divorcio, que antaño era muy fuerte. La ideología moderna enaltece el cambio de pareja y el goce de los placeres corporales a corto plazo. En un gran porcentaje los cónyuges piensan que encontrar a alguien con quien sean compatibles a largo plazo es difícil. Paulatinamente se va imponiendo la idea de tener relaciones eventuales para evitar la presión de buscar a alguien con quien encajen completamente (Huanca y Guerrero, 2008).

En el estudio realizado por Flores Aramayo Mery sobre el tema del control de natalidad dentro del matrimonio en la ciudad de Tarija, se resalta la actitud favorable de las nuevas generaciones en relación al control de la natalidad y hacia el goce de la sexualidad sin la tenencia de hijos. Esta actitud favorable hacia el erotismo choca con la idea de matrimonios de larga duración y favorece las relaciones pasajeras. Un gran porcentaje de las personas estudiadas valoran la independencia y la libertad individual, consideran que los hijos implican compromisos y responsabilidades que limitan su libertad para explorar y experimentar los placeres de la vida (Flores, 2011).

Tomando en cuenta toda la información presentada en el planteamiento del tema a nivel internacional, regional y regional, se ha podido evidenciar la importancia que tiene el tema de

la psicología de las personas que no pueden tener parejas amorosas estables. También hay que resaltar la escasa investigación sobre el tema a nivel nacional y regional. En base a estos antecedentes, se plantea el tema de estudio a través de la siguiente pregunta:

¿Cuál será el perfil psicológico de las personas que no tienen parejas amorosas estables, de la ciudad de Tarija?

1.2. JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

La investigación sobre personas que no pueden tener parejas afectivas estables tiene relevancia científica pues es un tema de interés en la psicología, ya que puede tener un impacto significativo en la calidad de vida y el bienestar emocional de estas personas. Son múltiples los investigadores que a título personal o institucional consideran importante el estudio de este tema, como por ejemplo Susan Anderson, psicoterapeuta especializada en el trastorno de apego y la codependencia, Ross Rosenberg, psicólogo clínico, The Gottman Institute (centro de investigación y terapia enfocado en la relación de pareja), el instituto español de psicoterapia psicoanalítica (IEPP), etc. Año tras año se incrementan los estudios sobre el presente tema debido a la estrecha implicancia con otros subtemas y variables de la mente humana. La investigación del perfil psicológico de personas que no tienen parejas amorosas estables es una labor valiosa desde una perspectiva científica, pues implica favorecer la comprensión de las características psicológicas y emocionales que pueden influir en la falta de relaciones amorosas duraderas lo cual tiene el potencial de arrojar luz sobre patrones y factores subyacentes a este fenómeno cada vez más extendido en la sociedad. Esta exploración podría contribuir al conocimiento existente sobre la dinámica de las relaciones humanas y los procesos de selección de pareja (Valdez et al, 2007).

Asimismo, el tema de estudio propuesto en esta tesis tiene relevancia social, que se sustenta en diferentes puntos de vista. En primer lugar, desde una perspectiva teórica, la investigación sobre las personas que no pueden tener parejas afectivas estables puede ayudarnos a comprender mejor los factores asociados a este problema debido a la repercusión en otras áreas individuales, familiares y sociales de los individuos. El tema de las personas que no pueden tener parejas afectivas estables refleja la crisis humana en diferentes ámbitos, como ser el afectivo, el

comunicacional, el ideológico, etc. Desde una perspectiva ética, la investigación sobre las personas que no pueden tener parejas afectivas estables tiene importancia social pues puede ayudar a reducir el estigma asociado con este problema. A menudo, las personas que tienen dificultades para formar relaciones estables pueden sentir vergüenza o culpa, lo que puede impedir que busquen ayuda. Al investigar y comprender mejor este problema, podemos ayudar a crear un entorno más comprensivo y solidario para estas personas. La investigación sobre las personas que no pueden tener parejas amorosas estables es de gran importancia social ya que se trata de un tema que afecta a un número significativo de individuos en nuestra sociedad, lo cual afecta al equilibrio social y a la dinámica de las diferentes instituciones. La falta de apoyo emocional y social puede aumentar el riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad y depresión. También se ha demostrado que las personas que no tienen relaciones románticas estables tienen mayores probabilidades de sufrir problemas de salud física, como enfermedades cardíacas y problemas mentales (Sánchez & Díaz, 2002).

Por otra parte, el tema de investigación tiene justificación teórica pues aporta con información nueva en el contexto regional y nacional, donde se ha evidenciado que no existen investigaciones sobre el tema en cuestión. Al investigar la variable dependencia emocional se analiza la influencia de la dimensión afectiva en la perdurabilidad o no de las parejas. Asimismo, el estudio de la intimidad deseada en la relación de pareja permite ahondar en la importancia del componente erótico y el consiguiente desgaste a través de tiempo, contribuyendo al frecuente cambio de parejas afectivas. Desde otro punto de vista, este estudio contribuye a analizar la vinculación entre la presencia de celos y la baja perdurabilidad de las relaciones amorosas; dicha variable permite correlacionar el nivel de celos de los miembros de la pareja y el éxito o fracaso de la misma. La investigación también contribuye a ampliar el conocimiento sobre la influencia de la satisfacción sexual en el comportamiento de cambio frecuente de parejas, analizando si la insatisfacción sexual es un factor preponderante en la baja duración de las parejas afectivas.

Desde una perspectiva pragmática analizando los beneficios que pueden implicar los datos que surjan de esta investigación, se puede decir que el estudio realizado tiene justificación práctica. La investigación del perfil psicológico de personas sin parejas amorosas estables tiene el potencial de poseer implicaciones significativas para la orientación y la intervención terapéutica.

Los datos emergentes de este estudio pueden contribuir al conjunto de conocimientos actualizados de la Carrera de Psicología en las materias del área clínica. Asimismo, a profesionales de instituciones como el INTRAIT, cuyo accionar está relacionado con la relación de pareja, podría serles de interés contar con datos referentes a la dependencia emocional, influencia de los celos, la satisfacción sexual, etc., en la problemática que implica dificultades de mantener parejas afectivas estables.

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

2. DISEÑO TEÓRICO

2.1. PREGUNTA PROBLEMA

¿Cuál es el perfil psicológico de las personas con relaciones amorosas inestables de la ciudad de Tarija?

2.2. OBJETIVOS

2.2.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar el perfil psicológico de las personas con relaciones amorosas inestables de la ciudad de Tarija.

2.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Caracterizar la dependencia emocional en las parejas.
2. Medir la satisfacción sexual en las parejas.
3. Valorar el nivel de celos en las parejas.
4. Identificar la intimidad deseada en la relación de pareja.

2.3. HIPÓTESIS

1. Las personas que tienen relaciones amorosas inestables presentan una dependencia emocional alta.
2. Las personas que tienen relaciones amorosas inestables se encuentran poco satisfechos sexualmente en la relación de pareja.
3. Las personas que tienen relaciones amorosas inestables experimentan celos a nivel alto.
4. Las personas que tienen relaciones amorosas inestables presentan un deseo bajo de intimidad en la relación de pareja.

2.4. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES CONCEPTO	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA
<p>Dependencia emocional.</p> <p><i>“Se define como un modelo conductual y emocional persistente de requerimientos afectivos insatisfechos que utiliza un patrón conductual desadaptativo y encamina al sujeto a adoptar posturas de sumisión y sacrificio en la relación de pareja” (Lemos y Londoño, 2006: 94).</i></p>	Ansiedad de separación	Miedo que se genera ante la posible ruptura de la relación	<p>Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006), adaptación de Brito Larrea, Vanessa y Gonzales Chávez, Erika (2016).</p> <p>ESCALA DE LA VARIABLE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dependencia emocional Alta (76-100). - Dependencia emocional Media (26-75). - Dependencia emocional Baja (0-25).
	Expresión afectiva	Necesidad constante de recibir afecto por parte de la pareja, para sentir una reafirmación de amor, por lo tanto, disminuye la sensación de inseguridad.	
	Modificación de planes	Cambio en planes o actividades para satisfacer necesidades de la pareja	
	Miedo a la soledad	Temor por no tener pareja o no ser amado	
	Expresión límite	La ruptura de la relación llevará al sujeto a que realice acciones impulsivas de autoagresión, al no poder enfrentar la	

		soledad y perder el sentido de la vida.	
	Búsqueda de atención	Ser el centro de atención de la pareja para poder asegurar la permanencia dentro de la relación, y en muchos casos, optar por un rol de sumisión si así lo pide la pareja.	

VARIABLES CONCEPTO	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA
Satisfacción sexual. <i>“Es la interacción de elementos físicos y afectivos. Es la apreciación subjetiva de cada miembro de la pareja entorno a gusto y disgusto con relación a la actividad sexual”</i> (Stulhofer, et al, 2004: 19).	Sensaciones sexuales	<ul style="list-style-type: none"> - Calidad de los orgasmos. - Desinhibición física. - Respuestas placenteras de la pareja. 	Escala de satisfacción sexual NSSS (Stulhofer, A.; Busko, V.; & Brouillard, P. 2004). ESCALA DE LA VARIABLE: <ul style="list-style-type: none"> - Nada satisfecho (20 a 35 puntos) - Poco Satisfecho (36 a 51 puntos) - Medianamente satisfecho (52 a 67 puntos)
	Conciencia sexual	<ul style="list-style-type: none"> -Conocimiento del comportamiento sexual de la pareja. - Concentración en el acto sexual. - Habilidad para hacer llegar a la pareja al orgasmo. 	

	Intercambio sexual	<p>Grado de presencia de comportamientos recíprocos destinados a alcanzar el orgasmo mutuamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Caricias - Besos - Masajes, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> - Satisfecho (68 a 83 puntos) - Muy satisfecho (84 a 100 puntos)
Apego emocional	<p>Estado de humor después del acto sexual.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disponibilidad de mantener relaciones sexuales en los momentos oportunos. - Muestras de cariño y afecto al margen de la expresión erótica. 		
Actividad sexual	<ul style="list-style-type: none"> -Intensidad de los orgasmos. -Frecuencia de las relaciones sexuales. -Variedad y creatividad en los intercambios sexuales. 		

VARIABLES CONCEPTO	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA
<p>Celos. “Son una emoción compleja que involucra sentimientos de inseguridad, ansiedad y temor a perder a alguien significativo debido a una amenaza percibida, real o imaginaria, de que esa persona tenga interacciones o relaciones con otros” (Mathes y Severa 1981; citados por Martínez et al 2018: 34).</p>	Celos pasionales	Celos románticos o celos amorosos; son sentimientos intensos y desagradables que surgen en relación al miedo a perder al ser amado.	Escala de celos interpersonales CECLA Autores: Mathes Eugene W. y Severa Nancy (1981). Adaptación colombiana de Martínez, Mathes, Avendaño, Peña & Sierra (2018).
	Celos obsesivos	Forma extrema de celos que implican pensamientos, sentimientos y comportamientos compulsivos e intrusivos relacionados con la creencia irracional de que la pareja está siendo infiel o es inadecuada	ESCALA DE LA VARIABLE: - Bajo (19 – 44) - Medio (45 – 69) - Alto (70 – 95)
	Celos delirantes	También conocidos como celotipia o síndrome de Otelo, son una forma extrema y patológica de celos en la que una persona tiene creencias delirantes persistentes e	

		infundadas de que su pareja está siéndoles infiel, a pesar de la falta de pruebas o evidencias reales que lo respalden.	
--	--	---	--

VARIABLES CONCEPTO	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA
<p>Intimidad deseada en las relaciones de pareja.</p> <p>Se refiere al “<i>grado de cercanía, conexión emocional y física que una persona busca y desea experimentar con su pareja</i>” (Shaefer y Olson, 1981: 7).</p>	Intimidad emocional	<p>Se refiere a la cercanía y conexión emocional profunda entre dos personas. Es la capacidad de compartir abierta y honestamente pensamientos, sentimientos y experiencias personales con otra persona</p>	<p>Escala de intimidad deseada en las relaciones de pareja. Autor: Schaefer y Olson (1981)</p> <p>ESCALA DE LA VARIABLE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deseo bajo de intimidad (0-48). - Deseo medio de intimidad (49-96). - Deseo alto de intimidad (97-144).
	Intimidad sexual	<p>Es la conexión física y emocional profunda entre dos personas durante una experiencia sexual. Es la capacidad de compartir experiencias y sensaciones íntimas</p>	

		con otra persona de manera respetuosa, consensuada y placentera	
	Intimidad social	Conexión y el compromiso compartido por la pareja con el mundo exterior. Es la capacidad de dos personas para compartir sus vidas y experiencias con sus amigos, familiares y la sociedad en general.	
	Aislamiento afectivo	Es la situación en la que ambos miembros se sienten emocionalmente desconectados y distantes entre sí, lo que puede resultar en una falta de intimidad emocional y afectar la estabilidad de la relación.	
	Empatía negativa	Es la incapacidad o la dificultad para entender y compartir	

		los sentimientos, emociones y perspectivas que se dan en la relación de pareja. Se trata de una falta de capacidad para ponerse en el lugar del otro, comprender sus necesidades y sentir empatía por sus experiencias.	
--	--	---	--

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

3. MARCO TEÓRICO

En este capítulo se presenta toda la información recabada en relación al tema de estudio. Se identifican las definiciones de las variables insertas en los objetivos específicos, así como las teorías de los autores de las cuales devienen. En la primera parte se hace un acercamiento general a la temática de estudio, como es la pareja afectiva y la inestabilidad de la misma. Posteriormente se aborda la teoría de la dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006). Como segunda variable se desarrolla las principales ideas de Schaefer y Olson (1981) en relación a la intimidad deseada en la relación de pareja. Seguidamente se hace un análisis de la variable celos, desde la definición de la misma hasta desglosar la teoría de Mathes y Severa (1981). Finalmente se expone la teoría de Stulhofer et al (2004) en relación al tema de la satisfacción sexual de las personas que cambian permanentemente de parejas. Al final del capítulo se presentan las principales investigaciones recopiladas sobre el tema de estudio.

3.1. LA PAREJA AFECTIVA

La pareja afectiva es la piedra angular de la evolución y el núcleo de la sociedad. La pareja afectiva desempeña un papel fundamental en la evolución individual y en la sociedad en general debido a su impacto en el desarrollo emocional, social y psicológico de las personas, así como en la formación y cohesión de la comunidad. Las relaciones afectivas íntimas brindan una plataforma para el crecimiento emocional y la autoconciencia. Las parejas constituyen un lugar seguro para expresar sentimientos, vulnerabilidad y apoyo mutuo, lo que contribuye a un mayor entendimiento de las propias emociones y a la madurez emocional. La pareja afectiva es a menudo el fundamento de la formación de familias. Las parejas pueden decidir tener hijos y criarlos juntos, lo que contribuye al crecimiento y la estabilidad de la sociedad. Las parejas estables y saludables tienen un efecto positivo en la comunidad en general. Las personas que se sienten apoyadas en sus relaciones tienden a ser más productivas, comprometidas y socialmente activas, lo que puede enriquecer la sociedad en su conjunto. Las personas que no pueden tener una pareja afectiva estable y que cambian constantemente de pareja tienen dificultades para la adaptación individual y social (Acevedo et al, 2007).

3.1.1. DEFINICIÓN DE PAREJA AFECTIVA

La pareja afectiva se refiere a una *“relación íntima y emocional entre dos personas que implica una conexión profunda basada en sentimientos de afecto, amor y apego. Desde una perspectiva psicológica, esta relación se caracteriza por la presencia de vínculos emocionales fuertes y una comunicación significativa que permite a las personas compartir sus pensamientos, deseos, miedos y aspiraciones de manera auténtica y genuina”* (Eguiluz et al, 2011: 27).

En una pareja afectiva, la conexión emocional juega un papel central. Los individuos en esta relación se sienten emocionalmente apegados el uno al otro y buscan una comprensión mutua y apoyo emocional. La intimidad psicológica se manifiesta en la capacidad de expresar emociones y necesidades de forma abierta y receptiva, creando un ambiente seguro para compartir sus vulnerabilidades y fortalezas. Desde un enfoque psicológico, una pareja afectiva puede incluir aspectos como la empatía, la satisfacción emocional, la comunicación efectiva y la construcción conjunta de significados compartidos. Además, la dinámica de apego, la satisfacción personal y la capacidad para enfrentar los desafíos y resolver conflictos también son elementos que influyen en la definición psicológica de una pareja afectiva (Acevedo et al, 2007).

3.1.2. FACTORES RELACIONADOS CON LA PERDURABILIDAD DE LA PAREJA AFECTIVA

El cambio constante de parejas, también conocido como inestabilidad en las relaciones afectivas, puede tener repercusiones tanto a nivel individual como en la sociedad en su conjunto. La falta de compromiso y de inversión emocional puede impedir que las personas experimenten la intimidad y la conexión emocional que son importantes para el bienestar emocional. Por otra parte, puede afectar negativamente la autoestima y la autoimagen ya que las rupturas frecuentes pueden hacer que las personas se sientan rechazadas o no valoradas, lo que puede socavar su confianza en sí mismas y su capacidad para establecer relaciones exitosas en el futuro. La estabilidad en las relaciones contribuye a la cohesión social al promover relaciones duraderas y compromisos familiares sólidos. La inestabilidad puede socavar esta cohesión y dificultar la formación y el mantenimiento de relaciones interpersonales significativas (Miller et al, 2008).

Diferentes autores han investigado los factores relacionados con la estabilidad o inestabilidad de las parejas afectivas. La perdurabilidad de una pareja afectiva está influenciada por una variedad de factores que interactúan entre sí para mantener y fortalecer la relación a lo largo del tiempo. Entre los principales factores relacionados con la perdurabilidad de una pareja afectiva se pueden citar los siguientes:

1. Comunicación efectiva. Una comunicación abierta, honesta y respetuosa es esencial. Las parejas que pueden expresar sus pensamientos, sentimientos y preocupaciones de manera efectiva probablemente enfrentarán los desafíos de manera más constructiva.
2. Confianza y transparencia. La confianza mutua y la transparencia en la relación son fundamentales. La honestidad y la confiabilidad permiten que las parejas se sientan seguras y apoyadas emocionalmente.
3. Respeto mutuo. El respeto por las opiniones, deseos y límites del otro es esencial para la perdurabilidad. Las parejas que se tratan con respeto fomentan un ambiente seguro y de apoyo.
4. Empatía y comprensión. La capacidad de ponerse en el lugar del otro y entender sus perspectivas promueve una mayor conexión emocional y la resolución efectiva de conflictos.
5. Apego seguro: Las parejas con un apego seguro tienden a manejar el estrés y las tensiones de manera más saludable. El apego seguro brinda una base emocional sólida para la relación (Cuervo 2009).

3.1.3. PERSONAS QUE NO PUEDEN TENER UNA PAREJA AFECTIVA ESTABLE

El cambio constante de parejas, también conocido como "síndrome de cambio de pareja" o "síndrome de relaciones fugaces", se refiere a un patrón de comportamiento en el cual una persona tiende a cambiar de parejas afectivas de manera constante y repetitiva. Esta condición se caracteriza por la incapacidad de mantener relaciones amorosas estables y duraderas, con una tendencia a iniciar y finalizar relaciones en un corto período de tiempo.

Las personas que experimentan este síndrome tienden a tener múltiples rupturas en un período relativamente corto. Pueden comenzar relaciones con entusiasmo, pero pronto sienten la

necesidad de poner fin a la relación y buscar una nueva pareja. El patrón de cambio de pareja tiende a repetirse a lo largo del tiempo. Las personas pueden pasar por ciclos similares de atracción, idealización, desencanto y ruptura en cada relación. A menudo, las personas que experimentan este síndrome pueden estar en busca constante de emociones intensas y nuevas experiencias. Pueden sentirse atraídos por la novedad y la emoción inicial de una relación, pero se sienten insatisfechas una vez que esa emoción disminuye (Bernales, 2006).

Los estudios realizados al respecto pudieron identificar que en estas personas predomina el miedo al compromiso. El miedo al compromiso suele ser una característica subyacente en este síndrome. Las personas pueden sentir ansiedad o inseguridad ante la idea de establecer relaciones duraderas y profundas, lo que puede llevarlas a evitar la intimidad emocional. Las fluctuaciones emocionales son comunes en las personas que experimentan este síndrome. Pueden experimentar altibajos emocionales debido a las rupturas frecuentes y la falta de estabilidad en sus relaciones. Algunas personas pueden buscar constantemente la validación y la atención de los demás a través de búsqueda de nuevas relaciones. Esto puede estar relacionado con la necesidad de sentirse valoradas y deseadas.

Es importante señalar que el síndrome de cambio de pareja afectiva frecuente puede tener diversas causas subyacentes, que van desde experiencias pasadas traumáticas hasta patrones de apego inseguro. Las terapias individuales o de pareja, así como la exploración profunda de las motivaciones y patrones de comportamiento, pueden ayudar a abordar este síndrome y a fomentar relaciones afectivas más saludables y estables.

La baja autoestima o la falta de confianza en uno mismo pueden generar dificultades para mantener una relación estable. Las personas inseguras podrían sentir que no merecen el amor y la atención de su pareja, lo que puede llevar a problemas de permanencia afectiva. Es común que estas personas experimenten ciclos de entusiasmo con sus parejas. Al principio suelen idealizar a sus parejas y luego, al descubrir sus imperfecciones, sentirse decepcionadas. Esto podría llevar a la creencia de que encontrarán algo mejor en otra persona. Sin embargo, las razones de la desilusión no siempre son objetivas y a menudo pueden ser simples proyecciones o manifestaciones de traumas o complejos de origen inconsciente (Miller et al, 2008).

El presente síndrome es distinto al que caracteriza al típico mujeriego, que busca diversidad de experiencias por un constante apetito sexual y deseos de disfrutar del erotismo. En el síndrome de cambio de pareja el individuo puede desear tener una pareja estable, pero llegado el momento siente elevados niveles de ansiedad que le inducen a terminar la relación argumentando razones poco plausibles. Con frecuencia son individuos con falta de habilidades de comunicación. La incapacidad para comunicar adecuadamente las necesidades, deseos y preocupaciones puede generar conflictos y malentendidos en una relación. La frustración resultante podría impulsar a alguien a buscar una nueva relación en lugar de abordar los problemas existentes. Por lo general las causas hay que buscarlas en problemas no resueltos del pasado, es decir, experiencias pasadas, como relaciones tóxicas o traumas, las cuales pueden afectar la forma en que alguien aborda las relaciones actuales. Esto podría llevar a patrones de comportamiento autodestructivos (Eguiluz et al, 2011).

3.2. DEPENDENCIA EMOCIONAL

3.2.1. DEFINICIÓN DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

El cambio o permanencia con un apareja amorosa está relacionado con el grado de dependencia emocional que el individuo tenga de otra persona. La dependencia emocional se define “*como un modelo conductual y emocional persistente de requerimientos afectivos insatisfechos que utiliza un patrón conductual desadaptativo y encamina al sujeto a adoptar posturas de sumisión y sacrificio en la relación de pareja*” (Lemos y Londoño, 2006: 94).

La dependencia emocional es un patrón de comportamiento que se caracteriza por una necesidad excesiva y constante de la presencia, atención y aprobación de una persona en particular. Esta necesidad surge de una profunda inseguridad y baja autoestima, lo que hace que la persona dependiente sienta que necesita de otra persona para sentirse completa y feliz. Las personas con dependencia emocional pueden experimentar una serie de síntomas que incluyen ansiedad, depresión, angustia, sentimientos de abandono, celos y aislamiento social. Estos síntomas pueden afectar negativamente su vida cotidiana y sus relaciones interpersonales.

La dependencia emocional puede manifestarse en diferentes tipos de relaciones, incluyendo la relación de pareja, la amistad y la relación entre padres e hijos. En una relación de pareja, la persona dependiente puede sentir que su pareja es la única fuente de felicidad y seguridad, y puede llegar a cualquier cosa para mantener la relación, incluso si eso significa sacrificar su propia felicidad y bienestar. La dependencia emocional no solo afecta a la persona dependiente, sino también a la persona de la que depende. La persona dependiente puede volverse celosa, posesiva y controladora, lo que puede poner una gran presión sobre la otra persona y dañar la relación. Es importante destacar que la dependencia emocional no es lo mismo que el amor verdadero o la cercanía emocional saludable. Las relaciones saludables se basan en la confianza, el respeto y la independencia emocional. Las personas con dependencia emocional pueden empeorar de la terapia para aprender a desarrollar una mayor autoestima y confianza en sí mismas, así como a establecer relaciones más saludables y satisfactorias (Brito y Gonzales 2016).

3.2.2. DESCRIPCIÓN DE LAS PERSONAS CON BAJA DEPENDENCIA EMOCIONAL

La baja dependencia emocional se refiere a la capacidad de una persona para regular sus emociones sin depender excesivamente de los demás. Una persona con baja dependencia emocional tiende a tener una mayor capacidad para manejar el estrés, la ansiedad y otros estados emocionales difíciles de manera efectiva.

En general, una persona con baja dependencia emocional es capaz de:

- 1. Tomar decisiones por sí mismo:** La persona puede tomar decisiones importantes sin depender de la aprobación o validación de los demás. Esta habilidad le permite tener una mayor autonomía y control sobre su vida.
- 2. Manejar el estrés:** La persona puede manejar situaciones estresantes sin caer en la desesperación o la ansiedad. Esta habilidad le permite mantener la calma y la claridad mental, incluso en situaciones difíciles.

3. **Ser independiente emocionalmente:** La persona puede satisfacer sus necesidades emocionales sin depender de los demás. Esta habilidad le permite tener una mayor autoestima y autoconfianza.
4. **Aceptar el cambio:** La persona puede adaptarse a los cambios sin sentirse abrumada por ellos. Esta habilidad le permite enfrentar los desafíos de la vida con más facilidad y sin temor.
5. **Ser empática:** Aunque la persona tiene una mayor independencia emocional, también puede conectarse con las emociones de los demás y ser empática. Esta habilidad le permite tener relaciones más saludables y satisfactorias.

En términos generales, una persona con baja dependencia emocional es capaz de manejar sus emociones de manera efectiva y no depende excesivamente de los demás para satisfacer sus necesidades emocionales. Esto le permite tener una mayor autonomía y control sobre su vida, lo que se traduce en una mayor satisfacción y bienestar emocional (Lemos y Londoño, 2006, citados por Brito y Gonzales 2016).

3.2.3. VARIABLES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON LA BAJA DEPENDENCIA EMOCIONAL

La baja dependencia emocional se relaciona con varias variables psicológicas. Algunas de las más importantes son:

1. **Autoeficacia:** La autoeficacia se refiere a la creencia de que una persona tiene en su capacidad para llevar a cabo con éxito una tarea o lograr un objetivo específico. Una alta autoeficacia está relacionada con una mayor independencia emocional, ya que la persona confía en su capacidad para manejar situaciones difíciles por sí misma.
2. **Autoestima:** La autoestima se refiere a la valoración que una persona tiene de sí misma. Una alta autoestima está relacionada con una mayor independencia emocional, ya que la persona tiene una mayor confianza en sí misma y no depende tanto de la validación de los demás.
3. **Resiliencia:** La resiliencia se refiere a la capacidad de una persona para enfrentar y superar situaciones adversas. Una alta resiliencia está relacionada con una mayor independencia

emocional, ya que la persona es capaz de manejar el estrés y la ansiedad sin depender de los demás.

- 4. Inteligencia emocional:** La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de una persona para reconocer y manejar sus propias emociones, así como las emociones de los demás. Una alta inteligencia emocional está relacionada con una mayor independencia emocional, ya que la persona es capaz de regular sus emociones sin depender de los demás.
- 5. Personalidad:** Algunas características de personalidad como la autodeterminación, la independencia y la seguridad en sí mismo, están relacionadas con la baja dependencia emocional. Las personas que tienen estas características de personalidad tienden a depender menos de los demás en términos emocionales (Méndez et al, 2012).

3.3. INTIMIDAD DESEADA EN LAS RELACIONES AFECTIVAS

3.3.1. DEFINICIÓN DE INTIMIDAD DESEADA EN LAS RELACIONES AFECTIVAS

El comportamiento sexual de los humanos no solo se traduce por el acto erótico comportamental, sino que intervienen en gran medida y de forma determinantes los pensamientos y las exactamente los deseos y fantasías. La intimidad deseada en las relaciones se refiere al *“grado de cercanía, conexión emocional y física que una persona busca y desea experimentar con su pareja”* (Shaefer y Olson, 1981: 7). La intimidad puede manifestarse de muchas maneras, desde compartir sentimientos personales profundos y pensamientos hasta mantener relaciones sexuales y mostrar afecto físico. La intimidad deseada puede variar de una persona a otra y puede ser influenciada por muchos factores, como la personalidad, la cultura, las experiencias pasadas y las expectativas individuales en la relación. Algunas personas pueden buscar una mayor intimidad emocional, mientras que otras pueden desear más intimidad física (Emery et al 2014).

En cualquier caso, la intimidad deseada es importante para una relación satisfactoria y saludable, ya que permite que las personas se conecten, apoyen y valoren por su pareja. Es importante que ambas partes se comuniquen abiertamente sobre sus necesidades y deseos de intimidad, para poder construir una relación que satisfaga a ambos (Emery et al 2014).

3.3.2. IMPORTANCIA DE LA INTIMIDAD DESEADA EN LA RELACIÓN DE PAREJA

La intimidad deseada es esencial para que una pareja tenga estabilidad y felicidad en su relación. La intimidad se refiere a la conexión emocional y física entre dos personas y puede manifestarse de muchas maneras, desde compartir sentimientos y pensamientos profundos hasta mantener relaciones sexuales y mostrar afecto físico. La intimidad deseada es importante porque permite a la pareja sentirse conectada y apoyada, lo que a su vez fomenta la confianza, el respeto y la comunicación en la relación. La falta de intimidad, o una brecha en la intimidad deseada entre las dos personas, puede causar estrés, resentimiento y desconfianza en la relación.

Es importante que ambas personas en la relación comuniquen abiertamente sus deseos y necesidades de intimidad, para que puedan trabajar juntos para satisfacer las necesidades del otro. Cuando ambas personas sienten que sus necesidades están siendo satisfechas, la relación se vuelve más estable y feliz. Además, la intimidad deseada puede evolucionar con el tiempo y las circunstancias de la relación, por lo que es importante que las parejas estén dispuestas a adaptarse y comunicar sus cambios y necesidades. La intimidad deseada también puede ser afectada por factores externos como el estrés, la ansiedad, la salud y el trabajo, por lo que es importante estar consciente de estos factores y trabajar juntos para superarlos.

La intimidad deseada está muy relacionada con la fantasía sexual y esta con la satisfacción sexual. La intimidad deseada se traduce mayormente a través de fantasías sexuales. Estas últimas pueden desempeñar un papel importante en la relación de pareja, ya que pueden ayudar a aumentar la excitación sexual, la intimidad y la comunicación entre las parejas. Las fantasías sexuales son pensamientos o imágenes mentales que una persona tiene durante la actividad sexual o previamente. Pueden ser sobre experiencias sexuales pasadas, presentes o imaginarias, o sobre situaciones que no están presentes en el momento. La fantasía sexual puede ser una forma segura de explorar y experimentar con diferentes deseos y preferencias sexuales sin poner en riesgo la relación o la seguridad física de la pareja. Además, las fantasías sexuales pueden ayudar a las parejas a expresar sus deseos y necesidades sexuales de una manera más abierta y clara, lo que puede mejorar la comunicación sexual y la intimidad en la relación.

Sin embargo, es importante tener en cuenta que el deseo de intimidad y la fantasía sexual no deben reemplazar el contacto físico y la intimidad en la relación. Es importante que las parejas sigan teniendo una comunicación clara y abierta sobre sus deseos y necesidades sexuales, y que trabajen juntas para encontrar formas de satisfacerlas de manera segura y satisfactoria (Derlega, 2013).

3.3.3. LA INTIMIDAD DESEADA EN LAS PAREJAS INESTABLES Y POCO DURADERAS

En parejas inestables o poco duraderas, la intimidad deseada puede ser diferente a la de una relación más estable. En estas relaciones, la intimidad puede ser más superficial o efímera, y puede estar más enfocada en la satisfacción física que en la emocional. Algunas personas en relaciones inestables pueden buscar una conexión física intensa y frecuente para llenar un vacío emocional o para sentirse temporalmente mejor consigo mismas. Otras pueden evitar la intimidad emocional y enfocarse únicamente en la conexión física, como forma de evitar dañarse emocionalmente con su pareja.

En este tipo de relaciones la intimidad puede ser menos profunda y duradera, y estar más enfocada en el momento presente que en el futuro de la relación. Es importante tener en cuenta que la falta de estabilidad en la relación puede dificultar el desarrollo de una intimidad más profunda y significativa, y que esto puede contribuir a la inestabilidad de la relación en sí misma. Cuando no existe deseo de intimidad significa que el eroticismo de la pareja ha disminuido o ha dejado de existir. Este es un indicador muy negativo para el pronóstico futuro de la pareja.

La falta de deseo de intimidad y de apetito sexual puede afectar negativamente la estabilidad de la pareja de varias maneras. En primer lugar, puede causar frustración, insatisfacción y resentimiento en la pareja que tiene una mayor necesidad de actividad sexual. Si uno de los miembros de la pareja se siente rechazado o no deseado sexualmente, puede comenzar a sentirse menos valorado o amado en la relación, lo que puede afectar su autoestima y su sentido de autoeficacia.

Además, la falta de deseo sexual puede llevar a la disminución de la intimidad emocional y la conexión entre las parejas. La actividad sexual es una forma importante en la que las parejas se conectan emocionalmente, se expresan amor y se refuerzan los lazos emocionales. La falta de actividad sexual puede llevar a una disminución en el contacto físico, la comunicación emocional y la sensación de cercanía emocional, lo que puede causar una desconexión emocional en la pareja.

La falta de deseo sexual también puede ser un síntoma de problemas subyacentes en la relación, como el estrés, la ansiedad, la depresión, la falta de comunicación o la falta de satisfacción en otras áreas de la relación. Si no se aborda, estos problemas pueden empeorar y amenazar la estabilidad y la felicidad de la pareja. Desde este punto de vista, es importante que las parejas aborden la falta de deseo sexual de manera abierta y honesta, y trabajen juntas para encontrar soluciones que sean satisfactorias. Esto puede incluir la exploración de nuevas formas de actividad sexual, la terapia sexual o de pareja, la mejora de la comunicación emocional o el abordaje de problemas subyacentes en la relación (Miller & Perlman 2008).

3.3.4. LA ESCALA DE INTIMIDAD DESEADA DE SHAEFER Y OLSON

La escala de intimidad deseada de Schaefer y Olson es un instrumento utilizado para medir el nivel de intimidad deseada por una persona en una relación íntima. La escala está compuesta por 5 subescalas, de las cuales, las tres primeras evalúan el deseo de estar cerca, de tener la posibilidad de compartir experiencias positivas con la pareja, éstas corresponden a las dimensiones de intimidad integral, intimidad sexual e intimidad social. Las dos subescalas restantes evalúan aspectos que las parejas desearían no tener en su intimidad, evalúan el sentido negativo del constructo: aislamiento afectivo y empatía negativa.

1. Intimidad emocional. La intimidad emocional se refiere a la cercanía y conexión emocional profunda entre dos personas. Es la capacidad de compartir abierta y honestamente pensamientos, sentimientos y experiencias personales con otra persona, y sentirse comprendido y apoyado en ese proceso. La intimidad emocional es un componente fundamental en las relaciones interpersonales saludables y satisfactorias. La intimidad emocional implica una serie de elementos clave, entre los que se incluyen la confianza, la

vulnerabilidad, la empatía y la comunicación efectiva. Para lograr una conexión emocional profunda con otra persona, es necesario sentir confianza en la relación y en la capacidad de la otra persona para escuchar y comprender nuestros pensamientos y sentimientos. También es necesario tener la capacidad de ser vulnerable y compartir nuestros sentimientos más profundos y auténticos sin temor a ser juzgados o rechazados.

La empatía también es un componente importante de la intimidad emocional. La capacidad de ponerse en el lugar del otro y comprender sus sentimientos y perspectivas puede ayudar a construir una conexión emocional profunda y aumentar la sensación de comprensión y apoyo mutuo en la relación. La comunicación efectiva es otro elemento clave de la intimidad emocional. La capacidad de comunicar de manera clara y abierta nuestras necesidades, deseos, sentimientos y pensamientos a la otra persona, y de escuchar y comprender sus comunicaciones, es fundamental para construir una conexión emocional profunda y satisfactoria. La intimidad emocional puede desarrollarse en diferentes tipos de relaciones, incluyendo relaciones románticas, amistades, relaciones familiares y relaciones laborales.

Sin embargo, es importante tener en cuenta que la intimidad emocional no siempre se desarrolla automáticamente en una relación. Puede requerir tiempo, trabajo y esfuerzo para construir y mantener una conexión emocional profunda y satisfactoria. La falta de intimidad emocional puede tener consecuencias negativas para la salud emocional y psicológica de las personas, y para la estabilidad y satisfacción de las relaciones interpersonales. La falta de conexión emocional puede llevar a sentimientos de soledad, aislamiento y desconexión en las relaciones, lo que puede afectar negativamente la calidad de vida y el bienestar psicológico de las personas (Shaefer y Olson, 1981).

- 2. Intimidad sexual.** La intimidad sexual se refiere a la conexión física y emocional profunda entre dos personas durante una experiencia sexual. Es la capacidad de compartir experiencias y sensaciones íntimas con otra persona de manera respetuosa, consensuada y placentera. La intimidad sexual es un componente importante en las relaciones románticas y puede mejorar la satisfacción y estabilidad de la pareja. La intimidad sexual implica una serie de elementos clave, entre los que se incluyen la comunicación abierta y efectiva, el

respeto mutuo, la confianza y la aceptación. La comunicación abierta y efectiva es fundamental para la intimidad sexual, ya que permite a ambas personas compartir sus deseos, necesidades y límites de manera clara y respetuosa. El respeto mutuo es necesario para asegurar que las necesidades y deseos de ambas personas sean consideradas y respetadas en la experiencia sexual. La confianza y la aceptación son necesarias para crear un ambiente seguro y cómodo para ambos miembros de la pareja.

La intimidad sexual también puede incluir elementos emocionales, como la conexión y la cercanía emocional que se establece entre los miembros de la pareja durante la experiencia sexual. La intimidad sexual puede ser una oportunidad para explorar y compartir emociones íntimas y profundas, lo que puede mejorar la conexión emocional entre los miembros de la pareja. Es importante señalar que la intimidad sexual debe ser consensuada y respetuosa.

Ambas personas deben estar de acuerdo con la actividad sexual y respetar los límites de la otra persona. La violación o el acoso sexual son actos de violencia y no tienen lugar en una relación íntima saludable. La falta de intimidad sexual puede tener consecuencias negativas para la salud emocional y psicológica de las personas y para la estabilidad y satisfacción de las relaciones interpersonales. La falta de conexión física y emocional puede llevar a sentimientos de soledad, aislamiento y desconexión en las relaciones, lo que puede afectar negativamente la calidad de vida y el bienestar psicológico de las personas (Shaefer y Olson, 1981).

- 3. Intimidad social.** La intimidad social de una pareja se refiere a la conexión y el compromiso compartido con el mundo exterior. Es la capacidad de los amantes para compartir sus vidas y experiencias con sus amigos, familiares y la sociedad en general. La intimidad social puede incluir elementos como presentar a la pareja a amigos y familiares, asistir a eventos sociales juntos, hacer planes a futuro juntos y compartir responsabilidades en la vida cotidiana. La intimidad social es importante en una relación de pareja, ya que permite a ambos miembros de la pareja integrar sus vidas y experiencias juntas. La intimidad social también puede mejorar la calidad de vida de las personas. La conexión y el apoyo social pueden

proporcionar un sentido de pertenencia y seguridad en la relación, lo que puede aumentar la confianza y el bienestar psicológico de las personas.

Sin embargo, la intimidad social también puede presentar desafíos para la pareja de amantes. La introducción de un amante a amigos y familiares puede ser un momento emocionalmente difícil y requiere una comunicación abierta y honesta sobre las expectativas y límites de cada persona. Además, la responsabilidad compartida de la vida cotidiana, como la toma de decisiones financieras o el cuidado de los hijos, puede requerir una planificación cuidadosa y una comunicación efectiva para asegurar que ambas personas estén comprometidas y satisfechas con las decisiones tomadas. Es importante destacar que la intimidad social puede ser diferente para cada pareja de amantes. Algunas parejas pueden preferir mantener una vida social más privada, mientras que otras pueden preferir tener una vida social más abierta y compartida. Lo importante es que ambas personas estén comprometidas a compartir su vida juntos de una manera que sea significativa y satisfactoria para ambas (Shaefer y Olson, 1981).

- 4. Aislamiento afectivo.** El aislamiento afectivo en una pareja se refiere a una situación en la que ambos miembros se sienten emocionalmente desconectados y distantes entre sí, lo que puede resultar en una falta de intimidad emocional y afectar la estabilidad de la relación. El aislamiento afectivo se caracteriza por la falta de comunicación, la ausencia de expresión emocional y la pérdida de interés en el bienestar emocional del otro. El aislamiento afectivo puede tener muchas causas, como la falta de comunicación, el estrés laboral, la falta de tiempo para la pareja, el exceso de responsabilidades y la falta de interés en la vida sexual.

Las causas varían según las parejas y la dinámica de su relación, pero todas tienen en común que impiden una conexión emocional significativa entre ambos. Cuando una pareja experimenta aislamiento afectivo, puede haber una serie de síntomas que indican que la conexión emocional se ha perdido. Los miembros de la pareja pueden tener dificultades para expresar sus sentimientos, evitar situaciones que puedan resultar en conflictos o discusiones, o simplemente no sentir la necesidad de buscar la cercanía del otro. La falta de intimidad

emocional también puede llevar a la falta de interés en la vida sexual ya la falta de compromiso en la relación.

El aislamiento afectivo puede ser muy perjudicial para la estabilidad de la relación de pareja. La falta de comunicación y conexión emocional puede generar sentimientos de soledad y abandono en uno o ambos miembros de la pareja. La falta de interés en la vida sexual también puede generar tensiones y conflictos en la relación. Es importante destacar que el aislamiento afectivo no es un problema irreparable. Con esfuerzo y compromiso, es posible superar la situación y reconstruir la conexión emocional en la pareja. Una de las primeras medidas que se pueden tomar es identificar las causas del aislamiento afectivo y trabajar juntos para encontrar soluciones. Es importante que ambos miembros de la pareja se sientan cómodos para expresar sus sentimientos y necesidades, y que se comprometan a dedicar tiempo y esfuerzo para mejorar la conexión emocional en la relación (Shaefer y Olson, 1981).

- 5. Empatía negativa.** La falta de empatía es la incapacidad o la dificultad para entender y compartir los sentimientos, emociones y perspectivas que se dan en la relación de pareja. Se trata de una falta de capacidad para ponerse en el lugar del otro, comprender sus necesidades y sentir empatía por sus experiencias. Cuando falta la empatía, las relaciones interpersonales pueden verse afectadas negativamente, ya que la persona que carece de empatía puede parecer insensible, fría, distante o indiferente a las necesidades y emociones de los demás.

La falta de empatía puede manifestarse de diferentes maneras, como la incapacidad para reconocer y responder adecuadamente a las emociones de los demás, la falta de interés por los sentimientos y necesidades de los demás, o la incapacidad para comprender la perspectiva del otro.

Cuando uno de los miembros de la pareja carece de empatía, puede tener dificultades para entender las necesidades emocionales y físicas del otro. Esta falta de comprensión puede manifestarse en diferentes formas, como la falta de atención, la insensibilidad, la falta de interés en los sentimientos y necesidades del otro, o la incapacidad para responder de manera

adecuada a las emociones del otro. Por ejemplo, si uno de los miembros de la pareja está pasando por un momento difícil, como la pérdida de un ser querido o el estrés en el trabajo, la falta de empatía del otro puede manifestarse en la falta de interés o preocupación por su situación, o incluso en la minimización de su dolor o sufrimiento.

Otra forma en que la falta de empatía puede afectar una relación afectiva es a través de la falta de comunicación emocional. Cuando uno de los miembros de la pareja no es empático, puede tener dificultades para expresar sus sentimientos o para entender los sentimientos del otro. Esto puede llevar a una falta de comunicación emocional, lo que a su vez puede generar sentimientos de soledad y desconexión en la relación. La falta de empatía también puede manifestarse en comportamientos abusivos o violentos. Cuando uno de los miembros de la pareja no es empático, puede tener dificultades para entender los límites y necesidades del otro. Esto puede llevar a comportamientos abusivos o violentos, como el control, la manipulación o la coerción (Shaefer y Olson, 1981).

3.4. CELOS

3.4.1. DEFINICIÓN DE CELOS

Los celos constituyen un factor decisivo en la perdurabilidad de las relaciones de pareja y, en algunos casos, pueden conducir a la ruptura si no se manejan de manera adecuada. Los celos, en cierta medida, son una emoción humana normal y pueden surgir en cualquier relación debido a factores como la inseguridad, la desconfianza o experiencias pasadas. Falta de confianza. Los celos pueden erosionar la confianza entre las parejas. Cuando una persona muestra celos excesivos o infundados, su pareja puede sentirse ofendida y herida al no ser creída o confiada.

La falta de confianza puede afectar la intimidad emocional y hacer que la relación se sienta inestable. Los celos pueden ser definidos como *“una emoción compleja que involucra sentimientos de inseguridad, ansiedad y temor a perder a alguien significativo debido a una amenaza percibida, real o imaginaria, de que esa persona tenga interacciones o relaciones con otros”* (Mathes y Severa 1981; citados por Martínez et al 2018: 34).

3.4.2. ORIGEN DE LOS CELOS

Los celos desempeñan una función en la evolución del ser humano, particularmente en la sobrevivencia de los individuos y de la especie. A pesar de que los celos provocan dolor físico y psicológico, los celos cumple una función importante para ayudar a mantener a las parejas unidas. Los celos tienen una base biológica y se originan en el cerebro. Los individuos celosos tienen más actividad en la zona del cerebro conocida como giro cingulado, un área relacionada con el dolor social en los humanos y que se suele activar cuando una persona se siente rechazada por seres cercanos, como la pareja, familia o amigos. Además, también se observa mayor actividad en el septum pellucidum (o tabique transparente lateral), un área del cerebro que se cree que desempeña un papel en los procesos emocionales y las respuestas al estrés. Estudios recientes identifican el septum pellucidum, como una zona cerebral clave en la formación de parejas estables en primates y el responsable del mantenimiento del vínculo entre parejas.

Los individuos celosos también experimentan un aumento en los niveles hormonales de testosterona y cortisol, la hormona sexual masculina y la hormona del estrés. Debido a estas bases neuronales de los celos es que algunos autores afirman que estos son universales, que existen en casi todas las culturas e incluso en relaciones no románticas. Los celos tienen una base evolutiva y cumplen una función de supervivencia del individuo y de la especie, pues representan una respuesta de malestar innata que surge ante la amenaza de la pérdida de una relación valiosa como consecuencia de la existencia de una tercera persona (Valencia y Vargas, 1991).

Asimismo, los celos tienen un origen cultural. Si bien los celos tienen un origen biológico, también son producto de la socialización ya que en algunas culturas no aparecen, siendo más propios de las sociedades que defienden la exclusividad y la posesividad en ciertas relaciones.

De hecho, existen sociedades poligámicas que fortalecen la idea contraria a los celos. Desde todo punto de vista, a pesar de ser considerados como negativos, los celos cumplen algunas funciones que pueden verse como favorables para el sujeto en la vida social, pues permiten que los individuos mantengan, protejan o restauren los lazos sociales (maternidad, relación conyugal amistad, etc.) frente a amenazas que atentan contra el individuo o el grupo cercano. Asimismo,

actúan como un termómetro para medir la importancia que una relación íntima puede tener; también sirven para poner a prueba la relación amorosa y tienen como fin incrementar el grado de compromiso; ayudan a establecer “reglas básicas” en la pareja y son indicadores de que algo anda mal en la relación para tomar medidas correctivas.

Los celos parten de la noción de posesión, inseguridad y temor a la pérdida, por lo que siempre existe un rival, real o imaginario. En concordancia, es necesario indicar que el papel de los celos en la vida humana es mantener la exclusividad de las relaciones emocionales y para ello se requiere de cierto grado de celos para evitar actitudes de total indiferencia entre las personas.

En términos de las diferencias sexuales, se ha encontrado que los varones reaccionan en mayor medida ante la infidelidad sexual potencial como un atentado al honor personal o familiar; mientras que las mujeres son más sensibles ante la posible pérdida de atención y de cariño. Los celos son indiscutiblemente el temor a la pérdida de una atención especial que se le tenía al individuo, la cual puede o no involucrar amor, pero es especial en el sentido que inmiscuye, en parte, al concepto de sí mismo, a la autoestima y el orgullo. Cuando se ha formado un estilo de apego con tinte inseguro y esto se vincula a sentimientos de duda o temor en una relación se desarrollan relaciones inestables, ansiosas, aprehensivas que favorecen los celos y la presencia de amores preocupados, inquietos y pendientes de su objeto de amor en formas dependientes o adictivas. Los celos, por tanto, tienen como fin, reestablecer la relación afectiva dañada, preservar la estabilidad familiar y fortalecer el amor propio (Valencia y Vargas, 1991).

3.4.3. CELOS Y RUPTURA DE LA RELACIÓN DE PAREJA

Sentir celos de manera habitual e incontrolados puede ser la causa de una ruptura de pareja. Un amor verdadero puede debilitarse al ser sometido a un juicio constante. Este hecho pone a prueba la paciencia de quien se siente víctima de los comportamientos injustificados de la persona celosa. Cuando los celos son irracionales se convierten en una patología. La persona vive acechada por sus miedos, inseguridades y sospechas. La idea de que su pareja pueda engañarle o abandonarle le sume en un estado de hipervigilancia, a la búsqueda de señales que confirmen sus peores temores. Obviamente, alguien que vive de esta forma no puede ser feliz. Por otra parte, llega un punto en el que ese control obsesivo resulta insoportable para la otra persona, por

lo que los celos terminan dañando irremediabilmente la relación de pareja. La sensación de ser observados y controlados hace que, tarde o temprano, la pareja cambie su forma de comportarse y sea menos solícita y cariñosa, alejándose primero emocionalmente y luego físicamente. La falta de confianza destruye cualquier posibilidad de diálogo y ahoga a la otra persona (Mathes y Deuger, 2012).

En ese punto, la angustia e infelicidad que puede experimentar la persona celosa es tan grande que le desestabiliza emocionalmente. Entonces puede cometer actos desesperados, desde la agresión física a su pareja hasta el suicidio. De hecho, muchos de los casos de violencia de género que aparecen en las noticias están motivados por unos celos patológicos. Los celos son parte del instinto de supervivencia de las personas. Según varias investigaciones, los primeros seres humanos de la Tierra utilizaban los celos como un mecanismo para asegurarse la continuación de la especie y en especial de su genética. Hombres y mujeres se aseguraban a su pareja y su descendencia mediante los celos (Mathes y Deuger, 2012).

Sin embargo, los celos exagerados e incontrolados pueden provocar malestar y dolor en las personas. Los estudios bioquímicos han demostrado que los celos se producen por los bajos niveles de serotonina en la sangre. Esto produce problemas para moderar los comportamientos y controlar las emociones. Los celos se producen por un desequilibrio en la parte frontal del cerebro y si es en exceso, podría llevar a conductas agresivas, las cuales son la antesala de la disolución de la pareja. El individuo celoso pierde el control de la conducta y emplea tiempo y energía en indagar y vigilar a la otra persona, impidiéndole que lleve una vida normal. Le cuesta concentrarse en otras cosas y continuamente se imagina que su pareja está con otro. Los celos pasan a ser el centro de la vida en común, afectando sus aficiones y sus relaciones sociales. Es un hecho generalizado en la psicología clínica que los celos no demuestran amor y viceversa, es decir, quien no siente celos no significa que no quiere a la otra persona.

Existe una elevada correlación entre celos y conducta violenta del varón hacia la mujer. Según los científicos, los celos y la violencia del varón hacia la pareja mujer han evolucionado juntos en el Homo Sapiens con la funcionalidad de alcanzar confianza en la paternidad y de asegurar la exclusividad y control sexual de la mujer. Desde este punto de vista, el sometimiento por la

fuerza de la mujer tiene como meta garantizar la transmisión genética de los hombres en el proceso reproductivo. Los celos se relacionan con la agresión psicológica y física en hombres y mujeres, pero a la vez están mediatizados por la autoestima del individuo celoso. Los resultados de las investigaciones concluyen que, a menor autoestima, mayor agresividad hacia el cónyuge, en una situación de celos. A menor autoestima, mayor ansiedad y frustración, lo cual conduce a comportamientos violentos (Mathes y Deuger, 2012).

3.4.4. DIMENSIONES DE LOS CELOS

La Escala de celos interpersonales CECLA de Mathes Eugene W. y Severa Nancy (1981) se basa en la teoría del apego de Bowlby. Según esta teoría, la conducta de celos está indisolublemente ligada a los patrones de relación que vemos en nuestros papás y más específicamente, el cómo fue la relación amorosa entre los padres y los hijos mientras ellos eran pequeños y dependientes. Esos patrones se van replicando, apoyados con la cultura, que normaliza los celos como una forma de amor, bajo esa idea, amar es poseer y controlar al otro.

Las investigaciones demostraron que las personas con un estilo de apego ansioso mostraron niveles más altos de celos y una mayor preocupación por el abandono en comparación con las personas con estilos de apego seguro o evitativo. Las personas con un estilo de apego ansioso tendían a hacer atribuciones más negativas y a interpretar eventos ambiguos en el contexto de sus relaciones románticas de manera más amenazante, lo que aumentaba la experiencia de los celos.

La teoría del apego indica que los diferentes estilos de apego, como seguro, ansioso o evitativo, se desarrollan en función de las experiencias tempranas y pueden influir en cómo nos relacionamos con los demás en la edad adulta, incluyendo la forma en que experimentamos los celos y la intimidad en nuestras relaciones románticas. Las personas que tienen un estilo de apego inseguro ansioso tienden a sentir constantemente la amenaza de perder a su figura de apego. Son las experiencias que vivieron en su infancia, donde aprendieron que los cuidadores o figuras de apego son inconsistentes: van a estar y no van a estar, son impredecibles. Esto dificulta que se sientan seguros. Entonces son jóvenes o adultos muy demandantes, muy exigentes, que se sienten amenazados por señales que no necesariamente son amenazantes y no

se responsabilizan además de que estos celos, estas llamadas de atención que tienen hacia el otro, provienen de su historia, sino que se lo atribuyen a su pareja (Moneta, 2014).

La Escala de celos interpersonales CECLA, de Mathes y Severa (1981) tiene tres dimensiones:

- 1. Celos pasionales:** Los celos pasionales son una forma intensa y emocional de celos que ocurren en relaciones amorosas o sentimentales. Estos celos están estrechamente relacionados con el miedo a perder al ser amado o a ser compartido por alguien más. A diferencia de los celos normales, que pueden ser una emoción normal y saludable en una relación, los celos pasionales son más intensos, compulsivos ya menudo suelen tener consecuencias negativas en la dinámica de la pareja. Los celos pasionales se caracterizan por una intensidad emocional significativamente alta. La persona que experimenta estos celos puede sentir emociones abrumadoras como la ansiedad, el miedo, la ira y la tristeza.

Asimismo, estos celos pueden llevar a una obsesión constante con la pareja, su comportamiento y sus acciones. La persona celosa puede sentir la necesidad de monitorear y controlar cada aspecto de la relación para evitar que su pareja se interese en otra persona.

La persona celosa en este caso tiende a experimentar una profunda desconfianza hacia su pareja, sin una razón objetiva para ello. Pueden percibir situaciones inocentes como signos de infidelidad o deslealtad. Los celos pasionales pueden llevar a cabo un comportamiento posesivo y controlador. La persona celosa puede intentar aislar a su pareja de otras personas, limitar los celos pasionales a menudo están relacionados con una baja autoestima y una sensación de inseguridad. La persona celosa puede compararse negativamente con otras personas, lo que refuerza sus temores de perder a su pareja, lo cual le lleva irremediablemente a desarrollar una rivalidad con terceros que perciba como una amenaza para la relación. Esto puede incluir amigos cercanos, colegas de trabajo o incluso miembros de la familia de la pareja. Los celos pasionales se fundamentan en la sobre interpretación ya que ocasionan que la persona interprete de manera exagerada e irracional situaciones que, en realidad, no son indicativas de infidelidad o traición; esta limitación, a su vez, son signos de deficiente comunicación efectiva en la pareja. La persona celosa puede tener dificultades

para expresar sus sentimientos y sospechas de manera asertiva, lo que lleva a malentendidos y discusiones constantes. Como consecuencia, los celos pasionales pueden generar un alto nivel de tensión y conflicto en la relación, pues la pareja, objeto de los celos, puede sentirse agobiada, acusada injustamente y frustrada por la falta de confianza y la constante vigilancia.

Los celos pasionales suelen crear un ciclo de retroalimentación negativa en la relación, es decir, la desconfianza y el comportamiento posesivo pueden generar distanciamiento emocional en la pareja, lo que a su vez alimenta más celos y ansiedad (Mathes y Severa, 1981).

- 2. Celos obsesivos:** Son una forma extrema y patológica de celos que se caracterizan por una preocupación y sospecha compulsiva e irracional de que la pareja está siéndoles infiel, a pesar de la falta de pruebas o evidencias reales que lo respalden. Estos celos obsesivos van más allá de la simple inseguridad o preocupación normal en una relación, y pueden tener un impacto significativo en la vida de la persona y en la dinámica de la pareja.

Los celos obsesivos se caracterizan por pensamientos intrusivos, repetitivos e involuntarios relacionados con la infidelidad de la pareja. Estos pensamientos pueden ser difíciles de controlar y pueden llegar a dominar la mente de la persona celosa. A diferencia de los celos normales, los celos obsesivos carecen de una base objetiva para sustentar la creencia de que la pareja está siéndoles infiel. La persona celosa puede sospechar sin alguna razón o interpretar de manera exagerada situaciones inocentes como pruebas de infidelidad. En este contexto, los celos obsesivos suelen llevar a comportamientos compulsivos y repetitivos para confirmar las sospechas de la persona celosa. Esto puede incluir revisar constantemente el teléfono de la pareja, seguir sus movimientos, espiar sus redes sociales o preguntar repetidamente sobre sus actividades. Los celos obsesivos suelen generar una gran tensión en la relación.

La pareja puede sentirse acusada y acosada constantemente, lo que puede llevar a problemas de comunicación, distanciamiento emocional y conflictos recurrentes. Los celos obsesivos pueden llevar a la persona a aislarse socialmente, ya que pueden tener dificultades para

confiar en otras personas y pueden sentirse amenazadas por cualquier interacción de su pareja con los demás. Este tipo de celos están relacionados con una baja autoestima y una sensación de inseguridad en sí mismos. La persona celosa puede sentir que no es lo suficientemente buena o que no merece el amor y la lealtad de su pareja. Generalmente los celos obsesivos están asociados a trastornos de ansiedad y depresión, ya que la persona puede experimentar una intensa angustia emocional debido a sus pensamientos y preocupaciones. Los celos obsesivos no solo afectan la vida en pareja, sino que pueden extender su efecto al trabajo, al estudio y actividades sociales. Todo esto se debe a que la persona celosa se aferra firmemente a sus creencias obsesivas y es resistente a cualquier intento de persuasión o argumento lógico. Los celos obsesivos califican como trastornos de la relación afectiva (Mathes y Severa, 1981).

- 3. Celos delirantes:** Son celos patológicos y morbosos, que se caracterizan por creencias falsas y delirantes de que la pareja está siendo infiel, a pesar de la ausencia total de evidencia o pruebas que respalden estas creencias. En los celos delirantes, la persona celosa tiene una convicción inquebrantable de que su pareja le está siéndoles infiel, incluso llegando a *percibir* o inventar pruebas que sustentan sus creencias racionales. La creencia delirante es extremadamente poderosa y persistente, al grado que no puede ser disuadida por argumentos lógicos o pruebas contrarias. A diferencia de los dos anteriores niveles, los celos delirantes carecen completamente de base objetiva.

La persona celosa puede sospechar de situaciones completamente inocentes y normales, interpretándolas de manera distorsionada y exagerada como evidencias de la infidelidad de su pareja. Los argumentos y pruebas que expone la persona celosa son totalmente inexistentes e imperceptibles para los demás. Los celos delirantes pueden tener un impacto devastador en la relación de pareja, pues no dan lugar a explicaciones o puntos de vista intermedios. Este tipo de celos están acompañados por comportamientos compulsivos e hiper vigilantes que los lleva a revisar frecuentemente los objetos personales de su pareja, monitorear sus movimientos o incluso acosar a terceras personas en busca de pruebas.

Las personas que experimentan celos delirantes pueden tener reacciones emocionales extremas, como ataques de ira, tristeza intensa, ansiedad y desesperación. Estas emociones pueden ser desencadenadas por pensamientos delirantes y pueden llevar a episodios de comportamiento impulsivo e incontrolado. Generalmente, los casos de agresión extrema que puede terminar en homicidios son precedidos de celos delirantes. Dada la distorsión de la percepción de la situación de celos, la persona puede llegar a aislarse socialmente, ya que pueden tener dificultades para confiar en otros y pueden sentirse amenazados por cualquier interacción de su pareja con otras personas.

Generalmente las amistades de la pareja suelen alejarse para no verse involucrados en escenas incómodas debido a las acusaciones y comportamientos del individuo celoso. Por lo general los celos delirantes merecen un tratamiento psicológico. Los celos delirantes son una condición psicológica seria y requieren tratamiento profesional y, a veces, internación, pues la desconexión del individuo con la realidad afecta su adaptación no solo al contexto de la pareja, sino a todas las demás dimensiones cotidianas (Mathes y Severa, 1981).

3.5. SATISFACCIÓN SEXUAL

La satisfacción sexual se refiere al grado de contento, placer y bienestar que una persona experimenta en relación con su vida sexual y sus experiencias sexuales en general. Implica sentirse satisfecho, cómodo y emocionalmente conectado durante y después de los encuentros sexuales. La satisfacción sexual va más allá del simple acto físico y también incluye aspectos emocionales, psicológicos y relacionales de la vida sexual.

La satisfacción sexual reviste crucial importancia en la vida de los individuos pues contribuye al bienestar emocional y psicológico de una persona. Sentirse satisfecho con la vida sexual puede mejorar la autoestima, la confianza en sí mismo y la imagen corporal. La satisfacción sexual es un componente esencial de muchas relaciones de pareja. Una buena vida sexual puede fortalecer la intimidad emocional y física entre los compañeros, aumentando la conexión y la comunicación. Por otra parte, el sexo y la intimidad pueden ser una forma efectiva de reducir el estrés y la ansiedad.

El placer y la relajación que se obtienen de las experiencias sexuales pueden tener un impacto positivo en el bienestar general. En este sentido, la actividad sexual regular puede tener beneficios para la salud física, incluida la liberación de hormonas que promueven la felicidad y la relajación. Además, puede mejorar la circulación sanguínea y tener efectos positivos en el sistema inmunológico (Álvarez, Honold & Millán, 2005).

3.5.1. DEFINICIÓN DE SATISFACCIÓN SEXUAL

La satisfacción sexual es, particularmente, la sensación agradable, placentera y de disfrute pleno, bienestar y equilibrio psicofísico como consecuencia del acto sexual; pero también esta experiencia se ve afectada por una serie de variables psicológicas que involucra una evaluación subjetiva de la actitud de agrado y desagrado que resulta de determinadas conductas sexuales propias de la pareja. La satisfacción sexual *“Es la interacción de elementos físicos y afectivos. Es la apreciación subjetiva de cada miembro de la pareja entorno a gusto y disgusto con relación a la actividad sexual”* (Stulhofer, et al, 2004: 19).

3.5.2. SATISFACCIÓN SEXUAL Y PERDURABILIDAD DE LA PAREJA

La satisfacción sexual está estrechamente relacionada con la perdurabilidad de la pareja afectiva. De manera general, las parejas que tienen una vida sexual satisfactoria experimentan mayores niveles de felicidad que aquellas para quienes el sexo es algo neutral o negativo.

La vida sexual proporciona oportunidades de intimidad y conexión emocional entre los miembros de la pareja. La intimidad y la conexión emocional son pilares fundamentales en una relación de pareja saludable y duradera. Estos aspectos juegan un papel crucial en el establecimiento de un vínculo profundo y significativo entre dos personas. Sin duda, la satisfacción sexual tiene una influencia directa en la construcción y el mantenimiento de esta conexión emocional única.

Cuando las parejas experimentan satisfacción sexual mutua, se crea un espacio íntimo donde la vulnerabilidad y la confianza pueden florecer. La posibilidad de compartir experiencias íntimas en la vida sexual brinda la oportunidad de abrirse emocionalmente, creando una atmósfera de

aceptación y comprensión mutua. Esta apertura no solo se limita a los momentos de intimidad física, sino que también se refleja en la comunicación y la conexión en otros aspectos de la relación.

Desde otro punto de vista, la satisfacción sexual contribuye a la formación de un círculo virtuoso de intimidad. A medida que las parejas se sienten emocionalmente conectadas, es más probable que se involucren en una comunicación profunda y significativa fuera del ámbito sexual. Estas conversaciones sinceras pueden abordar sueños, miedos, aspiraciones y preocupaciones personales, lo que a su vez fortalece el lazo emocional y la confianza mutua.

Además, la satisfacción sexual puede actuar como un puente entre los aspectos físicos y emocionales de la relación. La capacidad de satisfacer las necesidades y deseos sexuales del otro puede ser interpretada como un acto de amor y cuidado, reforzando la sensación de ser comprendido y apreciado en niveles más profundos. Esta interconexión entre la satisfacción sexual y la conexión emocional es esencial para construir un vínculo sólido y duradero. Es importante destacar que la satisfacción sexual no es solo una experiencia individual, sino un acto compartido que implica la comunicación y la empatía. Las parejas que pueden expresar sus deseos y necesidades sexuales de manera abierta y receptiva están más inclinadas a desarrollar un entendimiento mutuo que trasciende la esfera física. Esta comprensión mutua puede mejorar la satisfacción global en la relación y fomentar un sentido de pertenencia y apoyo emocional (Paredes y Pinto, 2009).

Desde otro punto de vista, la satisfacción sexual es inseparable de la comunicación abierta y honesta en una relación de pareja. La capacidad de hablar libremente sobre preferencias, deseos y necesidades sexuales es esencial para mantener una relación saludable y duradera. La satisfacción sexual mutua se basa en una comunicación efectiva que va más allá de la intimidad física y se extiende a la comprensión emocional y la conexión en general. La comunicación abierta sobre asuntos sexuales crea un espacio seguro en el que las parejas pueden expresar sus expectativas y deseos. Esta comunicación puede abarcar una variedad de temas, desde preferencias sexuales hasta límites personales y fantasías. A medida que las parejas aprenden a

comunicarse de manera honesta sobre sus necesidades, también se vuelven más adeptas a abordar otros temas importantes en la relación.

La comunicación abierta sobre la satisfacción sexual también puede ayudar a prevenir malentendidos y resentimientos. Las parejas que no hablan sobre sus relaciones sexuales pueden enfrentar problemas no resueltos que eventualmente surgirán otros aspectos de la relación. En cambio, cuando se aborden los problemas de manera abierta y respetuosa, las parejas pueden trabajar juntas para encontrar soluciones que satisfagan a ambas partes.

Las parejas que tienen una vida sexual satisfactoria experimentan menor tasa de conflictos. La satisfacción sexual desempeña un papel importante en la prevención de frustraciones y conflictos en una relación de pareja. Cuando ambas partes experimentan satisfacción sexual mutua, se establece un terreno fértil para la armonía y la comprensión en la relación. Esto se debe a que la insatisfacción sexual puede generar tensiones y malentendidos que surgen la calidad de la relación en su conjunto. La insatisfacción sexual puede dar lugar a sentimientos de frustración y resentimiento. Si una de las partes siente que sus necesidades no están siendo atendidas, es probable que surjan emociones negativas que afecten la dinámica de la relación.

Por el contrario, cuando ambas partes se esfuerzan por satisfacer las necesidades sexuales del otro, se crea un ambiente de apoyo y cuidado que previene la acumulación de tensiones no resueltas. Además, la insatisfacción sexual puede ser un desencadenante de conflictos más amplios. Los problemas sexuales no abordados pueden manifestarse en otras áreas de la relación, exacerbando los problemas que podrían haber evitado la comunicación con una abierta y un compromiso mutuo para mejorar la satisfacción sexual. La prevención de estos conflictos requiere una actitud proactiva hacia el diálogo y la solución de problemas relacionados con la intimidad.

La prevención de frustraciones y conflictos a través de la satisfacción sexual implica un enfoque en el cuidado mutuo y la empatía. Al priorizar la satisfacción del otro en el ámbito sexual, se envía un mensaje de amor y respeto que puede tener un efecto positivo en la relación en su conjunto. Las parejas que se esfuerzan por comprender y satisfacer las necesidades sexuales del

otro están contribuyendo a un ambiente de cooperación y entendimiento que previene conflictos necesarios (Paredes y Pinto, 2009).

La satisfacción sexual juega un papel esencial en la renovación y el mantenimiento de la pasión en una relación de pareja. A medida que una relación evoluciona y atraviesa diferentes etapas, es natural que la intensidad de la atracción inicial pueda disminuir. Sin embargo, la satisfacción sexual puede ser un factor crucial para revivir la pasión y el deseo entre las parejas a medida que avanzan en su camino juntas. La experiencia de satisfacción sexual compartida puede ser profundamente estimulante y emocionalmente gratificante. Cuando las parejas se esfuerzan por crear experiencias sexuales satisfactorias, están cultivando un terreno donde la pasión puede crecer y desarrollarse.

La satisfacción sexual no solo se trata de la gratificación física, sino también de la conexión emocional y el afecto compartido que se experimenta durante y después de los encuentros íntimos. La renovación de la pasión a través de la satisfacción sexual puede ser particularmente importante en relaciones a largo plazo. A medida que las parejas se enfrentan a las demandas de la vida cotidiana y las responsabilidades, puede ser fácil descuidar la intimidad y la conexión emocional. Sin embargo, la satisfacción sexual puede ser una manera efectiva de recordar la importancia de mantener la chispa de la relación.

La satisfacción sexual va más allá de la experiencia puramente física y se extiende a la conexión a nivel tanto físico como mental en una relación de pareja. La capacidad de experimentar satisfacción sexual mutua puede tener un impacto profundo en cómo las parejas se relacionan entre sí, cómo se sienten emocionalmente conectadas y cómo se entienden en diversos aspectos de la vida. La conexión a nivel físico se refiere a la intimidad física compartida, el contacto físico y la exploración mutua de placer.

Las parejas que experimentan satisfacción sexual mutua tienden a estar más sintonizadas con las preferencias y necesidades físicas del otro, lo que contribuye a una experiencia sexual más placentera y enriquecedora. Sin embargo, la conexión a nivel físico no es completa sin una conexión mental y emocional. La satisfacción sexual puede ser un vehículo para crear una

conexión más profunda en la relación, ya que el acto físico está acompañado de la comunicación, la empatía y el entendimiento mutuo. Las parejas que pueden expresar sus deseos y necesidades sexuales de manera abierta y receptiva también tienden a estar más abiertas a compartir sus pensamientos y emociones en otras áreas de la relación (Álvarez, Honold & Millán, 2005).

3.5.3. TEORÍAS SOBRE LA SATISFACCIÓN SEXUAL

Acerca de la satisfacción sexual existen una serie de autores y teorías que intentan explicar el origen de este fenómeno, los factores causales, así como aquellas condiciones que la regulan. En esta tesis se adopta el modelo de Álvarez – Gayou (2016).

3.5.3.1. MODELO DE LA RESPUESTA SEXUAL HUMANA

Para Álvarez – Gayou (2016) la Satisfacción Sexual depende de la actitud y la conducta sexual de la pareja, para que exista un equilibrio en la relación, asimismo señala que los problemas más frecuentes que se generan son: Dudas, temores, angustia, falta de comunicación y confianza, desencadenando insatisfacción con la pareja. Por otro lado, menciona que son siete los aspectos esenciales que se deben considerar para mantener una buena relación de pareja: Atracción física, atracción intelectual, atracción afectiva, comunicación, empatía, respeto y actualización, pero sobre todo la existencia de una vida erótica satisfactoria. En cuanto a la vida erótica satisfactoria, indica que las mujeres consideran que el orgasmo no es lo más importante en una relación sexual, sino la afectividad, ellas califican su Satisfacción Sexual independientemente de los orgasmos que han tenido, lo cual quiere decir que la satisfacción se liga a la calidad de la relación con el compañero, el amor, afecto, ternura, comprensión, seguridad, al ambiente tranquilo y a las caricias.

Dentro de este modelo es importante tomar en cuenta las diferentes fases de la respuesta sexual humana:

- I. Fase de Estímulo Sexual Efectivo:** Todos los seres humanos nos encontramos sometidos a una serie de estímulos provenientes del exterior que se originan en nuestro interior. Muchos de estos estímulos carecen de significado para nosotros como personas, razón por

la cual no generan respuestas específicas. Otros, por el contrario, son capaces no sólo de generar respuestas en nuestro organismo, sino que, además, pueden precipitar respuestas en nuestro estado anímico. Por otro lado, la erección del pene en el varón y la lubricación vaginal en la mujer son formas de respuesta ante estímulos visuales, olfatorios, auditivos, táctiles o bien, ante las fantasías, sueños o recuerdos de la persona, lo cual llamamos Estímulos Sexuales Efectivos (ESE), a causa de que provocan respuestas muy específicas en los órganos sexuales del ser humano (Álvarez-Gayou, 2016).

II. Fase de Excitación: Cuando se establece los estímulos sexuales efectivos (ESE), la respuesta predominante en hombres y mujeres es la vasodilatación perineal mediada por el parasimpático que, junto con la vasocongestión, constituyen el fenómeno fisiológico fundamental de la fase de excitación. Desde el punto de vista subjetivo, la fase de excitación se percibe como aumento de tensión placentera que eleva la tensión sexual y se acompaña del deseo de aumentar las caricias o estímulos. La primera señal de excitación sexual en la mujer es la aparición de lubricación vaginal, que se inicia de diez a treinta segundos después de que se inicia el ESE.

III. Fase de Meseta: Si el estímulo sexual continúa siendo efectivo, se llega al punto máximo de la excitación y se pasa entonces a la fase de meseta. Esta es una fase de transición hasta que se llega al umbral donde se desencadena el orgasmo, la tensión aumenta y puede presentarse el urgente deseo de penetrar y ser penetrado. Además durante esta fase, la mujer; en el externo de la vagina se origina una hinchazón de los tejidos, esta reacción, a la que se le denomina plataforma orgásmica, se estrecha en un treinta por ciento o más la abertura de la vagina, asimismo el clítoris, se eleva y se retrae hacia el pubis, colocándose dentro del capuchón, suceso que a veces puede confundirse con pérdida de la excitación; en cambio, junto con la vasocongestión que sobreviene en los labios menores y mayores, se oculta el clítoris y protege parcialmente su cabeza del contacto directo (Álvarez-Gayou, 2016).

IV. Fase de Orgasmo: Al igual que en las fases de excitación, en el orgasmo los fenómenos fisiológicos son las contracciones mioclónicas rítmicas que se producen en la musculatura vaginal, uretral, perineal, órganos y músculos circundantes. Ocurren de 3 a 15

contracciones, siendo las primeras a intervalos de 0.8 segundos que disminuyen la intensidad y frecuencia. Por otro lado, desde un punto de vista biológico, el orgasmo es la fase más corta del ciclo de la respuesta sexual, unos cuantos segundos durante los cuales las rítmicas contracciones musculares que se desencadenan producen una intensa sensación física seguida de un rápido relajamiento.

Desde el punto de vista psicológico, el orgasmo es un instante de intenso placer y de suspensión de la actividad mental; donde la mente se repliega sobre sí misma para disfrutar de una íntima experiencia. El orgasmo es una respuesta global de todo el organismo, no sólo de la pelvis. El patrón electroencefalográfico muestra cambios marcados durante el orgasmo, durante esta fase de la respuesta sexual se contraen los músculos de numerosas regiones corporales. Además, el rubor sexual alcanza su mayor intensidad y extensión (Álvarez-Gayou, 2016).

V. Fase de Resolución: Cuando los eventos orgásmicos han sucedido una o varias veces sobreviene la fase de resolución que consiste en la involución de los fenómenos que originaron las fases anteriores. Es el retorno a las condiciones basales. En esta fase, la mayor o menor rapidez de la misma tiene relación directa con la duración de las fases de excitación y meseta. Por lo general los hombres de nuestra cultura están condicionados a fase de excitación y meseta breves y las mujeres a fases prolongadas, por tanto, ellos tendrían resoluciones cortas y ellas largas. En la mujer la plataforma orgásmica desaparece debido a que las contracciones orgásmicas drenan la vasocongestión, el útero vuelve a la posición de anteversión, desaparece la coloración de los labios, la vagina reduce su anchura y longitud y el clítoris vuelve a su tamaño y posición habituales (Álvarez-Gayou, 2016).

VI. Fase Refractaria: En cuanto a esta última fase, se puede decir que en ambos sexos después de la fase de resolución se requiere un tiempo para que un estímulo sexual de por resultado la excitación, es decir, se denomina así, porque la persona es refractaria a una nueva estimulación que diera inicio a un nuevo ciclo de respuesta sexual (Álvarez-Gayou, 2016).

3.5.3.2. MODELO DE MEDICIÓN DE LA SATISFACCIÓN SEXUAL DE STULHOFER A., BUSKO V., BROUILLARD P, (2004)

La escala que se emplea en esta tesis para medir la satisfacción sexual fue creada por Stulhofer A., Busko V., Brouillard P, (2004) en EEUU, con el nombre original de New sexual satisfaction scale y publicada en The Journal of Sex Research. La escala está estructurada en base a las siguientes dimensiones:

- 1. Sensaciones sexuales:** La dimensión de "Sensaciones Sexuales" se refiere a la experiencia subjetiva de placer, excitación y satisfacción física que se experimenta durante las actividades sexuales. Esta dimensión evalúa la capacidad de una persona para sentir sensaciones placenteras y estimulantes en su cuerpo durante el acto sexual, así como la conexión entre el estímulo sexual y la respuesta fisiológica. Los indicadores de esta dimensión son la intensidad del placer físico durante las relaciones sexuales, la satisfacción con la excitación y la sensación de bienestar asociada con las sensaciones físicas experimentadas. La dimensión de Sensaciones Sexuales es esencial para una relación de pareja saludable y satisfactoria. La capacidad de experimentar sensaciones sexuales placenteras contribuye a una experiencia sexual gratificante. Estas sensaciones no solo proporcionaron un placer individual, sino que también fomentaron la conexión y la intimidad entre las parejas.

Los valores altos en la dimensión de Sensaciones Sexuales indican que la persona experimenta una satisfacción física y placentera durante las actividades sexuales. Esto sugiere una buena conexión entre el estímulo sexual y la respuesta corporal, lo que puede fortalecer la experiencia íntima y la conexión emocional en la relación. Los valores bajos en esta dimensión pueden indicar dificultades para experimentar sensaciones sexuales placenteras o una desconexión entre el estímulo sexual y la respuesta corporal. Esto puede ser el resultado de diversos factores, como problemas de salud, estrés o inseguridades. Los valores bajos en esta dimensión podrían afectar la satisfacción general en la relación sexual y la conexión emocional entre las parejas, (Stulhofer, et al, 2004).

- 2. Conciencia sexual:** Conocida también como conocimiento sexual o la capacidad para mantener el foco de atención en las sensaciones sexuales y erótica, idóneo para tener una sensación de intensidad sexual. La dimensión de "Conciencia Sexual" se refiere a la capacidad de una persona para estar consciente de sus propias necesidades, deseos, preferencias y límites sexuales. Esta dimensión evalúa la autoconciencia y la habilidad de comunicar de manera efectiva lo que se busca y se necesita en las actividades sexuales. Los indicadores de esta dimensión hacen referencia a preguntas sobre la claridad de las preferencias sexuales personales, la comunicación de deseos y límites a la pareja, la capacidad de expresar necesidades sexuales y la disposición para explorar y descubrir nuevos aspectos de la sexualidad. La dimensión de Conciencia Sexual es esencial para una relación de pareja satisfactoria y saludable. La capacidad de conocer y comunicar las propias necesidades y deseos sexuales crea un ambiente de apertura y comprensión en la relación. La comunicación efectiva en esta dimensión puede prevenir malentendidos, construir confianza y fortalecer la conexión emocional.

Los valores altos en la dimensión de Conciencia Sexual indican que la persona es consciente de sus propias necesidades sexuales, está dispuesta a comunicarlas y tiene una buena comprensión de lo que le brinda placer. Esto sugiere una comunicación abierta y una mayor probabilidad de satisfacción sexual mutua en la relación. A su vez, los valores bajos en esta dimensión pueden indicar dificultades para expresar deseos y límites sexuales, o una falta de autoconciencia en lo que respeta a las preferencias sexuales personales. Esto podría generar frustración y malentendidos en la relación, ya que la comunicación efectiva sobre las necesidades sexuales es fundamental para la satisfacción mutua, (Stulhofer, et al, 2004).

- 3. Intercambio sexual:** Hace referencia a la reciprocidad al momento de tener un contacto sexual, por lo tanto, el dar y recibir atención y placer sexual va a definir si existe una satisfacción sexual positiva o negativa. La dimensión de "Intercambio Sexual" se refiere a la reciprocidad y la equidad en la satisfacción sexual mutua entre las parejas. Esta dimensión evalúa la percepción de que ambas partes están igualmente comprometidas en satisfacer las necesidades sexuales del otro, creando un equilibrio en la relación sexual. Los indicadores que miden esta dimensión incluyen preguntas sobre si ambos

miembros de la pareja sienten que sus necesidades sexuales son igualmente atendidas, si se esfuerzan por proporcionar placer a la pareja y si sienten que reciben el mismo nivel de esfuerzo en retorno. La dimensión de Intercambio Sexual es esencial para una relación de pareja equitativa y satisfactoria. La percepción de que ambos miembros de la pareja están comprometidos en satisfacer las necesidades del otro promueve un ambiente de igualdad y colaboración en la relación. Esto contribuye a la satisfacción sexual mutua y al fortalecimiento de la conexión emocional.

Valores altos en esta dimensión significan que ambas partes sienten que sus necesidades sexuales son igualmente atendidas y que se esfuerzan por satisfacer las necesidades del otro. Esto sugiere un nivel saludable de equidad y reciprocidad en la relación sexual, lo que puede contribuir a una mayor satisfacción y conexión en general. Los valores bajos en esta dimensión pueden indicar desequilibrio en el intercambio sexual, donde una parte podría sentir que está haciendo más esfuerzo que la otra. Esto puede generar sentimientos de insatisfacción y frustración en la relación, ya que la falta de reciprocidad puede afectar la conexión emocional y la satisfacción sexual, (Stulhofer, et al, 2004).

- 4. Apego emocional:** El apego emocional contribuye a generar un vínculo emocional fuerte e íntimo que permite que el interés sexual se mantenga a largo plazo. Se asocia la cercanía emocional, confianza. La dimensión de "Apego Emocional" se refiere a la conexión emocional y la intimidad compartida entre las parejas durante las actividades sexuales. Esta dimensión evalúa la percepción de sentirse emocionalmente conectado y seguro durante los encuentros sexuales, así como la capacidad de experimentar la satisfacción sexual en un contexto de intimidad emocional. Los indicadores de esta dimensión incluyen preguntas sobre la sensación de estar emocionalmente conectado con la pareja durante las actividades sexuales, la importancia del afecto y la intimidad en la satisfacción sexual y la percepción de que la relación emocional influye en la satisfacción sexual. La dimensión de Apego Emocional es esencial para una relación de pareja íntima y emocionalmente satisfactoria. La capacidad de sentirse emocionalmente conectado durante las actividades sexuales promueve la confianza, la seguridad y la

cercanía entre las parejas. La satisfacción sexual en un contexto de apego emocional también contribuye a una mayor conexión y satisfacción en la relación en general.

Valores altos en la dimensión de Apego Emocional indican que las parejas experimentan una conexión emocional significativa durante las actividades sexuales. Esto sugiere que la intimidad emocional y la satisfacción sexual están interconectadas, y que las parejas se sienten seguras y cercanas durante los encuentros íntimos. Los valores bajos en esta dimensión pueden indicar dificultades para experimentar una conexión emocional durante las actividades sexuales. Esto podría ser el resultado de barreras emocionales o de una desconexión entre la intimidad emocional y la satisfacción sexual. Los valores bajos en esta dimensión podrían afectar la satisfacción general en la relación sexual y la conexión emocional entre las parejas, (Stulhofer, et al, 2004).

5. Actividades sexuales: Hace referencia a la frecuencia, duración, variedad e intensidad de las experiencias sexuales dentro de la pareja. La dimensión de "Actividades Sexuales" se refiere a la variedad, la creatividad y la exploración en las actividades sexuales dentro de una relación de pareja. Esta dimensión evalúa la disposición para probar nuevas experiencias, mantener un sentido de emoción y experimentar placer a través de diversas actividades sexuales. Los indicadores de esta dimensión indagan sobre la disposición para explorar nuevas prácticas sexuales, la creatividad en la intimidad, la frecuencia de probar diferentes actividades sexuales y la satisfacción derivada de la variedad en la relación sexual. La dimensión de Actividades Sexuales es esencial para una relación de pareja diversa y emocionante. La disposición para explorar y probar nuevas experiencias sexuales promueve un sentido de emoción y aventura en la relación. Mantener una variedad de actividades sexuales puede prevenir la monotonía y revitalizar la conexión emocional y física entre las parejas.

Valores altos en la dimensión de Actividades Sexuales indican que las parejas están dispuestas a explorar y experimentar una variedad de prácticas sexuales. Esto sugiere una actitud abierta hacia la creatividad y la diversidad en la intimidad, lo que puede enriquecer la relación sexual y mantener un sentido de emoción. Valores bajos en esta dimensión pueden indicar una falta de

variedad y creatividad en las actividades sexuales. Esto podría deberse a la rutina de la resistencia a probar nuevas experiencias. Los valores bajos en esta dimensión podrían afectar la satisfacción sexual y la conexión emocional, ya que la falta de diversidad puede contribuir a la monotonía en la relación, (Stulhofer, et al, 2004).

3.6. INVESTIGACIONES RELACIONADAS CON PERSONAS QUE NO TIENEN PAREJAS AMOROSAS ESTABLES

Existen diversas investigaciones sobre el tema de las personas que no pueden tener parejas afectivas estables y que cambian constantemente. A continuación, se citan algunas de las más parecidas con el tema de estudio que aborda esta tesis.

Valdez, González, Arce & López el año 2007 realizaron el estudio titulado “La elección real e ideal de pareja: un estudio con parejas establecidas”, en el cual se analizó a 104 personas cuya vida afectiva se caracterizaba por un constante cambio de parejas. En base al análisis de las experiencias personales, se puede establecer un perfil característico e interpretar desde la óptica psicoanalítica:

El primer rasgo sobresaliente en estas personas es el Miedo al Compromiso. Desde una perspectiva psicodinámica, el miedo al compromiso está relacionado con conflictos internos inconscientes. Sigmund Freud propuso que la mente está compuesta por tres niveles: consciente, preconscious e inconsciente. Los miedos, deseos y traumas reprimidos en el nivel inconsciente pueden influir en el comportamiento y las relaciones. En el caso del miedo al compromiso, podría estar relacionado con experiencias pasadas que generan ansiedad o temor ante la posibilidad de una relación estable. Por ejemplo, una persona que tuvo una figura de autoridad crítica o rechazante en su infancia podría internalizar la creencia de que no es digna de amor y afecto. Estos sentimientos reprimidos podrían generar miedo a ser rechazada en una relación adulta, lo que la lleva a sabotear la relación antes de que pueda ser rechazada.

Una experiencia traumática y rechazante con la figura paterna en la infancia puede tener un impacto duradero en la percepción de uno mismo y en la capacidad de establecer compromisos amorosos en la juventud. Las defensas psicológicas, la falta de confianza en la propia valía y la

influencia en la formación de la identidad son aspectos que pueden entrelazarse y dar lugar a la dificultad para establecer relaciones afectivas satisfactorias.

La experiencia traumática y rechazante con la figura paterna en la infancia puede tener un impacto profundo en la forma en que una persona se relaciona con el amor y el compromiso en etapas posteriores y con personas que simbólicamente representan a la figura paterna. Tanto Freud como Lacan ofrecen perspectivas útiles para entender cómo estos eventos tempranos pueden influir en la percepción de uno mismo dando lugar a relaciones afectivas posteriores, inestables y de cambio frecuente.

Desde la teoría freudiana, el complejo de Edipo desempeña un papel crucial en la formación de la identidad y las relaciones emocionales. Un trauma o rechazo por parte de la figura paterna puede desencadenar conflictos en el niño que afectan su desarrollo emocional y la construcción de su autoestima. Si el niño experimenta una figura paterna ausente, rechazante o dominante, puede generar sentimientos de inferioridad, inseguridad y desconfianza en las relaciones afectivas. Este trauma podría llevar a cabo al desarrollo de defensas psicológicas, como la represión o la formación de mecanismos de defensa como la identificación con el agresor.

La persona puede internalizar el rechazo paterno y proyectar esos sentimientos hacia sí mismo en la juventud, creando una autoimagen negativa y la creencia de que no es digna de amor o de mantener compromisos afectivos. La aversión al compromiso amoroso puede ser una forma de autoprotección contra la posibilidad de experimentar nuevamente y trauma emocional. El niño que ha experimentado el trauma con el primer objeto amoroso (padre), al ser joven proyecta esos sentimientos en la potencial pareja afectiva y revive las experiencias dolorosas paternas y prefiere alejarse y no establecer ningún lazo duradero, dando origen de esta manera a conductas que llevan al cambio constante de pareja.

Desde la perspectiva de Lacan, la relación con la figura paterna es esencial para el desarrollo de la identidad y el sentido de completitud del sujeto. La falta de una figura paterna positiva y de apoyo puede llevar a una deficiencia en la formación del "Yo ideal", que es la imagen idealizada de uno mismo. Esto puede generar un sentimiento de inadecuación y una búsqueda constante de

validación externa. La experiencia traumática con la figura paterna puede llevar a cabo una falta de confianza en la propia valía y una sensación constante de estar "faltando algo". Esto puede reflejarse en la dificultad para establecer compromisos amorosos, ya que la persona puede sentir que no merece ser amada o que no puede cumplir con las expectativas del otro. La falta de autoestima y autoaceptación puede influir en la percepción de la propia capacidad para mantener una relación sana y satisfactoria. Las personas que cambian constantemente de pareja tienen una autoestima devaluada y por eso rehúye al compromiso, pues no se siente capaz de mantener una relación afectiva estable

En el fondo, el individuo que rehúye el compromiso tiene una marcada inseguridad personal. Desde una perspectiva psicodinámica, la inseguridad personal puede estar enraizada en experiencias tempranas que influyen en la formación de la autoimagen y la autoestima. Erik Erikson propuso que las experiencias en la infancia y la adolescencia contribuyen al desarrollo de la identidad. La falta de apoyo emocional o experiencias traumáticas pueden llevar a la internalización de una imagen negativa de uno mismo. Por ejemplo, un niño podría haber enfrentado el rechazo constante de sus padres durante su infancia. Esto podría llevarlo a sentirse indigno de amor y atención en la edad adulta, lo que resulta en una constante búsqueda de validación externa. Cuando comienza una relación, sus sentimientos de inseguridad pueden intensificarse, llevándolo a creer que tarde o temprano su pareja lo abandonará, lo que a su vez puede impulsarlo a terminar la relación antes de ser rechazado.

El cambio constante de pareja afectiva es un círculo vicioso de idealización y desilusión. En este sentido la idealización y la desilusión se convierten en mecanismos de defensa que tratan de evitar nuevos hechos amorosos dolorosos. Las personas pueden proyectar cualidades ideales o deseos no satisfechos en sus parejas, creando una imagen distorsionada. Esto podría ser una forma de protegerse de la realidad y de los posibles conflictos o decepciones.

Una persona que idealiza a su pareja podría estar proyectando su deseo de perfección y estabilidad en la relación. Esta idealización podría ocultar inseguridades o miedos internos que esta persona no quiere enfrentar. Cuando la realidad no cumple con sus expectativas idealizadas,

esta persona puede sentirse desilusionada y buscar una nueva relación que, al principio, parece cumplir con esas expectativas.

En resumen, la resolución inadecuada del complejo de Edipo puede tener un impacto profundo en la vida afectiva y sexual en la juventud y la adultez. Los patrones de cambio constante de pareja y la insatisfacción sexual pueden ser resultados de las dificultades emocionales y de identidad relacionadas con el desarrollo inadecuado del Edipo. Desde una perspectiva psicoanalítica, tanto Freud como otros teóricos posteriores han destacado cómo la resolución inadecuada de las etapas del desarrollo infantil puede dar lugar a dificultades en la vida emocional y sexual en la edad adulta.

La resolución adecuada del complejo de Edipo implica que el niño internaliza normas sociales y morales a través de la identificación con el progenitor del mismo sexo. Esta identificación facilita la formación de la identidad de género, el desarrollo del superego y la internalización de valores y roles relacionados con el amor y el compromiso. Sin embargo, una resolución inadecuada puede resultar en la formación de conflictos emocionales no resueltos y la persistencia de deseos incestuosos o rivalidad con los padres. La resolución inadecuada del Edipo puede generar conflictos emocionales en la vida adulta, afectando negativamente las relaciones afectivas.

Las personas pueden tener dificultades para establecer relaciones emocionalmente saludables, ya que los sentimientos no resueltos hacia los padres pueden influir en cómo se perciben y se relacionan con parejas románticas. Pueden buscar de manera inconsciente a parejas que encarnen características de los padres, perpetuando patrones de rivalidad o deseo incestuoso. Las dificultades para desarrollar una identidad de género sólida y una imagen positiva de uno mismo pueden llevar a la insatisfacción sexual.

Las personas pueden experimentar dificultades para sentirse cómodas con su cuerpo y su sexualidad, lo que puede afectar negativamente la conexión emocional y física con las parejas. Todo esto puede llevar a patrones de cambio constante de pareja. Las personas pueden buscar continuamente la satisfacción emocional y el apego que no pueden experimentar en la infancia

debido a una resolución inadecuada del Edipo. Este ciclo puede resultar en relaciones fugaces y poco profundas, ya que la dificultad para establecer compromisos duraderos se mantiene.

Desde otro punto de vista, la insatisfacción sexual puede surgir debido a la falta de conexión emocional ya la dificultad para experimentar la intimidad. Las personas con resolución inadecuada del complejo de Edipo pueden tener dificultades para relajarse y disfrutar de la experiencia sexual debido a conflictos internos y ansiedades no resueltas. Esto puede llevar a cabo una búsqueda constante de novedad y variedad sexual en un intento de llenar el vacío emocional, (Valdez et al, 2007).

En otro estudio llevado a cabo por Sánchez Aragón, R. & Díaz Loving, R, (2002) en Chile, denominado “Autoestima y defensividad. ¿Los ingredientes de la interacción saludable con la pareja?”, se analiza desde el punto de vista de la teoría del apego, cómo es que sucede este hecho que hay personas que cambian constantemente de parejas afectivas, a pesar de sostener de manera consciente que quieren una relación estable y duradera.

Desde la perspectiva de la teoría del apego, desarrollada por John Bowlby, los patrones de apego temprano con las figuras de cuidado influyen en la forma en que las personas se relacionan en la edad adulta. Los individuos que experimentaron un apego inseguro, como el apego evitativo o el apego ansioso, pueden tener dificultades para confiar y comprometerse en relaciones afectivas. Por ejemplo, una persona con un patrón de apego evitativo puede haber aprendido a suprimir sus necesidades emocionales y a depender solo de sí misma para obtener apoyo. Esto podría llevar a evitar relaciones cercanas, ya que temen ser vulnerables y depender de alguien más. Por otro lado, alguien con un patrón de apego ansioso puede tener miedo constante al abandono, lo que podría resultar en un ciclo de buscar desesperadamente la cercanía, pero luego sentirse abrumado y desechar la relación.

Alguien con un patrón de apego evitativo suele evitar la intimidad emocional y buscar emociones intensas y diversas, centrándose en el componente erótico, como una distracción de la cercanía emocional. Cuando la relación se vuelve demasiado íntima, podrían sentir la necesidad de buscar nuevas emociones en lugar de enfrentar sus propios miedos de la intimidad.

En este sentido, la explicación de los fracasos constantes con parejas actuales no hay que buscarla en el presente, sino en el pasado. Los problemas no resueltos del pasado pueden influir en las relaciones presentes a través de la repetición de patrones inconscientes. Las experiencias traumáticas o conflictivas no abordadas en el pasado pueden seguir afectando el comportamiento y las decisiones de una persona en el presente.

Las relaciones pueden convertirse en un campo de juego para revivir y tratar de resolver esos problemas. Las experiencias traumáticas infantiles suelen generar miedos al abandono o la intimidad, lo que a su vez influye en la elección de parejas y en la forma en que se comportan en las relaciones. La incapacidad de confiar y abrirse emocionalmente desemboca irremediabilmente en la situación que las relaciones actuales se vuelvan inestables y poco satisfactorias.

Un apego inadecuado está íntimamente asociado a expectativas poco realistas del ser amado. En la infancia la madre se ausentaba y no volvía, el niño esperaba que la madre vuelva y esto no sucedía, por tanto, el ser amado se ha ligado de manera permanente a una expectativa irreal. Las expectativas poco realistas que el individuo tiene de la pareja suelen estar enraizadas en deseos inconscientes y fantasías que pueden no tener una base sólida en la realidad. Estas expectativas manifiestan las necesidades emocionales no satisfechas en la infancia dando lugar a procesos de idealización, los cuales de por sí, están siempre condenados al fracaso. Las personas pueden proyectar sus deseos no cumplidos en sus parejas y esperar que estas cumplan esas expectativas, como esto no sucede, la solución obvia es la ruptura afectiva.

El individuo que ha fracasado en lograr un apego seguro en la infancia queda mutilado en su capacidad de generar nuevas formas constructivas de relación afectiva. Esto se conoce como una falta de Autodescubrimiento. Dicha falencia está relacionada con la falta de reflexión y autoconciencia sobre las propias necesidades, valores y deseos. La falta de comprensión de uno mismo puede llevar a la toma de decisiones impulsivas o a la búsqueda de relaciones que no sean compatibles con quien realmente se es. Si alguien no comprende sus propias necesidades emocionales y cómo satisfacerlas, es más probable que busque relaciones que no sean compatibles con sus patrones de apego. La frustración temprana configura el rasgo de falta de

habilidades de resolución de conflictos. Esta limitación suele estar relacionada con la forma en que una persona ha aprendido a lidiar con la confrontación y la adversidad en su pasado.

Experiencias tempranas de conflicto no resuelto o de falta de modelos de resolución de problemas pueden afectar la forma en que se enfrentan los desafíos en las relaciones. Alguien que creció en un hogar donde el conflicto se evitaba constantemente puede actualmente carecer de las habilidades necesarias para enfrentar y resolver problemas en sus relaciones. En este sentido, dicha persona está repitiendo el patrón de evitación de conflictos que aprendió en la infancia, lo que generalmente lleva a la acumulación de problemas no resueltos y, finalmente, a la inestabilidad de la relación. La persona con un apego inseguro teme a la confrontación debido a su miedo al abandono, mientras que alguien con un patrón de apego evitativo podría evitar el conflicto para mantener la distancia emocional. Estas estrategias disfuncionales de abordar los problemas llevan irremediabilmente al enrarecimiento de la relación afectiva, presagiando una ruptura consecuente, (Sánchez & Díaz, 2002).

CAPÍTULO IV
DISEÑO
METODOLÓGICO

4. METODOLOGÍA

4.1. ÁREA DE LA PSICOLOGÍA EN LA QUE SE ENMARCA EL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

La investigación presentada en este documento, la cual va a determinar el perfil psicológico de las personas que no tienen parejas amorosas estables, pertenece al Área de la Psicología Clínica, ya que estudia los rasgos psicológicos de los individuos correspondientes a este grupo. En esta investigación se realiza un diagnóstico de diferentes variables que juntas permiten elaborar el perfil psicológico.

“La psicología Clínica y de la Salud es la disciplina o el campo de especialización de la Psicología que aplica los principios, las técnicas y los conocimientos científicos desarrollados por ésta para evaluar, diagnosticar, explicar, tratar, modificar y prevenir las anomalías o los trastornos mentales o cualquier otro comportamiento relevante para los procesos de la salud y la enfermedad en los distintos y variados contextos en que estos pueden tener lugar” Definición dada por el COP “Perfiles profesionales del Psicólogo” (Ruiz, 2012; 34).

4.2. TIPIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Para tipificar la investigación se recurre a tomar en cuenta una serie de indicadores que permiten caracterizar al estudio realizado.

En primer lugar, podemos indicar que el diseño de investigación utilizado corresponde a un estudio **exploratorio**, ya que en la ciudad de Tarija no se ha encontrado investigaciones sobre el perfil psicológico de personas con relaciones amorosas inestables.

La investigación exploratoria *“es un tipo de investigación utilizada para estudiar un problema que no está claramente definido, por lo que se lleva a cabo para comprenderlo mejor, pero sin proporcionar resultados concluyentes. Aunque la investigación exploratoria es una técnica muy flexible, comparada con otros tipos de estudio, implica que el investigador esté dispuesto a correr riesgos, ser paciente y receptivo. Suele llevarse a cabo cuando el problema se encuentra*

en una fase preliminar. A menudo, se le llama enfoque de teoría fundamentada o investigación interpretativa, ya que se utiliza para responder las preguntas qué, por qué y cómo” (Chiner, 2005: 8). El estudio exploratorio no se basa en criterios estadísticos rigurosos ya que no se toma el 10% de la población definida.

Por otra parte, la investigación realizada es de tipo **descriptivo**, ya que a través de las variables identificadas en los objetivos se describe y evalúa ciertas características del fenómeno de estudio, sin entrar a consideraciones causales. Los métodos descriptivos *“simplemente proporcionan información sobre opiniones, hechos, fenómenos, actitudes, etc. Su finalidad es describir la situación prevaleciente de un fenómeno en el momento de realizarse el estudio. Utilizan básicamente la estadística descriptiva para el análisis de los datos. Los diseños mediante encuestas son un claro ejemplo de una investigación descriptiva” (Chiner, 2005: 10).*

Tomando en cuenta la información que aporta esta tesis, se la puede calificar como de tipo **Teórico**, puesto que el fin elemental de la misma es proporcionar información y tratar de absolver dudas científicas. Puntualmente se pretende conocer el perfil psicológico de las personas que no tienen parejas amorosas estables. La investigación pura o teórica, *“corresponde al tipo de investigación según el objeto. El propósito de la investigación teórica es mejorar las bases del conocimiento científico, así como mejorar el conocimiento humano antes de los fenómenos o los comportamientos. La investigación teórica no pretende absolver problemas prácticos o concretos, sino comprenderlos, prevenirlos y dar las bases de su control. La investigación teórica emplea el análisis lógico para identificar los elementos fundamentales y la inducción para alcanzar síntesis predictivas” (Ruiz, 2012: 37).*

Si se toma en cuenta el tratamiento de los datos se puede indicar que el estudio realizado es de tipo **cuantitativo**. Todos los tests empleados son de naturaleza estadística y los resultados se las presenta básicamente de forma numérica, empleando medidas de tendencia central, tablas cruzadas y porcentajes. Asimismo, la aceptación o rechazo de las hipótesis se basa en criterios proporcionales. La metodología cuantitativa consiste en *“la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, y confía*

en la medición numérica, el conteo y frecuentemente el uso de estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población” (Ruiz, 2012: 38).

Finalmente, según el tiempo de recojo de los datos y la estrategia para seleccionar la muestra, la investigación realizada corresponde al tipo **transversal** puesto que la misma se realizó en un grupo de distintos sujetos y no se realizó un seguimiento exhaustivo de una o pocas unidades de estudio. *“Los estudios transversales realizan el levantamiento de datos en un corto tiempo y en una muestra seleccionada según criterios estadísticos, respetando la estratificación y la heterogeneidad. Este tipo de estudio también se conoce como estudio de corte transversal, estudio transversal y estudio de prevalencia” (Chiner, 2005: 11).*

4.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

4.3.1. POBLACIÓN

La población está constituida por todas las personas que no tienen parejas amorosas estables, de la ciudad de Tarija.

Al no existir una fuente documental a través de la cual se pueda identificar a las personas que no tienen parejas afectivas estables, se considera el número de la población indeterminado.

VARIABLES DE INCLUSIÓN:

- Personas que viven en la ciudad de Tarija.
- Edad entre 20 y 30 años.
- Estado civil: solteros (situación de noviazgo).
- No tienen parejas amorosas estables (dieron en la Escala de Actitudes hacia el Compromiso en la Relación de Pareja de Donald Broadbent, un puntaje de total de 12 a 24 que corresponde a la categoría: “Actitud hacia el cambio muy frecuentemente de pareja”).

Variables de exclusión:

- Personas que no viven en la ciudad de Tarija.
- Edad menor a 20 años y mayor a 30 años.
- Estado civil: casados (o que no han tenido ninguna experiencia de noviazgo).
- Personas que tienen una actitud favorable a las relaciones de pareja estables (puntaje mayor de 24 en la Escala de Actitudes hacia el Compromiso en la Relación de Pareja de Donald Broadbent).

Variables sociodemográficas:

- Sexo: Hombres y mujeres.
- Edad: 20 – 23 años; 24 – 27 años; 28 – 30 años.
- Nivel educativo: bachiller; universitario; profesional.

4.3.2. MUESTRA

La muestra seleccionada para esta investigación estuvo compuesta por 85 personas con relaciones amorosas inestables en la ciudad de Tarija. Al ser un estudio exploratorio no se pudo calcular el número de la muestra de manera más precisa mediante una fórmula. El tipo de muestreo que se utilizó para esta investigación corresponde a las muestras no probabilísticas de tipo intencional, ya que se tomó en cuenta a los individuos que cumplen con los requisitos especificados en las variables de selección y que voluntariamente manifestaron el deseo de participar en la investigación. *“Las muestras no probabilísticas, también llamadas muestras dirigidas, suponen un procedimiento de selección orientado por las características de la investigación, más que por un criterio estadístico de generalización”* (Hernández Sampieri et al, 2014: 109).

4.4. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

4.4.1. MÉTODOS

En esta investigación los métodos que se emplearon son los siguientes.

Método analítico: El primer método seleccionado para esta investigación es el método analítico. Según Hernández Sampieri (2014: 112), “*el método analítico se caracteriza por descomponer un problema o fenómeno en sus componentes fundamentales para comprenderlos en detalle*”. En el contexto de este estudio, el análisis permitirá desglosar los aspectos psicológicos de las personas que no tienen parejas amorosas estables en la ciudad de Tarija. La pertinencia de este método radica en su capacidad para examinar en profundidad las variables psicológicas subyacentes que pueden contribuir a la falta de estabilidad en las relaciones amorosas. Al descomponer y analizar la dependencia emocional, la intimidad deseada, el nivel de celos y la satisfacción sexual en las parejas, el método analítico ayudará a identificar patrones y relaciones que influyen en la falta de estabilidad en las relaciones amorosas. Además, permitirá establecer conexiones entre estas variables y, posiblemente, revelar factores psicológicos clave que contribuyen a la falta de parejas amorosas estables en esta población específica.

Método deductivo: El segundo método elegido para esta investigación es el deductivo, siguiendo las directrices metodológicas de Hernández Sampieri (2014: 115). “*El enfoque deductivo implica la formulación de hipótesis basada en teorías existentes y la posterior comprobación de estas hipótesis a través de la recopilación y análisis de datos*”. En este estudio, el método deductivo es de gran pertinencia, ya que permite establecer conexiones entre las teorías psicológicas existentes sobre la dependencia emocional, la intimidad deseada, el nivel de celos y la satisfacción sexual en las parejas, y los resultados observados en la población de Tarija que no tiene parejas amorosas estables. Esto facilitará la confirmación o refutación de las suposiciones teóricas y proporcionará una base sólida para las conclusiones del estudio.

El enfoque deductivo implica que se parte de las teorías existentes sobre la dependencia emocional, la intimidad deseada, el nivel de celos y la satisfacción sexual en las parejas para

formular hipótesis específicas que son las que guían la investigación. Estas hipótesis se someterán a prueba a través de la recopilación de datos en la ciudad de Tarija, lo que implicará la aplicación de instrumentos para medir el comportamiento en el contexto natural de las personas que no tienen parejas amorosas estables. Posteriormente, se analizarán los datos recopilados para evaluar si las hipótesis se confirman o refutan.

Método de campo o naturalista participante: El tercer método seleccionado para esta investigación es el método naturalista o de campo, en conformidad con las recomendaciones metodológicas de Hernández Sampieri (2014: 116). Este método se caracteriza por *“involucrarse en la observación y el estudio directo de un fenómeno en su entorno natural, sin intervenir artificialmente en la situación estudiada”*. En el marco de este estudio, se justifica la pertinencia del método naturalista debido a la necesidad de obtener información directa y de primera mano de los individuos de la muestra.

El método naturalista permite tener contacto cercano con la realidad cotidiana de estas personas y captar las dinámicas psicológicas en su contexto natural, lo que es esencial para una comprensión holística y contextualizada. Este procedimiento proporciona una visión genuina y detallada de las variables psicológicas clave, como la dependencia emocional, la intimidad deseada, el nivel de celos y la satisfacción sexual, y cómo se manifiestan en la vida diaria de estas personas. El método naturalista también facilita la identificación de factores situacionales y contextuales que pueden influir en el perfil psicológico de esta población en Tarija. Al observar y estudiar el entorno particular de cada individuo (variables socio demográficas), se podrán comprender mejor las influencias externas que contribuyen a su situación. Esta comprensión contextualizada es fundamental para el desarrollo de recomendaciones y estrategias de intervención que sean efectivas y culturalmente sensibles.

Método de los tests psicológicos estandarizados: Los datos fueron recabados empleando tests estandarizados, pues todos los instrumentos elegidos son escalas baremadas y normalizadas para poblaciones afines a las que se consideró en esta investigación. Un test estandarizado *“es una prueba que ha sido normalizada; es decir que esta ha sido probada en una población con distribución normal para la característica a estudiar, puesto que un test estandarizado es una*

herramienta empleada por diversas áreas de estudio. En el proceso de estandarización se determinan las normas para su aplicación e interpretación de resultados, es así que para la aplicación de una prueba debe hacerse bajo ciertas condiciones, las cuales deben cumplir, tanto quienes la aplican, como a quienes se les aplica” (Hernández Sampieri et al, 2014: 117).

4.4.2. TÉCNICAS

Para cumplir los objetivos de la presente investigación se emplearon las siguientes técnicas:

Técnica de los test psicométricos: En esta investigación, se emplea la técnica de los test psicométricos o estandarizados como una herramienta fundamental para la recopilación de datos. Según Hernández Sampieri (2014: 81), los test psicométricos *“son instrumentos diseñados para medir y evaluar constructos psicológicos específicos de manera objetiva y estandarizada”*. La elección de esta técnica se justifica por su capacidad para cuantificar de manera numérica y objetiva variables complejas, como la dependencia emocional, la intimidad deseada, el nivel de celos y la satisfacción sexual, en una forma que permite comparaciones confiables entre diferentes individuos de la población de estudio. Los test psicométricos cuentan con una larga tradición en la psicología y la investigación social debido a su confiabilidad y validez en la medición de constructos psicológicos. En esta investigación, todas las pruebas empleadas han sido validadas previamente para medir las variables de interés, asegurando así la confiabilidad de los resultados, reduciendo la posibilidad de sesgos subjetivos en la recopilación de datos y posibilitando un análisis estadístico más riguroso.

Técnica de la Escala: En esta investigación, se emplean la técnica de las escalas psicométricas, que incluyen la "Escala de intimidad deseada en las relaciones" desarrollada por Schaefer y Olson en 1981, la "Escala interpersonal de celos" de Mathes y Severa en 1992, y la " Nueva Escala de satisfacción sexual (NSSS)" propuesta por Stulhofer, Busko y Brouillard en 2010. Las escalas *“son instrumentos estandarizados diseñados para medir de manera cuantitativa las actitudes, percepciones o características de los participantes en relación con un fenómeno específico.(...) Se caracterizan porque los sujetos han de responder eligiendo, sobre una escala de categorías graduada y ordenada, aquella categoría que mejor represente su posición respecto a aquello que se está midiendo, no hay respuestas correctas o incorrectas, y la*

puntuación total es la suma de las puntuaciones asignadas a las categorías elegidas por los sujetos” (Hernández Sampieri, 2014: 87). La elección de estas escalas se justifica por su capacidad para proporcionar medidas precisas y estandarizadas de las diferentes variables.

4.4.3. INSTRUMENTOS

En el siguiente cuadro se detallan los diferentes instrumentos que van a ser utilizados en la investigación, en función a los métodos y técnicas:

OBJETIVOS	MÉTODOS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
Dependencia emocional	Test psicológicos	Cuestionario	Cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006).
Intimidad deseada	Test psicológicos	Escala	Escala de intimidad deseada en las relaciones de Schaefer y Olson (1981)
Celos	Test psicológicos	Escala	Escala interpersonal de celos de Mathes y Severa (1992).
Satisfacción sexual	Test psicológicos	Escala	Nueva Escala de satisfacción sexual NSSS (Stulhofer, A.; Busko, V.; & Brouillard, P. 2010)

A continuación, se describirá la ficha técnica de cada uno de los instrumentos que se emplearon en la presente investigación:

4.4.3.1. CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

Autor: Lemos y Londoño (2006). Estandarización peruana realizada por Brito Larrea, Vanessa y Gonzales Chávez, Erika (2016).

Objetivo: Evaluar el grado de dependencia emocional en la relación de pareja.

Técnica: Cuestionario.

Historia de creación y baremación: El Cuestionario de Dependencia Emocional fue creado en Colombia por Lemos y Londoño el año 1999 y fue perfeccionado a través de diferentes versiones. En esta tesis se emplea la Estandarización peruana realizada por Brito Larrea, Vanessa y Gonzales Chávez, Erika (2016).

El presente cuestionario tiene el objetivo de evaluar el grado de dependencia emocional en la relación de pareja, a través de 6 factores, que son:

1. Ansiedad por separación: Miedo que se genera ante la posible ruptura de la relación
2. Expresión afectiva: Necesidad constante de recibir afecto por parte de la pareja, para sentir una reafirmación de amor, por lo tanto, disminuye la sensación de inseguridad.
3. Modificación de planes: Cambio en planes o actividades para satisfacer necesidades de la pareja.
4. Miedo a la soledad: Temor por no tener pareja o no ser amado
5. Expresión límite: La ruptura de la relación llevará al sujeto a que realice acciones impulsivas de autoagresión, al no poder enfrentar la soledad y perder el sentido de la vida.
6. Búsqueda de atención: Ser el centro de atención de la pareja para poder asegurar la permanencia dentro de la relación, y en muchos casos, optar por un rol de sumisión si así lo pide la pareja.

En la adaptación peruana las dimensiones han sido reducidas a 4:

- Ansiedad por separación. Ítems: 8,15,16,7,2,13,17,14.
- Expresión afectiva de la pareja. Ítems: 21,20,6,23,22,9.

- Modificación de planes. Ítems: 5,3,4,11,12
- Miedo a la soledad. Ítems: 18,19,10,1.

Confiabilidad y validez: El alfa total de la escala fue de 0.950. Al realizar el análisis de confiabilidad de las subescalas se encontraron alfas aceptables de manera individual y por separado. La validez del instrumento se determinó comparando el mismo con escalas aceptadas como estables y probadas para el efecto; el análisis factorial confirmatorio alcanzó un puntaje superior a 0.7 y la prueba de esfericidad de Bartlett estuvo por debajo de 0.05, validando el procedimiento del análisis factorial (KMO = 0,954; Bartlett p = 0.000). El índice de correlación para los ítems fue de 0.950, con un 55.46% de varianza total explicada para los diferentes componentes. En base a estos datos se puede indicar que la escala consta con la validez y confiabilidad necesaria para ser aplicada con idoneidad en base a los propósitos expresados por los autores.

Procedimiento de aplicación y calificación: Su ámbito de aplicación es de 16 a 55 años, puede ser autoaplicado o heteroaplicado. Consta de 23 ítems en donde la persona tiene que responder según como se identifique con opciones de respuesta, 1 completamente falso de mí, 2 mayor parte falso de mí, 3 ligeramente más verdadero que falso, 4 moderadamente verdadero de mí, 5 mayor parte verdadero de mí, 6 me describe perfectamente.

Para obtener la puntuación total y su respectiva interpretación, se sumarán todas las respuestas, tanto por áreas como de manera general, y la puntuación directa, se la transforma a rangos percentilares, según el siguiente baremo:

Puntuación directa general	Rango percentilar	Escala
110 - 138	76 - 100	Dependencia emocional ALTA.
53 - 109	26 - 75	Dependencia emocional MEDIA.
23 - 52	0 - 25	Dependencia emocional BAJA.

Fuente: Brito Larrea, Vanessa y Gonzales Chávez, Erika (2016). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo

4.4.3.2. ESCALA DE INTIMIDAD DESEADA EN LAS RELACIONES

Autor: Schaefer y Olson (1981)

Objetivo: Medir el nivel de intimidad deseado por una persona en una relación íntima.

Técnica: Cuestionario.

Historia de creación y baremación: El Cuestionario de Evaluación Personal de Intimidad en las Relaciones (PAIR por sus siglas en inglés) fue creado en Estados Unidos por los consejeros Robert Schaefer y James Olson de la Universidad de Minnesota (1981) desarrollaron para medir la percepción y experiencia de la intimidad en una relación considerando dos componentes. El objetivo del cuestionario era evaluar las necesidades y deseos de intimidad en las relaciones interpersonales, y se basó en investigaciones previas que sugerían que las personas tienen diferentes niveles de necesidad de intimidad, y que estas diferencias pueden afectar el bienestar emocional y la satisfacción en las relaciones. Para su validación la escala fue traducida al español por traductores bilingües y posteriormente volvió a traducirse al inglés, para corroborar la equivalencia de la escala entre ambos idiomas. El uso y la adaptación de dicho instrumento se la realizó en diversos países de habla hispana con la autorización de los autores originales, demostrando consistencia y solidez en los datos arrojados. El cuestionario de intimidad deseado de Schaefer y Olson ha sido ampliamente utilizado en la investigación sobre relaciones interpersonales y ha sido adaptado y convertido a varios idiomas.

Confiabilidad y validez: El cuestionario de intimidad deseado de Schaefer y Olson ha demostrado tener una buena fiabilidad y validez en la investigación psicológica.

En cuanto a la confiabilidad, varios estudios han encontrado que el cuestionario tiene una alta fiabilidad interna, con un coeficiente alfa de Cronbach que varía entre 0,86 y 0,93, lo que significa que las diferentes preguntas del cuestionario miden de manera consistente la misma construcción o variable de interés. Además, se ha demostrado que el cuestionario tiene una buena estabilidad temporal, lo que significa que las respuestas de una persona a lo largo del tiempo son consistentes.

En cuanto a la validez, el cuestionario de intimidad deseado ha demostrado tener una buena validez de constructo, con un índice de correlación de Pearson promedio de 0.81 para todas las subescalas, lo que significa que las preguntas del cuestionario miden de manera efectiva el constructor de intimidad deseado. También se ha encontrado que las pruebas en el cuestionario están relacionadas con otras variables relevantes para la intimidad, como la satisfacción en las relaciones, la comunicación y la empatía.

En general, el cuestionario de intimidad deseado de Schaefer y Olson es considerado una herramienta válida y confiable para medir las necesidades de intimidad en las relaciones interpersonales.

Procedimiento de aplicación y calificación: El cuestionario registra las respuestas del evaluado en base a una escala Likert de 5 puntos, donde: 0 Totalmente en desacuerdo; 1 En desacuerdo; 2 A medias entre acuerdo y desacuerdo; 3 De acuerdo; 4 Totalmente de acuerdo. El tiempo de aplicación es aproximadamente de 10 minutos. El cuestionario posee tres subescalas que evalúan el deseo de estar cerca, de tener la posibilidad de compartir experiencias positivas con la pareja, éstas corresponden a las dimensiones de intimidad integral, intimidad sexual e intimidad social. Las dos subescalas restantes evalúan aspectos que las parejas desearían no tener en su intimidad, evalúan el sentido negativo del constructo: aislamiento afectivo y empatía negativa.

Para calificar se suman los puntajes de los reactivos en cada factor y se analizan en forma independiente para obtener un perfil que mostrará el nivel en de intimidad que la persona espera en su relación de pareja, los puntajes altos muestran la fuerza con la que se desea cada dimensión; los rangos se prorratan en tres niveles: alto, medio y bajo. Para calificar las dos subescalas negativas se invierten los puntajes de los reactivos.

DIMENSIÓN	REACTIVOS	RANGO DE LA SUBESCALA
Intimidad emocional	1, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 18, 19, 23, 24, 29, 34, 35, 36	0-84
Intimidad sexual	21, 27, 33	0-12
Intimidad social	2, 14, 20	0-16
Aislamiento afectivo	16, 25, 31	0-12
Empatía negativa	22, 28, 30, 32	0-16

Schaefer y Olson (1981) Disponible en: <https://ri.ujat.mx/bitstream/20.500.12107/3118/1/19-Escalas-De-Evaluacion-Psicologica.pdf>

En el cálculo general, los puntajes oscilan entre 0 y 144, cuyos rangos tienen los siguientes puntos de corte: Deseo bajo de intimidad (0-48); deseo medio de intimidad (49-96) y deseo alto de intimidad (97-144).

4.4.3.3. ESCALA INTERPERSONAL DE CELOS

Autor: Mathes y Severa (1992). Adaptación colombiana de: Martínez, Mathes, Avendaño, Peña & Sierra (2018).

Objetivo: Evaluar los celos en la relación de pareja.

Técnica: Escala.

Historia de creación y baremación: La escala interpersonal de celos fue creada por Mathes y Severa (1992) y adaptada al contexto hispano (Colombia) por Martínez, Mathes, Avendaño, Peña & Sierra (2018). El objetivo de la escala es evaluar la emoción negativa resultante de una actual o amenazante pérdida del ser amado por un rival. La escala fue validada con una muestra colombiana de 603 jóvenes y adultos (59 % mujeres y 41 % hombres). La escala se estructura en base a 3 dimensiones:

Celos pasionales: También conocidos como celos románticos o celos amorosos, son un tipo de sentimiento intenso y conflictivo que puede surgir en las relaciones amorosas o sentimentales; Estos celos están estrechamente relacionados con el miedo a perder al ser amado o a ser alcanzado por alguien más. Son una mezcla compleja de emociones, como el amor, el temor, la inseguridad, la ansiedad y la posesividad.

Celos obsesivos: Son una forma extrema de celos que implican pensamientos, sentimientos y comportamientos compulsivos e intrusivos relacionados con la creencia irracional de que la pareja está siendo infiel o es inadecuada. Las personas que experimentan celos obsesivos suelen tener una obsesión constante con la idea de que su pareja les está engañando o traicionando de alguna manera.

Celos delirantes: También conocidos como celotipia o síndrome de Otelo, son una forma extrema y patológica de celos en la que una persona tiene creencias delirantes persistentes e infundadas de que su pareja está siéndoles infiel, a pesar de la falta de pruebas o evidencias reales que lo respalden. En otras palabras, la persona celotípica tiene una firme convicción de

que su pareja le es infiel, incluso cuando no hay razones lógicas o racionales para sostener esa creencia.

Confiabilidad y validez: Se estableció la validez basada en la estructura interna mediante la correlación con el cuestionario Multidimensional de Celos, adaptado por Díaz, Rivera y Flores (1989), obteniéndose un índice de 0.75, lo cual significa que la escala tiene una validez aceptable. La correlación parcial de las diferentes escalas se las obtuvo en el modelo original un $\chi^2/gl=3.42$, $GFI=.74$, $RMSEA=.075$, $CFI=.78$ y $TLI=.77$, se obtuvo índices $\chi^2/gl=3.06$, $GFI=.76$, $RMSEA=.070$, $CFI=.81$ y $TLI=.80$, de ajuste aceptable, con cargas factoriales sobre el .30, y ausencia de multicolinealidad.

Se estimó la confiabilidad mediante el método de consistencia interna, se reportó el coeficiente general de Alfa de Cronbach, de 0.88. En celos pasionales, de .90 en obsesivos, de .78 para delirantes, Todos ellos se consideran valores de criterio aceptable.

Procedimiento de aplicación y calificación: La escala está compuesta por 19 ítems ordenados en tres dimensiones:

- Celos pasionales. Ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7.
- Celos obsesivos. Ítems: 8, 9, 10.
- Celos delirantes. Ítems: 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19.

Cada ítem debe ser respondido en base a una escala de cinco opciones:

- Nunca / Casi nunca (menos del 20%).
- Pocas veces (Entre el 20% y el 40% de las ocasiones).
- Algunas veces (Entre el 41% y el 60% de las ocasiones).
- Con frecuencia (Entre el 61% y el 80% de las ocasiones).
- Casi siempre (más del 80% de las ocasiones).

La escala es aplicable a personas mayores de 16 años. Puede ser respondida de manera individual o grupal. No tiene límite de tiempo.

La calificación se realiza mediante la sumatoria de los valores asignados a cada ítem. Se puede obtener un puntaje general y por dimensiones.

Los valores máximo y mínimo de la escala general son 95 y 19. A mayor puntaje mayor presencia de celos.

Los puntajes se agrupan en 3 niveles:

- BAJO: 19 -44
- MEDIO: 45 – 69
- ALTO: 70 –95

4.4.3.4. NUEVA ESCALA DE SATISFACCIÓN SEXUAL (NSSS).

Autor: Stulhofer A., Busko V., Brouillard P, (2010)

Objetivo: Evaluar grado de satisfacción sexual.

Técnica: Escala.

Historia de creación y baremación: La escala fue creada por Stulhofer A., Busko V., Brouillard P, (2004) en EEUU, con el nombre original de New sexual satisfaction scale y publicada en The Journal of Sex Research. De dicha escala se realizaron numerosas versiones, la que se emplea en esta tesis es la publicada en el año 2010 y que fue adaptada al idioma español por Navarro, B. y col, (2010) y disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1699-695X2010000300002&script=sci_arttext&tlng=en.

La escala está estructurada en base a estas dimensiones:

- Sensaciones sexuales: Se dan en base a la presencia o ausencia del placer. ÍTEMS: 2, 3, 6 y 10
- Conciencia sexual: Conocido también como conocimiento sexual o la capacidad para mantener el foco de atención en las sensaciones sexuales y erótica, idóneo para tener una sensación de intensidad sexual. ÍTEMS: 4, 13, 14 y 17
- Intercambio sexual: Reciprocidad al momento de tener un contacto sexual, por lo tanto, el dar y recibir atención y placer sexual va a definir si existe una satisfacción sexual positiva o negativa. ÍTEMS: 7, 11, 12 y 16.
- Apego emocional: Generar un vínculo emocional fuerte e íntimo que permita que el interés sexual se mantenga a largo plazo. Se asocia la cercanía emocional, confianza. ÍTEMS: 5, 8, 15 y 18.
- Actividades sexuales: Frecuencia, duración, variedad e intensidad de las experiencias sexuales dentro de la pareja. ÍTEMS: 1, 9, 19 y 20

Confiabilidad y validez: La escala de satisfacción sexual muestra una confiabilidad de 0,93 en relación al Alpha de Cronbach. La fiabilidad determinada en la investigación fue ($\alpha = 0.94-0.96$)

Procedimiento de aplicación y calificación: La escala consta de 20 ítems, los cuales están distribuidos en 5 dimensiones específicas, que son: sensaciones sexuales, conciencia sexual, intercambio sexual, apego emocional, actividad sexual, su ámbito de aplicación es de 18 años en adelante, puede ser auto aplicado o hetero aplicado.

Interpretación y calificación: Cada pregunta se encuentra valorada en una escala de 1 a 5, en donde 1 equivale a nada satisfecho, 2 poco satisfecho, 3 satisfecho, 4 muy satisfecho y 5 extremadamente satisfecho, se evaluarán las relaciones sexuales a partir de los últimos 6 meses. Para obtener la puntuación total, se sumarán todas las respuestas, identificando los grados de satisfacción sexual, que son:

- Nada satisfecho (20 a 35 puntos)
- Poco Satisfecho (36 a 51 puntos)
- Medianamente satisfecho (52 a 67 puntos)
- Satisfecho (68 a 83 puntos)
- Muy satisfecho (84 a 100 puntos)

4.5. PROCEDIMIENTO

A continuación, se detallan las fases o etapas a través de las cuales se desarrolló la presente investigación:

Fase 1. Revisión Bibliográfica y elaboración del proyecto de investigación: Esta fase de investigación corresponde a la revisión del material bibliográfico, realizándose la búsqueda y obtención de la información necesaria, en libros, revistas de psicología y páginas web en relación a los conceptos requeridos para la elaboración del proyecto. Así mismo se consultó todas las investigaciones disponibles sobre el tema para construir un sólido marco teórico que permite interpretar los resultados obtenidos y elaborar las conclusiones. Aunque no se adoptó

una corriente psicológica específica, se abordaron las teorías pertinentes relacionadas con cada uno de los instrumentos empleados en el estudio. Esta fase es esencial para establecer una base sólida de conocimiento y comprender las dimensiones psicológicas que se exploraran a lo largo de la investigación. Para el cumplimiento de la misma se revisaron tanto fuentes clásicas como contemporáneas relacionadas con la dependencia emocional, la intimidad deseada en las relaciones de pareja, el nivel de celos y la satisfacción sexual. Este proceso permitió contextualizar el estudio dentro del marco teórico actual, garantizando así la pertinencia y relevancia de la investigación.

Fase 2. Selección de instrumentos: En la segunda fase de este proyecto de investigación, se procedió a la selección de los instrumentos que fueron empleados para recopilar los datos relevantes y medir las variables de interés. Los instrumentos elegidos para esta investigación son:

- "Cuestionario de Dependencia Emocional" de Lemos y Londoño (2006),
- "Escala de Intimidad Deseada en las Relaciones" de Schaefer y Olson (1981).
- "Escala Interpersonal de Celos" de Mathes y Severa (1992).
- "Nueva Escala de Satisfacción Sexual (NSSS)" propuesta por Stulhofer, Busko y Brouillard (2010).

La elección de estos instrumentos se basó en su relevancia teórica y en su capacidad para evaluar de manera precisa las dimensiones psicológicas que se investigarán en la población definida.

Cada instrumento fue seleccionado cuidadosamente debido a su validez y confiabilidad en estudios previos, lo que garantiza que las mediciones obtenidas sean sólidas y coherentes con los objetivos de la investigación. Es importante aclarar que estos instrumentos proporcionarán datos cuantitativos y objetivos que permitirán un análisis riguroso de las variables de interés y contribuirán a la construcción del perfil psicológico de la población estudiada.

Fase 3. Prueba Piloto: En esta fase de la investigación, se llevó a cabo una prueba piloto con un grupo de 6 participantes seleccionados al azar, quienes presentaban características similares a las de la muestra objetivo. El propósito de esta prueba piloto fue evaluar la claridad y la

adecuación de los instrumentos de medición, así como identificar posibles problemas en la aplicación de los cuestionarios y escalas. Además, permitió evaluar la capacidad de respuesta de los participantes y la factibilidad de la logística de la recopilación de datos. Los resultados de la prueba piloto fueron fundamentales para realizar los ajustes necesarios en los instrumentos y garantizar la calidad y confiabilidad de la recolección de datos en la etapa principal de la investigación. Sobre todo, se verificó que todas las frases, expresiones y palabras eran comprensibles por las personas de la muestra, también se midió el tiempo promedio que cada instrumento tarda en ser respondido y se estableció el orden adecuado de aplicación de los mismos, así como el número de sesiones.

Fase 4. Selección de la muestra: En esta etapa, se realizó la selección de la muestra de participantes que conformaría el grupo meta de la investigación. La población de interés estuvo compuesta por individuos de la ciudad de Tarija que no mantenían relaciones amorosas estables. Dado que se trata de un estudio exploratorio no se empleó una fórmula de cálculo de muestra específica, además que el número de la población es desconocida, por lo cual no se puede aplicar una fórmula rigurosa. Por estas razones se recurrió a una muestra no probabilística de tipo intencional. En este proceso, se consideraron individuos que cumplieron con los criterios definidos en las variables de selección y que expresaron voluntariamente su deseo de participar en la investigación.

Esta selección intencional se basó en la premisa de que los participantes debían cumplir con las características específicas requeridas para el estudio, a fin de garantizar la significancia y coherencia de los datos. La cantidad final de participantes en la muestra fue de 85 individuos, una cifra determinada por la disponibilidad y voluntad de colaboración de los participantes seleccionados y que surgió después de la depuración de algunos casos que no cumplieron a cabalidad las exigencias de la investigación.

Fase 5. Recojo de información: En la quinta fase de esta investigación, se llevó a cabo el proceso de recolección de datos, que consistió en la aplicación de los instrumentos previamente seleccionados a los participantes de la muestra. El proceso de recolección de datos se llevó a cabo siguiendo un protocolo estandarizado y respetando las instrucciones específicas de cada

instrumento. Se realizó un total de cuatro sesiones de aplicación, una para cada instrumento, y se mantuvo el orden en el que fueron citados anteriormente. Cada sesión se llevó a cabo en un entorno tranquilo y adecuado para garantizar la comodidad y privacidad de los participantes, lo que contribuyó a la calidad de las respuestas obtenidas. Durante estas sesiones, se explicaron claramente los objetivos de la investigación, se aseguró la confidencialidad de los datos recopilados y se respondieron las preguntas que los participantes pudieron tener. Se alentó a los participantes a responder con sinceridad y aportar información precisa, lo que contribuyó a la calidad de los datos obtenidos.

Fase 6. Procesamiento de datos: En la sexta fase de esta investigación, se procedió al procesamiento de la información recopilada. Dado que todos los instrumentos utilizados en esta investigación eran de naturaleza numérica, la sistematización y análisis de los datos se llevó a cabo mediante el uso del software estadístico SPSS para Windows. El proceso de procesamiento de la información a grandes rasgos siguió el siguiente procedimiento:

Fase 7. Tabulación de datos: Se ingresaron los datos obtenidos de los cuestionarios y escala en una base de datos estructurada en el programa SPSS.

Mediante un comando del SPSS se procedió a analizar la no contradicción numérica de las respuestas (por ejemplo, que no hubiera respuestas que estuvieran fuera de la escala; o que hubiera respuestas claramente disímiles a preguntas que cuestionaban lo mismo).

Se va a realizar cálculos estadísticos básicos, como frecuencias, porcentajes, medias aritméticas, desviaciones estándar y medianas, según fuera necesario para cada variable de interés. Los datos van a ser expresados en porcentajes, frecuencias, cruzados de variables

Se llevaron a cabo análisis cruzados de variables para explorar relaciones y asociaciones entre las variables estudiadas, particularmente con las variables socio demográficas. Esto permitió identificar posibles patrones y tendencias en los datos.

Se realizaron pruebas de comparación de medias para evaluar las diferencias significativas entre grupos de participantes en relación con las variables de interés. Esto ayudó a determinar la relación entre una variable y otra.

Fase 8. Redacción del informe final: En la séptima y última fase de este proyecto de investigación, se procedió a la redacción del informe final, un documento que presenta de manera sistemática y detallada todos los hallazgos y resultados obtenidos a lo largo del estudio. Este informe final es esencial para comunicar de manera clara y coherente los hallazgos de la investigación a la comunidad científica y a cualquier otra parte interesada. El informe final se estructuró de acuerdo con las normas y pautas establecidas según el documento interno de la Carrera de Psicología, siguiendo una lógica de organización que incluyó los siguientes elementos: En dicho documento se incluye una revisión detallada de la literatura relacionada con los temas investigados. Esta revisión contextualizó el estudio dentro del marco teórico actual y proporcionó antecedentes y fundamentos teóricos necesarios para comprender los hallazgos.

Se describen en detalle los métodos utilizados en la investigación, incluyendo la selección de la muestra, los instrumentos de medición, el procedimiento de recolección de datos y el análisis estadístico. Proporcionando explicaciones claras de cómo se llevaron a cabo cada una de las fases previamente descritas.

En la sección principal, referida a los resultados, se presentan los datos recogidos de manera clara y ordenada. Se incluyeron tablas, gráficos y estadísticas descriptivas que resumieron los resultados obtenidos a través del procesamiento de la información. Se llevó a cabo un análisis detallado de los resultados, relacionando los datos con los objetivos específicos de la investigación. Se interpretaron los patrones y las tendencias identificadas en los resultados y se proporcionó una discusión basada en el marco teórico.

Los hallazgos principales se resumen en las conclusiones, destacando los resultados más relevantes y su implicación en el contexto de la problemática estudiada.

4.6. CRONOGRAMA

A continuación, se presentan todas las etapas por las que atravesó la investigación:

ACTIVIDAD	GESTIÓN 2023					GESTIÓN 2024									
	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	
Revisión Bibliográfica	X	X	X	X	X										
Prueba Piloto						X									
Selección de los instrumentos			X	X											
Selección de la Muestra							X								
Recojo de la información							X	X	X	X					
Procesamiento de la Información											X	X	X		
Redacción del informe final													X	X	

CAPÍTULO V
PRESENTACIÓN
ANÁLISIS DE LOS
RESULTADOS

5. PRESENTACIÓN ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

En el presente capítulo se enseña toda la información recogida mediante los cuatro instrumentos aplicados. Luego de su respectiva tabulación y procesamientos estadísticos a través del programa SPSS, se analizan los datos de las personas que tienen relaciones amorosas inestables de la ciudad de Tarija.

La información recabada se presenta siguiendo el orden de los objetivos específicos propuestos en esta investigación.

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS DE LA MUESTRA

CUADRO 1

SEXO

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	36	42,4 %
Femenino	49	57,6 %
Total	85	100,0 %

Los resultados del cuadro 1, representan la distribución entre sexo femenino y masculino siendo el sexo femenino (57,6%) y el sexo masculino (42,4%).

CUADRO 2

EDAD

Edad	Frecuencia	Porcentaje
20 – 23 años	44	51,8 %
24 – 27 años	40	47,1 %
28 – 30 años	1	1,2 %
Total	85	100,0 %

La mitad de la muestra pertenece al grupo de edad conformado por 44 sujetos de 20 a 23 años con un porcentaje significativo en la muestra (51,8%). El grupo de 24 a 27 años cuenta con 40 sujetos (47,1%). El 1% de la muestra se basa en el grupo de edad de 28 a 30 años, cuenta con 1 sujeto en la población, siendo el porcentaje mínimo en la muestra.

CUADRO 3

NIVEL EDUCATIVO

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bachiller	39	45,9 %
Universitario	24	28,2 %
Profesional	22	25,9 %
Total	85	100,0 %

La mayoría de la muestra son bachilleres en un 45,9% conformado por 39 sujetos. Un cuarto de la muestra es decir 24 sujetos, se encuentran en proceso de estudio universitario, haciendo un 28,2%. El restante, 22 sujetos tienen educación profesional haciendo un 25,9% de la muestra.

DATOS RELACIONADOS CON EL OBJETIVO 1: CARACTERIZAR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LAS PAREJAS

CUADRO 4
DEPENDENCIA EMOCIONAL

Dependencia Emocional	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	14	16,5 %
Medio	22	25,9 %
Alto	49	57,6 %
Total	85	100,0 %

Para dar respuesta al primer objetivo se empleó el cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006).

El 57,6% de la muestra pertenece a un nivel alto con respecto a la dependencia emocional, las personas sienten una necesidad constante de estar cerca de su pareja y ser quienes puedan tener el control de su vida, por lo que cuando no hay un contacto directo, es decir, físico, recurren a una comunicación más de tipo tecnológica, que juega un papel importante de contacto para la pareja, posiblemente ocasione en la pareja una presión psicológica resultado de ello una inestabilidad emocional.

En el nivel medio tienen como porcentaje un 25,9% en la muestra, debido a que estas personas posiblemente estas personas sientan temor al abandono de sus parejas porque no son amados, La dependencia emocional se define “como un modelo conductual y emocional persistente de requerimientos afectivos insatisfechos que utiliza un patrón conductual desadaptativo y encamina al sujeto a adoptar posturas de sumisión y sacrificio en la relación de pareja” (Lemos y Londoño, 2006: 94).

El 16,5% de la muestra se encuentra en un nivel bajo, esto puede deberse a que son personas que no sienten tanta necesidad de estar presentes físicamente con sus parejas, y que cierta forma manejan la dependencia con el chantaje emocional, probablemente uno de ellos es capaz de llenar la mente del otro con condiciones que lleven a una conducta deseada del que lo maneje,

ya que estas personas no sienten o dado cuenta de lo que conlleva una dependencia hasta que la relación sentimental llegue a un fin.

CUADRO 5

DIMENSIONES DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL

Dimensiones	Ansiedad de separación		Expresión afectiva de la pareja		Miedo a la soledad		Modificación de planes		Expresión limite		Búsqueda de atención	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Dependencia Emocional Baja	34	40,0 %	14	16,5 %	9	10,6 %	24	28,2 %	9	10,6 %	19	22,4 %
Dependencia Emocional Media	37	43,5 %	44	51,8 %	37	43,5 %	43	50,6 %	35	41,2 %	41	48,2 %
Dependencia Emocional Alta	14	16,5 %	27	31,8 %	39	45,9 %	18	21,2 %	41	48,2 %	25	29,4 %
Total	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0 %

En el cuadro 5, se obtienen los datos con respecto a las dimensiones de la variable dependencia emocional, en donde la dimensión **ansiedad de separación** se encuentra en un nivel bajo de dependencia emocional con el 40,0 % y una dependencia emocional alta con el 16,5 %. En un nivel de dependencia emocional alta se encuentran las dimensiones: expresión afectiva de la pareja con el 31,8 %; miedo a la soledad con 45,9 %; modificación de planes con el porcentaje de 21,2 %; expresión limite un 48,2 % y búsqueda de atención con un 29,4 %.

La dimensión “ansiedad de separación” con el 40,0% presenta un nivel de dependencia emocional bajo, es presente pero menos intensa que en el nivel de dependencia emocional alto. Esto podría deberse a que estas personas sienten malestar al estar separados de sus parejas, pero pueden controlar sus emociones y continuar con sus actividades diarias, aunque buscan contacto

y reafirmación, no lo hacen de manera constante o desesperada. Estas personas pueden funcionar de manera más independiente, aunque prefieren la compañía y el apoyo de una pareja estable.

Un 16,5% se encuentra en el nivel de dependencia emocional alta, esto refiere a que estas personas experimentan un nivel de ansiedad extrema al estar lejos de su pareja, esto podría desencadenar ataques de pánico constantes como también una posible depresión, además de experimentar estrés que conduzcan a otros problemas de salud mental.

Continuando la siguiente dimensión “expresión afectiva de la pareja” que se encuentra en un nivel de dependencia emocional alto con el 31,8%, es decir, que este grupo de personas sienten una gran necesidad de recibir afecto y validación de su pareja, por lo que la inseguridad y ansiedad están presentes impidiendo recibir suficiente afecto puesto que buscan contacto físico o verbal con su pareja.

El 45,9 % de la muestra se ubica en un nivel de dependencia emocional alto de la dimensión “miedo a la soledad”, indicando que estas personas experimentan un miedo intenso a la soledad así también tienden a aferrarse obsesivamente a los demás, buscando constantemente compañía y evitando la soledad. Este miedo puede ser tan abrumador que evita que disfruten de cualquier tiempo a solas.

Se destaca la dimensión “modificación de planes” con un 21,2% en el nivel de dependencia emocional alto, indicando que estas personas sienten decepción a la modificación de planes con su pareja, ellos generalmente no pueden adaptarse al cambio de planes; sin embargo, al darse estos cambios ellos pueden experimentar frustración y ansiedad extrema, dando a la posibilidad de agravar su salud mental.

En la dimensión “expresión límite” presenta un nivel alto en dependencia emocional con el 48,2%, indicando que estas personas podrían experimentar una reacción intensa y desproporcionada ante una situación donde sientan ira o tristeza, estas personas pueden llegar a cometer acciones de gravedad, es decir, acciones impulsivas o múltiples daños físicos.

Dentro de la dimensión “búsqueda de atención”, un 29,4% de la muestra se ubica en el nivel de dependencia emocional alto, estas personas por lo general buscan atención más frecuente como ser elogios o reafirmación de sus logros, sin embargo, lo realizan de manera excesiva, cuando no lo hacen estos llegan a manifestar o causar frustración o sentimiento de enojo.

DATOS RELACIONADOS CON EL OBJETIVO 2: INVESTIGAR LA SATISFACCIÓN SEXUAL EN LAS PAREJAS:

CUADRO 6
SATISFACCIÓN SEXUAL

Satisfacción Sexual	Frecuencia	Porcentaje
Nada satisfecho	8	9,4 %
Poco Satisfecho	58	68,2 %
Medianamente satisfecho	19	22,4 %
Total	85	100,0 %

Para dar respuesta al segundo objetivo se empleó el cuestionario de Escala de satisfacción sexual NSSS (Stulhofer, A.; Busko, V.; & Brouillard, P. 2004).

El 68,2% de la muestra se encuentra en un nivel de satisfacción sexual poco satisfecho, siendo este el porcentaje más alto, la insatisfacción sexual también puede alimentar la inestabilidad de la relación. Si una o ambas partes sienten que no se cumplen sus necesidades sexuales, es probable que surjan sentimientos de resentimiento o frustración que, a su vez, debilitan aún más la relación. Esto puede resultar en experiencias sexuales que carecen de conexión emocional y, ser menos satisfactorias.

En el nivel de satisfacción sexual medianamente satisfecho tiene como porcentaje un 22,4%, las relaciones a menudo pasan por diferentes etapas y cada una puede afectar la vida sexual de maneras distintas. La rutina, monotonía y falta de novedad en estas personas pueden reducir la

excitación y el interés sexual, estos factores combinados pueden explicar por qué una parte de la población se encuentra en un nivel de satisfacción moderado.

Dentro del nivel de satisfacción sexual nada satisfecho que tiene como porcentaje un 9,4%, indica que estas personas se encuentran nada satisfechas con su vida sexual. La insatisfacción sexual puede deberse a varios factores, como expectativas no cumplidas, falta de comunicación, problemas emocionales o físicos, y diferencias en deseos y necesidades. Así también puede referir a la calidad o frecuencia de la actividad sexual.

CUADRO 7
DIMENSIONES DE LA SATISFACCIÓN SEXUAL

Dimensiones	Sensaciones sexuales		Consciencia sexual		Actividades sexuales		Apego emocional		Intercambio sexual	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Nada satisfecho	7	8,2%	12	14,1%	4	4,7%	17	20,0%	3	3,5
Poco Satisfecho	56	65,9%	54	63,5%	58	68,2%	58	68,2%	54	63,5
Medianamente satisfecho	20	23,5%	19	22,4%	21	24,7%	10	11,8%	26	30,6
Satisfecho	2	2,4%	0	0%	2	2,4%	0	0%	2	2,4
Total	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%

Los resultados del cuadro 7, indican que el nivel de satisfacción sexual – satisfecho, es el más llamativo, siendo que su máximo porcentaje de la muestra es de 2,4% y mínimo 0% en las cinco dimensiones en general, estas personas tienen un grado de conocimiento considerable en el desenvolvimiento de satisfacción sexual, las cinco dimensiones expresan: calidad de orgasmos, habilidad para hacer llegar a la pareja al orgasmo, comportamiento recíproco de la pareja, muestras de afecto y creatividad en los intercambios sexuales.

A continuación, se detallan los porcentajes más altos y llamativos dentro de cada dimensión.

Dentro de la dimensión “sensación sexual” el nivel de satisfacción sexual – poco satisfecho con 65,9 % de la muestra, las sensaciones sexuales se ven afectadas por diferentes factores, uno de los motivos principales es la falta de comunicación abierta sobre deseos, preferencias y necesidades sexuales, esto puede llevar a una experiencia sexual menos satisfactoria. Si las parejas no discuten abiertamente sus expectativas y preferencias, es probable que ambos se sientan insatisfechos

La dimensión “consciencia sexual” con un 63,5 % se encuentra en un nivel de satisfacción sexual – poco satisfecho, esto refiere que la alta consciencia sexual puede estar asociada con una mayor ansiedad o estrés relacionado con el desempeño sexual, lo que puede afectar negativamente la satisfacción a medida que una relación evoluciona, las necesidades y deseos sexuales de las personas también pueden cambiar. Sin embargo, si no se actualizan estas expectativas y se comunican de manera efectiva, puede haber un desajuste en el comportamiento sexual de la pareja. El sexo es un tema tabú cargado de estigmas, lo que puede hacer que las personas se sientan incómodas al discutir sus preferencias y experiencias sexuales, así también las preocupaciones diarias pueden hacer que uno o ambos miembros de la pareja se sientan distraídos durante las relaciones sexuales y esto puede limitar la apertura y el intercambio de información entre parejas.

El 68,2 % de la muestra en la dimensión “actividades sexuales” se encuentra en el nivel de satisfacción sexual – poco satisfecho, la falta de novedad y sorpresa puede hacer que las experiencias compartidas se vuelvan menos estimulantes y esta puede ser atribuida a varios factores comunes, como una falta de exploración de nuevas prácticas o fantasías, si la pareja no comparte sus fantasías o ideas, es menos probable que experimenten nuevas formas de intimidad. También interviene la falta de tiempo y energía, esto puede causar un desequilibrio en la iniciativa sexual, la forma en que se toma la iniciativa en un acto sexual puede diferir según las personas y la dinámica de su relación. No obstante, es fundamental que ambas partes se sientan a gusto y emocionadas. La comunicación sincera y abierta es esencial.

En la dimensión “apego emocional” con un 20,0 % con el nivel de satisfacción sexual – nada satisfecho, el apego emocional durante una relación sexual puede ser bajo por varias razones:

Durante el acto sexual, el enfoque puede estar en la estimulación física y el placer, lo que puede reducir la atención hacia la conexión emocional, por otro lado, las personas pueden tener relaciones sexuales sin necesariamente estar emocionalmente conectadas en ese momento, también la calidad de la relación en general influye en el apego emocional durante el sexo. Una relación sólida y afectiva puede fomentar un mayor apego emocional durante el acto sexual.

El nivel de satisfacción sexual de la dimensión “intercambio sexual” es poco satisfecho con un 63,5 %, estas personas se enfocan demasiado en el rendimiento y en alcanzar un orgasmo mutuo, que puede desviar la atención de disfrutar el momento y explorar la intimidad. La presión para alcanzar un orgasmo mutuo puede causar ansiedad y afectar negativamente la experiencia sexual. Cuando el intercambio sexual es bajo en una pareja, puede haber varias razones que expliquen esta situación como ser: desequilibrio en el deseo sexual, lo que puede que uno de los dos tenga más deseo sexual que el otro, lo que resulta en un intercambio desigual y en la falta de frecuencia.

DATOS RELACIONADOS CON EL OBJETIVO 3: INDAGAR EL NIVEL DE CELOS EN LAS PAREJAS

CUADRO 8

CELOS

Celos	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0 %
Media	16	18,8 %
Alta	69	81,2 %
Total	85	100,0 %

Para dar respuesta al tercer objetivo se empleó la escala de celos interpersonales CECLA de Mathes Eugene W. y Severa Nancy (1981), adaptación colombiana de Martínez, Mathes, Avendaño, Peña & Sierra (2018).

El 81,2 % de las personas tiene niveles altos de celos debido a una combinación de factores psicológicos, sociales y emocionales. Entre ellos se encuentran la inseguridad personal, la baja autoestima, y el miedo a la traición o al rechazo. Además, las expectativas culturales y sociales sobre las relaciones y la influencia de las redes sociales pueden intensificar estos sentimientos. Estos factores contribuyen a que las personas experimenten celos de manera más intensa y frecuente.

El 18,8 % de las personas tiene un nivel medio de celos debido a una combinación de factores que moderan estos sentimientos. Estas personas suelen tener una autoestima relativamente alta, una mayor confianza en sus relaciones, y habilidades de comunicación efectivas. Además, pueden tener una perspectiva equilibrada sobre las expectativas en sus relaciones y menos influencia de las presiones sociales y culturales. Estos factores contribuyen a que gestionen sus celos de manera más equilibrada y menos intensa.

El 0 % de celos en algunas personas puede deberse a una combinación de factores psicológicos y personales que influyen en su percepción de una relación amorosa. Asimismo, pueden poseer destrezas avanzadas en el manejo de las emociones y en la interacción comunicativa, lo que les permite manejar posibles inseguridades de manera efectiva. La falta de celos probablemente podría estar relacionada con una perspectiva madura y equilibrada sobre la fidelidad y el compromiso en las relaciones de pareja.

CUADRO 9

DIMENSIONES DE LA CELOTIPIA

Dimensiones	Pasionales		Obsesivos		Delirantes	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Baja	22	25,9 %	17	20,0 %	17	20,0 %
Media	18	21,2 %	40	47,1 %	31	36,5 %
Alta	45	52,9 %	28	32,9 %	37	43,5 %
Total	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%

La dimensión de “celos pasionales” se encuentra en un nivel de celos alto con el 52,9% de la muestra, este tipo de celos en personas puede ser atribuido a varios factores psicológicos y sociales. Los celos pasionales a menudo surgen de inseguridades personales y miedo a la pérdida de una relación significativa. Estos sentimientos pueden intensificarse por la percepción de amenaza, ya sea real o imaginaria, respecto a la lealtad o el interés de la pareja. Además, las expectativas culturales y sociales sobre el amor y la exclusividad pueden influir en la magnitud de los celos.

En un nivel alto con el 32,9% se ubica la dimensión “celos obsesivos” en donde este tipo de celos se debe a la combinación de inseguridades personales y patrones de pensamiento distorsionados. Las personas que experimentan estos celos suelen tener una baja autoestima, lo que las hace sentir constantemente amenazadas por la posibilidad de perder a su pareja. Además, tienden a interpretar de manera errónea las acciones y palabras de su pareja, viendo señales de infidelidad donde no las hay. Esta obsesión se alimenta de un ciclo de pensamientos sentimientos y comportamientos compulsivos e intrusivos relacionados con la creencia irracional de que la pareja está siendo infiel o es inadecuada siendo negativos y ansiosos, que refuerzan la desconfianza y la necesidad de control.

El 43,5% de la muestra indica que en la dimensión de “celos delirantes” se encuentra en un nivel alto, debido a la combinación de factores psicológicos y emocionales que intensifican la desconfianza irracional hacia la pareja. La baja autoestima y el neuroticismo alto hacen que las personas se sientan inseguras y propensas a experimentar emociones negativas intensas, como la ansiedad. Además, la dependencia emocional extrema y las experiencias traumáticas pasadas pueden alimentar estos celos, mientras que las distorsiones cognitivas llevan a interpretar erróneamente las acciones de la pareja, viendo amenazas donde no las hay. Estos elementos crean un ciclo vicioso que refuerza las creencias infundadas de infidelidad, elevando los celos a un nivel patológico.

DATOS RELACIONADOS CON EL OBJETIVO 4: CARACTERIZAR LA INTIMIDAD DESEADA EN LA RELACIÓN DE PAREJA.

CUADRO 10

INTIMIDAD DESEADA

Intimidad deseada	Frecuencia	Porcentaje
Baja	21	24,7%
Mediana	38	44,7%
Alta	26	30,6%
Total	85	100,0%

Para dar respuesta al cuarto objetivo se empleó la escala de intimidad deseada en las relaciones de pareja. Autor: Schaefer y Olson (1981).

El 30,6% de la muestra pertenece a un nivel alto con respecto a la intimidad deseada. En una relación de pareja, la intimidad deseada es fundamental para fortalecer el vínculo emocional y la conexión entre ambos. La intimidad permite a las parejas compartir sus pensamientos, sentimientos y experiencias más profundos, creando un espacio de confianza y comprensión mutua. Este nivel de cercanía fomenta la seguridad emocional y el apoyo, esenciales para enfrentar juntos los desafíos de la vida. Asimismo, la intimidad física y emocional contribuye a mantener la pasión y el afecto, elementos importantes para una relación duradera y satisfactoria.

En la intimidad deseada media, tiene como porcentaje el 44,7% de la muestra, en donde la intimidad deseada puede estar en un nivel mediano debido a una combinación de factores personales y dinámicas de la relación. Algunas parejas pueden sentirse cómodas manteniendo un equilibrio entre la cercanía y la independencia, lo que les permite disfrutar de una conexión emocional sin sentirse abrumados. Este nivel de intimidad puede ser suficiente para satisfacer las necesidades emocionales y físicas de ambos, mientras se preserva un espacio personal que fomenta el crecimiento individual. Además, las experiencias pasadas y las expectativas

personales pueden influir en la cantidad de intimidad que cada persona desea, encontrando un punto medio que funcione para ambos.

Dentro del nivel de intimidad deseaba baja, la muestra cuenta con un 24,7%, esto es debido a varios factores, como diferencias en las necesidades emocionales y físicas de cada persona. Algunas parejas pueden sentirse más cómodas manteniendo una mayor independencia y espacio personal, lo que puede reducir la necesidad de una conexión íntima constante. Sin embargo, experiencias pasadas negativas o traumas pueden llevar a una persona a ser más reservada y menos dispuesta a compartir aspectos profundos de su vida. La falta de comunicación efectiva y la presencia de conflictos no resueltos también pueden disminuir el deseo de intimidad, ya que la confianza y la seguridad emocional se ven afectadas.

CUADRO 11

DIMENSIONES DE LA INTIMIDAD DESEADA

Dimensiones	Empatía negativa		Aislamiento afectivo		Intimidad social		Intimidad sexual		Intimidad emocional	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Deseo bajo de intimidad	14	16,5%	9	10,6%	17	20,0%	20	23,5%	14	16,5%
Deseo medio de intimidad	38	44,7%	38	44,7%	38	44,7%	38	44,7%	38	44,7%
Deseo alto de intimidad	33	38,8%	38	44,7%	30	35,3%	27	31,8%	33	38,8%
Total	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%	85	100,0%

En la dimensión “empatía negativa” se encuentra en un nivel bajo de deseo de intimidad con el 16,5% esto sugiere que cuando la empatía negativa es baja, puede tener varias implicaciones sobre cómo se experimenta la intimidad en la relación. Una empatía negativa baja puede indicar una falta de conexión emocional profunda entre los miembros de la pareja. La empatía negativa baja puede llevar a dificultades para reconocer y comprender las necesidades emocionales y físicas de la pareja. Sin embargo, cuando no se entiende lo que el otro necesita, puede ser difícil satisfacer esas necesidades de manera efectiva, resultando en una intimidad deseada que no se alinea con las expectativas y deseos de ambos. Si uno o ambos miembros no logran comprender o validar las emociones del otro, es probable que la intimidad deseada se vea afectada.

El 44,7% de la muestra está en la dimensión “aislamiento afectivo” en un nivel alto de deseo de intimidad, donde indica una separación emocional significativa entre los miembros de la pareja. Este tipo de aislamiento puede manifestarse en una falta de conexión emocional, dificultad para compartir sentimientos y una sensación general de distancia afectiva. Si los miembros de la pareja no se esfuerzan por comprender y validar las emociones y necesidades del otro, pueden sentir que sus sentimientos no son valorados o comprendidos, esto podría aumentar el aislamiento afectivo, lo que llevaría a una mayor distancia emocional.

La dimensión “intimidad social” se ubica en un nivel bajo de deseo de intimidad con el 20,0%, estas personas pueden estar muy enfocadas en su vida privada y en la conexión emocional dentro de su relación, dejando de lado la interacción social con amigos, familiares u otras personas. Tienden a priorizar la vida privada que puede limitar el tiempo y la energía disponibles para la participación en actividades sociales. Algunas parejas desarrollan dinámicas en las que se enfocan en su relación íntima, a menudo en el deterioro de las interacciones sociales. Esto puede llevar a una tendencia a pasar más tiempo exclusivamente juntos y menos con amigos o en contextos sociales más amplios. Los conflictos o tensiones con amigos, familiares u otras personas en el entorno social de la pareja pueden llevar a evitar la interacción social.

Un nivel bajo de deseo de la intimidad con el 23,5% se encuentra en la dimensión “intimidad sexual”, esto refiere a una falta de satisfacción, frecuencia o conexión en la vida sexual de la pareja. La intimidad sexual es un componente crucial de la relación que puede verse afectado por varios factores. Las diferencias en el nivel de deseo sexual entre los miembros de la pareja pueden llevar a una intimidad sexual baja. Si uno de los miembros tiene un deseo significativamente mayor o menor que el otro, esto puede causar frustración y reducir la frecuencia y calidad de las experiencias sexuales compartidas. La monotonía en la intimidad sexual puede hacer que el sexo se convierta en una actividad predecible y menos emocionante, afectando así la intimidad deseada.

En la dimensión “intimidad emocional” tiene un nivel bajo en intimidad deseada con el 16,5%, esto puede reflejar una falta de conexión profunda y significativa entre los miembros de la pareja. La intimidad emocional se refiere a la capacidad de compartir y comprender los sentimientos, pensamientos y experiencias más íntimos de cada uno. Cuando la intimidad emocional es baja, la relación puede verse afectada en varios aspectos. Pasar tiempo juntos de manera significativa es importante para desarrollar la intimidad emocional. Si una pareja está ocupada con responsabilidades diarias, trabajo o compromisos sociales y no dedica tiempo a conectarse emocionalmente, puede experimentar una disminución en la intimidad emocional.

5.1. ANÁLISIS DE LAS HIPÓTESIS

Primera Hipótesis: Las personas que tienen relaciones amorosas inestables presentan una dependencia emocional alta.

La hipótesis se **acepta**, ya que la dependencia emocional es “alta” se presenta con el 57,6% de personas que tienen relaciones amorosas inestables según la dependencia emocional alta.

Segunda hipótesis: Las personas que tienen relaciones amorosas inestables se encuentran poco satisfechos sexualmente en la relación de pareja.

La hipótesis de que la satisfacción sexual en las parejas es de "satisfacción sexual poco satisfecho" se **acepta** con el 68.2% reportando niveles bajos en sentido a la satisfacción sexual en una relación, lo que alimenta la inestabilidad de una relación de pareja.

Tercera hipótesis: Las personas que tienen relaciones amorosas inestables experimentan celos a nivel alto.

La hipótesis de que el nivel de celos es "alto" se **acepta** ya que el 81,2% de las personas que tienen relaciones amorosas inestables presentan un nivel de celotipia llevando a que estas personas experimenten celos de manera más intensa y frecuente.

Cuarta Hipótesis: Las personas que tienen relaciones amorosas inestables presentan un deseo bajo de intimidad en la relación de pareja.

La hipótesis de que la intimidad deseada se encuentra en un nivel “bajo” se **rechaza** ya que el 44,7% de las personas que tienen relaciones amorosas inestables se encuentran en un nivel “medio”.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y

RECOMENDACIONES

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. CONCLUSIONES

En el presente capítulo, se expresan las conclusiones a las cuales se arribó luego de analizar los datos recogidos en esta tesis. Dichas conclusiones se las expone siguiendo el orden de los objetivos específicos planteados en el capítulo del diseño teórico:

Objetivo específico 1: Caracterizar la dependencia emocional en las parejas.

La mayoría de las personas en la muestra informa niveles altos de dependencia emocional. Esto sugiere un acercamiento nada saludable hacia su pareja, lo que significa una dependencia emocional. Esto indica que puede tener un impacto significativo tanto en el individuo como en la relación de pareja. Las personas afectadas suelen sentir una falta de satisfacción emocional que tratan de compensar centrandó toda su atención en la relación.

Esta dependencia emocional puede resultar en un desgaste considerable, manifestándose en síntomas como estrés, ansiedad y depresión. Además, la constante necesidad de afecto y validación puede crear un ciclo de inestabilidad, donde la persona dependiente se siente incapaz de vivir sin su pareja, lo que puede deteriorar aún más la relación. Es fundamental abordar y tratar esta dependencia para promover relaciones más saludables y equilibradas, permitiendo que ambos miembros de la pareja crezcan y se desarrollen tanto individualmente como juntos.

Objetivo específico 2. Investigar la satisfacción sexual en las parejas.

Estas parejas pueden experimentar variaciones en su conexión emocional y física, lo que resulta en una satisfacción sexual irregular. La inestabilidad en la relación puede causar estrés y ansiedad, impactando negativamente la intimidad y la comunicación sexual. Para abordar los problemas subyacentes en la relación, como la falta de comunicación efectiva y la inseguridad emocional. Enfocando la atención de trabajo en estos aspectos puede ayudar a crear un entorno más estable y seguro, permitiendo que ambos miembros de la pareja se sientan más conectados y satisfechos tanto emocional como sexualmente.

Objetivo específico 3. Indagar el nivel de celos en las parejas.

Un alto nivel de celos en parejas con relaciones amorosas inestables puede intensificar aún más la inestabilidad de la relación. Los celos excesivos suelen estar relacionados con la inseguridad emocional y la falta de confianza, lo que puede provocar conflictos frecuentes y una comunicación deficiente. Esta situación puede crear un ciclo de desconfianza y tensión, donde ambos miembros de la pareja se sienten constantemente vigilados y cuestionados.

Asimismo, trabajar en la construcción de la confianza y la seguridad emocional dentro de la relación. Esto puede incluir terapia de pareja, mejorar la comunicación y establecer límites claros y acuerdos mutuos. Abordar estos problemas puede ayudar a reducir los celos y promover una relación más estable y saludable.

Objetivo específico 4. Caracterizar la intimidad deseada en la relación de pareja.

La exploración de la caracterización de la intimidad deseada en la relación de pareja muestra que estas personas experimentan niveles moderados, esto sugiere una lucha por balancear la cercanía emocional con la necesidad de independencia. Estas parejas frecuentemente enfrentan dificultades para mantener una conexión íntima constante debido a la naturaleza cambiante de su relación, lo que puede provocar sentimientos de inseguridad y desconfianza.

Este nivel de intimidad sugiere que, aunque hay un deseo de conexión emocional, también existe una necesidad de espacio personal y autonomía. Para mejorar la calidad de la relación, es crucial trabajar en una comunicación efectiva y en la construcción de una base sólida de confianza y respeto mutuo. Esto puede ayudar a las parejas a encontrar un equilibrio saludable entre la intimidad y la independencia, promoviendo una relación más estable y satisfactoria.

6.2. RECOMENDACIONES

Para investigadores del área:

Dado a las inmensas experiencias psicológicas que puede abordar una relación de pareja, se sugiere diversificar los métodos de investigación. La exploración de metodologías mixtas que combinen enfoques cuantitativos y cualitativos podría proporcionar una comprensión más

completa a la forma de relacionarse la pareja. Por lo que, se recomienda realizar estudios transversales para evaluar la evolución de cómo se va dando las relaciones de pareja y sus características psicológicas que conlleva una relación amorosa inestable. Por lo que la atención profesional dentro de lo que signifique la estabilidad emocional de la relación de una pareja, buscará esclarecer situaciones que pueda irrumpir o generar aflicciones a la pareja, así también estas personas fortalecerán la comunicación asertiva.

Para la carrera de Psicología:

En el ámbito educativo de la psicología, es esencial implementar programas de educación afectiva y sexual que aborden las relaciones amorosas inestables. Estos programas deben incluir talleres y charlas que fomenten la comunicación asertiva y el reconocimiento de relaciones tóxicas. Además, es importante proporcionar a los estudiantes herramientas para desarrollar su autoestima y habilidades emocionales, lo que les permitirá tomar decisiones más saludables en sus relaciones. La colaboración entre educadores, psicólogos y familias puede crear un entorno de apoyo donde los jóvenes se sientan seguros para discutir sus experiencias y recibir orientación adecuada.

Para la sociedad en general:

Para mejorar la estabilidad en las relaciones amorosas, es fundamental fomentar una comunicación abierta y honesta entre las parejas. Establecer límites claros y respetar el espacio personal de cada uno puede ayudar a reducir la dependencia emocional. Además, es beneficioso trabajar en el desarrollo personal y la autoestima, ya que una relación saludable se construye sobre la base de individuos emocionalmente fuertes e independientes. Buscar apoyo profesional, como la terapia de pareja, también puede ser una herramienta valiosa para resolver conflictos y fortalecer la relación. Finalmente, es importante mantener expectativas realistas y estar dispuesto a comprometerse y crecer juntos.