

**CRISIS DE LA PAREJA: VARIABLES DEL CONTEXTO, ESTRATEGIAS DE  
AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR MARITAL**

Oscar Agudelo, Viviana Castro, Laura Estrada, Helena Forero, Catalina Lizcano,  
Johanna López, Camila Sarmiento, Alejandra Vargas

Director: PS. MG. Ernesto Martín Padilla

UNIVERSIDAD DE LA SABANA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
Chía, Mayo de 2005

## TABLA DE CONTENIDOS

TABLA DE CONTENIDOS.....	2
RESUMEN.....	3
CRISIS DE LA PAREJA: VARIABLES DEL CONTEXTO ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR MARITAL.....	4
JUSTIFICACIÓN.....	58
ANTECEDENTES.....	69
OBJETIVO GENERAL.....	76
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	76
METODO.....	77
Criterios Metodológicos .....	77
Población y Muestra.....	82
Instrumento .....	83
Procedimiento .....	85
Fases del encuentro conversacional.....	85
Matrices .....	92
RESULTADOS .....	96
Fase primera.....	96
Fase segunda .....	151
Interpretación global.....	184
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	206
Referencias .....	218
Anexos.....	222

## **RESUMEN**

Este tema establece relación entre demandas provenientes de la sociedad que afrontan individuos, parejas y familias nucleares, y las fortalezas y recursos de los mismos para afrontar tensiones, entendiendo que a mayores demandas y menores recursos, mayor nivel de estrés; lo cual aumenta las posibilidades de generar problemas en el vínculo.

La base conceptual y paradigmática es el enfoque sistémico. El método utilizado es social interpretativo, a través de un método cualitativo, con entrevistas de profundidad y encuentros colectivos con un grupo de 6 parejas. La recolección de datos a través de transcripciones, protocolos de los investigadores sobre su proceso auto referencial y triangulación con pares. La interpretación de los datos se realizó mediante categorías orientadoras y matrices de análisis.

Palabras Clave: Familia Nuclear, Estrés, Sociedad, Parejas, Método cualitativo, Entrevistas, Auto-referencial.

## **ABSTRACT**

This topic establishes relation between demands of the society that individuals, couples and nuclear families confront, and the fortitude and the resources of the same ones to confront tensions, understanding that to major demands and minor resources, major level of stress; which increases the possibilities of generating problems in the tie.

The conceptual and paradigmatic base is the systemic approach. The used method is social interpretive, across a qualitative method, with depth interviews and collective meetings with a group of 6 couples. The compilation of information across transcriptions, protocols of the investigators on his self-referential process and triangulation with pairs. The interpretation of the information was realized by means of guiding categories and analysis counterfoils.

Key Words: Nuclear Family, Stress, Society, Couples, Qualitative Method, Interviews, Self Reference.

## **CRISIS DE LA PAREJA: VARIABLES DEL CONTEXTO, ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR MARITAL**

Los paradigmas y fundamentos que se desarrollaran como soporte al proyecto de investigación tienen coherencia con el enfoque sistémico. Uno de los puntos del cual parte la teoría sistémica es el campo de intervención de la familia alrededor del tercer decenio de este siglo, en los Estados Unidos. El origen estuvo dado por las críticas a modelos de intervención clínica en salud mental, como la Psiquiatría y el Psicoanálisis. Clínicos como Ackerman, Whitaker, Minuchin y Bowen (1984), empezaron a desarrollar estrategias para la intervención del contexto natural de las personas: La Familia.

No obstante, fue Bateson, quien dio el giro fundamental al sintetizar las ideas provenientes de la Teoría de los Sistemas y la Cibernética. De aquí salieron ideas fundamentales como el análisis de la comunicación y la visión de enfermedad mental desde la interacción.

Se dio relevancia al contexto como el marco en el que toman sentido las relaciones, enfatizándose en la causalidad circular y en la capacidad de auto – organización de los sistemas humanos. Aparece así una primera cibernética como paradigma para describir una realidad en el funcionamiento de los sistemas y promover el cambio desde un equipo neutral y externo, como en el método del grupo de Milán conformado por Palazzoli, Pratta, Cecchin y Bóscolo (1988), quienes desarrollan la intervención con el espejo unidireccional para no verse atrapados en el juego familiar.

El paso fundamental de una cibernética de primer orden a una cibernética de segundo orden, fue impuesto por el mismo proceso recursivo que plantea la noción de cibernética. Esto implicó el incluir al terapeuta con sus propias percepciones e

interpretaciones dentro del contexto de su interacción con la familia, lo cual abrió las puertas hacia la concepción del proceso terapéutico como cocreación de realidades. En este sentido, se han dado los aportes del constructivismo (que se enfoca en el problema del conocimiento generado en la relación observador – observado) y el construccionismo social (cuyo énfasis se sitúa en la construcción colectiva de conocimiento mediante el lenguaje no como herramienta sino como proceso generador de realidades). La cibernética de segundo orden da cuenta de la recursividad entre las preguntas del observador y su descripción final del sistema observado. (Droeven, 1997).

A partir del advenimiento de una cibernética de segundo orden, el enfoque sistémico constructivista ha renovado e integrado diversos paradigmas para comprender la experiencia humana, rescatando la posibilidad de los individuos de ser “generadores de significado” trascendiendo el paradigma cibernético para asumir una posición más hermenéutica e interpretativa, donde la acción humana tiene lugar en una realidad de comprensión que se crea por medio de la construcción social y el diálogo. La gente vive según esta postura a través de realidades narrativas construidas socialmente, que dan sentido a su vida y la organizan (Anderson, citado por Mac Namee, 1996).

Esta visión de lo psicológico destaca la posibilidad de los individuos de ser “generadores de significado”, donde la acción humana tiene lugar en una realidad de comprensión que se crea por medio de la construcción social y el diálogo. La gente vive según esta postura a través de realidades narrativas construidas socialmente, que dan sentido a su vida y la organizan (Anderson, citado por Mac Namee, 1996).

El “circulo hermenéutico” entre la acción y la reflexión reincorpora al individuo como agente activo en la construcción de la experiencia humana, en su papel de sujeto cognoscente. Es decir, el hombre a partir de la reflexión construye sus dominios de

conocimiento incorporándolo a sus propias estructuras mentales, en la medida en que interactúa con el mundo social, virtual o físico. Según Lynn Hoffman, “La cibernética es reemplazada por la hermenéutica: La curva de retroalimentación de los sistemas cibernéticos es reemplazada por la curva ínter subjetiva del diálogo. La metáfora central de la terapia se desplaza a la conversación” (Art. En Mc Namee, 1996)

Por tanto, el observador es un sistema participante que necesita develar su postura epistemológica para conocer, para proponer y conectarse en el campo conversacional. Su mirada deja el simplismo, el paradigma unidimensional, para vivenciar los múltiples aspectos que entran en interjuego en un campo investigativo; es la aceptación del azar, la incertidumbre, la posibilidad de la emergencia de lo creativo y novedoso más allá de su puntuación de científico. Es operar con el paradigma de la complejidad:

“No existe ni podría existir una teoría de la complejidad, pues la complejidad es multifacética, dinámica, multidimensional. Sin embargo, es posible complejizar nuestra mirada. En las dos últimas décadas se han ido desarrollando diversas líneas de investigación que coinciden en utilizar enfoques que nos abren la posibilidad de pensar en un universo abierto, donde el azar y la necesidad se conjugan para darnos estabilidad pero también creatividad... Pensamos en los enfoques complejos como un modo de tratar la diversidad, las articulaciones, dar lugar a la multidimensionalidad de los sistemas y a su evolución dinámica pero reconociendo las diferencias y el valor de mantenerlas” (Droeven, 1997).

¿Qué es la complejidad? A primera vista la complejidad es un tejido de constituyentes heterogéneos inseparablemente asociados: es el tejido de lo uno y lo múltiple, de eventos, acciones, interacciones, retroacciones, determinaciones, azares, que constituyen nuestro mundo fenoménico.

Así es que la complejidad se presenta con los rasgos inquietantes de lo confuso, de lo inexplicable, del desorden, la ambigüedad, la incertidumbre. De ahí la necesidad del conocimiento de poner orden y certidumbre clarificando, distinguiendo y jerarquizando. Se hace evidente que la vida no es una sustancia sino un fenómeno de auto-eco-organización extraordinariamente complejo que produce la autonomía (Morín, 1995).

De esta manera, el cuerpo de conocimientos sobre lo psicológico aporta bases para la comprensión de los dilemas humanos, pero es insuficiente si no se complementa con el saber que una comunidad desarrolla al afrontar las crisis propias de su momento histórico y su cultura particular. Por esto, las organizaciones y grupos familiares y sociales constantemente se auto organizan y cambian, generando procesos psicológicos y sociales complejos y dinámicos, que el clínico necesita comprender.

Teniendo en cuenta el objetivo del presente proyecto, se hace necesario comenzar a establecer la sustentación conceptual de los diferentes componentes teóricos de éste. Así, es importante establecer que actualmente, hay una transición de paradigmas, emergiendo uno nuevo, el cual, como lo menciona Martínez (1991) citado por Acevedo (2002), permitirá superar el realismo ingenuo, salir de reduccionismos y entrar en la lógica de una coherencia integral, sistémica y ecológica; es decir, una ciencia más universal, en un mundo que se encuentra sumergido cotidianamente en su pensar, hablar, actuar y relacionar simplista, causal y lineal, donde debe ser controlador, certero y verdadero; simplifica o globaliza, pero no relaciona; es por esto que en algunas situaciones se puede encontrar limitado y encasillado en su conocimiento, con un paradigma que ha manejado su forma de pensar desde la niñez. Por lo tanto, es necesario empezar a ver el mundo desde otra perspectiva que permita mirar al ser como un todo físico, biológico,

psicológico, social y cultural, pero a la vez tenerse presente que esas partes pueden sumar más que el todo y son interdependientes unas de otras.

Este paradigma se inauguró con el establecimiento de la Teoría General de los Sistemas la cual fue desarrollada por Von Bertalanffy (1941) y habla de sistemas u organizaciones, ya sea máquinas, seres vivos o sociedades, y afirma que el todo es más que la suma de sus partes, lo cual conforma el primer axioma sistémico. Determina que el pensamiento sistémico es la actitud del ser humano basada en la percepción del mundo real en términos de totalidades, comprensión y accionar, diferente al planteamiento del método científico, que sólo percibe partes de éste, inconexamente. Estos mismos autores plantean que ésta teoría aparece 45 años atrás por los cuestionamientos de Von Bertalanffy, acerca de la aplicación del método científico en los problemas de la Biología, pues se basaba en una visión mecanicista y causal, débil como esquema para explicar problemas tan grandes como los que se dan en los sistemas vivos.

Es de esta manera como se establece el Enfoque sistémico. Dentro de éste enfoque, un concepto importante es el de sistema, sobre el cual Hernández (2001) citado por Montoya López (2002), sostiene que se concibe como un todo resultante de partes interdependientes, donde dichas partes existen en conjunto de relaciones mutuamente condicionales. Este concepto de sistema da lugar al establecimiento del enfoque sistémico como un movimiento que aparece a partir de los 30's con la relación entre la biología y la física de los sistemas y que establece. De la misma manera, Droeven y Najamanovich (1997), citados por Rodríguez, M., Riveros, S. (2001), establecen que el enfoque sistémico ve a los seres vivos como totalidades abiertas al entorno, sus objetivos y funciones, elementos y conexiones que están siempre subordinados al todo. Acepta de

igual forma que cuando se habla de sistemas u organizaciones se trate de máquinas, seres vivos o sociedades, teniendo en cuenta además que el todo es más que la suma de sus partes. (Pág. 5).

Estableciendo ya los lineamientos de la Teoría de los Sistemas y su relación con el enfoque sistémico, se hace necesario comenzar a trabajar un término de extrema relevancia para éste enfoque y especialmente para éste proyecto: la cibernética. Sobre ésta Ankton (1985) citado por Montoya López (2002), aclara que es la ciencia que estudia los patrones de relación entre objetos, integrando también al terapeuta como un nuevo elemento en el sistema relacional del cliente que puede ayudar al cambio o generar posiciones isomórficas que mantengan el problema, por tanto cliente y terapeuta forman un sistema recursivo donde se influyen mutuamente por un proceso de retroalimentación. Por otro lado, la cibernética se hace equivalente para muchos autores al concepto de cambio, y es de esta forma que Ceberio y Watzlawick (1998) citado por Montoya López (2002), definen dos clases de cambio: 1-Cambio de primer orden, el cual hace referencia al cambio que se da en el individuo, pero la estructura del sistema permanece constante. En este caso el sistema se regula y logra la estabilidad, el equilibrio y la homeostasis; y 2- Cambio de segundo orden, el cual se refiere a un cambio en la estructura del sistema, al cambiar las reglas que guían la estructura. La terapia debe buscar un cambio de segundo orden a través del cuestionamiento y la redefinición de los mapas y reglas que mantienen determinado funcionamiento del sistema.

Para los autores que no consideran la cibernética como un equivalente del cambio, también se establecen dos tipos de cibernética. De esta manera, para Droeven Y Col (1997) en la cibernética de primer orden se reemplaza el hombre por el sistema, pierde

su singularidad, cayendo en un determinismo holístico. Se necesitó de nuevas corrientes para ampliar la mirada del hombre hacia la complejidad y aproximarlos a una multidimensión. Así, el concepto clave de la Cibernética de primer orden es la homeóstasis, la cual fija su atención en mantener la organización a través de las reglas que tienden a estabilizar el sistema, el cual se entiende como el complejo de componentes y estructuras interrelacionados que constituyen una unidad particular con cierto nivel de organización la cual puede mantenerse en el tiempo sufriendo transformaciones en su estructura. (Pág. 10).

Por otro lado, para Droeven Y Col (1997), la Cibernética de segundo orden se establece a finales de los 80, teniendo en cuenta como tema central la pregunta por el observador y por el proceso de reflexión del conocimiento del conocimiento, en ésta el observador es un elemento del sistema terapéutico, observa y afecta lo que observa. Para Andrade García, (2002), la cibernética de la cibernética o cibernética de segundo orden, implica (frente al fenómeno de las escaladas del conflicto conyugal de la pareja) una mirada de diferentes niveles de repercusión y de análisis frente al fenómeno, a través de los cuales se intenta romper con las pautas existentes en ese sistema y que han actuado como mantenedoras de la situación considerada problema, para dar nuevas lecturas del mismo, que inviten a dar un giro en las reglas y en la organización que hasta ahora ha permanecido en ese sistema. Por último para Phillipe Caillé (1991) citado por Ariza y Guevara (2002), el desarrollo de la concepción sistémica abarca 3 niveles de observación de los sistemas humanos o cibernéticas: 1: se refiere al principio de la homeostasis, la búsqueda del equilibrio permanente dentro de un contexto de negociaciones continuas, 2: se interroga sobre el modelo que la pareja eligió y creó para sus vidas, el para qué más que el cómo de la conformación. Robert Neuburger (1998)

citado por Caillé (1991): la pareja es una institución que protege su identidad al intercambiar con otras, con amigos, parientes, etc. y 3: el objetivo está en el diálogo entre otros niveles fuera de su propia identidad y estructura.

Un concepto clave en la cibernética es la circularidad, en el cual se tiene en cuenta cómo cada miembro se relaciona con el otro, teniendo en cuenta sus creencias, percepciones y construcciones de la realidad, y en donde su compañero responderá a ese modelo del mundo que el otro le ofrece, creándose un estilo de relación donde ambos crearan y compartirán una realidad construida e interpretada de una forma única para los dos. Así, la circularidad es la acción de algún integrante del sistema que genera una reacción en el otro, que a su vez puede ser una acción para generar otras reacciones en el primer miembro o en cualquier otro, llegando así a establecer que no se puede determinar una sola causa para un síntoma o un problema, ya que este hace parte de una cadena de sucesos que lo pudieron haber causado (causalidad circular).

Pero no solo la circularidad se concibe como un concepto importante dentro de la cibernética y el Paradigma Sistémico; también es importante tener en cuenta el Paradigma de la Complejidad que tal como lo plantea Morin (1998) no es un pensamiento omnisciente. Por el contrario, es el pensamiento que sabe que es local, ubicado en un tiempo y en un momento; no es completo, siempre hay incertidumbre, por lo que escapa del dogmatismo que impera en los pensamientos no complejos. Esta epistemología compleja, ha surgido para trascender lo mecanicista y simplista, aunque como anota Morin (1994), quisiéramos evitar la complejidad teniendo ideas, leyes y fórmulas simples para explicar lo que ocurre en nosotros y en nuestro alrededor, pero cada vez más estas formas de pensar y explicar el mundo están siendo insuficientes y limitadas. “Se puede decir que hay complejidad, donde quiera que se produzca un

enmarañamiento de acciones, interacciones y retracciones”. (Pág. 12). “Morin (1994) ha planteado tres principios de la organización compleja: 1- Principio ideológico. Establece que nuestro universo es el fruto de una dialógica de orden y desorden. Dialógica porque se trata de dos nociones totalmente heterogéneas, pero a la vez esa dialógica es la que produce todas las organizaciones existentes del universo. Se puede utilizar el desorden como un elemento necesario en los procesos de creación porque las invenciones se presentan como una desviación de los sistemas establecidos. 2- Principio de Recursividad Organizacional: “un proceso recursivo es en el cual los productos y los efectos son al mismo tiempo causas y productores de aquello que los produce”. (Morín, 1995). Esta recursividad es donde todo afecta e interactúa con todo, la sociedad afecta al individuo así como éste afecta a la sociedad. 3- Principio Hologramático: con lo que se refiere a que “no solo una parte está en el todo, sino que también el todo está en la parte”. “El todo por lo tanto, el todo es más que la suma de las partes, porque la organización de un todo impone constricciones e inhibiciones a las partes que lo forman”. (Morin, 1995). Estos principios son atravesados por la incertidumbre y la relatividad de la verdad y rompen con la estructura lineal, causal y simplista con la que se venía de la mano, permitiendo sentir un mundo dinámico, en continuo movimiento, imprescindible, libre, con la idea de que los seres humanos son multidimensionales y que como seres humanos afectan los contextos donde se desenvuelven, así como éstos a ellos”. (Pág. 13). Para Hernández (2001), el Paradigma de la Complejidad, permite crear una visión y una lectura determinada de las situaciones, lo cual implica incluir aquellos elementos que ayudan a darle sentido a las afirmaciones y conceptualizaciones, entre otras. Se parte de la idea de realidad como múltiple y compleja, que es una unidad

abierta, donde los niveles de comprensión están ligados entre sí en un todo que incluye al sujeto y al objeto.

De la misma manera, se encuentra también el concepto de pautas, las cuales éstas se determinan en la puntuación que cada miembro participante de la relación aporta, y que lleva a crear determinadas formas de relacionarse según el contexto, creando consecuencias interaccionales que dan cuenta de procesos recursivos que retroalimentan las pautas y puntuaciones. Según esto y tal como lo afirma Watzlawick (1976), los problemas surgen cuando cada participante de esa relación afirma que su comportamiento es respuesta al estímulo previo del comportamiento del otro, lo que señala los errores epistemológicos de las premisas de los participantes en esa pauta, que se insertan en una ecología de ideas que estas personas han creado alrededor de su relación.

En este punto es importante definir el concepto de familia y pareja, articulando dicha concepción desde el enfoque sistémico. Como definiciones de sistema podemos resumir las siguientes:

- Un sistema humano es un conjunto de personas interdependientes y auto-organizadas, con una identidad colectiva y una clara diferenciación del medio social circundante.
- Un sistema es autónomo y autopoietico, es decir, tiene la capacidad para desarrollar y mantener su propia organización.
- Un sistema necesita asimilar la incertidumbre, la eco dependencia y el cambio permanente de la evolución para persistir: Esta propiedad es llamada resiliencia.
- Un sistema es una red de relaciones que se construyen en el lenguaje y la comunicación, a partir de acuerdos explícitos o tácitos que definen su forma de

organizarse: estructura y funcionamiento, patrones de interacción, límites, reglas, control y jerarquías.

- Un sistema tiene una relación interdependiente con su medio ambiente, constitutiva del sistema mismo.

A partir de estos principios, podemos entrar a revisar las distintas concepciones de familia. Satir (1983) dice que la familia es la unidad, sistema individualizado de alimentadores y alimentados, directores y dirigidos, apoyadores y apoyados.

Para Pedro Juan Viladrich (1990) la familia es el hábitat natural para que cada persona irreplicable sea concebida con dignidad, gestada, arropada y educada con amor, y acompañada hasta una muerte personal y digna.

Minuchin y Fishman (1985) describen a la familia como el grupo natural que elabora pautas de interacción en el tiempo y que tiende a la conservación y la evolución. Es el grupo celular de la sociedad, una institución que ha existido a lo largo de la historia, ha compartido siempre las mismas funciones entre ellas la crianza de los hijos, la supervivencia y la común unión de los miembros de ésta. No es una entidad estática, esta en un cambio continuo igual que sus contextos sociales.

Para el Modelo Sistémico con enfoque estructural, la familia es el grupo de personas que puede describirse como un sistema, pues está conformada por diferentes elementos, el cambio en uno solo de ellos, produce cambios en todo el sistema. (Minuchin y Fishman 1985).

Según Hernández (1997), la familia es un sistema en cuanto se concibe como un todo diferente en la suma de las individualidades de sus miembros; está constituida por una red de relaciones, es natural porque responde a necesidades biológicas y psicológicas inherentes a la supervivencia humana; y tiene características propias en cuanto a que

ninguna otra instancia social ha logrado reemplazarla como fuente de satisfacción de las necesidades psicoafectivas tempranas.

Desde el punto de vista de Maldonado (1995) la familia es un grupo social que se caracteriza por una complejidad de redes de relaciones interpersonales, en las cuales la intimidad y la convivencia hacen de ella un grupo específico. En ella se estructura la identidad, se protege a los miembros y se da el intercambio con la cultura, por lo tanto el conflicto y el poder hacen parte de la dinámica de la familia, aunque a veces poco se hable de él y se ejerza más de manera implícita que explícita.

Como último concepto se propone el de Parada (2002) en el cual la familia es el conjunto de personas que establecen pautas de relación, construyendo una realidad en donde cada miembro interpreta y crea significados partiendo de esa realidad. No es un sistema aislado, sino conectado e inmerso en una cultura específica. Es importante la familia y la sociedad en el desarrollo integral de las personas, pues así los niños interiorizan diferentes modelos y pautas, interpretan la realidad y afrontan los conflictos. La historia familiar y cultural es determinante en el comportamiento del área afectiva, comunicativa, sexual, etc., pues lleva a la persona a pensar, actuar y sentir de diferentes formas.

Con todos estos conceptos se puede ver que la familia no es solamente una conformación de padres e hijos sino que va más allá siendo ésta una estructura con propiedades. En relación con la estructura, Maturana y Varela (1984) citados por Droeven y Cols (1997) la definen como los componentes y las relaciones que construyen una unidad particular. Bertalanffy (1992) ve a la familia como un sistema abierto que intercambia información con el medio, y que tiene propiedades como la Retroalimentación (la conducta de cada uno influye y es influida por la de los otros) y

Equifinalidad, cada acción o decisión que sea tomada por alguno de los miembros debe ser con el propósito de que sea beneficiosa para todos.

Por otro lado, como sabemos, existen un sinnúmero de familias en la sociedad, pero muchas de ellas comúnmente tienen algún componente que hacen que no sean tan funcionales, Minuchin y Fishman (1985) plantean 10 tipos de familias:

- Pas de deux: conformada por 2 personas solamente, contraen una dependencia casi simbiótica.
- De 3 generaciones: la familia nuclear en íntima relación con la extensa, comparte roles y a veces se confunden estructuras.
- Con soporte: los hijos tienen responsabilidades parentales, pero puede ser un fenómeno nocivo pues las responsabilidades pueden ser muy complejas para la edad del niño.
- Acordeón: uno de los cónyuges debe estar ausente períodos largos y el otro asumir todos los roles en su ausencia.
- Cambiantes: por situaciones económicas, trabajo, deben cambiar su domicilio constantemente. La estructura familiar y social no es estable y puede desencadenar disfunciones.
- Huéspedes: constantemente reciben niños o personas huéspedes que se incluyen en la estructura familiar, hasta que tiene que irse, se hace un miembro más para la familia pero su identidad familiar es temporal.
- Con padrastro o madrastra: un nuevo padre adoptivo ingresa a ser parte formal de la familia ya conformada, él y los hijos deben adaptarse, pueden surgir celos.
- Con un fantasma: probablemente existe un duelo no resuelto, no asumen la falta del ser ni la reacomodación de roles.

- Descontroladas: hay problemas de control de acciones, carencia de distribución de funciones, etc. No son claros los límites.
- Psicosomáticas: sobreprotectoras, fusionadas excesivamente, no pueden resolver conflictos, demasiada preocupación por mantener la paz, evitar los conflictos y rigidez extrema.

Pero al igual que la pareja ha evolucionado a través del tiempo, la concepción y estructura de la familia colombiana también. Antiguamente la organización más frecuente de encontrar en nuestro país era la familia extensa, que tal como lo plantea Gutiérrez de Pineda (1975), consiste en la estructura en la cual la madre es generalmente eje central. Actualmente, esa estructura predomina en la llanura pacífica, costa atlántica, sectores del Río Magdalena, del Cauca y de Antioquia, una de las situaciones que comúnmente se ha observado en esta forma de organización es que cuando la madre es abandonada por su esposo regresa a su lugar de origen, encontrando allí el apoyo y la confianza necesarias, logrando entonces que sus hijos lleguen a establecer una relación afectiva con su familia materna. La relación matrimonial que se llega a establecer se debilita debido al alto grado de prostitución en la familia de los hombres casados, llevando a que la mujer tenga un vínculo más fuerte con sus hijos y con su familia. Esta constitución marginal es más evidente en los grupos marginales y de estratos socio económicos bajos, en los que se rompe con la organización aceptada tradicionalmente en otros contextos y clases socio-económicas en las cuales el modelo que se impone es el de la familia nuclear. Este modelo que predomina en la actualidad esta conformado a través de un vínculo marital legal, supuestamente estable por un padre, una madre y un o unos hijos, donde todo esta concentrado en un miembro específico. La familia nuclear predomina en el complejo andino, antioqueño y negroide,

es decir, abarca la mayoría del territorio colombiano, el funcionamiento de la díada en este modelo es, a diferencia de otros, más amplio y no existen funciones predeterminadas, lo que permite una comunicación más abierta y participativa entre sus miembros.

Como se pudo ver la estructura de las familias puede ser extensa o nuclear, pero además de esto tiene unas variables que las caracterizan, las cuales fueron propuestas por Minuchin y Fishman (1985) y son algunos de los aspectos que pueden dar luz de una familia saludable:

- Nace en el momento en que dos personas se comprometen a contraer matrimonio o para convivir estable y fielmente.
- Convivencia y matrimonio: deben estar basados en el amor de pareja para convertirse en uno solo y buscar mejorar personalmente, y la felicidad.
- La pareja busca la trascendencia, lucha por tener hijos y frutos del vientre materno.
- El amor debe ser incondicional, formativo y respetuoso, sin límites.
- Luchar en el sufrimiento y la alegría, compartir las circunstancias inevitables.
- Desarrollar normas y principios necesarios para la buena comunión.

Estar en familia es saber amar, perdonar, entender, respetar. En otras familias con valores errados, la unión busca la conveniencia económica, posición social o niega los roles naturales y se enfrenta a problemas con una solución cada vez más lejana.

La familia posee unos elementos, que cuando se habla de ellos, se utiliza el término Holón: del griego holos (todo) con el sufijo “on” evoca una parte o partícula. Algunos elementos son:

- Holón individual: el rol del individuo de la familia, persona con gustos, ilusiones, tristezas, proyectos de vida y es única aunque está influenciada por su grupo familiar y social (Minuchin 1984).
- Holón conyugal: unión del hombre y la mujer para formar una familia, cada uno pierde un poco de individualidad y gana pertenencia. Cada uno trae unos valores, normas y educaciones diferentes, y las nuevas normas deben satisfacer a ambos y respetar el ser individual.
- Holón parental: relación de guía y crianza que se establece con lo hijos, quienes desarrollarán pautas de comportamiento social y situacional de acuerdo a lo aprendido. Los padres en su relación emiten elementos acerca del manejo de problemas y elementos básicos de cómo vivir y actuar.
- Holón de los hermanos: relaciones fraternales, es el medio de iguales al que se enfrenta el niño por primera vez, se hacen relaciones, resuelven conflictos, comparten experiencias, el niño pelea comparte y compite, y descubre acciones que se pueden usar en el medio social.

La familia son holones insertos en una cultura más amplia (Minuchin y Fishman 1985).

Pero para que la familia pueda afrontar en determinados casos dificultades, no solo le basta con sus elementos, también requiere de algunas funciones básicas. De la Revilla (1994) propone seis funciones:

La comunicación, reglas y normas, afectividad, apoyo, adaptabilidad y autonomía. La primera es la función integradora que permite el cumplimiento de las otras, pues transmite afecto, ayuda, autoridad y comprensión. Las demás generan sentimientos de pertenencia a la familia, promueven el desarrollo del cariño o amor entre los miembros y el compartir creencias, proyectos y afectos.

Todas estas funciones propuestas son algunas de las que le permiten a las familias atravesar por algunas fases las cuales según Hernández (1998) se dividen en tres:

- De ajuste: hay alguna estabilidad y las demandas se logran cumplir.
- De crisis: aparece cuando esas demandas exceden las capacidades de la familia para salir adelante.
- De adaptación: la familia busca el equilibrio generando nuevas estrategias y una nueva visión de la situación.

Por otra parte, la familia también puede reconocerse no solamente como un sistema, también es como una organización, Maturana y Varela (1984) la definen como las relaciones entre los componentes de algo, para que se les reconozca como miembros de una clase específica. Las relaciones entre los miembros de la familia tienen la función de prepararlos para enfrentar cambios (crisis) producidos del exterior y el interior y que inciden en el bienestar de la salud familiar. Si no hay recursos y el apoyo social es insuficiente, la crisis puede terminar en disfunción familiar (De la Revilla 1994, Ortiz 1999). El funcionamiento familiar, si la familia se encuentra en situaciones de crisis, por ejemplo si alguno padece algún tipo de enfermedad espacialmente mental, la familia tiende a rechazar o aislar al miembro “problemático”, otras tienden a sobreprotegerlo, generándole un grave deterioro en su calidad de vida. Los cambios favorables o desfavorables en un miembro de la familia rotulado como “paciente”, ejerce algún efecto

sobre los otros, en términos de salud psicológica, social y física (Liang 1980 citado por Pedraza 1997).

Esta organización familiar posee algunos elementos que influyen en su función, según Nelly Rojas (1998) son tres:

- Homeóstasis: conjunto de fuerzas que hacen que cada uno tenga una posición especial y conforme una estructura, permite el equilibrio en la familia.
- Red de comunicaciones (verbal y no verbal): signos y códigos que establecen roles y patrones de comportamiento que hacen que funcione o se deteriore el sistema.
- Papeles: marital, padres-hijos, hermanos.

Y otros de los elementos que son mencionados por Lauro Estrada (1997) son la Intimidad la cual significa compartir secretos y misterios lo cual aumenta y fortalece la separación del mundo social, se mantienen y forman nuevos vínculos, y barreras protectoras; la Pasión sexual, maduración del superyo, capacidad para el compromiso, lealtad, interés por el otro, etc.

Todos estos elementos hacen que la familia pueda considerarse un sistema, pero también se considera un sistema en cuanto a que se ajusta a los siguientes principios citados por Hernández (1997): No sumatividad: la familia es un todo compuesto por sus miembros y a la vez cada miembro cuenta con su propia individualidad. Causalidad Circular: siendo la familia un grupo de individuos interrelacionados, un cambio en uno de ellos afecta a los demás y al grupo total en una cadena circular de influencias. Principio de Equifinalidad: cuando se presenta una dificultad en la familia, ésta problemática puede llevar a diferentes resultados, así mismo diferentes problemáticas pueden llevar aun mismo resultado. Límites: constituyen el perímetro de la familia,

tienen la función de contener a sus integrantes, protegerlos de las presiones exteriores y controlar el flujo de información que entra y sale en sus relaciones con el entorno de manera que cumplen funciones tanto protectoras como reguladoras. Y la Homeostasis: que es el mantenimiento del equilibrio en la familia.

En la familia también se habla de límites, reglas, roles, normas, patrones, y otros elementos que son los que le permiten poner un orden y evitar un posible caos. Según Pittman (1990) los límites se aflojan y permiten la entrada al sistema ya sea de un terapeuta o de cualquier otra persona que influye sobre el modo en que éste opera. Las reglas son acuerdos establecidos entre los miembros de la familia que se deben renovar, reestructurar y adaptar a diferentes etapas para mantener el orden. Las normas no son para restringir el cambio, sino para favorecer la funcionalidad, autonomía y crecimiento personal de los miembros (Ferrer y Belart 1998).

En cuanto a los roles hoy se puede hablar de un mayor flexibilidad de los papeles sexuales que según Pittman (1987) aumentan la adaptabilidad conyugal, se abren al conflicto y se protegen de las crisis, para la igualdad relacional se requiere de seguridad emocional, madurez y diferenciación.

Según Hernández (1997) los roles pueden ser adscritos (otras persona los asignan o culturalmente se aceptan), asumidos (actividad que realiza una persona por su voluntad), o de acuerdo mutuo (han sido establecidos de común acuerdo); las reglas pueden ser implícitas o explícitas a partir de las cuales se organizan las responsabilidades en la interacción familiar. Los patrones de interacción son secuencias comunicacionales repetitivas, que caracterizan a cada unidad familiar y que con su reiteración en el tiempo van convirtiéndose en reglas y a medida que avanza la familia por su ciclo vital, actúan como normas que sirven para observar los comportamientos de los miembros en torno a

los valores que provienen de la cultura y de la religión, los cuales son vivenciados de manera particular en cada familia.

Al hablar de pareja hay muchas cosas que se vienen a la mente de las personas, las cuales sacan conclusiones a partir de sus propias experiencias, independientemente de que tan buenas o malas fueron; pero algo que es muy cierto es que, tal como lo afirma Pittman (1990) “la pareja es la unidad básica social, funcional y biológica”. Según Hernández (1997) “La pareja se conforma para: 1) lograr la satisfacción estable y segura de las necesidades afectivas y sexuales de los cónyuges, 2) mantener y mejorar las condiciones de subsistencia, incluida la económica, gracias a la complementariedad de dos personas con rasgos y recursos propios, 3) contar con una fuente de apoyo y estímulo para el desarrollo como individuos, y 4) dar cumplimiento a la función parental compartida”. Las definiciones no acaban aún, pues otro autor llamado Caillé (1992) afirma que “la pareja es un sistema interaccional en el que participan dos personas, quienes construyen algún tipo de vínculo relacional, particular y complejo, el cual no puede definirse a través de una serie de rasgos pre-establecidos, ni de características específicas”. Sea cual sea la posición, en este tema si es necesario definir algunos conceptos claves.

Una de las descripciones utilizadas para analizar a la pareja como sistema es la del ciclo vital, que describe las distintas etapas y transiciones por las que atraviesa desde el momento en que se establece el vínculo. Desde esta descripción la pareja inicia su ciclo por la búsqueda y selección de la persona con la que se desea constituir una relación a largo plazo. Lo que se busca en una relación de pareja, según Blandón (1994) citado por Acevedo (2002), es satisfacer nuestras propias necesidades pues nos han condicionado a creer que para lograrlo necesitamos del otro. “Se supone que las personas llegan a

interesarse seriamente por quienes, según creen, se adecuan a lo esperado” (Bagarozzi 1982, 1986; Bagarozzi y Giddings, 1983 citados por Pittman (1990), es decir al ideal que cada sujeto tiene acerca de lo que debe ser una persona para que sea su pareja adecuada, el mismo autor afirma sobre “la búsqueda activa de una pareja que se asemeje de cerca al propio ideal implica una búsqueda de metas y planteamiento cibernéticos. Este comportamiento cumple una función homeostática, pues cuanto más se aproxime el cónyuge real al ideal, menos le será preciso a uno modificar las propias estructuras cognitivas”, sin embargo, en la realidad, esto casi nunca ocurre, pues los seres humanos están lejos de ser tan perfectos como los ideales que caben en sus cabezas. A éste Pittman lo ha denominado Mitología Conyugal, la cual “empieza con la selección de pareja. Damos por sentado que los individuos buscan activamente personas con la cuales casarse que, según ellos creen, se comportarán de acuerdo con sus ideales cognitivos internos”. El mismo autor sustenta esta idea al afirmar que “La selección de pareja constituye un proceso activo en el que ambas partes buscan parejas potenciales que se adecuen a sus ideales cognitivos. En las etapas iniciales de formación de la relación, la atracción física y la similitud de una serie de dimensiones destacadas (raza, medio étnico, religión, situación socio-económica, inteligencia, edad, valores) son de suma importancia” (Pittman, 1990); por eso se habla de simetría y asimetría, donde según Rojas (1986) se podría “incluir prácticamente todos aquellos factores de importancia que deben considerarse entre los miembros de la pareja o de la familia. Tal es el caso de las diferencias socio-culturales, ideológicas, sexuales, económicas, educacionales, legales, raciales y religiosas”. Por estas razones cabe citar a Bagarozzi (1996) quien plantea “Cuando la conducta del futuro cónyuge se percibe en conformidad con el propio ideal, el equilibrio personal y dual se mantiene simultáneamente. Pero cuando la conducta del

futuro cónyuge se desvía de modo demasiado drástico del ideal, se produce un desequilibrio”.

Por otro lado, no todas las personas que se unen forman la misma clase de pareja, pues existen diversas formas de interrelacionarse con el cónyuge, lo que lleva a que en la relación predomine una u otra característica, por ejemplo “Cuando ambos integrantes de la pareja dependen exclusivamente el uno del otro para todo, las deficiencias de cada uno se tornan evidentes e importantes, y los talentos de cada uno se respetan menos y se dan más por sentados”. (Pittman, 1990). Esto se relaciona con los roles que asume cada miembro dentro del sistema, así “Las parejas”enredadas” acuden a terapia porque el conflicto se exagera. El matrimonio es demasiado intenso. Uno de los cónyuges está harto de algo que el otro hace o no hace. El otro por lo general se hace el indefenso. Ninguno de los dos desea acabar con el matrimonio, pero tal vez uno desee cambiarlo y el otro no esté seguro al respecto”. Así mismo existen casos que corresponden a otro extremo, donde la relación es “desprendida”, para Pittman (1990) éstas no son menos conflictivas, pues “El cónyuge más distante dedica gran cantidad de tiempo y atención a evitar las responsabilidades del matrimonio, y luego concentra toda su cólera en el tiempo y la atención mínimos que el otro cónyuge logre sonsacarle”. Existen también personas que asumen roles de superioridad o inferioridad según el caso, donde en el primero lo que se busca es poner distancia para mantener el control, y en la posición “inferior”, aun más poderosa, se gana al ser víctima inocente de tal o cual cosa. La posición de víctima permite a las personas pasarse la vida en una actitud de indefensión y demandar a los demás que, o bien las obedezcan y la cuiden, o bien se muestren indiferentes y sufran culpa por ello” (Pittman, 1990). Cabe resaltar que no solo las actitudes y posiciones son las que definen los roles y las características de la pareja,

pues, tal como Rojas (1986) lo afirma “La concepción cultural sobre los sexos y las funciones asignadas a ellos, así como la división del trabajo, el bagaje histórico-cultural y el concepto primitivo mágico-religioso, sumado a los bajos niveles educativos, especialmente el de la mujer y la consecuente menor participación económica de ésta en el hogar, son determinantes fundamentales del machismo y de la asimetría en las relaciones de pareja”. La misma autora sostiene que la simetría no es posible dentro de una pareja, pues las diferencias tienen varios orígenes como la familia de cada cónyuge, los fundamentos económicos de la sociedad, la ideología, la cultura, la educación, e inclusive los fundamentos legales de cada país. Años más tarde, Rojas (1998) sigue pensando de la misma manera, pues afirma que “la desigualdad es un factor que conforma y determina la pareja. Hay nuevas concepciones de masculinidad y feminidad, las cuales consideran la importancia de expresar necesidades emocionales diferentemente, rompiendo los viejos modelos para acercarse a la intimidad y al compromiso del vínculo”.

Es por eso que la consolidación de la pareja “como sistema autónomo resulta del interjuego de dos tipos de componente: los propios de la interacción afectiva y sexual de la pareja y los referentes a su relación con el entorno” (Hernández, 1986). Con respecto a la sexualidad, Rojas (1986) afirma que “La vida sexual de las parejas es otro elemento de gran valía para la comprensión de su dinámica y de su desarrollo. En lo sexual precisamente encontramos expresiones de todo tipo, incluidas las desigualdades entre el hombre y la mujer. Casi sin excepción observamos parejas en las que al existir una gran desigualdad en la relación en cuanto a los varios aspectos que intervienen y que ya fueron estudiados, son evidentes las proyecciones y consecuencias en la vida sexual”. Sin ánimo de generalizar a toda la población, se sabe que desde tiempo atrás que “la

mujer dentro de la pareja se ha colocado frecuentemente en una posición de pasividad y sumisión que la empobrece e infravalora” (Rojas, 1986), y esto a su vez se ve reflejado no sólo en la sexualidad sino también en la comunicación como lo plantea la misma autora al referirse al monologo, que según ella “puede significar dominio para ser escuchado o sometimiento pasivo de quien escucha, lo que tiene que ver con el poder que se utiliza en uno u otro sentido”, en la pareja es utilizado por el dueño del poder para hacerse oír o por el cónyuge para despreciar lo dicho por el otro, por eso Rizo (1994) afirma que “la comunicación en pareja debe ser dialogal y no monogal, es decir, es fundamental que implique de los miembros tanto la expresión como el escuchar y el comprender”.

Ante este aspecto de la comunicación varios autores se han pronunciado, por eso Linares (1996), sugiere que “el discurso de una pareja permite acercarse y comprender aquellos contextos e ideas que han ejercido una amplia influencia sobre ella, así como también evidenciar elementos importantes de su interacción; de esta manera la supervisión de la narrativa y la auto referencia, en el discurso de la pareja, aportan elementos que posibilitan un acercamiento hacia lo que ha sido la construcción que la pareja ha hecho sobre su relación y al producto de toda una serie de espacios interaccionales que han influido sobre ésta”. Por eso este aspecto es tan importante y constituye un elemento clave en la terapia. Otro autor propone que “a través del proceso comunicacional, la pareja puede reconocer y negociar las intrasubjetividades para de esta forma acceder al significado comunitario, pero el que la pareja logre acceder al significado comunitario, dentro del proceso de comunicación, es necesario que se de una negociación que no es fácil de lograr teniendo en cuenta que cada individuo vivencia e interpreta de diferente manera los sentimientos y sensaciones”. (Rizo, 1994) Así mismo

él plantea que erróneamente damos por hecho que cuando hablamos de amor, estamos hablando de lo mismo y creemos que nuestro interlocutor entiende el amor de la misma manera. Rizo (1994) plantea que éste tipo de comunicación “radar” no asegura que en la pareja o en cualquier tipo de relación se de una correspondencia entre las traducciones mentales. Para que exista esta correspondencia es necesario que se lleve a cabo un proceso de negociación de los significados aprendidos desde la intra subjetividad”.

Ante esto, cabe aclarar que la comunicación se puede dar a dos niveles: el verbal y el no verbal, que son igual de importantes y complementarios en toda relación humana.

En este caso, en la relación de pareja “la comunicación verbal es un soporte para la expresión de afecto y un factor imprescindible para la convivencia”(Rizo, 1994; Pág. 140). Esta comunicación debe favorecer la construcción de significado comunitario, en otras palabras es necesario que posibilite a los miembros que componen la díada realizar un intercambio de las diferentes significaciones atribuidas desde la individualidad que permitan el establecimiento de la relación. Este dialogo, asegura Lemaire (1971): “debe establecerse en los planos más profundos de la personalidad, recogiendo todos los aspectos del lazo conyugal”. La negociación de la que se hablaba anteriormente se puede lograr no sólo mediante la comunicación verbal sino también mediante el lenguaje no verbal y sus diferentes sistemas (entonación, paralingüístico, Kinesico) de tal manera que sirve, a su vez, para construir significado comunitario. Gracias a esto, la comunicación se incluye dentro del grupo de recursos de afrontamiento que tiene la pareja, y que facilita el que la misma permanezca unida y lleve una convivencia armoniosa.

Con respecto a la unión, es importante citar a Acevedo (2002) quien planea que “El subsistema conyugal hace parte de ese sistema familiar y por lo tanto la pareja es

constructora permanente de su relación y aunque se relaciona con otros subsistemas los cuales influyen en su dinámica, la perspectiva sistémica nos permite trascender esta relación, sin pretender que la pareja sea sólo mantenida por la unión de los hijos, como se solía pensar anteriormente ya que ésta es una visión muy simplista de lo que es ser pareja”.

Las parejas atraviesan por varias transiciones y crisis durante las etapas o fases desde el momento de la unión inicial hasta que termina la vida en pareja, ya sea por una separación o simplemente, por el final natural de la muerte de los cónyuges. Para aclarar un poco más este aspecto se empezará hablando del enamoramiento o romance, que es la etapa inicial por la que atraviesan todas las parejas, pero a pesar de lo fantástica y apasionante que ésta es, la realidad es que no dura para siempre, por lo que siempre trae con su fin una crisis o conflicto así sea en un nivel muy interno. Falicov 1988 dice que “El fin de un romance constituye una de las crisis universales más dolorosas, pero nunca discutidas”, esto se relaciona con las afirmaciones de Pittman (1990): “En el fin del romance comienzan a advertir que si cónyuge es menos maravilloso que lo que habían pensado; no sienten la misma intensidad sexual; incluso pueden abrirse. Tal vez los irriten las flaquezas de su compañero, incluso las muestras más sencillas de humanidad. Los romanticistas inflexibles no pueden tolerar la intrusión de emociones carentes de “amor” o “cariño”; por lo tanto, la ira se convierte en una crisis tan intensa que llega a oscurecer el problema que la causó, tornando así imposible solucionarlo”. El mismo autor afirma que “El comienzo de la familia suele llegar con el final del romance. A esta altura la bruma se aclara y los cónyuges se dan cuenta de que forman parte de algo mayor que la relación de pareja”.

Sin embargo, todos los matrimonios están propensos en algún momento de la vida a experimentar una crisis, aunque la relación de pareja sea lo más sano posible; Pittman (1990) da un ejemplo de lo anterior al afirmar que “Aunque la institución del matrimonio es inherentemente propensa a la crisis, hay ciertos momentos del desarrollo de una relación marital que tornan la crisis más probable, sino inevitable, como las crisis del desarrollo”, así mismo “La parentalidad cambia drásticamente el matrimonio. Esta es la tensión más dramática en los estadios del desarrollo marital”.

A pesar de las diversas crisis a las que se enfrentan las parejas a lo largo de su existencia, el matrimonio cumple una función muy importante en la vida de cada individuo, y por eso los motivos para casarse varían mucho, pasando desde “intereses económicos y de ascenso social, necesidades de tener un hijo, de darle un nombre al que ya viene en camino y de librarse de una familia opresora e injusta, entre otras” (Hernández, 1997) pero sabiendo que lo primordial es el deseo de compartir la vida con otra persona. Parada (2002) citando a Estrada amplia esta visión cuando dice que el contrato matrimonial “abarca sexo, metas, relaciones con los demás, poder, dinero, niños, etc”.

Aterrizando esta teoría al contexto Colombiano, en una investigación realizada por Hernández (1997) arrojó resultados como “la mayoría de las uniones se establecen a la edad de 20 a 25 años de las mujeres y de 25 a 30 años en los hombres, aunque hay diferencias por estrato social, siendo las uniones de menores de 20 años más frecuentes en el estrato bajo y las de mayores de 30 años más comunes en los estratos altos”, al mismo tiempo la autora cita a Echeverri de Ferrufino (1984) cuando se refiere al matrimonio, planteando que “La mayoría de las uniones continúan constituyéndose por

matrimonio católico y en segunda instancia por matrimonio civil, a pesar de que cerca del 23% de las parejas colombianas conviven en unión libre”

Por otro lado, la calidad del matrimonio depende del grado de satisfacción y complementariedad que se da a las necesidades y expectativas de cada uno, por eso cabe citar a Arias (1989), quien afirma que “La satisfacción marital se encuentra íntimamente vinculada con la felicidad (Freedman, 1978), o la infelicidad. Desde luego la satisfacción marital o su contrapartida, la insatisfacción, puede influir en diversas esferas de la vida humana: integración psicológica y social de los hijos, la salud, trabajo, etc”, es por eso que las diversas historias de amor y convivencia en pareja no siempre se desarrollan como todos lo esperamos, pues citando a Pittman, 1990 “La unión perfecta rara vez ocurre, y se desarrollan conflictos siempre que los cónyuges intentan imponer las propias reglas de relación al matrimonio, u obligar a la pareja a comportarse de manera coherente con los propios ideales”.

Estos casos casi siempre terminan en separaciones o divorcios, los cuales, según Pittman (1990) “El divorcio es una experiencia atroz para quienes la viven, y es aun más atroz inflingirla a los hijos. Además, no da resultado. Ciertamente no pone fin a las reyertas de una pareja que riñe constantemente, ni desprende a los hijos del conflicto conyugal de sus padres”. El mismo autor asegura que “la mayoría de los divorcios sobrevienen como resultado directo de una aventura amorosa: en el momento del divorcio, uno de los esposos está enamorado de otra persona y se quiere casar con ella”.

El problema como tal, no está en los motivos que lleven al divorcio o separación, sino que “El divorcio se ha generalizado a tal punto que muchos lo consideran una parte normal del ciclo vital de la familia, una etapa evolutiva por la que ésta atraviesa”

(Pittman, 1990). Pero en realidad no lo es, y pero aun, lo más triste es tener que replantear los planes y metas que se tenían para el futuro familiar.

Rojas (1986) agrega que “generalmente la separación no ocurre, afirma la autora, por motivos superficiales o por eludir responsabilidades o para “dedicarse al libertinaje”, como suele expresarlo la gente en sus comentarios. Los trámites de separación, ya sea por lo civil o por lo religioso, son complicados, largos y costosos... Además, nosotros pensamos que estos aspectos tienen implicaciones emocionales de importancia. Para ninguno de los interesados es fácil la vida como separados. Toda la organización social esta hecha para dificultarla y para favorecer así la conservación de la familia”.

En ésta sociedad la inmersión de la mujer en el campo laboral hace mucho más fácil su independencia tanto económico como en otras esferas, por eso el número de separaciones ha ido aumentando si se compara con unas décadas atrás. Otro factor que está relacionado con las separaciones es, sobre todo en Colombia, el problema del desempleo, ante lo cual Ariza (2002) explica “ Esto puede estar muy relacionado con la cantidad de separaciones de los últimos años, del mismo modo los problemas de comunicación, expectativas irreales, relaciones extramatrimoniales, maltrato, conflictos sexuales, motivos socioculturales y socioeconómicos, y el que la mujer haya entrado en el campo laboral, cuestiona la forma de equilibrio tradicional, lleva a una disfunción de la pareja o la familia, pues se dedica más tiempo al trabajo que al hogar”

Ante esta creciente situación de divorcio y separaciones, se ha incrementado también otro factor, antes poco común, y es el de los segundos matrimonios. Ante esto, Pittman (1990) indica que “A los que no se encuentran personalmente comprometidos podrá parecerles razonable y eficaz descartar o intercambiar matrimonios tal como se haría con las piezas de un equipo descompuesto o pasado de moda”. A pesar de que se esté

estableciendo lenta e implícitamente esta costumbre los estudios señalan que los nuevos matrimonios pueden ser una crisis grave para los sujetos implicados, pues éstos no reciben el apoyo familiar y social que recibieron ante su primer matrimonio. Por eso es común observar que “la mayoría de las segundas nupcias terminan en divorcio. El porcentaje de las terceras y cuartas nupcias que duran es aún menor” (Pittman, 1990).

Ya se ha hablado de las etapas o fases por las que atraviesa una pareja, sin embargo es importante aclarar que muchas de las transiciones entre las etapas anteriormente descritas conllevan una o varias crisis, que son provocadas generalmente por las demandas del medio social, los estresores y tensiones, estos últimos pueden definirse, según Pittman (1990) de acuerdo con diferentes parámetros “si es manifiesta u oculta, aislada o habitual, permanente o temporaria, real o imaginaria, universal o específica, y se la considere como producto de fuerzas intrínsecas de la familia o de fuerzas extrínsecas que están fuera de su control... es decir que...“las tensiones pueden surgir desde dentro de la estructura familiar, o una familia puede encontrarse en una situación tensionante provocada por fuerzas exteriores a ella.”. Anteriormente se hacia referencia al desempleo, éste es un ejemplo de tensión externa sobretodo en este contesto social.

Así Rojas (1986) afirma que “En un país como Colombia donde la estructura económica está en crisis, la desintegración de la familia es una consecuencia esperable”, la misma autora aclara que “Los estresores y tensiones familiares variaron de manera considerable en las diversas etapas del ciclo vital”. Además existen otros autores que afirman que los estresores y tensiones pueden variar incluso dentro de la pareja, por ejemplo, Hernández (1997) escribe que “Para los hombres serían más estresantes las dificultades económicas y las relaciones con la familia política, en tanto que para las mujeres lo serían las tensiones intra familiares, referentes en este caso a la frustración

que les produce no contar con el marido como esperaban, para resolver todos los asuntos de la cotidianidad y para compartir las tareas domesticas”, luego agrega “otras tensiones típicas son las asociadas a la planificación de los nacimientos, al embarazo y al acople en la vida sexual, para cuyo afrontamiento se pondrá a prueba la flexibilidad personal y aparecerán los conflictos atribuibles a las diferencias de apreciación”.

A pesar de este panorama tan desconsolante, el ser pareja, implica una constante a través del tiempo, para esto los cónyuges deben hacerle frente a todas estas demandas y estresores con sus recursos de afrontamiento. Ante esto Pittman (1990) plantea “Para afrontar semejantes discrepancias, la persona puede utilizar distintas estrategias, tanto cognitivas como conductuales: la primera opción que tiene la persona que percibe una seria discrepancia es poner fin a la relación con el candidato inadecuado, y empezar una nueva búsqueda de otra persona que se aproxime más al cónyuge ideal; una segunda posibilidad es que el ideal sufra modificaciones, acomodándose a las realidades externas. Cuando esto ocurre, las discrepancias se reducen, y el ideal se adecua más de cerca al futuro cónyuge tal como es percibido. Una tercera opción es que la persona intente provocar cambios en el futuro cónyuge, de modo que éste se asemeje más al ideal”.

Este planteamiento se complementa muy bien con lo que propone Acosta (1995), al afirmar que “Dentro de la pareja se presenta una función de construcción de significado intersubjetivo y comunitario, posibilitado por el proceso de comunicación, en donde se entrelazan dos mundos articulados desde determinantes sociales e individuales y se constituye un microsistema social con sus propias reglas de intercambio y significados. De esta forma, se accede al complejo proceso de construcción de significado, estableciendo su carácter concordante y divergente en la relación de pareja, determinada

por su contexto socio cultural específico, resultado de su evolución histórica, estructural y funcional”.

Para ahondar más en el tema de los recursos de afrontamiento que tiene la familia, es importante hablar sobre el conflicto, y las diferentes connotaciones que tiene, así una ellas es la que planeta Andrade (2002) al citar a Bagarozzi y Anderson (1996) quienes “precisan que una fuente de conflicto entre los cónyuges sucede cuando uno de ellos intenta imponer sus propias reglas al matrimonio o cambiar al cónyuge de acuerdo a sus propios ideales. En este sentido las escaladas del conflicto conyugal en la relación de pareja pueden surgir cuando hay diferencias en – las reglas de la relación de cada uno de los cónyuges respecto a la cercanía y separación interpersonales; - la justicia distributiva y el intercambio social; - la distribución de poder, la influencia y el liderazgo en el matrimonio; - las reglas para comunicar amor, valores y dignidad”. El mismo auto habla sobre la importancia de “pensar en la significación y en los imaginarios que pueden tener las personas en torno al poder, para relacionarse con su pareja, ya que muchas veces se concibe un amor posesivo y egoísta, porque así se ha transmitido y el poder se ejerce sin darse cuenta para obtener lo que desean del otro, pero en la mayoría de los casos ejerciéndolo de forma negativa.

Otra forma en la que se evidencia el conflicto conyugal es la infidelidad, sobre la cual Pittman (1990) plantea que “Tanto los terapeutas de familia como la sociedad presumen, por alguna razón, que son causados por fuerzas internas del sistema conyugal”. Cuando un miembro de la pareja es infiel, su acto va seguido de un sentimiento de culpa y temor y puede reaccionar con ira contra su pareja y un esfuerzo por justificarse y culpar al otro. Con todo lo que implica dicha situación de adulterio, Pittman afirma que en muchos casos “una aventura amorosa puede ser un mensaje

dirigido al cónyuge: un pedido de mayor atención o una sugerencia sobre cómo le gustaría que fuese o un esfuerzo por exasperarlo hasta hacerlo abandonar el hogar”.

Todas estas tensiones y conflictos pueden generar una pauta de relación en la pareja, donde la problemática sea aún mayor, por ejemplo, en Colombia, la violencia conyugal “constituye una problemática social y hace parte de la llamada violencia intra familiar, la cual según las estadísticas va en aumento ocasionando familias disfuncionales, pues la violencia conyugal se manifiesta a nivel psicológico, físico, económico y social y cuyas múltiples problemáticas conllevan a la desesperanza en unos casos, producto de la no solución de los conflictos o a la separación, entre otros. Según datos del DANE, mientras en 1996 se separaron 9.746 familias de 1999 a Septiembre de 2000, se habían separado 26.442. (Acevedo 2002).

Retomando lo que respecta a los recursos de afrontamiento, es conveniente subrayar que existen muchos tipos de recursos o estrategias de afrontamiento, que son dinámicos dentro de la familia, y pueden cambiar de una pareja a otra. Bernal (2003) cita a Hernández (1991) quien describe las estrategias como “la forma en que el sistema moviliza los recursos para enfrentar la situación estresante”.

Un recurso importante es la intimidad, es decir, las reglas para cercanía y separación interpersonales que tiene cada miembro de la pareja, a esto Bagarozzi (1996) lo ha denominado “intimidad interpersonal”. Otras fortalezas que ayudan a las familias a afrontar las diferentes situaciones de la vida, las describe Parada (2002), como: “autoestima, sentido de lucha por su relación, asertividad en la comunicación y seguridad en sí mismos, capacidad para adoptar una nueva posición frente a la realidad, como una experiencia de la vida que hay que afrontar luchando por su relación y por su familia”.

Falicov (1988) añade otras categorías que se incluyen dentro de los recursos familiares “tales como el orgullo y acuerdo familiares y los recursos conyugales que, a su vez, comprenden once áreas (comunicación, resolución de conflictos y relaciones sexuales, entre otras)”. Además el mismo autor da una definición clara sobre adaptabilidad familiar, a la cual se define como “la capacidad de un sistema conyugal o familiar de cambiar su estructura de poder, relaciones de roles y reglas de relación, en respuesta al estrés situacional o evolutivo”. Desde esta perspectiva se está de acuerdo con el cambio, puesto que puede favorecer el mantenimiento y la mejora del funcionamiento de la familia.

Ese mantenimiento a través del tiempo, que es tan importante cuando se habla de pareja, es reforzado por otras cualidades familiares que expone Hernández (1989) y cataloga como menos mencionadas son: “respeto mutuo, un sentido de unidad, valores claramente expresados, comunicación efectiva y apoyo emocional”. La misma autora cita a Otto (1963), quien propone que “las fortalezas familiares son dinámicas, fluidas e interrelacionadas”, y agrega que puede medirse sólo en estudios longitudinales.

Lo cierto es que todas las familias tienen esas capacidades para afrontar las demandas y funcionar en pro de su beneficio. Como lo afirma Rodríguez (2001) las capacidades son “potencialidades que la familia tiene para enfrentar un problema. Los individuos de la familia aportan recursos como la inteligencia, habilidades y conocimientos, y la familia como unidad aporta recursos y capacidades como cohesión y capacidad de adaptarse. Y en la comunidad encontrará recursos como el apoyo social”. Cuando una familia ya ha logrado esto se dice que posee resiliencia, a la que Satir (1983), citado por Ariza (2002), define como “cuando las familias logran afrontar las transiciones naturales y eventos catastróficos, y crecer a través de ellos”.

Hernández (1997) es otra autora que está de acuerdo al afirmar que “las personas cuentan siempre con capacidades suficientes para aprovechar los momentos difíciles como un trampolín para avanzar en su propio proceso evolutivo”, sin embargo, esto no es garantía de que la familia se adapte para funcionar de tal manera que favorezca su propia evolución y logre su propio bien. Ella misma da un ejemplo de esta situación al referirse a “una relación simbiótica, donde uno de los cónyuges deja de ser él mismo, para plegarse a la manera de ser y a los deseos del otro, quien a su vez está convencido de que sin él, su compañero sería incapaz de desenvolverse solo adecuadamente. En estas parejas, la relación se sostiene, en buena medida, por la persistencia de un temor infantil al abandono en el cónyuge que asume la posición pasiva, mientras en el otro hay una mezcla de temor a causarle daño a su frágil compañero, con una imagen de sí mismo como alguien más hábil, fuerte y capaz de hacerse cargo de todo”.

Por esta razón el mantenimiento de la pareja y posteriormente de la familia a través del tiempo es algo particular y diferente en cada caso, aunque se comparten características generales para enfrentarse a las adversidades, así que se puede concluir que el tener los recursos no garantiza la forma en que la familia los usará.

Después de analizar la pareja en cada una de sus dimensiones y aspectos, se puede ver que aquella unión nos da la posibilidad de la existencia de una futura familia. Dos personas que lógicamente se quieren, comprenden, confían el uno en el otro, tienen metas similares, que han compartido experiencias, que conocen las expectativas de cada uno, que han superado obstáculos, etc.; a través del tiempo van creando un proyecto de vida juntos que no deja de lado la posibilidad de conformar una familia, núcleo de la sociedad y del desarrollo del ser humano.

Es importante considerar diversas definiciones de familia de algunos autores las cuales podrían darnos una visión más clara de los conceptos que se trabajarán y por supuesto de lo que significa la familia:

Nelly Rojas (1998) considera a la familia como un organismo en constante cambio influido por el ambiente y que atraviesa diferentes etapas del ciclo vital, en donde cada miembro está expuesto a modificaciones de roles y patrones para encontrar equilibrio en el sistema.

Para Goldenberg y Goldenberg citado por Hernández (1992) la familia es el sistema social y natural con características propias como el desarrollo de roles y las reglas de relaciones.

Según Martín – Baró (1989) citado por Moreno (1997) la familia es quien hace cumplir las normas establecidas por la sociedad, las vuelve propias, posibilita su satisfacción y la reproducción del orden social de donde surgen. Es el grupo primario por excelencia, núcleo donde se gesta la identidad personal y social de las personas. La pareja es el centro del sistema familiar. El subsistema social de personalidades interactuantes, en donde cada uno de sus integrantes se vincula por medio de reglas y rituales compartidos, interactúa como micro grupo con un entorno familiar con factores biológicos, psicológicos y sociales (De la Revilla 1994; Boss citado por Hernández 1991).

Para Hernández (1998) la familia es el constructo cultural de valores sociales, religiosos, tradicionales y políticos, puestos en acción por sus miembros. La identidad que se crea y la familia evoluciona por el influjo cultural, éste le permite reformularse, reformular la cultura y tradición y cambiar la sociedad. También es un conjunto de relaciones emocionales de los miembros a través de la interacción. Es un espacio donde

se aprende a amar y sentimientos como el miedo, rabia, tristeza, alegría, pues es un ambiente protector, íntimo y de afecto incondicional entre sus miembros. Es un sistema social natural, sistema a medida que está formado por una red de relaciones, natural pues responde a las necesidades biológicas y psicológicas, y con características propias pues no hay otra instancia social que haya logrado reemplazarla.

Según la Escuela de Milán, la familia es el fundamento de la vida social, principal vehículo de transmisión de la cultura, forma la personalidad, desarrolla la afectividad, el estilo de comunicación, la forma de relacionarse y la capacidad de asumir responsabilidades, se forja la conducta, el sistema de valores, creencias y actitud ante la vida (Ferrer y Belart, 1998).

Por otro lado, hay que tener en cuenta que no siempre en las familias todo es felicidad, hay muchas dificultades, ya sean económicas, de enfermedad, catástrofes naturales, encuentro de opiniones, infidelidad, etc., es decir problemáticas que pueden surgir desde la familia o venir de afuera, pero que de igual manera afectan a ésta y a su funcionamiento llegando a una crisis, la cual si no es manejada de la mejor manera y a tiempo, puede traer terribles consecuencias, hasta llegar a la total dispersión de la familia.

Todas estas situaciones problema son conocidas como demandas, Hernández (1998) las define como situaciones o procesos que producen o inducen a un cambio en la familia percibido como amenazante, frente al cual se deben aportar capacidades que ayuden a controlar la demanda. El choque se da cuando la familia no logra un equilibrio entre las demandas y las capacidades para enfrentarlas. La tensión se genera por el esfuerzo mismo que la familia hace para lograr el ajuste y adaptación. Una definición de tensión ha sido dada por Pittman (1990), es una fuerza que tiende a distorsionar, las

tensiones son, de algún modo, específicas de cada sistema, es decir que lo que es tensionante para una familia puede no serlo para otra. Puede definirse también de acuerdo con varios parámetros: si es manifiesta u oculta, aislada o habitual, permanente o temporaria, real o imaginaria, universal o específica, y se considera como un producto de fuerzas intrínsecas de la familia o de fuerzas extrínsecas que están fuera de su control. Si una tensión es manifestada, la familia puede unirse y los de afuera ofrecer ayuda, si es oculta nadie se entera y por lo tanto nadie puede ayudar. Las tensiones pueden surgir desde dentro de la estructura familiar, o una familia puede encontrarse en una situación tensionante provocada por fuerzas exteriores a ella. Cuando la tensión se define con claridad, se torna tangible y específica, y ello señala el camino hacia el cambio. Cuando la tensión es confusa, la crisis se extiende sin necesidad y se vuelve incontrolable.

Han sido dadas varias definiciones de crisis, según Maturana y Varela (1984) la Crisis se da cuando algún miembro o miembros sienten amenazada la organización familiar y la identidad del sistema (Droeven y Cols 1997). Para Patterson (1998) la crisis es el desequilibrio, cuando el número de demandas excede las capacidades existentes. Pittman (1990) la define como un estado de cosas en el que es inminente un cambio decisivo en un sentido o en otro. El punto de viraje en el que las cosas mejoran o empeoran. El proceso fundamental para la comprensión del cambio y por lo tanto de una terapia.

Consideramos importante aclarar que el hecho de que haya crisis no significa que deba entenderse siempre como algo negativo, también tiene un componente positivo, ya que como dice Pittman (1990) no es posible lograr ningún cambio sin crisis, el cambio

puede favorecer el mantenimiento y mejora del funcionamiento de la familia. La respuesta natural de las familias es demorar el cambio, o incluso castigarlo y evitarlo.

Los problemas surgen cuando una parte de la familia trata de impedir la crisis en lugar de definirla y adaptarse a ella.

En relación con esto, según Maturana y Varela (1984) hay 2 formas de dinámica de cambio de los sistemas humanos en crisis:

- La crisis sobreviene cuando las demandas superan la capacidad para enfrentarlas y sólo cuando desarrolle nuevas capacidades de afrontamiento se dará nuevamente la adaptación.
- La crisis sobreviene cuando se ve amenazada la organización, generando poder crear cambios estructurales para la supervivencia del sistema.

En el contexto colombiano Rojas (1986) dice que la familia colombiana experimenta cambios cada vez más desde la segunda mitad del siglo XX: en primer lugar, su radio de influencia se disminuye, fortaleciéndose el del individuo con base en su trabajo, competencia personal o habilidad técnica con un soporte cada vez menor del grupo familiar, lo cual ha presionado a los jóvenes hombres y mujeres hacia una mayor libertad e independencia de la familia y ha afianzado las relaciones de eficacia y profesionalismo.

La familia en Colombia, en cualquiera de sus tipologías, ha experimentado una crisis muy compleja, a lo largo de las últimas décadas, interpretada por algunos como un proceso de destrucción, pero que en sentido más objetivo puede ser apenas un proceso evolutivo inducido por las grandes transformaciones de la época actual.

Para Falicov (1988), una familia en crisis ha perdido la capacidad de restablecer el equilibrio y padece, en cambio, una necesidad constante de adaptarse cambiando las

pautas de interacción entre sus miembros. El estrés no produce necesariamente una crisis pues ésta ocurre cuando la familia ya no puede acceder a sus recursos y utilizarlos de manera tal que controlen y contengan las fuerzas propulsoras del cambio. El estrés familiar (no es el estresor) se define como un estado derivado de un desequilibrio, real o percibido, entre la demanda (p.ej., desafío, amenaza) y la capacidad (p.ej., recursos, manejo) en el funcionamiento de una familia. Cuando el desequilibrio obedece a que las demandas exceden los recursos, es un estado de hiperestrés; a la inversa, cuando el desequilibrio se debe a que los recursos exceden las demandas, la familia experimenta un hipo estrés (McCubbin y Patterson, 1983).

Según Hernández (1997): hay dos factores que se convierten en demandas:

- La ocurrencia de estresores: son los eventos vitales en un momento específico y pueden producir cambios en el sistema familiar. Pueden ser de 2 tipos:

Normativos: cambios esperables

No normativos: ocurren súbitamente

- Las tensiones: están ahí y requieren un cambio para liberarse de ellas.

El estrés produce un desequilibrio moderado, en cambio la crisis implica un desequilibrio agudo (Hernández 1991).

Por esto los estresores familiares son las demandas sobre un miembro o sistema familiar que necesitan de una respuesta de la unidad familiar (Demi, Bakeman, Moneyham, Sowell y Seals 1997).

Falicov (1988) identificó los estresores que se dan con mayor frecuencia en las familias entre ellos están las tensiones financieras, intra familiares (p.ej, el tiempo que pasa el padre fuera del hogar, los conflictos conyugales, los quehaceres inconclusos),

trabajo-familia (p.ej., mayores responsabilidades laborales), enfermedades, conyugales, embarazo, transiciones de la familia (p.ej., la llegada y el alejamiento de los hijos).

Con todos estos factores, Rojas (1986) describe como la sociedad se enfrenta a un grave problema por los complejos factores de tipo externo e interno, económicos, socio-culturales y educativos, la ausencia de salud, y de oportunidades de trabajo que lesionan profundamente las bases de cualquier grupo familiar. En un país como Colombia donde la estructura económica está en crisis, la desintegración de la familia es una consecuencia esperable.

A continuación se hace una descripción de las cuatro categorías de crisis planteadas por Pittman (1990) basándose sobre todo en la naturaleza de la tensión:

- Desgracia inesperada: la tensión es manifiesta, aislada, real, específica y extrínseca. Los rasgos más importantes de la tensión inesperada son que la tensión es obvia y que surge claramente de fuerzas ajenas a la familia. El peligro de las desgracias inesperadas reside en la búsqueda de culpables, en el esfuerzo por encontrar algo que alguien podría haber hecho para evitar la crisis.
- Crisis del desarrollo: son universales y, por lo tanto, previsibles. Pueden surgir a partir de factores biológicos y sociales, más que de la estructura familiar. En cada estadio de desarrollo es inevitable una crisis de algún tipo. A las crisis de desarrollo no se les puede detener ni producir prematuramente; solo se las puede comprender, apaciguarlas y coordinarlas con todas las otras fuerzas que operan en la familia. En el matrimonio hay fases esperables, y uno de los cónyuges tiende a entrar en ellas primero, luego ambos experimentan distancia y conflicto, como si avanzaran en diferentes direcciones. Cuando ocurre una crisis de

desarrollo en el matrimonio, debe negociarse todo. Lo que emerge de ello es un matrimonio por completo diferente.

En una crisis de desarrollo, el diagnóstico cumple un papel muy calmante y normalizador, y permite que ambos cónyuges se tomen el problema de modo menos personal.

- Crisis estructurales: las puras son aquellas crisis concurrentes en las que se exacerbaban de manera regular determinadas fuerzas dentro de la familia. Aunque estas sean tensiones extrínsecas, la crisis es en esencia una exacerbación de una pauta intrínseca.

En las crisis estructurales la tensión puede ser manifiesta, pero es mucho más probable que la crisis surja a causa de tensiones ocultas.

La mayoría de las familias verdaderamente patológicas padecen crisis de tipo estructural.

Los cónyuges estructuralmente frágiles suelen sufrir del mal trato del pendenciero y quejarse de su tiranía pero lo protegen.

- Crisis de desvalimiento: ocurren en familias en las que uno o más de sus miembros son disfuncionales y dependientes. El miembro funcionalmente dependiente mantiene amarrada a la familia con sus exigencias de cuidado y atención. La crisis de desvalimiento más grave tiene lugar cuando la ayuda que se necesita es muy especializada o difícil de reemplazar. La más típica y obvia se origina en el trato con personas cuya incapacidad física o mental es reciente y aún no ha sido del todo aceptada. Por lo general, en los matrimonios de larga data ambos tratarán de mantener unida a la pareja, al menos después del primer episodio sicótico.

- Crisis de hechos de la vida: hay por lo menos tres crisis separadas de la mediana edad, y con frecuencia se las confunde. La del “nido vacío”, la más dramática, la de los “hechos de la vida”, la conciencia de la mortalidad y el proceso de crecimiento, y la de “alcanzar la cumbre” con la idea de que a partir de entonces se va cuesta abajo.

Después de describir los tipos de crisis, nos gustaría tocar más a fondo algunos factores que han sido causas para el aumento de las separaciones en los últimos años. Nelly Rojas (1998) dice que el aumento de las separaciones se relaciona directamente con el acceso de la mujer a lo profesional y al mercado laboral, esta inserción de las mujeres en lo público modificó valores como la debilidad, vulnerabilidad e inferioridad, lo que la llevó a reconocerse mejor a sí misma como un sujeto que construye un proyecto de vida con metas propias, con los métodos anticonceptivos tiene un control en el ejercicio de su sexualidad y procreación, lo que permite relaciones igualitarias y con la libertad de decidir si sostener o no un vínculo (Rico y Cols 1999), y, el aumento de las separaciones también está relacionado con la disminución de la familia extensa e influencia de la iglesia que no evita los rompimientos. La mujer vive en un conflicto de roles pues por lo general se educa en el machismo y la nueva cultura le exige otra perspectiva. Hay parejas que intentan adaptarse a las exigencias socioculturales relacionadas con los roles de género equilibrando las cargas, pero en las que no lo logran se producen conflictos, violencia intrafamiliar y rupturas.

Todo esto puede estar muy relacionado con la cantidad de separaciones de los últimos años, del mismo modo los problemas de comunicación, expectativas irreales, relaciones extramatrimoniales, maltrato (violencia), conflictos sexuales, motivos socioculturales y socioeconómicos, y el que la mujer haya entrado en el campo laboral,

cuestiona la forma de equilibrio tradicional, lleva a una disfunción de la pareja o la familia, pues se dedica más tiempo al trabajo que al hogar.

Otro de los factores que conduce a una separación es la Infidelidad, y actualmente es otro de los más comunes, para Pittman (1990), tanto los terapeutas de familia como la sociedad presumen, por alguna razón, que es causada por fuerzas internas del sistema conyugal. El acto de infidelidad va seguido de un sentimiento de culpa y temor, que se convierte prontamente en ira contra el cónyuge y un esfuerzo por justificarse y culpar al otro.

Muchos casos ocurren en el último año del matrimonio. Se discute si fue el deterioro del matrimonio el cual provocó la aventura amorosa, o viceversa.

Algunas infidelidades son ocasionales e infrecuentes (aventuras aisladas), otras constituyen una pasión intensa, fuera de lo común, que amenaza al matrimonio y se parece al amor (aventuras de desvalimiento, enamoramiento).

Si un cónyuge prevé que el otro va a serle infiel se vería enormemente entorpecida la confianza e intimidad del matrimonio. Si un cónyuge está cansado del matrimonio, pero no está del todo seguro de llevar adelante una separación o divorcio, podría optar por una aventura para romper la atadura del mismo.

Una aventura amorosa puede ser un mensaje dirigido al cónyuge: un pedido de mayor atención o una sugerencia sobre cómo le gustaría que fuese o un esfuerzo por exasperarlo hasta hacerlo abandonar el hogar.

Quienes se vuelven adictos al estado de enamoramiento, probablemente no quedarán satisfechos por mucho tiempo con el matrimonio ni con una aventura amorosa, y necesitarán cambiar de pareja a intervalos regulares.

Algunas personas tienen amoríos por simple curiosidad. Tras varios años de fidelidad, en una sociedad sexualmente estimulante quieren averiguar qué se están perdiendo.

Estos matrimonios pueden tener abrumadores problemas interaccionales, o solamente un problema sexual irresoluble. Cada situación es distinta, pero la aventura amorosa se origina directamente en la estructura del matrimonio.

Otras de las causas que pueden conducir a la separación son la violencia intrafamiliar, el desempleo y las nuevas organizaciones de las familias.

En cuanto a la violencia intra familiar, en nuestro país constituye una problemática social la cual según las estadísticas va en aumento ocasionando familias disfuncionales, ya que la violencia se manifiesta a nivel psicológico, físico, económico y social y sus múltiples problemáticas conllevan a la desesperanza en unos casos, producto de la no solución de los conflictos o a la separación, entre otros. Según datos del DANE, mientras en 1996 se separaron 9.746 familias de 1999 a Septiembre de 2000, se habían separado 26.442 y según funcionarios de ésta entidad: “las uniones se deshacen con la misma rapidez y facilidad con que se hacen”.

Con respecto a la problemática del desempleo un grupo de investigación de la Universidad Externado de Colombia (Zamudio y Rubiano) afirma que las presiones económicas son condiciones que aseguran el deterioro de la relación conyugal generando diferentes formas de violencia, comportamientos y conductas irresponsables, como no cumplir con las obligaciones de sostener el hogar.

Para Ardila (1987) el desempleo disminuye el propósito de la vida haciendo que la persona se considere inútil e improductiva, pues pierde status y jerarquía social, lo cual puede ocasionar traumas, malestar y/o frustración psicológica.

Entra en una etapa de aislamiento social al perder contacto con compañeros, y la vida se limita a la familia, los vecinos.

Según Jahoda (1982), el factor económico influye psicológicamente, una persona con escasez de dinero refleja un comportamiento moral, resignación, desprecio de sí mismo y apatía. Con esto Guerrero y Gaviria (1980) citados por Pacho de Galán (1981) ven que el problema de la salud mental de los colombianos no es la esquizofrenia, alcoholismo ni la epilepsia, la neurosis general es por el desempleo que se traduce en depresión, baja autoestima, falta de control personal, consumo de drogas, deterioro de las relaciones familiares, interpersonales, etc.

Otra de las causas para la separación es la nueva forma de organización de las familias, y las respuestas psicosociales ante ellas. Lucy Gutiérrez (1998) comenta cómo el deterioro progresivo de los valores en la sociedad afecta a la familia lo cual se refleja en diferentes formas de organización: uniones sucesivas, varias figuras parentales (padrastrós, madrastras, medios hermanos) conformando el “hogar” en donde no existe o percibe claramente la vinculación afectiva, no hay normas claras, valores, modelos de identidad, procesos de socialización pobres que no ayudan al crecimiento personal-social del niño y la familia. Por esto la respuesta psicosocial del niño es estrecha con lo que la cultura le transmite, generando violencia y agresión, participación en pandillas, conductas patológicas sociales y sexuales, todo esto para huir del maltrato que le dan los adultos y la sociedad.

Pero cuando el matrimonio ante estas dificultades no encuentra una posible solución, decide optar por el divorcio, la cual también en algunos casos es una sana solución, Segura (1999) lo ve como una solución social y psicológicamente aceptable para la

sociedad y personas en general, no es necesario estar toda la vida en infidelidad y desamor.

Como se logro observar, la familia a veces ante momentos de tensión puede optar por soluciones radicales como el divorcio, la infidelidad, irse de la casa, entre otras, que no solucionan realmente el problema, sino que lo convierten en una total disolución de la familia.

Afortunadamente existen para las familias unos recursos, estrategias o capacidades que les permite hacer frente a estos momentos de crisis que amenazan con destruirla, y que son una oportunidad para no dejarse hundir en las dificultades, y para verlas desde una perspectiva en que pueden ser muy provechosas para el fortalecimiento tanto individual como de toda la familia en grupo.

Estos recursos han sido definidos por Patterson (1998) como la característica, rango, competencia, o valor de los miembros, familia o comunidad, puede ser tangible o intangible.

Otras definiciones de recurso han sido dadas por:

- Mc Cubbin (1991) que lo define como lo directamente relacionado con la integración (sentido de coherencia y unidad de intereses comunes) y adaptabilidad familiar.
- Cavan y Rank (1983) y Llos (1946) citados por Mc Cubbin (1991) el recurso es la ayuda que se le da a la familia para cumplir ciertas metas, satisfacer necesidades emocionales y físicas.
- Para Otto (1963) citado por Mc Cubbin (1991) es la lealtad, cooperación, bases emocionales fuertes, respeto mutuo, flexibilidad de roles, habilidades para crecer a través de los niños, comunicación afectiva, escucha sensitiva, necesidades

espirituales de la familia, habilidades para mantener relaciones con el exterior, buena salud, entendimiento, amor y participación activa en la comunidad.

- Burr (1973) posteriormente amplió la definición de recursos por la de variación en la habilidad familiar para prevenir que un evento estresor o de cambio del sistema social familiar, cree alguna crisis en el sistema.
- Para Falicov (1988) los recursos familiares incluyen factores tales como el orgullo y acuerdos familiares y los recursos conyugales comprenden áreas como la comunicación, resolución de conflictos y relaciones sexuales, entre otras.
- Hernández (1991) define los recursos familiares como los mecanismos adaptativos de compensación y apoyo, ayudas o soporte que la familia aporta en las necesidades de cualquier miembro del sistema en situación de conflicto o estrés para mantener la homeóstasis familiar.

Los recursos pueden ser de diferentes tipos:

- Mc Cubbin (1980) al revisar investigaciones sobre estrés en la pasada década, delineó cuatro tipos principales de recursos: 1) Recursos personales; 2) Apoyo social; 3) Competencia y 4) Recursos internos del sistema familiar.

Hernández (1997) planteó los siguientes:

- Individuales: a los que puede acudir la familia, tales como la inteligencia, conocimiento y habilidades, rasgos de personalidad (humor, versatilidad, etc.), salud física, autoestima o juicio positivo.
- Familiares: cohesión (vínculo de unión familiar), confianza, aprecio, apoyo integral y respeto a la individualidad, adaptabilidad (Patterson (1998), ingresos y bienes, comunicación, orgullo familiar, estructura y organización familiar.

El concepto de estrategia fue entendido por Hernández (1991) como la forma en que el sistema moviliza los recursos para enfrentar la situación estresante.

Por esta razón el tener los recursos no garantiza la forma en que la familia los usará. Las estrategias de afrontamiento son las formas en que la familia enfrenta las dificultades, usando sus recursos internos y teniendo en cuenta el sentido que se le da a las demandas y estresores (Hernández 1997).

Los tipos de estrategias de afrontamiento planteados por MC Cubbin, Larsen y Olson (1985) son:

- Internas: reconocimiento y aplicación de los recursos existentes en la propia familia. A través de la Estructuración, que es la habilidad para redefinir las experiencias estresantes para que sean más aceptables y manejables, y a través de la Pasividad, que es la respuesta no activa ni eficiente para la solución del problema.
- Externas: búsqueda de apoyo social, los recursos de familiares, amigos y vecinos. A través de la Búsqueda de apoyo espiritual (actividades y fe de cada familia) y por la Movilización familiar para recibir apoyo profesional y servicio de la comunidad.

Según Hernández (1991) las familias responden a los estresores conforme a un contexto externo o “ecosistema” (no tiene control de éste pues comprende lo económico, cultural, evolutivo, genético e histórico) y a uno interno (comprende lo estructural, psicológico y filosófico, en lo cual ejerce cierto control).

Las capacidades según Hernández (1998) son potencialidades que la familia tiene para enfrentar un problema. Los individuos de la familia aportan recursos como la inteligencia, habilidades y conocimientos, y la familia como unidad aporta recursos y capacidades como cohesión y capacidad de adaptarse. Y en la comunidad encontrará recursos como el apoyo social. Pueden ser de dos tipos: los recursos o lo que la familia tiene, y las estrategias de afrontamiento o lo que la familia hace.

Según el Modelo Circumplejo de Olson, la dinámica familiar tiene 3 dimensiones: Cohesión, Adaptabilidad y Comunicación.

La Cohesión es el vínculo emocional de la familia, se ve a través del apego emocional, los tipos de límites, subsistemas de la familia, cohesiones entre ellos, tiempo, espacio, amigos, intereses y recreación y participación en la toma de decisiones.

Según Polaino – Lorente y Martínez (1998) la cohesión se divide en 4 niveles:

- Desligada: la de menor grado en cuanto a intensidad.
- Amalgamada: de menor intensidad.
- Separada: intensidad intermedia.
- Conectada: intensidad intermedia.

Estos niveles surgen de la combinación de 6 variables:

- Vinculación: grado de intimidad, interés y cuidado, la familia puede reconocer telepática o intuitivamente sentimientos, pensamientos y fantasías del otro.
- Límites: un parámetro útil, cuando son difusos puede haber coaliciones.
- Intereses: recreación (cantidad y calidad de tiempo y espacio que cada miembro comparte con los otros)
- Tiempo: espacio

- Toma de decisiones: proceso mediante el cual el sistema decide que necesidades deben cubrirse y en qué orden, para lograr el equilibrio.

Para Olson los niveles moderados o intermedios facilitan el funcionamiento familiar, los extremos son dificultosos.

Según el Modelo de Olson el ajuste y la adaptación son fases separadas por la crisis. El ajuste es un período relativamente estable, en donde sólo hay cambios menores, es un intento de la familia por afrontar demandas con sus capacidades existentes dentro de patrones predecibles y estables. Y la adaptación es cuando la familia intenta restaurar el equilibrio con nuevos recursos, conductas de afrontamiento, reduciendo demandas y cambiando la visión de la situación (Patterson 1998). La Adaptabilidad es la habilidad del sistema para modificar su estructura de poder, las reglas, roles, la relación entre los miembros, dependiendo de las demandas situacionales y del desarrollo del ciclo vital. Se evalúa con base en: el estilo de liderazgo y forma de ejercer control los padres, manejo de disciplina, forma de tomar decisiones y resolver conflictos, claridad de asignación de roles y tareas, y flexibilidad en las reglas.

Para Falicov (1988) la Adaptabilidad familiar es la capacidad de un sistema conyugal o familiar de cambiar su estructura de poder, relaciones de roles y reglas de relación, en respuesta al estrés situacional o evolutivo.

Hay 4 niveles de adaptabilidad según Olson:

- Rígida (muy baja adaptabilidad), estructurada (baja moderada), flexible (moderada a alta) y caótica (muy alta).

Según Polaino – Lorente y Martínez (1998) los 4 niveles se componen por 3 variables:

Poder en la familia: tiene como fin mantener el sistema y su adaptación a nuevas demandas del medio (Robayo, 1991 citado por Guevara 1997). Hace que la familia se organice y jerarquice lo cual contribuye a la disciplina, satisfacción de necesidades y mantenimiento de la homeóstasis.

- Estilo de negociación: la familia elige el mejor plan de trabajo o alternativa de acción, y el mejor miembro para llevar a cabo la solución. (Hernández 1989)
- El rol: por la cual el sistema familiar responde a expectativas de acción, y las conductas de cada miembro se califican por reglas.

La Comunicación según Fernández (1997) es el fenómeno transaccional en que se influyen o afectan recíproca o mutuamente a las personas involucradas.

Para De la Revilla (1994) de la manera en que los miembros se intercomunican depende en gran medida el funcionamiento de la familia. Los padres son los encargados de transmitir los canales de comunicación a los hijos.

A través de la comunicación se transmiten normas y reglas de comportamiento que permiten vivir en armonía.

Según Watzlawick (1991) los tipos básicos de la comunicación son:

- Digital: se comparte información sobre objetivos, ideas y conocimiento.
- Analógica: se comparten y expresan afectos y emociones.

La Comunicación en la familia según Jorgenson en Pakman (1997), sirve para validar definiciones y supuestos fundamentales en lo referente al mundo social y modo en que se ve a si mismo ya que la familia provee “lugares sociales claves para esos procesos”.

La comunicación conyugal es otro tipo de comunicación que influye definitivamente en como los hijos se comuniquen y manejen sus relaciones, ya que sus padres son el ejemplo más cercano a seguir.

Para Belart y Ferrer (1998) la comunicación conyugal es la habilidad que se aprende en la familia. Es el proceso de interacción para una relación significativa.

Intervienen en ella dos aspectos:

- Verbal: información que se dice (lo transmitido).
- No verbal o analógico: cómo se dice (lo entendido). El primero va acompañado inevitablemente del segundo.

En este proceso intervienen algunos factores: cuerpo, sentidos, mente, capacidad de hablar, palabras, afectividad, valores y expectativas.

Para Olson la comunicación conyugal es el vínculo por el cual operan la cohesión y adaptabilidad.

Tiene dos aspectos:

- Apertura: confianza al expresar ideas y sentimientos.
- Interferencias: problemas que bloquean la comunicación y perturban el clima de confianza, generan rechazo, irritabilidad, desconfianza, recelo y suspensión del diálogo.

Con relación a todo lo propuesto anteriormente, afirma Pittman (1990) que las familias equilibradas modificarán su cohesión y adaptabilidad para manejar las situaciones de estrés y el cambio evolutivo, en tanto que las familias extremas se resistirán a cambiar con el tiempo.

Para concluir este capítulo hay un concepto que no se puede dejar de lado, la Resiliencia, según Satir (1983) es cuando las familias logran afrontar las transiciones naturales y eventos catastróficos, y crecer a través de ellos, lo que no logran otras familias que se rinden y bloquean ante las dificultades.

Estas familias que logran llevar a cabo este sano proceso de afrontamiento, se puede pensar que lo pueden hacer es gracias a las fortalezas familiares que poseen, Hernández (1989) las describe como aquellas cualidades tales como el respeto mutuo, un sentido de unidad, valores claramente expresados, comunicación efectiva, apoyo emocional, buenos patrones de comunicación, tiempo que pasan juntos, tener un alto grado de orientación religiosa, tratar las crisis de manera positiva, estar comprometidos entre sí, mostrar una honesta apreciación de cada uno, entre otras, que contribuyen al éxito de las relaciones maritales y familiares.

## JUSTIFICACION

Es necesario plantear en primera instancia la relevancia del presente estudio dentro del marco social del contexto colombiano, tomando como eje fundamental de la sociedad la familia. El subsistema básico de una familia es la pareja y como un punto clave del desenvolvimiento de ésta, las distintas crisis por las cuales atraviesa y las estrategias de afrontamiento que utiliza para salir adelante y fortalecer el adecuado desenvolvimiento tanto individual de sus miembros como colectivo teniendo en cuenta su carácter de grupo.

Las mayores demandas provenientes del contexto social colombiano que afrontan las parejas y las familias son el desempleo; originándose éste en factores como el crecimiento demográfico, la alta tasa de natalidad en bajos estratos sociales, el incremento en la esperanza de vida, y la discriminación al género femenino. De igual manera, las movilizaciones sociales causadas por la violencia, así como también la influencia de los medios masivos de comunicación y consumo, y la nueva constitución de 1991; específicamente los cambios realizados en la constitución para facilitar los procesos de divorcio, sean naturales o jurídicos, han aumentado las posibilidades de generar problemas al interior de la parejas y las familias, tales como separaciones, conflictos, infidelidad, etc.

En primera medida, la situación actual del país muestra que Colombia en cuanto al crecimiento demográfico; se encuentra en vía de desarrollo y lo hará por lo menos hasta el 2050, especialmente se ha expandido en la población adulta y se ha generado una tendencia al envejecimiento. Esto ha generado efectos sobre la población en edad de trabajar (de 15-59 años), ya que al existir mayor cantidad de personas que necesiten empleo, habrán menos oportunidades para laborar (DANE, 1991) lo que desencadenará

en la pareja crisis económica y conjuntamente estrés y conflictos internos (Jahoda 1982. Ardila, 1987. Zamudio, Rubiano, 1994).

De otra manera, se evidencia en el país el descenso de las tasas de fecundidad y natalidad; aunque no es homogéneo, ya que en las zonas urbanas las tasas son más bajas que en las rurales, siendo más pronunciado en las regiones costeras del país. Además, las fecundidades más tempranas se concentran entre las mujeres sin ninguna educación y las más tardías entre aquellas con educación superior; hecho que se evidencio gracias a investigaciones realizadas por Profamilia en la década de 1990.

Por el contrario, en las ciudades se tiene mayor acceso al conocimiento de prácticas anticonceptivas (Zamudio, Rubiano, 1994), cuyo uso generalizado, y la creciente separación entre sexualidad y reproducción, han producido cambios que han contribuido a la transformación de la familia colombiana. El conocimiento de dichos métodos y su adecuado uso por parte de las mujeres no garantiza el comportamiento preventivo que deberían adoptar; lo cual se ve reflejado en embarazos no deseados. Además, el uso de los métodos anticonceptivos ha aumentado los índices de esterilización y la sensibilización de las mujeres frente a los efectos secundarios del uso de métodos modernos (píldora e inyecciones).

Esto permite concluir que entre más bajo estrato social y menor educación tengan, más rápido se forman las parejas con hijos y a la vez es más urgente la necesidad de entrar al mercado laboral y producir; ocasionándose internamente estrés y conflictos por la presión de sobrevivir.

Así mismo, la mortalidad, al igual que la fecundidad se encuentra descendiendo, una explicación a esto es el desarrollo industrial del país, en avances como planeamiento ambiental (acueductos, alcantarillados, programas de saneamiento ambiental), atención

primaria en salud (vacunación, atención prenatal) y otros como el montaje de un Sistema Nacional de Salud y de Seguridad Social.

Se encuentra que las mujeres tienen un mayor promedio de vida que los hombres (DANE, 1991) y una de las razones es el aumento de la violencia que afecta en mayor medida a los hombres jóvenes; las causas de la muerte para 1990 expresan la gravedad de los conflictos sociales y políticos vividos en el país (Profamilia, 1991); hecho que continua siendo preocupante en la actualidad, mas de 10 años despues de dichas investigaciones.

En cuanto a la participación económica, se observa que la tasa de participación de mujeres está aumentando en proporción de la de los hombres, sin embargo, en periodos de crisis económica, el desempleo afecta en mayor medida a las mujeres (Rubiano, 1992). Además, se evidencian claramente las diferencias de salario entre hombres y mujeres, en todas las posiciones ocupacionales (Rodríguez Edmundo, 1988). Por otro lado, las personas que alcanzan bachillerato o realizan universidad incompleta encuentran mayores tasas de desempleo, que las que no tienen ninguna educación o apenas primaria (Zamudio, Rubiano, 1994).

Actualmente, es el sector informal el que genera la mayor parte del empleo. Cerca de la mitad de los trabajadores labora en este sector en condiciones inestables y al margen de los sistemas de seguridad social. Las mujeres tienen mayor participación en este tipo de actividades que en el sector formal, al igual que los jóvenes y los mayores y aquellos con escasa calificación. No obstante que los trabajadores informales tienen una intensidad de trabajo semanal, semejante y a veces superior a la de los trabajadores del sector formal, apenas reciben el 68.5% de los ingresos del sector formal, porque en este sector la productividad del trabajo por ocupado es cuatro veces menor que en el sector

formal. Para las mujeres, especialmente, el sector informal ofrece una alternativa de integrar, de manera más o menos eficiente, las responsabilidades domésticas y de crianza con las laborales.

Por otro lado, el país en menos de cuarenta años se ha caracterizado por tener un proceso de movilidad social en la orientación rural urbana; dirigidas especialmente a las ciudades intermedias, lo cual ha producido un cambio en la estructura de clases tanto así, que implica la casi desaparición de algunos sectores sociales y el surgimiento de otros.

El sector urbano está habitado en su mayoría por los sectores medio-bajos. “El estudio sobre separaciones conyugales en Colombia reporta 45.2% de la población en este estrato. La presencia tan amplia de estos sectores bajos le imprime a la vida urbana características bien definidas. Son sectores con amplias expectativas con respecto al consumo, moldeados por la cultura de los enlatados de la televisión, con no muy claras posibilidades de trabajo y con mucho afán de ascenso económico.” (Zamudio, 1994).

Estas migraciones se deben principalmente a la violencia económica y política que vive actualmente el país, afectando en su mayoría a la población en edad de trabajar. En este proceso de concentración urbana lo más notorio es el desequilibrio entre géneros; en 1990 había en Bogotá 129 mujeres por cada 100 hombres. Además, la presencia de mujeres jóvenes es mayor; evidenciando que entre las mujeres que buscan empleo en las principales ciudades, el 70.6% tenía en 1990 entre 15 y 30 años (Zamudio, 1994). Mostrándose de esta manera cuan difícil resulta la situación económica para las parejas que están formando un hogar, sobrellevando así estrés y conflictos internos.

Otro de los factores externos que afectan la dinámica familiar es la influencia de los medios masivos de comunicación y el uso y abuso de drogas y sustancias psicoactivas.

Los medios masivos de comunicación afectan indirectamente el comportamiento de los miembros de la familia. Esta situación se ve con mayor frecuencia en familias de estratos bajos y medios quienes recurren a este tipo de medios en un porcentaje diario muy alto. Dentro de dichos medios se encuentra la televisión, cuya influencia se distingue en dos grupos: los programas (enlatados) y los comerciales. Los primeros, enmarcan la justicia, el heroísmo y el poder de la autoridad dentro de marcos de violencia como fuente de diversión y no de agresión. Los últimos, manejan mensajes subliminales generando consumo indiscriminado de determinados productos como alcohol, tabaco y demás.

La presencia de sustancias psicoactivas o drogadicción, son un factor asociado a las transformaciones y problemas de la familia por distintas vías y conceptos; por producción y distribución de la misma. En términos de descomposición social y cultural la distribución de la droga tiene mayores efectos dentro de la violencia intrafamiliar, involucrando a personas de distinto estrato social y aumentando el riesgo de violencia generada por conflictos personales que radican en aumento de consumo en personas con educación baja, problemas afectivos y familiares y situaciones económicas y sociales difíciles.

Las causas más frecuentes para que la familia consuma sustancias masivamente son: el impacto directo de la violencia, que implica el cambio de una zona rural a un lugar desconocido; generando así replantear las relaciones intrafamiliares, las costumbres, la cotidianidad y demás. La mayoría de dichas familias están lideradas por una figura femenina, cuando llegan a la ciudad deben vincularse a actividades informales debido a la marginalidad social, económica y jurídica.

Por otro lado, es importante referirse a la influencia que tienen los sectores emergentes en la dinámica social actual. Los sectores emergentes se conformaron debido a la vinculación de rápidos procesos de enriquecimientos por vías alternativas como la corrupción, el narcotráfico y el contrabando; produciéndose así cambios en la valoración del trabajo, de la vida, del derecho, de los hábitos, del poder y generando nuevas formas de violencia, reafirmando socialmente la ganancia diaria y el sentido de oportunidad, (Zamudio, Rubiano, 1994).

“La combinación de distintas formas de lucha económica ha llevado a la institucionalización de la violencia como fenómeno cultural. Las fronteras entre una y otra forma de violencia se hacen cada vez más difusas y la violencia económica aparece mezclada a la delincuencia común y política” (Zamudio, 1994). Es el caso del narcotráfico el cual genera empleos directos como los sicarios y las “mulas” (Salazar, 1989).

Las parejas como las familias, se han visto afectadas enormemente por la violencia social y económica a tal punto, que algunas para sobrevivir se someten también a formar parte de esta clase de vida. Por otro lado, es preciso señalar el contexto político, de manera específica: la Constitución de 1991; la cual genera diversos cambios para la sociedad colombiana, en especial para uso de la investigación y los temas relacionados con la familia.

A partir de los cambios realizados en la constitución de 1991, se genera en el país una transición hacia la descentralización, cuyo objetivo es obtener una mayor autonomía por parte de los municipios y departamentos. Este proceso de descentralización se constituye en la estrategia más favorable para abordar los problemas de familia; ya que permite desarrollar tanto el conocimiento de las fortalezas culturales de cada tipo de familia,

como la creación de estrategias para el apoyo y atención de éstas, respondiendo así a las especificidades regionales (Zamudio, Rubiano, 1994).

Un cambio fundamental de la constitución, al afirmar que “la familia se constituye también por la voluntad responsable de conformarla” (Política de Colombia, 1991), fue haber protegido por la ley todos los tipos de uniones conyugales; sean establecidos por vínculos naturales (unión libre) o jurídicos (matrimonio civil y católico), generando así los mismos derechos y deberes para los hijos, sin importar la naturaleza del vínculo y reglamentándose la progenitura responsable (seguro social obligatorio) (Zamudio, Rubiano, 1994).

Finalmente, al analizar la nupcialidad en el contexto socio-político y económico colombiano actual, se encuentran cinco cambios importantes que generan reestructuraciones en la pareja y la familia: La homologación en la edad a la unión, el incremento de la unión libre y el matrimonio civil, el surgimiento de las uniones sucesivas y la secularización de las relaciones conyugales proveniente de la separación de poderes entre la iglesia y el Estado (Zamudio, 1991).

La homologación en la edad a la unión, da cuenta del incremento de las uniones entre parejas de la misma edad, en donde la mujer es mayor o ambos son mayores, considerándose anteriormente tardío, lo que muestra e implica cambios importantes de orden cultural en la relación de pareja. Anteriormente se establecía una relación patriarcal, lo cual evidenciaba una diferencia de los cónyuges a favor del marido, el cual definido socialmente, representaba el único proveedor del hogar.

La transformación del país y el replanteamiento del proyecto de vida de la mujer, ampliaron sus posibilidades y retardaron su unión, desplazando esta relación patriarcal autoritaria y sus antiguas responsabilidades frente al hogar. De esta manera, cada vez

más parejas pudieron compartir la responsabilidad económica del hogar, facilitando poco a poco condiciones para una relación más igualitaria de pareja, pero juntamente conflictiva, sumándole a esto, la intensidad y rapidez de los cambios ideológicos entre hombres y mujeres.

Por otro lado, se establece el divorcio (separación de cuerpos y de bienes) del matrimonio civil y católico (ley 1ª de 1976); el cual aumenta en la generaciones actuales. El surgimiento de las uniones sucesivas; muestra que casi la mitad de los hombres separados se ha vuelto a unir, por el contrario, la quinta parte de las mujeres lo hace. Las uniones sucesivas están transformando la dinámica de las relaciones familiares en el país, ya que se amplían éstas, con las familias de los nuevos cónyuges y los hijos de cada nueva unión. La presencia de estas redes familiares genera efectos distintos en la dinámica familiar de cada región y cada estrato social. En los dos extremos de la pirámide social y en las costas; constituye un espacio de socialización más amplio, sin embargo, en la zona andina y en los sectores medios constituye un factor de conflicto alrededor de competencias y dependencias económicas, afectivas y de tiempo (Lucy Gutiérrez, 1998).

Por último, se motiva la secularización de las relaciones conyugales proveniente de la separación de poderes entre la iglesia y el Estado: Para un país con más de 100 años de matrimonio católico indisoluble, casi como única opción, la unión libre estableció una importante fisura, especialmente cuando ésta comenzó a ser asumida por sectores medios altos. La necesidad de abrir otras opciones diferentes a la católica, generó a la vez espacios ideológicos y anímicos para la separación de los matrimonios tanto civiles como católicos.

Es así, como se pudo observar que la pareja y la familia, construyen realidades y se reestructuran, también por la inmersión de ésta en la cultura; viéndose modificadas sus pautas de relación y significados; algunas de las cuales como, la sexualidad, las relaciones de poder, la comunicación, y los roles desempeñados por cada uno etc. (Parada, 2002).

Por otro lado, la dependencia demográfica entendida como el peso que tienen los menores de quince años y los mayores de sesenta sobre la población de quince a sesenta años, se observa en un descenso; ya que anteriormente existía un dependiente por cada activo, y para 1990 aparecen 0.64 dependientes por cada adulto en edad de trabajar; siendo más alta en los sectores bajos. (Rubiano, Norma Tendencias Migratorias de la Fuerza de trabajo. Ministerio de Trabajo. Proyecto Col90/007. Bogotá, 1992). Así mismo, la dependencia económica, comprendida como el número de personas (de cualquier edad) por cada miembro económicamente activo, ha disminuido, pero no a la par con la demográfica como se espera, ya que intervienen otros factores más complejos, como por ejemplo el incremento en las tasas actividad económica (Rubiano, Norma. 1991. Proyecto Col 90/007, con base en Dane ENPL sept.1982-1986-1990).

En cuanto a la participación económica, se observa que la tasa de participación de mujeres está aumentando en proporción de la de los hombres, que está disminuyendo. “Entre los países de América Latina, Colombia presenta el más rápido incremento en las tasas de actividad económica femenina” (Rubiano, Norma, Análisis de la Oferta de Fuerza de trabajo y Proporciones. Colombia 1938-2000. Ministerio de Trabajo. Proyecto Col90/007. Bogotá, 1992). Sin embargo, en periodos de crisis económica, el desempleo afecta en mayor medida a las mujeres (Rubiano Norma. Efectos de la Apertura en la Demanda de Fuerza de Trabajo Femenina. Presidencia de la República. Proyecto Col

90/007). Además, se evidencia claramente las diferencias de salario entre hombres y mujeres, en todas las posiciones ocupacionales. (Rodríguez Edmundo, Análisis de la Situación Laboral del Profesional en Colombia. Ministerio de Trabajo y Seguridad Social. Bogotá, 1988. P. 36-37).

“Los avances en la educación, logrados por la fuerza de trabajo en general y de manera mucho más espectacular por las mujeres, no se traducen en ganancias importantes en cuanto al acceso a los puestos de trabajo. En cuanto a la edad, los jóvenes son los que más sufren discriminación en el empleo siguiéndole la población mayor de 40 años. (Rubiano, Norma. 1991. Proyecto Col 90/007, con base en Dane ENPL sept.1982-1986-1990).

Así mismo, el país en menos de cuarenta años se ha caracterizado por tener un proceso de movilidad social que ha producido un cambio en la estructura de clases tanto así, que implica la casi desaparición de algunos sectores sociales y el surgimiento de otros. El sector urbano está habitado en su mayoría por los sectores medio-bajos. “El estudio sobre separaciones conyugales en Colombia reporta 45.2% de la población en este estrato. La presencia tan amplia de estos sectores bajos le imprime a la vida urbana características bien definidas. Son sectores con amplias expectativas con respecto al consumo, moldeados por la cultura de los enlatados de la televisión, con no muy claras posibilidades de trabajo y con mucho afán de ascenso económico.” (Zamudio, Rubiano, 1994).

De igual forma, se muestra un gran porcentaje de las migraciones internas en la orientación rural urbana; dirigidas especialmente a las ciudades intermedias. Esto se debe principalmente a la violencia económica y política que vive actualmente el país. En

este proceso de concentración urbana lo más notorio es el desequilibrio entre géneros; en 1990 había en Bogotá 129 mujeres por cada 100 hombres.

A lo largo de la elaboración del marco argumentativo del presente proyecto, se hicieron evidentes los diferentes esfuerzos que se han desarrollado para obtener información sobre éste núcleo de la sociedad y la manera en la cual se desenvuelve frente a sucesos específicos de su evolución como lo son las crisis. Consecuente con ello es posible entonces proporcionar al lector de herramientas que le ayuden a enfrentar los momentos de crisis de una mejor manera y basado en experiencias observadas a través del presente proyecto.

## ANTECEDENTES

Existen varios estudios relacionados con el tema que han sido desarrollados desde diferentes posturas epistemológicas. En este caso especialmente se revisaron los que consideramos pertinentes a partir de ciertas características escogidas previamente para el desarrollo de éste proyecto, para comparar estos resultados con los obtenidos en los demás estudios realizados. Con esto se pretende fortalecer la teoría que se desarrolla desde estudios específicos y que da lugar a los diferentes planteamientos de evaluación, diagnóstico e intervención de las parejas desde el punto de vista específico del enfoque sistémico y los conceptos relacionados directamente con éste.

De acuerdo con lo expuesto en la investigación realizada para la tesis de grado de las doctoras Angélica María González Torrado y Andrea Milena Rivera Contreras, estudiantes de Psicología de la Universidad Javeriana de Colombia, la cual tiene como título “*Creencias Implícitas que Sustentaron la Relación de Pareja en Mujeres que Fueron Víctimas de Violencia Conyugal en el Sector de Tunjuelito*” y que fue publicada en el año 2001, se pueden establecer algunos factores determinantes en cuanto a la presentación de este tipo de violencia, los cuales algunos vienen desde la infancia de las personas, en donde estas fueron maltratadas de jóvenes, ya sea de forma física con golpes, verbal con gritos e insultos de toda índole, o de forma psicológica en donde continuas presiones por parte de los padres para lograr comportamientos y actitudes deseados, agregando indiferencia y desconocimiento ante los derechos y necesidades del mismo, frente al estado de indefensión en el que se encuentra el niño, la única vía que le quedó para sumir estos diferentes tipos de agresiones fue reprimirlos ya que sus capacidades de afrontamiento no se habían desarrollado lo suficiente como para poderles

hacer frente. Ya cuando este individuo se convierte en un adulto y establece una relación de pareja, es muy probable que proyecte estos eventos traumáticos de su pasado en la nueva pareja y por lo tanto llegar a convertirse en un agresor, un agresor que trata de proteger la integridad de su yo con las mismas armas con las que se vio atacado en un principio. Es preciso resaltar que algunas de las relaciones que establecen este tipo de personas, surgen como una vía de escape al yugo familiar y en las cuales los afectos no se ligan a la otra persona, lo que facilita que se presenten este tipo de comportamientos agresivos, puesto que al no haber una ligazón, no se está reconociendo completamente a la otra persona y por lo tanto no se le respeta.

Por otra parte, otro tipo de conflicto que puede generar crisis en la pareja, se puede dar en la infidelidad y de la cual se puede decir que de acuerdo a la investigación realizada por la doctora Mónica Parada Sánchez Muñiz estudiante de Psicología de la Universidad De La Sabana y que se constituyó como su tesis de grado en el año 2002 bajo el título *“Recursos Utilizados En La Relación De Pareja Que Ayudan A Superar La Crisis Producida Por Infidelidad”* que es un problema muy común y se presenta en todos los estratos socio-económicos y en ambos géneros casi con la misma frecuencia. En este caso en particular, lo que resulta importante de resaltar no es precisamente la infidelidad sino las estrategias que pueden llegar a desarrollar las personas para superar el problema. Se puede partir de las pautas de crianza en el seno de la familia, ya que es en esta en donde se forjan los valores, comportamientos y actitudes básicos que la persona portará consigo por el resto de su vida y con los cuales hará frente a muchas de las situaciones que se le presenten en el futuro. Por otro lado está el apoyo y punto de referencia que tiene la pareja, en donde lo correcto no es avocar a una separación ya que

es un proceso engorroso además de mal visto por la sociedad y en donde los únicos que pierden realmente son los hijos puesto que éstos son impotentes frente a las determinaciones de sus padres.

Teniendo como base dilucidadas las principales estrategias con las cuales cuenta la pareja que supera una situación de infidelidad, es importante tomar en cuenta el punto de vista que del problema tienen los miembros de la pareja, ya que lo ven como una situación que les presenta la vida y que hay que afrontarla. Esta manera de ver las cosas, lo que hace es fortalecer el sentido de lucha que poseen las personas además de engrandecer el sentimiento de unidad familiar. En este punto cabe resaltar que el amor no ha dejado de estar presente en la relación, lo que quiere decir que hay una buena ligazón de afectos con la otra persona lo que le permite al individuo reconocer al otro aceptándolo incluso con sus errores, lo que le permite de una forma u otra reflexionar de una manera más sensata frente a los comportamientos del otro, ya que esto hace que la persona se vuelva más empática puesto que no está desconociendo en ningún momento la realidad del otro, por lo cual la persona que fue víctima de la infidelidad puede llegar a reconocer que el error no sólo lo cometió la otra persona sino que ese error se presentó con igual culpabilidad de ambas partes dejando de lado el papel de víctima que lo único que hace es encasillar a la persona y limitar sus posibilidades de actuación debido a que unidireccionaliza la situación y no permite que el que interpreta este rol participe activamente sino que lo convierte en actor pasivo que simplemente se limita a sufrir perdiendo la capacidad de influir sobre la situación.

De otro lado, teniendo en cuenta el tema del desempleo como factor externo que puede llegar a generar crisis a nivel de la pareja, se trabaja partiendo de la investigación

de trabajo de grado realizada por las doctoras Andrea Lucía Ariza Hernández y Liliana Marcela Guevara Rojas estudiantes de Psicología de la Universidad De La Sabana, la cual fue publicada en el año 2002 bajo el título “*El Desempleo en la Relación de Pareja como Generador de Crisis y Conflicto: Factores Protectores y Estrategias de Afrontamiento*”, se puede decir que esta situación lo primero que hace es replantear la organización bajo la cual se mueve la pareja. De otra parte, afectan de manera sensible la motivación de los miembros de la pareja que resulta en problemas de adaptabilidad frente a los cambios y una baja capacidad de resiliencia. En este caso específico de desempleo, las primeras estrategias que adopta la pareja son de carácter interno y a estas le siguen el apoyo familiar y social para poder solventar la situación. Esta línea a seguir se da cuando existen buenos canales de comunicación los cuales facilitan la movilización de recursos para hacer frente al evento, sumado a esto se cuenta con un buen dominio de la cantidad de cambio que se da en la unidad familiar lo que facilita niveles de adaptabilidad balanceados de las personas sin afectar su estatus de liderazgo con el que cuenta cada uno de los miembros de la pareja, esto es básicamente que la autoridad no pasa a formar parte exclusiva de la persona que trae dinero a la casa, sino que esta responsabilidad se sigue compartiendo no con el fin de excluir el problema sin resolverlo sino de amortiguar los efectos del mismo. Sumado a estas estrategias se pueden encontrar los factores protectores como la comunicación afectiva la cual se relaciona con los sentimientos, el grado de comodidad de la pareja al compartir con el otro emociones, la satisfacción marital que aporta una medida global de agrado en la relación familiar y las relaciones sexuales que abarcan los sentimientos y preocupaciones individuales acerca de la relación sexual y afectiva con el compañero.

Desde este punto de vista, también es importante resaltar que en la mayoría de los estudios que fueron revisados y en las fuentes de estos, se observa un marcado interés por la indagación sobre los aspectos fundamentales de las crisis de las pareja y a partir de los resultados de este proceso, se pretende generar una intervención que reúna las diferentes metodologías utilizadas desde los enfoques que se tienen en cuenta para llevar a cabo el análisis; pero muy pocas veces se le da importancia a la forma en la cual la pareja procede frente a una crisis, lo que desemboca en las estrategias de afrontamiento que ésta utiliza, teniéndose claro que muchas veces con éstas es suficiente por el acuerdo general que enmarcan dentro de la pareja, pero en otros casos se hace necesaria la orientación profesional que un psicólogo puede proveer. Es importante destacar entonces, el papel que desempeña la pareja en todos los aspectos que tienen lugar dentro de las crisis por las cuales ésta atraviesa y la manera en la cual se superan éstas como obstáculos de crecimiento personal y conyugal; dejando claro con esto, que el presente estudio nos permite darle un lugar importante a las parejas como generadoras de sus propios procesos de intervención para la solución de crisis conyugales.

De igual manera, es importante mencionar que este estudio parte de un enfoque social-interpretativo, lo que nos permite además de lo anteriormente mencionado, un entendimiento de la vida social y el descubrimiento de los procesos propios de las personas en la construcción de sus procesos de interacción con el medio que las rodea. Este tipo de análisis nos permite también identificar lo significativo o relevante para la gente, teniendo en cuenta que no solo se estudia lo observable del comportamiento humano sino además la acción social, partiendo de las razones del actuar de cada actor social. Además, es importante determinar que desde éste punto de vista, la vida social (o

de pareja) existe mientras la gente la experimenta y le da significado, es la gente la que la mantiene por las interacciones que tiene con otros siguiendo los procesos de comunicación y negociación, dejando claro que la vida social esta basada en interacciones sociales y sistemas de significados construidos socialmente. Por último, es la entrevista la estrategia de recolección de información, que más marca la pauta dentro de esta visión de abordaje que se utiliza en el presente estudio.

En cuanto al aporte de la investigación a la disciplina, uno de los objetivos principales de la investigación en psicología clínica es identificar y comprender los distintos procesos psicológicos ligados a la aparición de problemas personales o familiares, con el fin de evaluar, hacer un diagnóstico e implementar la intervención terapéutica. No obstante, no solo surgen los impedimentos y las falencias de las personas que atraviesan por una situación crítica: también los recursos y capacidades se ponen en interjuego en los seres humanos al afrontar las distintas dificultades y dilemas que va planteando el devenir de la vida y sus circunstancias.

Por esto, puede ser de gran interés para el clínico participar en procesos que reconozcan y permitan que estas capacidades afloren, a fin de propender por el fortalecimiento personal y familiar, sin enfocarse tanto en el déficit.

Particularmente, este foco pretende estimular diálogos reflexivos en torno a los aspectos que mantienen a una pareja unida a pesar de las presiones y demandas que impone la situación actual del país: Emergencia económica, inseguridad, exigencias de los contextos laborales, violencia, tendencia al consumismo, Adopción de valores provenientes de otras culturas por la difusión tecnológica, poder económico y social, etc.

De esta manera, la investigación en el área clínica puede orientarse hacia una visión apreciativa de los sujetos y grupos humanos que atraviesan por trastornos o dilemas, lo cual rescata al paciente o la pareja como parte participante de su propio proceso de cambio, con posibilidad de aportar su propia experiencia.

Lo anterior nos lleva a plantear la siguiente pregunta central del proyecto:

- ¿Cuales son las estrategias y recursos que desarrollan y utilizan las parejas que afrontan las crisis propias del contexto actual colombiano para preservar el bienestar en su vínculo?

## **OBJETIVO GENERAL**

Identificar la relación entre los recursos y capacidades en la pareja, que se ponen en interjuego al afrontar una crisis relacionada con el contexto social actual colombiano, y su proceso de ajuste y adaptación.

## **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

Definir, a partir de estudios previos (sobre pareja y crisis realizados en Colombia), temáticas relacionadas con los problemas de la sociedad colombiana, generadoras de crisis en las distintas áreas de bienestar y satisfacción de las parejas.

Conversar con los cónyuges sobre los cambios que han construido y vivenciado antes y después de la crisis con el fin de conocer el significado que dan a la experiencia en su convivencia como pareja.

Identificar las estrategias de afrontamiento empleadas por las parejas al afrontar las crisis, así como los recursos y fortalezas desarrolladas en el proceso de ajuste y adaptación.

Construir desde los resultados y desde el análisis hermenéutico, una interpretación de la experiencia relatada que pueda enriquecer futuros procesos de intervención en las parejas afectadas por situaciones de crisis generadas por el contexto.

## METODO

La investigación en el área clínica puede orientarse hacia una visión apreciativa de los grupos humanos que atraviesan por trastornos o dilemas, lo cual rescata a los sujetos como parte participante de su propio proceso de cambio, con posibilidad de aportar su propia experiencia; esta visión de lo clínico reconoce así que los fenómenos psicológicos solo se pueden comprender en el contexto en que se producen.

Todo conocimiento opera mediante la selección o rechazo de datos significativos o no; separa (distingue o desarticula) y une (asocia, identifica); jerarquiza (lo principal, lo secundario) y centraliza (en función de un núcleo de nociones maestras). Estas operaciones están comandadas por *principios supralógicos* de organización del pensamiento o paradigmas, principios ocultos que gobiernan nuestra visión del mundo sin que tengamos conciencia de ello (Morín, 1995)

Por esto, toda investigación requiere develar la postura epistemológica y paradigmática que se asume para comprender y concluir sobre la experiencia en el campo de interés determinado. Para ello, se define inicialmente el paradigma y enfoque conceptual que sustenta este proyecto investigativo, para posteriormente hacer una definición de la pareja y sus procesos.

### ***Criterios Metodológicos***

- Tanto la investigación como la intervención son experiencias generadoras de aprendizaje y de conocimiento, articuladas por la conciencia y la intencionalidad de los involucrados en formas variadas dependientes del contexto: “La realidad es constitutiva de la subjetividad humana, no podemos seguir identificándola como una dimensión externa en relación con la subjetividad... El investigador, como sujeto activo, creativo, que construye todo el tiempo las experiencias que

enfrenta en el proceso de investigación, hace de éste un proceso vivo y diferenciado, imposible de ser legitimado por la objetividad de las informaciones producidas” (González, 2000).

- El estudio de acontecimientos y significados que experimenta una población en una cultura, una situación política y económica y un contexto social específico, demanda una epistemología que posibilite la construcción del relato en un lenguaje que es propio y local, lo que impediría traducirlo para responder a los métodos empíricos: “Las construcciones del sujeto frente a situaciones poco estructuradas producen una información cualitativamente diferente a la producida por las respuestas a preguntas cerradas, cuyo sentido para quien las responde está influido por la cosmovisión del investigador que las construye” (González, 2000).
- La inevitable subjetividad de la significación de la experiencia humana conlleva a que la construcción de conocimiento dependa del lenguaje en que es narrada. Por esto, la propuesta, desde una metodología cualitativa, es generar escenarios conversacionales para que el relato emerja, como una “expresión objetiva de la realidad subjetivada” (González, 2000). Como dice Demo, citado por González “Somos objetivos como hecho social. Quiero decir, nuestra subjetividad es un hecho, pero lo expresamos de modo subjetivo, a nuestra manera” (2000).
- No obstante, para poder acceder a la posibilidad de interpretar el lenguaje propio de las personas que experimentan la vivencia, es posible diferenciar las categorías de análisis propias de la investigación, así como los dispositivos y la lógica de organización de la información movilizada en cada proceso.

- En la investigación cualitativa no ligada a epistemologías positivistas emergen nuevos criterios de validez, donde predominan las necesidades de coherencia, pertinencia, viabilidad y ética: “La alternativa predominante es una concepción realista de validez, que ve la explicación como inherente, no a los procedimientos usados para producirlo y validarlo, sino en su relación con aquellas cosas que la explicación pretende expresar” (Maxwell, citado por Gonzáles, 2000)

Como estrategia se plantea la posibilidad de un diseño coherente con un enfoque social-interpretativo, lo que nos permite un entendimiento de la vida social y el descubrimiento de los procesos propios de las personas en la construcción de sus procesos de interacción con el medio que las rodea. Este tipo de análisis nos lleva a identificar lo significativo o relevante para la gente, teniendo en cuenta que no solo se estudia lo observable del comportamiento humano sino además la acción social, partiendo de las razones del actuar de cada actor social. Además, es importante determinar que desde éste punto de vista, la vida social (o de pareja) existe mientras la gente la experimenta y le da significado, es la gente la que la mantiene por las interacciones que tiene con otros siguiendo los procesos de comunicación y negociación, dejando claro que la vida social esta basada en interacciones sociales y sistemas de significados construidos socialmente. Por último, es la entrevista la estrategia de recolección de información, que más marca la pauta dentro de esta visión de abordaje que se utiliza en el presente estudio.

La investigación que se llevará a cabo se regirá bajo los principios de una metodología, que estará sustentada desde el enfoque sistémico constructivista con una aproximación hacia el paradigma de la complejidad (Morín, 1995).

Para aclarar un poco más los términos, se empezará a profundizar en cada uno de ellos.

Primero, el diseño determina la manera en la cual se desarrollan los diferentes procesos y la forma en la cual se utilizan las diferentes metodologías y técnicas para lograr el alcance de los objetivos propuestos.

Dentro de la misma perspectiva, se encuentra el construccionismo social, el cual usa métodos que buscan la comprensión de los procesos sociales, dar cuenta de la realidad social antes que traducirla o explicarla. Una de las características más grandes de la investigación cualitativa es su carácter humano y el hecho de querer acceder por distintos medios a lo personal y a la experiencia particular de cada pareja que formarán parte de este ejercicio investigativo para ver el modo en que ellas mismas se perciben, se sienten, se piensan y actúan frente a los fenómenos estresantes y demandas del ambiente en el que se encuentran inmersos.

Los investigadores cualitativos se encuentran dentro del grupo de los post-positivistas quienes asumen que el conocimiento es una creación compartida a través de la interacción entre el investigador y el investigado. (sujeto-sujeto). Por lo tanto la realidad social no existe independiente al pensamiento, lenguaje e interacción de los seres humanos, según la realidad que se materializa a través de estos tres medios por lo anterior la investigación cualitativa mantiene una visión tolerante, comprensiva y respetuosa de la diversidad.

Es importante aclarar, como se hizo anteriormente, que lo cualitativo no renuncia a lo cuantitativo sino reivindica lo subjetivo, lo inter-subjetivo, lo significativo y lo particular como propiedades del análisis para la comprensión de la realidad social (Sandoval, 1996, citado por Montoya, 2002).

Teniendo en cuenta que el enfoque que sustenta esta investigación es el sistémico constructivista, la ontología del lenguaje y el construccionismo social; se pretende hacer una profundización del mismo. Por un lado, el enfoque o paradigma sistémico parte de la concepción del sistema como un todo resultante de partes interdependientes, donde dichas partes existen en conjunto de relaciones mutuamente condicionales Hernández (2001). Cecchin (1987), citado por Montoya (2002) afirma que existen tres principios sistémicos que funcionan en la terapia: 1) la neutralidad, a la que define como una creación de un estado de curiosidad en la mente del terapeuta. Este principio permite al terapeuta desentramarse de explicaciones lineales, para buscar constantemente conexiones entre los patrones que se asocian al problema, permitiendo así, complejizar sus lecturas y flexibilizar sus intervenciones para ajustarlas a las demandas y situaciones de los consultantes; 2) la hipotetización, que permite generar conexiones multifactoriales de los procesos que crea la familia. Durante la sesión el terapeuta crea hipótesis continuamente, que pone a disposición de la familia para construir lecturas entre ambos, y para proponer soluciones; y 3) la circularidad, la cual permite establecer que en un sistema, el cambio que se da en uno de sus miembros afecta a los demás, ya que todos están interconectados y se afectan mutuamente.

Por su parte, el enfoque constructivista parte de que los seres humanos construyen ideas acerca del mundo las cuales permiten comprenderlo y vivir en él regulando las relaciones consigo mismo, con la naturaleza y con la sociedad. Dichas ideas son cambiantes, pues evolucionan a través del tiempo. Desde esta mirada no se pretende establecer “verdades absolutas”, sino que parte del presupuesto que el investigador se reconoce como parte de lo observado; como sistema que se involucra constantemente

con los sistemas familiares con los cuales se crea y recrea realidades. Se tiene en cuenta el papel protagónico de las parejas y del investigador dentro de la investigación.

Estos principios constructivistas se relacionan con la cibernética de segundo orden, que no pretende reflejar el mundo en si mismo o una realidad objetiva sino que parte de que la realidad es mediada por el ser o individuo que lo mira. “El conocimiento es una producción constructiva – interpretativa. Es decir, el conocimiento no es una suma de hechos definidos por constataciones inmediatas del momento empírico. Su carácter interpretativo es generado por la necesidad de dar sentido a expresiones del sujeto estudiado, cuya significación para el problema objeto de estudio es solo indirecta e implícita. La interpretación es un proceso en que el investigador integra, reconstruye y presenta en construcciones interpretativas diversos indicadores obtenidos durante la investigación” (González, 2000).

Esto implica que el investigador asume una posición de Observador participante, pues esta investigación involucra la interacción social entre el investigador y los informantes en el contexto.

### ***Población y muestra***

Para la muestra se seleccionaron 6 parejas con más de dos años de convivencia que hayan tenido que afrontar una crisis relacionada con un problema del contexto actual Colombiano: Violencia, Desempleo, Crisis económica, desplazamiento, maltrato. Los estudios cualitativos utilizan de 4 a 6 casos, como forma de ampliar y enriquecer los hallazgos con un límite de tiempo, por eso la muestra la constituyen ese número de parejas: “La generalización (de los resultados) tiene un carácter procesual y dinámico, y se define por la cualidad de la construcción teórica... la generalización esta definida por la abarcabilidad y el poder generador para la producción de nuevas ideas que una

categoría o teoría tienen... por ello la individualidad es fuente legítima para la producción de generalizaciones”.(González, 2000).

### ***Instrumento***

Tanto para el encuentro con cada pareja como en el encuentro grupal se utilizó la modalidad de *entrevista semiestructurada*, es decir, se maneja un guión de preguntas para desarrollar las categorías de análisis, que puede transformarse al ir emergiendo nuevos tópicos en la conversación.

El foco de lectura La entrevista semiestructurada aborda las categorías descritas, pues ésta es la información que se pretende recolectar y validar según los objetivos propuestos para la investigación; Sin embargo, este foco no se limita a las categorías, pues las preguntas dentro de la entrevista están diseñadas de forma abierta con el fin de que las parejas, a través de su narrativa, puedan relatar sus experiencias ante las crisis y las diversas formas como las han afrontado. “La entrevista de tipo semiestructurada, se caracteriza porque gira en torno a varios focos, tópicos o categorías de análisis que guían el desarrollo de la misma, sin embargo ni la redacción exacta, ni el orden de las preguntas está predeterminado” (Erlandson y otros, 1993)

Las Categorías que abordó la entrevista semiestructurada fueron las siguientes:

- *Significado de la pareja*: Es la descripción de la pareja sobre su vínculo en el pasado (antes de la crisis) y en el presente, a partir de la valoración que hace cada miembro del vínculo. Significado de la pareja: Es la descripción de la pareja sobre su vínculo en el pasado (antes de la crisis) y en el presente.
- *Recursos de afrontamiento en la pareja*: Son las fortalezas individuales y colectivas, con las que cuenta la pareja (percibidas por ella), en el momento en que se presenta un evento estresor y/o una tensión que proviene del contexto.

Hernández (1991) define los recursos familiares como los mecanismos adaptativos de compensación y apoyo, ayudas o soporte que la familia aporta en las necesidades de cualquier miembro del sistema en situación de conflicto o estrés para mantener la homeóstasis familiar.

- *Proceso de ajuste o adaptación de la pareja:* Son procesos dinámicos y permanentes que se dan en el afrontamiento de las tensiones y que pueden determinar distintos grados de ajuste o de adaptación a dicha situación.
- *Estrategias para afrontar el estrés:* Son los patrones destinados a mantener y/o fortalecer la organización y estabilidad de la unidad familiar, mantener el equilibrio emocional y el bienestar de los miembros, obtener y utilizar los recursos internos y los de la comunidad para manejar la situación y realizar las acciones pertinentes para solucionar las situaciones estresantes.
- *Estresores o demandas del contexto:* Los estresores son demandas sobre un miembro o sistema familiar que necesita de una respuesta de la unidad familiar (Hernández, 1991). Los estresores que se van a tomar en cuenta, para el desarrollo de la investigación, provienen del contexto Colombiano, sin que esto excluya otros posibles relatos relacionados con las demandas. El criterio para calificar alguna situación como estresor social, es que la pareja lo signifique y reporte como tal, pues medirlo de una manera cuantitativa puede sesgar la narrativa de cada sistema.
- *Categorías emergentes:* Son categorías que no están previstas por los investigadores pero adquieren importancia durante los encuentros conversacionales, y enriquecen el análisis de los resultados.

Para la primera etapa del estudio se utilizó un guión semiestructurado, con preguntas orientadoras, que fue puesto a consideración de pares académicos (jueces expertos, ver anexo 2).

### ***Procedimiento***

Con anterioridad se le dio a conocer a cada pareja el consentimiento informado con todas las implicaciones y aclaraciones éticas correspondientes que han sido previamente evaluadas por el Comité de Ética tanto de Colciencias como de la Universidad de La Sabana. En dicho consentimiento se incluye el uso de los diferentes métodos de recolección de información, como son videocámaras, grabaciones de audio y la participación de al menos dos observadores, con el fin de que sea posible realizar la triangulación en el análisis de la información (Ver Anexo 1).

#### **1. Fase de Encuentros Conversacionales**

Para cada uno de los encuentros, y como método de recolección de información cualitativa, es necesario que uno de los miembros del equipo de investigación realice un acta o protocolo de cada sesión, en el cual se registre todo lo que sea pertinente y aporte a la investigación; esto incluye, actividades ejecutadas, diálogos sostenidos, preguntas realizadas, impresiones tanto de las parejas, como del equipo, lo que a su vez sirve como estrategia auto referencial.

#### **Primer Encuentro: Entrevista con Cada Pareja**

##### ***Primer Objetivo***

Explorar la dinámica de cada pareja de manera general por medio de una entrevista semiestructurada, sondeando los sentimientos, pensamientos y significados de cada miembro con respecto a la problemática (estresores), al igual que ver como se perciben

ellos mismos para ahondar más específicamente en torno a los estresores y recursos de afrontamiento que poseen.

**Método:** Inicialmente a cada pareja se le hizo una explicación de los objetivos de la investigación; luego, a través de un dialogo informal se hicieron explícitos los tópicos a tratar en dichos encuentros y a su vez se observó de manera general la dinámica de cada sistema, para finalmente realizar un genograma donde se plasmó información relevante e importante de cada sistema.

Metodología de recolección de información: Esto se hizo por medio de una entrevista, que es el proceso de recolección de información más comúnmente usado; se puede considerar imprescindible este método en torno al cual se estructuran los demás métodos de evaluación y a su vez permite mediante su información fijar el modo de aplicación de los procedimientos a seguir dentro de las investigaciones.

### **Entrevista Semiestructurada**

#### ***Preguntas Orientadoras***

1. ¿Qué los define y qué los une como pareja?
  - Respuesta de la mujer
  - Respuesta del hombre
  
2. ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas ante las crisis?
  - Recursos internos: (personales) intelecto, conocimiento, rasgos de personalidad, creatividad, salud física, autoestima, juicio positivo, entre otros.

- Recursos externos: (conyugales) familiares, cohesión, unión, vínculo familiar, adaptabilidad, intimidad, resolución de conflictos, confianza, aprecio, apoyo integral, respeto a la individualidad, ingresos, comunicación, orgullo, estructura y organización familiar, entre otros.
3. ¿Cuáles son los principales motivos de crisis con su pareja?
- Estresores Contextuales: desempleo, ingresos, violencia, maltrato, entre otros
  - Estresores Internos: familiares, personales, infidelidad, sinceridad, entre otros.
  - Demandas: conyugales y contextuales, entre otros.
4. ¿Cuál es el concepto de pareja?
- Pasado: noviazgo, etapa de enamoramiento, conquista, etc.
  - Actual: también incluye la etapa del ciclo vital en la que se encuentran.
  - Proyección a futuro: metas, expectativas, ideales, sueños, proyectos, etc.
5. ¿Cuáles son las redes de apoyo?
- Internas: Religión, creencias, madurez, seguridad emocional, diferenciación, dependencia, entre otros.
  - Externas: Amigos, Vecinos, Familiares, Ayuda profesional, ocupaciones, hobbies, etc.
6. ¿Cómo describe las dimensiones (O'Connor) por las que se constituye su pareja?
- Pasión: Atracción física- química, Sexualidad
  - Intimidad: Cercanía corporal y mental, Comunicación.
  - Compromiso: Cohesión, Vínculo e internalización de reglas.

7. ¿Cuáles son las reacciones que han tenido ante la crisis?
  - Respuestas del hombre
  - Respuestas de la mujer
8. ¿Qué estrategias cree usted que pueden ser útiles para la resolución de los conflictos que se presentan en su pareja?
  - Cognoscitivas
  - Conductuales
  - Emocionales

**Categorías:** Para la categoría de recursos de afrontamiento en la pareja se han diseñado las preguntas 1 y 5, para los procesos de ajuste o adaptación se ha diseñado la pregunta 3, para las estrategias de afrontamiento ante el estrés las preguntas 4, 6 y 7; finalmente para los estresores o demandas del contexto se diseñó la pregunta 2.

### ***Segundo Objetivo***

Profundizar en la dinámica conyugal de manera particular, por medio de un encuentro inicial con cada pareja, con la que a partir de la entrevista semiestructurada con un segundo guión, se construye un relato sobre las fortalezas y recursos que posee y utiliza ante las crisis que vivencia.

Categorías a explorar: fortalezas, recursos, estrategias de afrontamiento y solución de problemas o conflictos

Preguntas:

1. ¿Qué ocurre a nivel individual cuando tiene un problema de pareja?
  - Qué piensa (cognoscitivo)
  - Qué siente (emocional)
  - Qué hace (comportamental)

2. ¿Cómo soluciona usualmente sus problemas conyugales?
  - a. Propuestas
  - b. Conductas
  - c. Compromisos
3. ¿Ante un conflicto, qué hace para cuidar de usted mismo?
4. ¿Ante un conflicto, qué hace para cuidar de su pareja?
5. ¿Qué tipo de estrategias han utilizado para levantar el ánimo?
  - Retomar fuerzas
  - Hallar paz espiritual
  - Practicas de relajación
6. ¿Sobre qué temas se habla en pareja y sobre cuales no?
7. ¿Cuáles son los apoyos a los que acude cuando tiene problemas con su pareja?
  - Personas (amigos, familiares, profesionales, etc)
  - Hobbies o actividades (religión, mediación, deporte, viajes, etc)

## **Segundo Encuentro: Entrevista Grupal**

### ***Objetivo***

Realizar una retroalimentación del proceso y de los hallazgos encontrados con las parejas de manera grupal, con el fin de que encuentren tanto similitudes como diferencias en las estrategias de afrontamiento utilizadas dentro de su contexto particular y de esta manera puedan ampliar su repertorio ante las crisis, pues esta sería una buena forma de corresponder a la pareja y gratificarla por la ayuda brindada para el desarrollo del ejercicio investigativo. Así mismo construir entre todos, nuevas definiciones que alimenten el propósito investigativo.

**Método:** Se convocó a las parejas que participaron de la entrevista para una charla donde a medida que se abordan explícitamente las categorías previamente contempladas, se deja abierta la posibilidad de que las parejas intercambien experiencias y obtengan sus propias conclusiones de la manera como están afrontando sus crisis actuales, y como podrían mejorarlas en el futuro.

## **2. Fase de Análisis**

Una vez recolectada la información necesaria para la realización de la investigación, se escogieron selectivamente las frases y afirmaciones más significativas (Verbatims) de manera ordenada de acuerdo con las categorías de análisis ya determinadas. Estos datos se codificarán en unos cuadros y matrices que permitirán clasificar y cruzar o relacionar dicha información en una o más categorías con el fin de integrarla para analizarla e interpretarla logrando así el establecimiento de unas conclusiones completas, sin embargo esto no excluye nueva información que no pertenezca a las categorías preestablecidas y se evidencie en el discurso de la pareja.

Según Acevedo (2002) Las matrices son tablas que constituyen un recuadro útil para describir sintéticamente volúmenes grandes de información y para descubrir patrones culturales que no son evidentes cuando se analizan por separado las categorías.

Posteriormente se hace el registro de datos, tomando el sistema conyugal como estructura, pues esta investigación pretende dar cuenta de los recursos de afrontamiento que usa la pareja ante las crisis, que son mucho más que los recursos de afrontamiento que poseen a nivel individual, sin embargo, existen preguntas de la entrevista semiestructurada que se realiza en el primer encuentro (como la # 1 que indaga sobre la definición de pareja) e donde resulta pertinente tomar las dos respuestas por separado,

pues más allá del sistema conyugal existen significados individuales, en donde además se podrían encontrar diferencias o similitudes por género.

## MATRICES

### Primera Fase: Encuentro con Cada Pareja

Tabla 1

#### Análisis Axial Entrevista Pareja (#)

Categoría	Sub-Categoría	Constructo
Significado de Pareja	Pasado	(Verbatims Significativos)
	Presente	
Recursos de Afrontamiento en la Pareja		
Proceso de Ajuste o Adaptación		
Estresores o Demandas del Contexto		

Tabla 2

#### Categorías Emergentes

Categoría	Constructo
(Se definen durante el encuentro)	

**Segunda Fase: Encuentro con las Seis Parejas**

Tabla 3

Análisis Axial Entrevista Pareja (#)

Categoría	Sub-Categoría	Constructo
Significado de Pareja	Pasado	(Verbatims Significativos)
	Presente	
Recursos de Afrontamiento en la Pareja		
Proceso de Ajuste o Adaptación		
Estrategias para Afrontar el Estrés		
Estresares o Demandas del Contexto		

## MATRICES DE ANÁLISIS

### Síntesis de Resultados

Tabla 4

#### Matriz de Síntesis – Fase de Encuentros

Categoría	Interpretación (Proceso Hermenéutico)	Verbatim
Significado de Pareja		
Recursos de Afrontamiento en la Pareja		
Proceso de Ajuste o Adaptación		
Estrategias para Afrontar el Estrés		
Estresores o Demandas del Contexto		

## MATRICES

Tabla 5

#### Categorías Orientadoras de Descripción y Análisis (Proceso Hermenéutico)

Categoría Orientadora	Definición Conceptual y Operacional	Indicadores
Significado de la Pareja	Es la descripción de la pareja sobre su vínculo en el pasado (antes de la crisis) y en el presente.	Descripciones y definiciones sobre la vida en pareja y la valoración que cada miembro hace del vínculo

Recursos de Afrontamiento en la Pareja	Son las fortalezas individuales y colectivas, con las que cuenta la pareja (percibidas por ella), en el momento en que se presenta un evento estresor y/o una tensión que proviene del contexto.	Son las fortalezas individuales o de la pareja a nivel psicológico, educativo y físico, así como la red de apoyo social y/o comunitario.
Proceso de Ajuste o Adaptación de la Pareja	Son procesos dinámicos y permanentes que se dan en el afrontamiento de las tensiones y que pueden determinar distintos grados o de ajuste o de adaptación a dicha situación.	Del ajuste son las respuestas familiares a corto plazo para manejar los cambios menores y las transiciones vitales. De la adaptación son las respuestas de la pareja acerca de los cambios estructurales y de patrones de interacción del subsistema conyugal.
Estrategias para Afrontar el Estrés	Son los patrones destinados a mantener y/o fortalecer la organización y estabilidad de la unidad familiar, mantener el equilibrio emocional y el bienestar de los miembros, obtener y utilizar los recursos internos y los de la comunidad para manejar la situación y realizar las acciones pertinentes para solucionar las situaciones estresantes.	Capacidad de la familia para redefinir los eventos estresantes con el fin de hacerlos más manejables y la habilidad para aceptar los asuntos problemáticos minimizando su propia reactividad ante ellos
Estresores o Demandas del Contexto	Factores externos que generan la necesidad de un cambio por ser situaciones novedosas para las que los recursos o estrategias que domina y utiliza la pareja habitualmente no funcionan.	Factores percibidos como difíciles de afrontar y que generan tensión.

## RESULTADOS

### Fase Primera

#### *Entrevistas*

#### **Primera Pareja**

El señor F y la señora C están casados hace dos años por lo civil, y contrajeron matrimonio después de dos años de noviazgo; de esta relación nació una niña que en la actualidad tiene 10 meses.

Esta pareja desde que se casó ha pasado por muchas crisis según lo comentan ellos, pero la que más los afecta es la crisis económica puesto que ninguno de los dos es profesional y ninguno cuenta con un trabajo fijo. Su sustento deriva de una microempresa de bolsos los cuales ellos mismos diseñan, confeccionan y comercializan.

Ésta micro empresa les ha ayudado a cubrir sus necesidades, pero en algunas oportunidades las empresas a las cuales ellos les venden se demoran con los pagos, por lo que esta pareja comienza a atrasarse con los pagos pendientes (arriendo, los servicios) y demás gastos adquiridos.

Es en este momento en el cual ellos comienzan a experimentar tensión por que no pueden cubrir hasta las mismas necesidades básicas, como por ejemplo las necesidades de la niña; por esta razón ellos discuten por dinero, puesto que ella comenta que cuando hablan de dinero con él, éste se pone de muy mal genio y sale de la casa regresando muy tarde en la noche como una forma de escapar al problema.

Lo que ellos dicen es que esto les está afectando en la relación de pareja puesto que no están disfrutando momentos agradables juntos sino que sienten que la parte económica es un peso que no los deja estar tranquilos, que todo el tiempo piensan en plata, en como cubrir los gastos y que la relación se está tornando monótona y agobiante.

Hace dos meses ella entró a trabajar y posteriormente él también consiguió trabajo, por esta razón en este momento tienen esperanza de recuperar la relación, pues piensan que si pueden cubrir los gastos básicos van a comenzar a vivir realmente la relación de pareja como tal, compartiendo responsabilidades de una forma más tranquila y dedicándose más tiempo.

Tabla 6

Análisis Entrevista Axial Pareja 1

Categoría	Sub-Categoría	Verbatim
Significado de Pareja	Pasado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ella. Uno espera que llegue la persona que será como su príncipe azul, que se entenderán y apoyaran en todo.</li> <li>• El. Se trabaja a diario por enamorar a la otra persona, por ser detallista, por demostrar que uno es incondicional.</li> <li>• Ella. Yo creía que todo lo podía por amor, que cualquier ofensa se curaba y que la plata no era importante y que todo era rosa.</li> <li>• El. Idealizar a la persona con la que uno esta.</li> </ul>
	Presente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ella. Para mi una la relación de pareja es compartir, tener planes y metas a todo nivel en común e individualmente pero con el apoyo del otro.</li> <li>• Es amar y ser amado, sentir que uno esta acompañado incondicionalmente, seguir manteniendo la</li> </ul>

relación a pesar de que ahora se tiene otras responsabilidades y de que esto le quita tiempo para compartir en pareja y le genera más tensión en la vida de cada uno.

- Él. Ahora la relación de pareja la veo más realista, funcional, metódica, regulable, dependiente, aunque también es más tranquila y objetiva.

Recursos de  
Afrontamiento en la  
Pareja

- EL, INTERNOS: Soy una persona inteligente, que piensa mucho cada vez que tengo un problema en todas las formas posibles de darle solución al mismo.

- Para hablar con mi esposa cuando estoy mal con ella por cualquier cosa, le hablo diplomáticamente, como para no empeorar la situación y así de pronto podemos hablar más objetivamente y llegar a algún tipo de acuerdo.

- Trato siempre de saber escucharla, de respetar su punto de vista y de respetarla en todo momento.

- También me parece importante tratar de entender el por que de su mal genio o de la situación que estemos viviendo.

- EL, EXTERNOS: Pienso que saber manejar el tiempo es

fundamental, por que ayuda a calmar los ánimos .

- Generalmente ante las dificultades comparo mi entorno y trato de mejorar constantemente los ingresos buscando un mejor trabajo y nuevas alternativas de comercialización para los productos de la microempresa.

- ELLA, INTERNOS: En los momentos en los cuales tenemos problemas trato de tener paciencia, de seguir siendo perseverante, porque el matrimonio no solo son cosas buenas, se sabe que siempre hay momentos difíciles que hay que vivir, de los cuales debemos aprender.

- Me parece importante aprender a perdonar por que dentro de la convivencia se dan roces, palabras o actos que duelen de lado y lado, y si uno no perdona se va volviendo rencoroso con el otro y pienso que hasta se puede llegar a acabar el amor.

- También trato de ser tolerante, respetuosa y de ponerme en el lugar del otro como para no ser injusta, pidiendo imposibles.

- En los momentos difíciles trato de ser fuerte por que creo en Dios, se que el no me va a dejar sola y se que el quiere el bien para nosotros, por lo tanto me apego mucho a

mi fe en él.

- ELLA EXTERNOS: Trato de salir a dar una vuelta, de pensar mucho, de hablar con mis amigas .
- También hago planes que podamos compartir juntos pasándola rico como poder ir a un parque, ir a comer o preparar un plato especial para consentirlo, por que hay que intentar que la cara positiva del matrimonio se vea por algún lado, no todo pueden se problemas.
- Cuando las cosas están mal busco todas las opciones que nos ayuden a salir del problema, generalmente vendo cosas, le pido a mis amigas que me ayuden a vender también.
- Trato de minimizar la situación por que yo se que el se estresa mucho por la plata y que este aspecto influye negativamente en nuestra relación como pareja.
- Por otro lado mi suegra siempre nos ayuda dentro de sus posibilidades.

Proceso de Ajuste o Adaptación

Actualmente estamos comenzando una época nueva, llena de expectativas y con planes de estabilizarnos económicamente y de pagar lo que debemos, por que el entró a trabajar hace unos días yo ya estoy en el mío hace un mes, espero que podamos comenzar a nivelar las cosas. Además con la experiencia me he dado cuenta que es mejor tratar de solucionar los problemas económicos solos para no presionar al otro y que cuando las cosas no se dan no culpar a ninguno.

Estrategias para Afrontar el Estrés

- Nosotros tenemos una microempresa de bolsos independiente de nuestros trabajos, gracias a este ingreso hemos podido

subsistir en los momentos en los que alguno de los dos no ha tenido trabajo, pero de todas formas el ingreso de esta labor no es suficiente para suplir todas las obligaciones económicas que tenemos.

- Otra estrategia que usamos en momentos de crisis es la de disminuir los gastos de la casa, por ejemplo, no contratar la empleada por días sino hacer el oficio nosotros mismos, nos delegamos nuestras funciones y cada uno trata de cumplir con su parte para que la casa se vea bien arreglada, esto es bueno por que ahorramos, pero se nos aumentan las responsabilidades, que con el tiempo se reflejan en mayor cansancio y estrés por tener que cumplir con todo.

- También miramos qué cartera regada teníamos y comenzamos el recaudo respectivo, también pasamos propuestas a otros posibles clientes potenciales para seguir abriendo la comercialización de nuestros bolsos.

- En la producción de los bolsos teníamos satélites, entonces comenzamos a reevaluar los costos de los materiales para disminuirlos y pensamos en eliminar estos satélites de costura, por lo que comenzamos a cortar y a coser juntos, ahorrando así en mano de obra.

- Por otro lado yo se hacer mantenimiento de computadores y busco en la familia o con los conocidos trabajo en esta actividad.

- En cuanto al mercado tratamos de comprar ofertas, y granos que es lo más económico haciendo menús más sencillos.

- Igualmente tratamos de ahorrar en los servicios. Últimamente hemos optado por

Estresores o Demandas del Contexto	que el que tiene la posibilidad económica de cubrir los gastos lo haga sin echarle en cara al otro, si no cubriendo dicho gasto con amor por el bienestar de su hogar. La parte económica es la que más nos presiona y por la cual tenemos constantemente problemas de pareja.
------------------------------------	--

Tabla 7

Categorías Emergentes Pareja 1

Categoría	Verbatim
Roles de Género	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A él le toco quedarse en la casa cuidando a la niña mientras yo me iba a trabajar por que me salio trabajo a mi primero.</li> <li>• El seguía trabajando en los bolsos y haciendo todos los quehaceres de la casa.</li> </ul>
Atribuciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yo se que esto es una prueba de Dios , de la cual uno tiene que aprender algo para el futuro.</li> </ul>
Reacciones Ante Estresores	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La relación de pareja estaba deteriorándose por que no sabíamos como manejar esta presión de no tener plata, nos hablábamos mal, prácticamente no nos tolerábamos.</li> <li>• Los dos nos deprimíamos como por épocas diferentes, y al otro esto lo irritaba.</li> <li>• La relación que nos unía de novios era maravillosa y las cosas se convirtieron como en una carga imposible de llevar.</li> </ul>

## **Análisis Primera Pareja**

### ***Significado de Pareja***

El concepto que se tiene sobre la pareja en esta fase de enamoramiento es más subjetiva pues aún no es real, todo es un supuesto, del cual se espera sea “color de rosa”, en esta etapa se sabe que existirán momentos difíciles, pero las personas creen que podrán superar fácilmente los mismos por el simple hecho de amarse.

Se establece que el concepto de pareja en el presente se convierte en una sociedad “propensa a quebrarse”, pues ya la pareja se percibe vulnerable ante las crisis internas y externas. Las actitudes en la pareja cambian, ya no se dedican a sino a sacar adelante lo convenido entre ellos. Las responsabilidades no recaen solo en uno sino en las dos personas que según la sociedad deben aportar por igual.

El significado que se tiene de pareja a futuro también es un supuesto idealista así como en la fase de enamoramiento, se espera que puedan seguir juntos, pero ya con una estabilidad económica que no afecte a la relación, y que brinde la oportunidad de vivir momentos agradables juntos como viajes y adquisición de bienes materiales que generen una mejor calidad de vida.

### ***Recursos de Afrontamiento en La Pareja***

En los recursos que utiliza la pareja para afrontar la crisis económica, se hace énfasis en la recursividad de los dos para poder suplir los gastos del hogar, en la disminución de los gastos como una forma de manejar dicho estrés, en el apoyo y colaboración que les brinda la mamá de él.

Un recurso que usa la pareja es alimentar los sentimientos de cada uno alimentando el amor con detalles, separando un tiempo para ellos sin pensar en los problemas, poder

salir a un parque, hacer una comida especial, entre otras actividades que reviven su parte afectiva como pareja.

Usan la creencia en Dios como un recurso importante para ellos, por su fe saben que esto será temporal, tienen la esperanza de que vendrán tiempos mejores en todos los aspectos y que de esta etapa obtendrán un aprendizaje experiencial importante para el resto de sus vidas.

Por otro lado, para afrontar la crisis, la pareja empieza a aprender a hablar sobre dinero, de manera que ninguno de los dos se sienta amenazado por la situación, lo cual antes les generaba malos ratos.

Un recurso importante que se puede observar en esta pareja es la forma en la que los dos piensan, puesto que para ambos es importante el respeto, la comunicación, la calma en el momento de hablar para poder llegar a los acuerdos económicos de manera que ninguno de los dos se sienta mal.

Otro recurso es el pensar solos para poder hablar después ya con una posible opción para la solución del problema, dejar descalorar los ánimos para que no entren en una discusión.

### ***Proceso de Ajuste o Adaptación***

El proceso que se da en el afrontamiento de la crisis, se da con cambios significativos en la parte laboral, cambios en la movilización familiar de roles y estructura, ya que al entrar ella a trabajar y aportar económicamente, él fue quien se quedó con la hija en la casa cuidándola y haciendo los deberes del hogar; posteriormente él comenzó a trabajar y tuvieron que buscar a un tercero para que cuidara a la hija.

En este proceso se presentan diferentes sentimientos de alegría, frustración, impotencia y miedo, dentro de la pareja, sentimientos que se comentan y tratan de manejar.

Las actitudes temperamentales durante esta etapa fueron difíciles por que él se siente frustrado de no ser profesional e indirectamente culpa a su núcleo familiar por esto, pues el no continuó su carrera después de casarse por el factor económico.

Ella se deprimía frecuentemente y le reclamaba el haberla sacado de su hogar paterno para pasar este tipo de dificultades.

### ***Estrategia para afrontar el estrés***

El área económica la manejan los dos, trabajando juntos en la microempresa, dedicándole más tiempo, teniendo más pertenencia y responsabilidades en la misma, así como también pasando propuestas para incrementar la comercialización .

Como estrategia para afrontar el estrés, se ve la intención de aumentar los ingresos y disminuir los egresos, adicionalmente poder manejar la parte sentimental apartada de los problemas económicos, adoptar positivamente los cambios de roles y de estructura según se considere sea conveniente por la parte laboral.

El apoyo de la mamá de el es otra de las estrategias utilizadas por la pareja puesto que se apoyan en ella para suplir necesidades inmediatas.

### ***Estresores o Demandas del Contexto***

El principal estresor de la pareja son los problemas económicos por los que pasan y que estos a su vez influyen en la dinámica de pareja.

## Segunda Pareja

El señor J y la señora O están casados por lo católico hace 26 años y medio, duraron 5 años de novios. De esta relación nacieron tres hijos Juan (24 años), Andrea (23) y Daniel (15).

El señor J y la señora O señalan que el amor es el centro de su vínculo, que tienen una excelente relación y comunicación, y gozan de una estabilidad económica muy buena lo que les da un alto estilo de vida.

Lo que más les ha generado crisis en estos años de casados fue cuando su hija Andrea se fue de la casa a los 15 años; ellos no sabían el por que ni para donde se había ido. Andrea regresó al mes y ellos la recibieron en la casa, ella les decía que se había ido por que ellos eran muy estrictos con ella; a los tres meses se volvió a ir de la casa, los papas nuevamente ignoraban su paradero, y la buscaban en todos los lugares posibles en los que podía estar, hasta que la encontraron y la volvieron a llevar a la casa; durante los meses siguientes tuvo un intento de suicidio al ingerir (mata ratón), por lo que la llevaron al medico oportunamente, ya que solo alcanzo a ser una intoxicación. Después de esto estuvo internada en la clínica Montserrat; en esta institución conoció a Samuel quien estaba en tratamiento por ser maniaco depresivo, comenzó a salir con él y se volvió a ir de la casa, pero esta vez por tres años.

Durante estos tres años ella vivió un tiempo con Samuel, pero cuando terminaron ella se fue con unas amigas y amigos que iba conociendo y el consumo de drogas no paraba, hasta que finalmente no tenia ni donde vivir entonces busco a los padres los cuales la internaron en la fundación la luz por un año, en la cual estuvo sometida a tratamiento psicológico individual grupal y familiar, acompañado de desintoxicación.

Después de finalizar el tratamiento Andrea volvió a la casa y comenzó a estudiar actuación en una reconocida academia de Bogotá. Los padres reportan que ella ya no consume pero que la relación no ha mejorado mucho por que ella prácticamente no comparte tiempo con ellos, que casi nunca está en la casa.

Otra de las crisis que está viviendo esta pareja en la actualidad es la distancia que los separa como pareja puesto que él trabaja fuera de Bogotá y ella se siente muy sola por que los hijos son muy independientes y cada uno vive en su estudio y sus cosas.

Tabla 8

Análisis Axial Entrevista Pareja 2

Categoría	Sub-Categoría	Verbatim
Significado de Pareja	Pasado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ELLA: Tener una persona que sea la pareja estable, que me quisiera y me valorara..</li> <li>• Que esta pareja fuera solo para mi , soy muy egoísta.</li> <li>• EL: Nosotros los hombres somos de alguna manera machistas y yo pensaba así en la etapa del noviazgo , tener una mujer que estuviera en la casa, que me diera hijos, que fuera comprensiva, que me acompañara, que fuera mi amiga</li> </ul>
	Presente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ELLA: ahora pienso que la relación de pareja es estable, es buena, nos amamos mucho, somos amigos, amantes, confidentes, nos apoyamos mutuamente.</li> <li>• Podemos vivir tranquilos por que no tenemos preocupaciones económicas.</li> <li>• A pesar de tener un hogar lindo, una estabilidad emocional y económica muy</li> </ul>

buena, unos hijos ya grandes, me siento muy sola por que él está lejos la mayor parte del tiempo (por el trabajo), nos vemos cada quince días y esto me afecta un poco.

- Mis hijos no hacen planes conmigo, no tengo ni con quien ir al centro comercial, ni a ningún lado, nunca están en la casa..... esto me genera tristeza, por que me siento muy sola.

- Ahora pienso diferente a la etapa del noviazgo, por que uno cambia muchos conceptos como el machista de la mujer solo para uno, hasta casi como un objeto, en este momento la valoro como persona y cada día me siento más feliz y disfruto más su compañía.

- El significado de pareja para mi cada día es más lindo, y le encuentro mas gusto a la familia.

La única tristeza que siento es por que la veo a ella muy sola y mal por esta razón.

Futuro

- Como pareja a futuro esperan poder seguir juntos, gozar de buena salud inicialmente y poder pensionarse y así viajar juntos, vivir muchas cosas de las cuales se han abstenido por el tiempo, por los compromisos, por los hijos o por la parte económica.

- Desean tener una vejez tranquila y poder seguir ayudando a los hijos en lo que les sea posible.

Recursos de  
Afrontamiento en la  
Pareja

- Uno de los recursos principales es la lectura, ir a conferencias de especialistas, el libro que más nos sirvió fue "amor sin fronteras".

- Otro que utilizamos todo el tiempo es la comunicación en pareja, nos contamos todo, hablamos buscando consolarnos

mutuamente ante la distancia que nos separa y ante los problemas que hemos tenido con nuestra hija cuando se fue de la casa teniendo 15 años, esto nos afectó mucho como familia por que nos sentíamos culpables, como si hubiéramos sido malos padres, y fue peor cuando supimos que estaba viviendo prácticamente en la calle y que estaba consumiendo drogas. En ese momento nos unimos más como familia con los otros dos hijos, comenzamos a leer mucho en pareja, libros de auto superación personal.

- Otro recurso fue creer en Dios pues nos aferramos a él en oración para que la protegiera y accediera a comenzar un proceso de desintoxicación para poder recibirla de nuevo en la casa para que así tomara de nuevo el rumbo de su vida.

- Asistieron a algunas reuniones en la fundación "despertar", tratamos de pedir orientación a especialistas y sobretodo de tener una actitud positiva frente a esta crisis.

- Otro recurso fue el hecho de tomar tiempo solo para analizar puntualmente todo lo que rodeó el problema y aprendieron de esta forma como manejar la situación y para dejar de sentirse culpables.

Proceso de Ajuste o  
Adaptación

- El hablaba con rabia, con frustración por que se culpaba por no haber pasado más tiempo con ella, trato de aislarse siendo una persona muy hogareña, en esos momentos le gustaba salir solo a caminar todo el día muy pensativo y ensimismado.

- Ella se deprimió mucho, comenzó a sufrir de insomnio, no tenia apetito, por lo que bajo en poco tiempo aproximadamente 8 kilos. Ella

manifiesta que se sentía agresiva y muy ansiosa por lo que comenzó a fumar mucho y tenía periodos largos de mutismo y desgano total.

- También comenta que le dio por recopilar épocas duras de su vida con su esposo y con su madre las cuales le produjeron rencor hacia ellos y que comenzó a sentirse celosa, algo que ella no era.

#### Estrategias para Afrontar el Estrés

- Como Estrategias averiguaron qué fundación les podía brindar asesoría con respecto a la situación que estaban viviendo ( cómo manejar la situación con un hijo drogadicto).

- Asistieron a varios encuentros con otras familias, lo cual les permitió ver que ellos no eran los únicos que estaban sufriendo por eso sino que esto también le ocurría a otras familias y que se podían apoyar y escuchar mutuamente, lo cual también es importante para superar esta crisis.

- Otra estrategia fue la de no volverla a recibir y dejar de ayudarle cada vez que ella pedía algo, por que en la fundación les dijeron que así ella nunca cambiaría y que tenían que mostrarse seguros de las decisiones frente a ella.

- La señora se refugió mucho en su hijo menor, compartiendo más tiempo y comunicación con él.

- Otra estrategia utilizada en esta situación fue la de inscribirse en diferentes cursos de manualidades, los cuales tomaba para tener menos tiempo libre y alejar sus pensamientos de sus problemas.

- La pareja decidió cambiar totalmente el cuarto

de la hija, adecuándolo como un estudio, puesto que verlo vacío les deprimía mucho.

Estresares o Demandas del Contexto

- La ausencia del esposo por largas temporadas en casa a causa de su trabajo fuera de Bogotá.
- La rebeldía de la hija, sus huidas de la casa, el hallazgo de drogas en su mesa de noche, el intento de suicidio de la misma.

Tabla 9

Categorías Emergentes Pareja 2

Categoría	Verbatim
Reacciones Ante el Estresor	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuando mi hija se fue de la casa yo me sentía culpable por no haber sido más cercano a ella y la Mama se deprimió mucho por que ella era prácticamente su única compañía en la casa, la hija mujer, con la que más hablaba de los tres hijos.</li> <li>• Por esta misma razón bajo 8 kilos de peso en poco tiempo, perdió el apetito por completo y comenzó a sufrir de insomnio.</li> <li>• Este tiempo a solas hizo que recapitulara etapas duras de la vida que generaron en ella más tristeza y rencor contra la mamá y el esposo.</li> <li>• Al comienzo de la crisis, la relación de pareja si se vio afectada, pero lo superaron rápidamente por la buena comunicación que tienen, pero algo particular fueron los celos que ella comenzó a sentir, aunque en el pasado nunca lo había celado.</li> </ul>
Lo que Une Como Pareja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los une el amor que se tienen pues es una pareja de 26 años de casados que profesan cada día quererse más</li> <li>• Los hijos también por que es una responsabilidad de los dos</li> </ul>

hasta que ellos estén vivos

- Los planes que tienen de poderse pensionar pronto para poder pasar más tiempo juntos y viajar.

## **Análisis Segunda Pareja**

### ***Significado de Pareja***

El concepto que se tiene sobre como era la pareja antes de la crisis, es de una relación donde imperaba el machismo, en donde hay un rol (no especifican de quien pero se evidencia que es la esposa) de aguantar, de soportar las condiciones que el otro impone, cohibida respecto a lo sexual y a la expresión; se veía como ser propiedad, “de” pertenecer al otro; casi siempre en el caso de la mujer se hacía ver que pertenecía a su compañero, refiriéndose a esto cuando habla de su esposo en términos de “era más como un dueño”. Ahora ese concepto cambia, pues en la actualidad se ve más libertad de expresión, compromiso, se concibe la relación de pareja desde otra perspectiva, y la pareja trata de mantener la unión, de apoyarse y complementarse el uno con el otro.

El concepto actual de pareja encierra más principios como la honestidad, sinceridad, el apoyo, la aceptación y la comprensión como puntos clave para mantener una relación de pareja. Para ellos las relaciones de pareja del presente tienen un poco todavía de las pasadas, sigue predominando el machismo en muchas parejas, por otro lado, la libertad no se maneja como debería ser; esto conlleva al no respeto y a la poca comunicación, al no aceptar al compañero como es y de ahí se derivan otros problemas a nivel social. También, las parejas actuales son muy jóvenes, con poca madurez, lo que hace que la relación de pareja no dure, que sean inestables y esto hace que en futuro la dinámica de

las parejas vaya a ser esta. Visualizan a la pareja futura como iguales, en donde ninguno de los miembros va a mandar al otro, sino que el trato va a ser por igual.

### ***Recursos de Afrontamiento en La Pareja***

El principal recurso que ellos tienen es la estabilidad de su relación de pareja, su amor y todo lo bueno que han vivido juntos a lo largo de estos años de matrimonio.

Según su visión actual, la adecuada forma de estructurar su hogar y de asumir sus roles, es con ella asumiendo su función como la mamá encargada de la casa y la crianza de sus hijos y él la de trabajar y proveer para suplir todas las necesidades de su hogar, cada uno desempeñando su labor con amor y responsabilidad.

La comunicación es otro de los recursos que más utilizan ante cualquier tipo de crisis intrafamiliar, tomando decisiones unas en familia y otras en pareja, lo cual ha hecho que mantengan un nivel excelente de comunicación que también ayuda constantemente a seguir construyendo la relación y la confianza que se tienen entre ellos.

La lectura es asumida como un recurso, puesto que les genera tranquilidad y conocimientos sobre temas específicos que amplían su perspectiva. Ellos comentan que leer sobre auto superación los une en ratos que designan para leer juntos y que analizando dichas lecturas se han dado cuenta de errores que estaban cometiendo como padres y como pareja, lo cual ha generado cambios en ellos.

### **Estrategia para Afrontar el Estrés**

Como estrategia principal para afrontar el estrés, se da la búsqueda de apoyo por grupos y especialistas a las cuales asistieron, así como también el dialogo con las familias extensas y algunos amigos cercanos.

Dentro de la familia se realizaron cambios notorios con la crianza de los otros dos hijos, tratando los padres de ser más cercanos a estos y más amigos de ellos.

Con la hija se volvieron más estrictos dándole instrucciones precisas de lo que ella debía hacer con su vida para volver a contar con el apoyo de ellos, puesto que ella en varias oportunidades se volaba de la casa y regresaba cuando quería, creando sentimientos de inestabilidad y dolor en cada uno de los miembros de la familia.

Otra estrategia fue la de pensar más en ellos como pareja que en la hija, por lo que se unieron más tratando de tener diferentes espacios y actividades para compartir juntos.

### ***Estresores o Demandas del Contexto.***

La crisis más difícil de superar y que les generó gran impacto a todos fue la drogadicción de la hija y su huida de la casa por más de tres años. Y el estresor del contexto que siempre ha existido en esta relación y sigue existiendo es el tiempo que no pueden compartir juntos a causa del trabajo de él ya que solo se pueden ver una o dos veces al mes.

### **Entrevista Tercera Pareja**

El señor Felipe y la señora María contrajeron matrimonio por la religión católica hace 18 años; duraron un año de novios y el fruto de esta relación han sido dos hijos Ana (14) y Pedro (9).

Felipe y María dicen conformar una pareja que actualmente se encuentra conviviendo por costumbre puesto que consideran que ninguno debe cambiar su forma de ser y que no les queda más que vivir juntos por la edad que tienen.

Lo que más ha generado crisis en esta pareja ha sido el alto consumo de alcohol por parte de Felipe lo cual ha afectado no solo a la pareja sino también a la familia ya que esta actitud ha generado violencia y maltrato en el ámbito familiar; además, la situación económica en la que se encuentra la familia no es la mejor y esto hace que se afecte aun más el ambiente dentro del hogar.

En la familia siempre ha existido la interferencia de terceras personas lo cual ha afectado la intimidad y la confianza de la pareja. Las personas que se han visto involucradas han sido en la mayoría de los casos familiares o amigos muy cercanos, los cuales han sido involucrados por los mismos protagonistas de esta historia. Adicionalmente la pareja no ha acertado en la búsqueda de apoyo lo cual se ve reflejado en la actual crisis que ya lleva dos años de duración aproximada.

Pese a todos estos inconvenientes, a la falta de educación, y al bajo estrato social la pareja muestra interés por mejorar su relación, se ve dispuesta a practicar diferentes métodos y alternativas para fortalecer la relación y el matrimonio, además de mantener la estabilidad de los hijos, lo cual repercute en la preservación del hogar de una manera agradable y valiosa en un futuro.

Tabla 10

### Análisis Axial Pareja 3

Categoría	Sub-Categoría	Verbatim
Significado de Pareja	Pasado	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El: Igual</li> <li>▪ No ha cambiado, toda una vida ha sido así, rompiendo tiestos</li> <li>▪ Antes salíamos</li> <li>▪ Ella: Era detallista</li> <li>▪ El día de la madre me regalaba flores</li> <li>▪ Era muy responsable</li> <li>▪ Eso me hace falta</li> </ul>
	Presente	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ella: Toma trago</li> <li>▪ Es responsable con el trabajo</li> <li>▪ Yo le dije una vez pues si ya no me quiere separémonos porque uno no puede obligar a</li> </ul>

nadie

- No todas las mujeres son responsables.

- El: Nada de cambio

- Yo no he pensado en separarme

- No hablamos tranquilamente

- Me disgusta que acabe todo y le respondo que estos días compramos la vajilla nueva

- Usted ya es una vieja y ya sabe lo que tiene que hacer

Futuro

- Ella: Ahí me lo imagino así, ojalá no tan amargado, yo le voy a decir que quite de ahí

- El: Ya uno de viejo pa' donde va a coger, ya madurará más de pronto

- Tratar de cambiar a ver si vamos a durar 10 años

- Sacándola a pasear al parque de Berlin

- Los años no vienen solos, me imagino en 10 años dándome la mano

Recursos de  
Afrontamiento en la  
Pareja

- El, INTERNOS: Ella parece una lora

- 18 años son 18 años y si no me comprendió antes, ahora si que menos

- El, EXTERNOS: El sale y se va y me deja que pelee sola

- Ella va a misa y llega disque convertida pero llega igual a pelear y a romper todo

- El está cansado para mi y para los amigos no, a mi no me saca a pasear y los amigos le dicen vamos a tomarnos una y él no lo piensa

- El se va a tomar con el hermano y con los amigos, y el hermano debe estar enterado de todos nuestros problemas y le deben aconsejar que me deje

- Marcos el hermano sabe todos nuestros problemas

- Mi hermana y mi familia no la tienen en muy buena imagen, la familia puede engañar

<p>Proceso de Ajuste o Adaptación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ella, INTERNOS: He recurrido a la psicóloga del hospital</li> <li>▪ A mi me gustaría que el trate de cambiar y deje de quedarse fuera de la casa y que deje de tomar</li> <li>▪ Yo soy buena gente, buena persona, yo lo atiendo</li> <li>▪ Ella, EXTERNOS: tirar tuestos todo el tiempo, yo soy explosiva por los conflictos</li> <li>▪ El no me responde y me contesta más la pared y eso me da mal genio</li> </ul>
<p>Estresores o Demandas del Contexto</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Somos una pareja dispareja, a mi me conoció hace años y yo a ella también pero yo si la acepto con sus cantaletas y uno se mama de todas maneras</li> <li>▪ Yo soy de muy mal genio y él también, yo se que lo distinguí tomando, antes salía conmigo</li> <li>▪ Ahora no cuenta conmigo para nada, él es muy responsable</li> </ul>
<p>Estresores o Demandas del Contexto</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Lo que nos afecta ahora es que yo lo demandé porque me pegaba cuando llegaba borracho, le aguanté 2 o 3 veces pero eso es mal ejemplo para mis hijos y después de eso no me ha vuelto a pegar</li> </ul>

Tabla 11

### Categorías Emergentes Pareja 3

Categoría	Verbatim
Reacciones Ante Estresores	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ella en su afán de recuperar a su familia y al ver que el alcohol estaba destruyendo su hogar decidió demandarlo porque él la estaba maltratando física y psicológicamente y ella no podía permitir que sus hijos vieran ese ejemplo.</li> <li>• La reacción de él ante dicha demanda fue aislarse más de la familia y lo</li> </ul>

único que se logró mejorar fue lo

relacionado con los golpes porque después de la demanda él dejó de golpearla.

Roles de Género

- Ella siempre está pendiente de él y de sus cosas así como de los hijos y lo concerniente a la casa.
- El siempre se ha encargado de lo correspondiente a la manutención de la casa y los hijos a nivel económico.

### **Análisis Tercera Pareja**

#### ***Significado de pareja***

El concepto que se tiene de la pareja en esta fase después de 18 años de matrimonio no es muy alentador, teniendo en cuenta que los dos afirman querer quedarse con el otro porque ya no podrían volver a comenzar y prefieren aguantarse en las condiciones actuales; además, ambos manifiestan deseos de quedarse con la pareja por costumbre.

Se puede considerar el concepto de pareja actualmente, como una manifestación de los miedos a los que ambos se ven enfrentados en esta etapa de la vida puesto que los hijos ya están creciendo y no gozan ahora de su juventud y vitalidad como en el pasado. Sin embargo, es bueno que se acepten y reconozcan sus debilidades como seres humanos puesto que esto en esta etapa de la pareja se convierte en una herramienta para mejorar en el futuro.

La proyección que se tiene de pareja a futuro es bueno si se tiene en cuenta que los dos piensan en compartir su vejez y adicionalmente pretenden llegar a tener un matrimonio feliz y estable. Además están pidiendo ayuda a un Psicólogo profesional y tienen fortalezas dentro de la relación como el deseo de buscar estrategias para mejorar.

### ***Recursos de Afrontamiento en La Pareja***

Según la pareja, para evitar caer en una situación estresante como lo es una separación hay que tener en cuenta las formas más adecuadas de hacer frente a los problemas cotidianos; para ellos los recursos que se mencionan a continuación son soluciones que la pareja está empezando a implementar para mejorar:

- Sentarse tranquilamente y hablar del problema, nunca huir de él.
- Buscar alternativas, soluciones, para superar las dificultades de la forma más conveniente. Cada uno debe buscar dos o tres alternativas que crea puedan resolver el problema con el menor dolor para todos, y explicar al otro el por qué cree que esas soluciones son las más adecuadas. Aquí se tienen en cuenta los problemas de alcohol, violencia, desinterés, comunicación etc.
- Negociar la solución que toma cada uno, en el caso de que cada uno vea formas diferentes de resolver el cualquier conflicto.
- Aceptar todas y cada una de las consecuencias que conlleve hacer frente al problema. Nunca reprochar al otro.
- Renegociar la relación, intentando encontrar salida a la situación de ambos.
- Buscar el equilibrio entre las necesidades personales de cada miembro de la pareja, las necesidades comunes de la pareja, y entre las responsabilidades que conllevan los hijos.
- Crear nuevas ilusiones y expectativas, personales, profesionales, de aficiones, amigos... (ir juntos a comer helado, al parque, etc).
- Centrarse en situaciones positivas que surjan en el entorno familiar y de pareja. Aún se pueden descubrir puntos de encuentro cuando se empieza a ver a la otra persona con tolerancia y entendimiento.

- Valorar cualquier intento de cambio.

### ***Proceso de Ajuste o Adaptación***

Dentro de las estrategias que ha encontrado la pareja para afrontar las crisis hemos encontrado que, aparte de las diseñadas por los dos para mejorar el vínculo, la esposa busca el apoyo social ya sea de amigos, familiares, el psicólogo o la religión; es decir, la búsqueda de apoyo espiritual o el trabajo como un factor distractor. Sin embargo, él ha actuado diferente y se refugia más en sí mismo, no expresa con facilidad sus sentimientos y recurre principalmente al alcohol o a sus amigos pero sin solicitar expresamente la necesidad de apoyo.

Actualmente la pareja está atravesando por una mejor época y esto debido a la decisión que tomó la esposa de demandarlo por violencia; sin embargo al parecer el esposo no es tan agresivo y el problema radica en el consumo del alcohol.

Las crisis que se manejaron durante esta etapa fueron muy fuertes en lo relacionado con el temperamento de la esposa y a su vez todos estos cambios representaron alteraciones de la dinámica familiar, así como del comportamiento individual, los cuales demandan una mayor atención clínica.

### ***Estrategia para Afrontar el Estrés***

Para tratar el estrés ellos han intentado modificar las respuestas a las situaciones amenazadoras, buscando ayuda terapéutica. Mediante el tratamiento psicológico se puede entrenar a la persona para que mejore su capacidad de resolución de problemas o su capacidad de afrontamiento. Cambiar el tipo de pensamiento que tiene una persona en situación de estrés, puede mitigar sus nocivas consecuencias.

Las técnicas de autocontrol se caracterizan por la auto observación, el establecimiento de objetivos, el desarrollo de estrategias para modificar el medio, la Autoevaluación y el establecimiento de consecuencias.

Ellos están utilizando técnicas para manejar el estrés como preocuparse cada cual por el otro sin llegar a ser asfixiante y esto esta contribuyendo a una mejor calidad de vida para ambos. Lo cual se ve reflejado en el retorno de la paz y la armonía a la familia.

### ***Estresores o Demandas del Contexto***

El principal estresor de la pareja es el consumo de alcohol por parte del esposo, situación que a su vez afecta la estabilidad familiar y el temperamento de la esposa quien a su vez se vuelve agresiva como desahogo.

### **Entrevista Cuarta Pareja**

Esta entrevista se realizó el día miércoles 13 de febrero del 2005 a las 9:00 PM. Tuvo una duración de una hora. El lugar en donde se realizó fue la casa de la pareja, ubicada al norte de Bogotá, en un barrio de estrato 4. El segundo encuentro con esta pareja y la quinta se llevo a cabo el día 29 de abril del 2005 a las 7:00 PM, con una duración de una hora y treinta segundos.

La pareja está conformada por X de 40 años y Y de 45 años de edad, los dos tienen educación superior y actualmente desempeñan sus carreras, X trabaja como independiente y Y trabaja como empleado en una empresa privada. Llevan 20 años de casados y tienen dos hijos, una mujer de 16 y un hombre de 19 años. La principal crisis que han pasado fue del año 2000 al 2003, por una emergencia económica causada por servir de fiador a un familiar que no respondió con sus obligaciones. Actualmente la pareja se ha repuesto de esta crisis pero quedan algunas secuelas de la misma.

A parte de la crisis económica, la pareja recientemente pasa por un inconveniente, el cual ellos clasifican como un factor social de crisis, y es la adicción a las drogas por parte del hijo mayor. Este problema logró desestabilizar el orden familiar, pero al mismo tiempo los fortaleció como pareja y como familia.

La pareja utiliza varios recursos de afrontamiento ante el estrés que generan las diferentes formas de demandas tanto familiares como internas. Las principales son dialogar para poder llegar a acuerdos que los beneficien por igual a los dos y el hacer deporte para mantener una salud física y mental que les permite, según ellos, mantener la calma y la claridad.

Es una pareja que a través de los años de casados, han encontrado su forma para relacionarse y para poder sobrellevar los diferentes acontecimientos no deseados en sus vidas.

Tabla 12

Análisis Axial Entrevista Pareja 4

Categoría	Sub-Categoría	Verbatim
Significado de Pareja	Pasado	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪Uno no lo tiene como bien enfocado (Pf. 4)</li> <li>▪Uno vive con una persona (convivencia)(Pf. 4)</li> <li>▪Entonces, antes las parejas vivían cada una en función de la otra (Pf. 5)</li> </ul>
	Presente	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪Ella: Para mi una relación de pareja es compartir con otra persona todo (Pf. 4)</li> <li>▪El: Lo que pasa es que uno no vive en función del otro (Pf. 5)</li> <li>▪Ahora se mantiene cada uno a la par, cada uno independiza</li> </ul>

sus cosas, sus cuestiones laborales con sus cuestiones familiares, entonces la relación de pareja ya es más de puertas para adentro que otra cosa (Pf. 5)

#### Futuro

▪Se vuelve, es como una sociedad, como un contrato. Entonces lo mismo que le decía, entonces cada uno se va a enfocar como ya la mujer no está predestinada a estar siempre en el hogar y quiere sobresalir dentro de sí en todos los aspectos igual que mutuamente con el hombre entonces se va a hacer paralelamente las cosas, ella su trabajo, el su trabajo y ambos aportando (Pf. 5)

▪Pero pues no es solamente que sea como un contrato o como un convenio que uno haga por pareja, porque ahí vienen también los sentimientos, (...) pues a mi no se me hace que tampoco es eso, igualmente uno tiene que apoyarse económicamente como sentimentalmente, porque si uno solamente se apoya económicamente entonces "¡a! yo vivo con usted ya porque pues usted ya cuanto llevamos viviendo", entonces es como que por costumbre, pero entonces donde queda la parte sentimental, la parte como del cariño, de muchos valores que uno como que muchas veces pierde (Pf. 6)

#### Recursos de Afrontamiento en la Pareja

▪Yo mientras he podido, yo lo he apoyado mucho a él, igualmente cuando el estuvo trabajando él me apoyó a mi (Pf. 9)

▪Nos hemos tratado de apoyar mucho (Pf. 9)

▪Igualmente cuando el estuvo trabajando él me apoyó a mi, o sea, como que tu un tiempo trabajas y él como que el otro tiempo trabaja (Pf. 9)

▪Y yo digo que si él no tuvo

plata este mes, y yo tuve plata entonces tenemos que apoyarnos y de igual manera él me apoya a mí (Pf. 9)

▪ Yo digo que si uno se pone en el mismo pensamiento de la persona que está preocupada que no se qué, pero yo si le digo pero esperemos a ver que pasa miremos que hay una plata en este lado, hay plata en este otro lado, miremos cómo se va a hacer, entonces pues tampoco pues como hundirse uno totalmente, porque si uno se hunde ahí si como que se acaba todo (Pf. 9)

▪ Cuando nos vimos en esta situación yo soy una persona muy recursiva, aprendí a hacer cosas (...) (Pf. 15)

▪ Entonces el apoyo moral de las familias juegan un papel importante en ese sentido, (Pf. 16)

▪ No dejar las cargas a una sola persona (Pf. 18)

▪ Mis problemas son mis cosas, los trato de solucionar yo porque no em gusta que ella intervenga en mis cosas de mis cuestiones personales (Pf. 27)

▪ No se si sea egoísta conmigo misma porque hay muchas cosas (...) pero igualmente yo no se lo cuento a nadie porque eso es mio (Pf. 30)

▪ Hay cosas que uno no debe compartir con la pareja, no es porque sean malas ni mucho menos, pero porque son de uno como dice él (Pf. 32)

▪ Yo creo que es en el momento que cuando nosotros tenemos relaciones nos sentimos como más apoyados (Pf. 37)

▪ Para mí en el momento en el que nosotros cuando estamos en la parte íntima para mí es como el momento en el que compartimos el resto de lo que nos queda de todo lo que va transcurriendo del tiempo (Pf. 39)

▪ Es como la ventana de donde uno se escapa de los problemas

y dice uno los problemas por qué me tienen que afectar digamos sentimentalmente o íntimamente si eso no nos va a ayudar alejando el uno del otro; entonces de pronto va a ganar un beneficio de que sabe que tiene a la otra persona al lado y de que sabe hay que crecer el apoyo moral progresivamente (Pf. 40)

▪De pronto si lo afecta a uno un poquito porque como decía ella mantiene uno como un poquito más de preocupación de más tenso, entonces hay momentos en los que uno es muy vulnerable, es muy susceptible a las cosas, entonces cualquier cosa lo afecta, si se afecta un poquito la comunicación, se nota el cambio (Pf. 40)

Proceso de Ajuste o Adaptación

▪En ese momento no peleamos nos discutimos, porque pues igual si él se pone de mal genio, pues yo lo dejo porque él tiene unos cambios de temperamento muy variables (Pf. 26)

Estrategias para Afrontar el Estrés

▪Pero económicamente siempre nos hemos apoyado así como hombro a hombro, cuando ella no tiene y yo tengo pues igual lo gastamos y miramos hasta donde se puede gastar tampoco es que el día que hay no la gastamos toda y ya chévere, pues es más bien mirando lo que queda lo que podamos hacer y lo que podamos disfrutar pues bueno se hace lo que podamos comprar pues bueno pues se hace pero problemas con tal no (Pf. 12)

▪La estrategia de nosotros fue mirar qué se podía recoger de ahí para solventar lo que debíamos una parte de lo que se debía y como siempre teniendo la convicción de que uno no tiene de que ¡ay que hacemos, ay no hay plata y sentarse uno a pensar (Pf. 15)

▪Afortunadamente en esa época o en esas épocas que hemos estado mal hemos contado con el apoyo de la familia de ella, con el apoyo de mi papá y de mi mamá y de mi familia (Pf. 16)

▪(...) entonces el apoyo moral de las familias juega un papel importante en ese sentido (Pf. 16)

▪La estrategia de nosotros no fue quedarnos quietos, porque si nos quedamos quietos las posiciones serían peores, porque igualmente si tu tienes la posibilidad, si sabes otro arte, si sabes otra no te debes de quedar quieto en lo que sepas sino si te salió cual cosa a pues listo yo lo hago, que no los sé, no, explíqueme yo lo hago (Pf. 17)

▪Dejar un poquitico la vanidad de lado y afrontar lo que le salga (Pf. 18)

▪En la parte de ayuda yo soy muy católica y yo le pido mucho a Dios, yo hago oraciones, una cosa que la otra (Pf. 22)

▪Pero apoyo, apoyo, pues las familias de nosotros, porque creo que más la familia de él porque (...) (Pf. 22)

▪Nunca echarse las cosas en cara (Pf. 43)

Estresores o Demandas del Contexto

▪Entonces si hemos tenido que de pronto económicamente nos hemos visto mal (Pf. 9)

Tabla 13

Categorías Emergentes Pareja 4

Categoría	Verbatim
Roles de Género	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entonces antes las parejas vivían cada una en función de la otra, la mujer en la casa haciéndose cargo del hogar y el hombre trabajando para sostener su</li> </ul>

hogar (Pf. 5)

- No hay una posición definida de que tu haces esto y yo hago esto, el día que a cada quien por decir al la persona que está en la casa si le nació hacer ese arreglo en la casa es esporádico (Pf. 18)
- Pero pues no hay una regla general establecida que diga que cada quien (sobre roles) (Pf. 18)

Significado Hijos

- El cambio sería cuando vienen ya los hijos, que ya pues de pronto él cambio es un poquito más retenido hacia ella o hacia ambos pues porque los hijos a la final son de ambos, entonces se priva uno de muchas más cosas (Pf. 5).
- De pronto es la visión que uno tiene de concebir un hijo porque pues si uno dice uno come lo que sea o el día que tocó acostarse sin comer si listo vale pero un niño ya encierra muchas otras cosas y es obligación ya prácticamente es un deber un requisito que tiene que tener uno sino hay para uno tiene que haber para él, al menos para él,

Atribuciones

- Entonces yo creo que todo eso siempre son pruebas de Dios, porque yo siempre he hablado de Dios (Pf. 9)

Reacciones Ante Estresores

- Si nos damos cuenta que cuando sucedió esto, todo cambió mucho, porque el vivía más como de mal genio como preocupado (Pf. 9)
- Como que le interesaba más no estar pendiente de la relación sino que ay no hay plata que mire que deudas que esto que lo otro (Pf. 9)
- Uno tiene que dejar pasar un "ratico"<sup>1</sup> " porque está uno con el temperamento como un poquitico<sup>2</sup> elevado.
- Porque él vivía más como de mal genio como preocupado (Pf. 18)

---

<sup>1</sup> Lapsos de tiempo corto.

<sup>2</sup> Referente a cantidad, poco.

## **Análisis Cuarta Pareja**

### ***Significado de Pareja.***

El concepto que se tiene sobre pareja ha cambiado después de la crisis ya que anteriormente en su concepto no estaba bien enfocado; se priorizaban algunos aspectos como el de la convivencia y la dependencia (Vivir en función del otro), pero dichos componentes ya no son tan importantes ahora como el hecho de compartir, donde la dependencia decrece un poco y prima la independencia y lo privado, preservando de otra manera un vínculo afectivo mejor.

Se establece que el concepto de pareja a futuro se convierte en una sociedad, como si fuera un contrato. Los roles en la pareja siguen cambiando, la mujer ya no es quien está en la casa, sino una persona que quiere alcanzar éxitos y metas; esto hace que este en igualdad de condiciones con el hombre y que aporte económicamente de la misma forma. Igualmente se recalca en la parte afectiva, según ellos no solamente puede funcionar una pareja por medio de un contrato o un convenio económico que se hizo para sobrevivir; para poder funcionar cómo pareja debe estar presente el nivel emocional, lo afectivo, para que el estar juntos no se convierta en una costumbre.

### ***Recursos de afrontamiento en la pareja***

En los recursos que utiliza la pareja para afrontar la crisis económica, se hace énfasis en el apoyo y colaboración que se dan el uno al otro, al igual que el que les brinda la familia del Hombre. El área económica no la maneja solo uno de los dos, ya que cuando entran en crisis quien tenga trabajo es quien aporta en el hogar; esto se hace para no dejar toda responsabilidad en una sola persona.

Por otro lado, para afrontar la crisis, la pareja empieza a movilizarse y a visualizar otras formas de entrada económica, por ejemplo aprenden a realizar otras tareas de trabajo que luego desempeñan para solventar esa área.

Uno de los mecanismos de compensación que utiliza la pareja es no hablar entre ellos de los problemas que tiene cada uno; cada cual resuelve sin la ayuda del otro los problemas que tenga y nos los comparte ni con la pareja ni con alguna otra persona ya que aseguran que estos temas hay que reservarlos puesto que no vale la pena contarlos sin recibir ayuda.

Otro recurso de afrontamiento que maneja la pareja es la parte sexual, ya que el momento de intimidad es una demostración de apoyo, de compartir su tiempo. Esto hace que se unan más, que separen los problemas económicos de la relación sentimental y por esto no deja que la crisis los consuma como pareja; por el contrario, se dan cuenta que el mutuo apoyo va creciendo progresivamente.

### ***Proceso de Ajuste o Adaptación***

El proceso de ajuste que se da en el afrontamiento de la crisis, se presenta con cambios de temperamento por parte de los dos, más por parte del hombre quien llega de mal genio a la casa; la reacción de la mujer es no dar respuesta a esos estados de ánimo y entender sin preguntar el porqué del malestar de su compañero.

### ***Estrategia para Afrontar el Estrés***

Como estrategia para afrontar el estrés, se ve en primer lugar el intento de mantener la parte económica estable, es decir, de controlar los gastos comprando lo que es necesario y dándose lujos solamente cuando es posible hacerlo.

Igualmente para mantenerse estables económicamente la pareja busca otras alternativas de trabajo, aprenden a hacer otros artes, trabajan en lo que tengan

oportunidad de trabajar sin pensar en que necesariamente deben ejercer la carrera profesional de cada uno; ellos hablan de “dejar la vanidad”, el trabajo que se presente es aprovechado.

La familia juega un papel importante en los momentos de crisis en la pareja, ya que los padres del hombre los han apoyado en estas ocasiones, no solo en lo económico, aunque también lo han recibido, sino principalmente en un apoyo moral hacia la pareja.

De la misma forma la religión tiene un papel importante en la pareja, más que todo en la mujer, quien se encomienda y le pide ayuda a ese Dios que la protege.

### ***Estresores o Demandas del Contexto***

El principal estresor de la pareja son los problemas económicos por los que pasan.

### **Entrevista Quinta Pareja**

Esta entrevista se realizó el día viernes 15 de febrero del 2005 a las 8:30 PM, con una duración de hora y quince minutos. El segundo encuentro con esta pareja y la cuarta se llevó a cabo el día 29 de abril del 2005 a las 7:00 PM, con una duración de una hora y treinta segundos.

La pareja esta conformada por S y A de 34 y 38 años de edad respectivamente. El señor A cuenta con estudios universitarios y la señora S no ha terminado su carrera profesional hasta el momento. A, trabaja por temporadas en labores distintas a su profesión y S cuenta con un trabajo fijo en una empresa de Facatativa. Esta pareja tiene 9 años de casados y no tiene hijos.

La crisis que ellos comentan como más representativa en los años de convivencia, la ha generado el factor económico, el cual por temporadas se vuelve angustiante, generando problemas y mal entendidos entre ellos como pareja; incluso en el pasado los condujo a una separación temporal. Por esta razón, ellos han adoptado para su relación

de pareja, varias estrategias que los ayudan a afrontar los momentos de crisis, con el objetivo de mantenerse unidos. Entre los recursos con los que cuentan, el principal es realizar un trabajo en conjunto en la solución de los problemas mayores, mantener el diálogo y buscar alternativas para disminuir el estrés ya que este los encamina – a cada uno de una forma diferente – al poco autocontrol y a la agresión. Es por esto que tratan de conocerse mutuamente para reconocer las reacciones del otro y de esta forma tomar medidas para cada situación, que sean benéficas para los dos como pareja.

Tabla 14

Análisis Axial Entrevista Pareja 5

Categoría	Sub-Categoría	Verbatim
Significado de Pareja	Pasado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No, realmente el pasado con el presente se adquiere más compromiso, se ve desde otro punto, otro ángulo... (Pf.10).</li> <li>• Es, es que las relaciones de pareja del pasado eran más, eran más como de aguantar, como de soportar eran muchísimo más machistas que las de ahora. (Pf. 11).</li> <li>• Si son más libres, hay mayor libertad de expresión ahora en el presente, las del pasado tienen más...heee, se cohibían realmente de algún sexo, de algo expresar...(Pf. 14)</li> <li>• Eran más como de dueño las relaciones. (Pf. 15)</li> </ul>
	Presente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bueno, yo pienso que la relación de pareja es la unión, la estabilidad, el apoyo, realmente relación es una palabra muy grande que conlleva a muchas cosas. (Pf. 4)</li> <li>• Que encierra muchas cosas. (Pf. 5)</li> <li>• O sea, esa relación es de honestidad de respeto de apoyo, de sinceridad, muchas</li> </ul>

cosas, (Pf. 6)

- Yo pienso que es como un complemento una relación de pareja es como, es el complemento de una persona con la otra.(Pf.7)

- Aceptación y comprensión es lo básico (refiriéndose a la pareja). (Pf. 8)

- Si son más libres, hay mayor libertad de expresión ahora en el presente,(Pf. 14)

- Si, todavía queda mucho de eso, todavía hay mucho machismo. (Pf. 16)

- Horita en el presente yo la veo que todavía le falta mucho realmente que se, que se entiendan más las parejas y que sepan aceptarse para que sean iguales. (Pf. 18)

- Realmente la libertad que horita hay que todo esto, ha conllevado también a otros problemas y que esas libertades hacen que se pierda mucho el respeto, que realmente no se sepa aceptar a una persona que se sepa, que sepa proceder o se debe manejar ante la sociedad, o sea ya sea hombre o sea mujer esas libertades realmente se afectan. (Pf. 20)

- lo que pasa es que ahora las parejas son cada vez más jóvenes más inmaduras y esa inmadurez es lo que es lo que hace que no duren, que normalmente no duren y yo me imagino que de aquí al futuro va a ser peor cada vez...(Pf.21)

Futuro

- Yo creo que en un futuro se supone que la relaciones pues se va, que va a ser las parejas iguales, que no van a tener ninguna diferencia en el sentido de que uno le ordene al otro sino que van a ser iguales de tu a tu. (Pf.16)

- No hay, son, son inestables eso si conlleva a que en un futuro se pierda mucho valor, mucho respeto. (Pf.22)

Recursos de  
Afrontamiento en la  
Pareja

- (...) Aunque realmente cuando la relación es muy fuerte uno lo supera. (Pf.26)
- Pues los dos realmente hemos superado esas cuestiones económicas por ser dos personas que trabajamos, dos personas que cuando al uno le ha ido mal el otro ha sacado la cara, o lo contrario, entonces realmente no hemos vivido el punto de que una persona se haya quedado cruzada de brazos por no hacer nada. (Pf.30)
- (...) Que nosotros sigamos adelante ha sido por constancia de trabajo por dedicación. (Pf.34)
- Pero siempre hablamos, o sea siempre procuramos esos momentos así como mal económicos pues llevarlos juntos. (Pf.42)
- Si, llevarlos juntos o sea no realmente pues en... los afrontamos es en el sentido de... si, de estar muy juntos y que las decisiones que tomemos y todo pues que nos beneficien a los dos tratando de ahorrar lo más posible para poder pues seguir adelante no, pero nunca decir...(Pf.43)
- Y con mucha paciencia también. (Pf.44)
- Pues realmente nosotros siempre estuvimos muy encima de nuestros problemas, los dos siempre le pusimos la cara y realmente los dos cuando uno aportaba una idea...los dos de verdad aportábamos ideas, aportábamos la solución y lo hacíamos entre los dos, no realmente mandábamos a la otra persona para que los hiciera sino entre los dos la comunicación fue muy estrecha y realmente los dos aportamos muy buenas ideas para que los dos pues saliéramos adelante. (Pf.69)
- Yo creo que la comunicación si aumenta porque realmente buscando soluciones para superar todo esto

realmente uno habla más.  
(Pf.72)

- (...) Realmente es importante ver que la comunicación, estar hablando los dos todo el tiempo si nos afianzó más esto y que para un futuro antes de que haya una crisis estamos hablando mucho para que no, no nos vuelva a pasar. (Pf.72)

- Si no, pues claro yo creo que la intimidad si hablamos de una crisis económica íntimamente, uno realmente... uno no va salir a contarle a todo el mundo, lo que le pasó, ni a su familia ni a sus amigos, pues si, si pasa, si hay un cambio, realmente si hay una dificultad y hay muchas cosas que uno no comenta, porque son cosas realmente de uno que las genera esta crisis, pero realmente significativo que haya cambiado íntimamente por la cuestión de falta de dinero, no es significativo, más que todo, es esporádico es relativo de todo el momento de la pelea pero que íntimamente. (Pf.74)

- Hablamos de tips como preventivos... una, una de pronto manejar la presión, no llevarse los problemas del trabajo a la casa, no llevarse... tratar de hacer una barrera entre lo económico, entre lo que es el amor, entre lo que es la relación y no mezclarlas, lo que es lo más importante y lo otro que creo que es importante el respeto, realmente cuando hay esos punto de crisis...no, no lastimar a la otra persona ya sea con palabras, con hechos, con actos. (Pf.82)

- (...) Entonces un consejo sería confianza, que sea, respeto...que sea comunicación y no sé sería eso lo básico. (Pf.82)

Proceso de Ajuste o  
Adaptación

Estrategias para  
Afrontar el Estrés

Verbatim

- Estrategias, eh, la ayuda familiar. (Pf.39)
- (...) Bajarle a los gastos, ya sea no en lo básico porque no se puede bajar de pronto en la comida y el arriendo porque son gastos básicos son de todo el tiempo. (Pf.41)
- Mucha ayuda de parte de la familia que si se puede hoy ir a almorzar a donde la mamá de uno o del otro, pues se ayuda, que si alguien va a colaborar pues en la parte de estudio de los hijos o algo. (Pf.41)
- Si, de nuestra parte mi mamá la mamá de ella, los papás y todo han sido muy colaboradores eso ha sido muy importante y pues realmente uno se lo debe a personas que también lo son ya sean amigos, familiares, conocidos y le tienden la mano a uno también, entonces es importante también para superar esta crisis. (Pf.46)
- Pues tratar de mirar otras alternativas para que entrara dinero o sea, eso. (Pf.48)
- Mientras nos empleábamos, nosotros mirábamos que se podía hacer. (Pf.49)
- Que más se podía hacer, buscar otras alternativas, buscar otras entradas, hacer algo en la casa, vender cosas, no sé muchas cosas de este tipo, son importantes, cualquier cosa que entre son importantes porque cualquier peso que entre cuando hay una dificultad económica es bienvenido. (Pf.50)
- No, la familia básicamente. (Pf.53)
- La familia es básicamente, si pues realmente pues buscar el apoyo en otras personas diferentes a nuestro

núcleo no ha sido así de gran porque...(Pf.54)

- Nos gusta es estar centrados en algo que pedir colaboración realmente a personas realmente allegadas de nosotros, personas que nos pueden tender la mano horita y que a parte de que nos tienden la mano tienen una relación, ya sea sentimental o familiar.(Pf.56)

- (...) Generalmente nuestro apoyo es siempre generalmente, si no se puede decir que no hay amigos de pronto entre comillas que no le colaboren a uno, pero si hay una, si hay una, generalmente ha sido familiar. (Pf.58)

- (...) Y de pronto en la cuestión de religión hemos estado muy enfocados en la parte de sí pedirle colaboración y somos muy en ese aspecto... pedirle a Dios en oración los dos unidos religiosamente para que realmente nos tienda la mano y nos ayude, generalmente, no, no por intermedio de ningún profesional, sacerdote, sino generalmente siempre lo hacemos directamente. (Pf.58)

- Y realmente de la familia es la principal para punto de apoyo. (Pf.60)

- Yo pienso que lo más importante es la comunicación, o sea, desde que haya comunicación con la pareja y desde que se tenga conciencia de que una pareja son dos se puede afrontar cualquier tipo de inconveniente. (Pf.81)

Estresores o  
Demandas del  
Contexto

- (...) Cuando el dinero falta. (Pf.26)

- \* (...) Pues hemos tenido esa experiencia, hemos pasado momentos difíciles de económicos y pues realmente que nos... que más nos ha afectado eso en la convivencia normal cuando no se tiene alguna cosa para la casa de pronto en las cosas básicas de

vivir, de vivienda, de estudio de los hijos, de comida, realmente se juntan tantas cosas que realmente entra en un estado de depresión que afecta. (Pf.26)

Tabla 15

Categorías Emergentes Pareja 5

Categoría	Verbatim
Roles de Género	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pero en nuestro caso no, en nuestro caso siempre ha sido muy parejo el manejo de la cuestión económica y del trabajo.</li> </ul>
Reacciones Ante Estresores	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cuando el dinero falta yo creo que,,, cierto, piensa uno que el amor queda a un segundo aspecto, (Pf.26)</li> <li>• Que realmente entra en un estado de depresión que afecta. (Pf.26)</li> <li>• De estrés, de mal genio. (Pf.27)</li> <li>• Que afecta la pareja, que nos afecta mucho, que realmente si ha conllevado a cosas feas y hasta maltrato, malas palabras y realmente es por algo económico. (Pf.28)</li> <li>• (...) Es que ha sido realmente es mal genio o algo así por la imposibilidad. (Pf.34)</li> <li>• De pronto en el momento, pues como que esa falta de dinero pues obviamente lo estresa a uno lo tiene más, pues de un genio muchísimo más sensible, entonces por eso se pelea, pero así que se hagan reproches de que por qué no consigue trabajo, de que usted no está haciendo nada, no. (Pf.35)</li> <li>• Si realmente hubo un poquito de agresión en la parte de convivencia. (Pf.76)</li> <li>• * Si, íntimamente que lo maneja sólo uno si hubo un cambio y de pronto si hubo un poquito más de riñas internas. (Pf.78)</li> </ul>

## **Análisis Quinta Pareja**

### ***Significado de Pareja***

La concepción expresada por la pareja, hace referencia a que en tiempos pasados en donde la mujer asumía un papel sumiso frente al hombre, ya que este sólo se hacía cargo del bienestar económico y que de su intimidad sólo compartía su aspecto sexual, mientras que la mujer se encargaba de la crianza de los hijos y de la manutención del hogar, por lo cual, lo único que le garantizaba era una estabilidad en cuanto a la subsistencia de ella y sus hijos se refería, y en este punto la mujer entendía que debía estar agradecida ya que contaba con techo, alimentación y protección para ella y sus hijos. Ahora bien, en la actualidad, las relaciones son más equitativas en todos los sentidos, ya que la mujer sale a trabajar y aporta para el sustento mutuo, además que logra educación y superación personal y se dedica más tiempo para ella misma. Afirman que en el presente, la comprensión, el apoyo y el amor son determinantes para la subsistencia de una relación. Reconocen que todavía existe machismo, pero aceptan que la libertad está ahora más al alcance de la mujer, pero que si esta no es bien manejada, se puede llegar al irrespeto, que ahora también se ha vuelto más equitativo en cuanto a las maneras de presentarse se refiere. Reconocen que para el presente y el futuro, las relaciones van a tener más poco tiempo para madurar, por lo que se desarrollarán de una manera más inestable y se perderá aún más el respeto por el otro e inclusive por si mismos.

### ***Recursos de Afrontamiento en La Pareja***

El principal recurso que ellos tienen en momentos de crisis es mantenerse juntos; esto hace que la relación sea fuerte y pueda afrontar los percances que vengan, unido a que son dos personas trabajadoras y dedicadas, que se apoyan mutuamente cuando alguno de

los dos no cuenta con las capacidades económicas necesarias: los dos actúan de forma conjunta, ninguno se queda estático ante la crisis. Como pareja dialogan mucho, toman decisiones en conjunto que les convenga a los dos. La comunicación es un recurso de gran importancia que han aprovechado al máximo en los momentos de crisis; por esto, han visto cómo se ha fortalecido en estos momentos la capacidad de dialogo y comprensión en busca de nuevas alternativas para superar los percances. Igualmente la comunicación también es una forma de prevenir de planear, de hacer distinción entre los problemas económicos y lo emocional, al mismo tiempo que fortalece el respeto que existe entre ellos, con el fin de no lastimar al otro con palabras o hechos. Por otro lado, el estar pendiente del problema y tener comunicación constante entre ellos, ayuda a aportar soluciones entre los dos.

Finalmente, conservan la intimidad de sus problemas entre ellos, hablan de estos con quienes ellos creen que pueden contar, esto casi siempre es con sus familiares y algunos amigos, pero tratan de mantener esos problemas dentro de la pareja.

### ***Estrategia para Afrontar el Estrés***

Como estrategia principal para afrontar el estrés, está presente el apoyo y colaboración de la familia extensa de los dos, en especial de la figura materna de las dos partes; son las personas a quienes ellos piden colaboración cuando la necesitan. También están incluidos algunos amigos que les colaboran.

A nivel laboral, se buscan diferentes alternativas de trabajo para generar más entradas económicas a la familia, por lo que cualquier actividad que surja es bienvenida.

La religión es de gran relevancia para la pareja, directamente se encomiendan y piden ayuda a Dios para poder salir de la crisis en la que se encuentran.

Por último, como estrategia, está la comunicación, ya que con ella pueden afrontar cualquier tipo de problema que se les presente, además los mantiene unidos como pareja y los hace más fuertes para asumir y pasar la crisis.

### ***Estresores o Demandas del Contexto.***

El estresor principal es el problema económico, la manutención del hogar y de los hijos.

### **Entrevista Sexta Pareja**

El encuentro con la señora H y el señor C, se realizó el día 13 de febrero del 2005 a las 5:00 PM y tuvo una duración de una hora. Con esta pareja no se realizó el encuentro conjunto, ya que presentó problemas personales y decidieron retirarse de la investigación. La pareja está conformada por R y F de 28 y 29 años de edad respectivamente. hace 10 años están casados por la iglesia y desde entonces han convivido juntos.

La crisis que los ha tocado como pareja, se reduce a las demandas sociales, más específicamente a la demanda económica, factor que los ha desestabilizado como pareja y como persona. A pesar de ser una pareja muy joven, que empezaron su relación y convivencia a una edad muy temprana, han sabido mantenerse unidos y en pareja resolviendo los percances económicos por los que han tenido que pasar.

Son una pareja que se apoyan en sus familias nucleares (padre y madre respectivamente) en momento de crisis y que gracias a esa ayuda pueden salir adelante como pareja. La mayor fortaleza que tienen y como recurso eficaz, es que los dos son personas muy trabajadoras que en ningún momento se recargan en el otro para disolver las angustias económicas; por el contrario, son los dos quienes están constantemente

trabajando y cuando no hay en que laborar, el otro siempre esta como apoyo en los momentos críticos.

Desafortunadamente la pareja se retira de la investigación por razones de índole personal.

Tabla 16

Análisis Axial Entrevista Pareja 6

Categoría	Sub-Categoría	Verbatim
Significado de Pareja	Pasado	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ En el pasado la pareja significaba un compañero, un amigo y un confidente. En la etapa del noviazgo era la persona que estaba conmigo, pero por ese momento no más, nunca pensé que llegara a compartir el resto de mi vida con él, era más esa persona con la que salía y la pasaba bien. (Pf.31)</li> <li>▪ (...) Ahí empecé a ver a la pareja como algo que tenía que estar unido siempre y que a donde fuera uno tenía que ir el otro. (Pf.31)</li> <li>▪ (...) Pues en ese momento el concepto de pareja cambió totalmente, ya era la unión de dos personas que querían compartir el resto de su vida juntos, además ya venía un hijo y eso hace que yo vea a Y no solo como mi pareja, sino como el padre de mis hijos. (pf.31)</li> <li>▪ (...) Yo desde el primer momento quise que ella fuera mi mujer para toda la vida. (Pf.32)</li> <li>▪ Después el matrimonio reafirmo esto de que quería formar una familia con esta mujer que ya era mi pareja, la mujer que me acompañaba, la que me apoyaba. (Pf.32)</li> <li>▪ Eso, en ese tiempo el concepto de pareja para mí era la que luchaba por estar juntos porque se amaban juntos. (Pf.32)</li> </ul>

Presente

- Yo creo que lo que nos define como pareja es la unión que tenemos y que hemos tenido siempre (Pf.10)
- pues principalmente nos une el amor y esto conlleva a la comprensión y a la aceptación del otro, creo que eso es importante para que una pareja se mantenga unida, segundo los hijos, la familia nos mantiene también unidos, pero sobre todo el amor.(Pf.10)
- Creo que la definición de pareja va más allá del hecho de estar casados o de haber asumido un compromiso como este, creo que lo que nos define como pareja son estos 20 años de casados que llevamos juntos, lo que X dice, la unión que hay entre nosotros, pero es la unión de corazón y la entrega de cada uno. (Pf.11)
- Actualmente estamos en una etapa de desilusión parcial por no haber logrado los objetivos propuestos para con los hijos, también estamos en la etapa de culminación de carrera de nuestros hijos y pues al contrario de lo que yo esperaba, estar terminando ya mi vida laboral y pensionarme, se me a alargado el trabajo y empiezo en una parte nueva. (Pf.34)
- El concepto de pareja viene a ser el mismo prácticamente, somos dos que hemos venido construyendo una vida juntos y que esperamos seguir construyéndola igual. (Pf.34)
- Somos dos que se están brindando amor, comprensión, honestidad, seguridad y una familia y se proyectan juntos a futuro. (Pf.35)

Futuro

- Nuestros proyectos a futuro son claros, culminar las etapas de educación de nuestros hijos lo mismo que la etapa laboral productiva para afrontar nuestra vejez con dignidad, nos vemos envejeciendo juntos. (Pf.37)
- Poder comprar una casa en el campo e irnos a vivir allá los

dos, si vienen nietos, que vayan a visitarnos cada ocho días, tendremos una granjita de siembra y yo a los dos no llama la atención tener un criadero de perros. (Pf.38)

Recursos de  
Afrontamiento en la  
Pareja

- Creo que el propio conocimiento y el conocimiento que se tiene del otro, me parece que de esta forma se da más autocontrol y por ende se puede controlar más la situación. (Pf.16)

- El autoconocimiento lo lleva a uno al autocontrol y pues a tener una perspectiva diferente de las cosas, cuando hay autocontrol pues no se ven las cosas tan enredadas y pues se ven más alternativas de solución de estos conflictos. (Pf.16)

- Yo siempre he visto en nosotros el positivismo, como que nunca nos rendimos ni nos echamos a la pena, creo que los dos tenemos en la personalidad eso, que hay que ver las cosas buenas de las cosas. (Pf.17)

- Personalmente cuando yo veo lo positivo del asunto me tranquilizo mucho y hay otra visión del problema. (Pf.17)

- Tratamos de verle como el lado positivo de las cosas. (Pf.17)

- La confianza ha sido fundamental entre nosotros, si no existiera, pues no hubiéramos tenido la oportunidad de decirnos lo que pensábamos y lo que sentíamos el uno por el otro y ahora también, la confianza nos permite expresarnos, de esta forma yo sé lo que Y está sintiendo y lo que opina de cierta situación. (Pf.20)

- Y otra cosa que no puede quedar atrás la honestidad, claro que esto va ligado a la confianza que nos tenemos. (Pf.21)

- Pues el amor que sentimos por nosotros mismos nos deja amar al otro y aceptarlo tal y como es, respetarlo definitivamente... y muy importante aceptar la diferencia entre los dos. (Pf.41).

Proceso de Ajuste o  
Adaptación

▪ Personalmente cuando yo veo lo positivo del asunto me tranquilizo mucho y hay otra visión del problema...

▪ Tratamos de verle como el lado positivo de las cosas.

Estrategias para  
Afrontar el Estrés

▪ (...) Saber cuales son las cosas que te alteran y al igual saber cómo entrar en calma, creo que los dos tenemos claro que la desesperación nos pone una venda en los ojos y nos hace tropezar más. (Pf.17)

▪ Y hay otra cosa muy importante, nosotros siempre hemos hecho ejercicio (Pf.17)

▪ Luego empezamos otra vez con nuestra rutina, Y con su fútbol y yo con el ping-pong, es de las mejores terapias que existe para mantener la mente clara...además cuando uno hace ejercicio se siente mejor con uno mismo y pues cuando uno se siente bien con uno mismo, pues el ánimo está más arriba y esto lo pone más activo y con más ganas de trabajar. (Pf.17)

▪ Lo principal es la comunicación que hemos desarrollado entre nosotros. (Pf.19)

▪ Yo creo que los dos hicimos conciencia de los que estaba pasando y empezamos a hablar, a dialogar y solucionamos nuestra situación como pareja, la solución económica vino después, ahora todavía hay algunas dificultades pero controlables. (Pf.19)

▪ Creo que el principal recurso externo que tenemos Y y yo es a nuestra hija, ella es la que nos apoya, la que nos hace caer en cuenta de muchas cosas... y bueno, es como nuestra viga de equilibrio. (Pf.20)

▪ Entonces creo que la unión que hemos tenido - al menos con nuestra hija - nos ha ayudado mucho a sobre llevar esta crisis actual. (Pf.20)

▪ Yo salía de la casa a respirar aire para calmarme. (Pf.27)

▪ Pues la red de apoyo interna

creo que son las mismas que las estrategias de afrontamiento, como principal la madurez, que yo la metería en ese autoconocimiento. (Pf.41)

▪ Yo voy más con la religión que Y, más ahora en esta última época que hemos tenido este gran problema, he estado más cerca y más en contacto con la religión, o mejor, con ese ser en el que creo...sí, para mi es muy importante, me da algo de tranquilidad. (Pf.41)

▪ Si, en estos últimos tiempos he retomado otra vez esto de la oración, de creer en algo, en alguien, creo que es muy importante estar aferrado a eso porque de cierta forma le da fuerza para seguir adelante, no ha sido siempre la red de apoyo para mi, mi principal red de apoyo interna es el autocontrol (Pf.42)

▪ La forma de solucionar los problemas, la forma de afrontarlos, la madurez para afrontarlos. (Pf.42)

▪ Para mi el ping-pong y el baile, esa son las principales actividades que me ayudan a mi para aclarar la mente y poder tener una nueva perspectiva del problema y a buscarle una buena solución. (Pf.42)

▪ El deporte siempre ha sido muy importante para los dos, para mi también es un desestresante buenísimos, el fútbol es mi terapia. Mi familia también es gran apoyo para mí, pero mi familia nuclear, es decir, mis hijos y mi mujer. (Pf.45)

▪ Buscar que hacer, movilizarme, trabajar horas extras. (Pf.48)

▪ Pero en general la reacción es levantarme rápido y actuar, hacer lo que se deba hacer, o lo que yo crea que en ese momento se debe hacer. (Pf.48)

▪ Pues ante la crisis económica mi reacción fue buscar un trabajo y salir a ganar dinero. (Pf.49)

▪ Me voy dando cuenta que hay que empezar a actuar otra vez y a

movilizarme porque llorando no hago nada, ni ayudo a mi hijo, ni ayudo a mi esposo ni a mi hija que se que necesitan mucho. (Pf.49)

- Bueno, la mejor estrategia que hemos tenido nosotros para resolver nuestros conflictos es el dialogo, tenernos confianza y por decirnos qué estamos sintiendo y que está pasando. (Pf.52)

- Yo salía de la casa a sacar a pasear a Marla (La mascota) al parque y quedarme por ahí media hora hasta que se me pasara a mi o a ella el mal genio. (Pf.52)

- Y funciona bien, porque cuando yo entraba el fuego ya se había calmado un poco y el dialogo era más fácil y fluido. (Pf.52)

- Salir, refrescarse y pensar, me parece chistoso que siempre es Y quien sale a pasear a la perrita y yo me quedo acá limpiando algo, siempre que él sale yo limpio (risas) y es muy buena táctica porque no se deja que el problema se agrande más con discusiones inservibles (Pf.53)

- Otra cosa es que cuando estamos hablando sobre el problema no hay contacto físico, creo que eso nos distrae del foco real de la discusión, así que no hay contacto físico mientras hablamos para poder estar totalmente concentrados en lo que se está hablando. (Pf.53)

Estresores o  
Demandas del  
Contexto

- (...) pues los tres años que siguieron fueron de crisis total, habían meses que no teníamos para hacer mercado, vivíamos con lo del día, pan leche y algo para el almuerzo, X tuvo que salir a trabajar, cosa que yo nunca había permitido y con la que yo no estaba muy de acuerdo. Fueron tres años podríamos decir de pobreza y sufrimiento. (pf.13)

- Nuestro problema principal ha sido a nivel económico (Pf.16)

- Las preocupaciones entonces eran dobles porque hubo una época en donde no alcanzaba para nada

- lo que ganábamos. (Pf.16)
- Actualmente tenemos un gran problema de drogadicción en nuestro hogar. (Pf.20)
  - Como estresor contextual el principal actualmente es la drogadicción. (Pf.24)
  - Lo que nos llevó principalmente a crisis a tal punto de pensar en separación fue la crisis económica que pasamos hace poco tiempo. (Pf.24)
  - Si, con respecto a crisis, la más violenta fue la que se generó cuando había esta inestabilidad económica que casi nos lleva terminar con todo. (Pf.25)
  - Entre nosotros se generaban muchas crisis por los hijos. (Pf.27)

Tabla 17

Categorías Emergentes Pareja 6

Categoría	Verbatim
Lo que Une Como Pareja	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Que nos une...pues principalmente nos une el amor. (Pf.10)</li> <li>▪ Segundo los hijos, la familia nos mantiene también unidos, pero sobre todo el amor. (Pf.10)</li> <li>▪ Lo que nos une como pareja... la compatibilidad de caracteres y química que existe todavía entre nosotros. (Pf.11)</li> <li>▪ Con compatibilidad no quiero decir que seamos iguales, es que el carácter de cada uno se acomoda, o mejor, se adapta al del otro...igual, el amor es el principal elemento que nos ha unido todo este tiempo, luego vienen los hijos que hacen que se formen vínculos de otra clase, más fuertes creo, por que es un ser que se creo y creció por mérito de los dos, creo que eso también hace la unión como pareja. (Pf.11)</li> </ul>
Reacciones Ante Estresores	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ X tuvo que salir a trabajar y para mi era muy duro esto, no me gustaba y pues yo armaba mucho conflicto. (Pf.16)</li> <li>▪ Cuando hubo la crisis nosotros solamente hablamos de la plata y de cómo pagar servicios y el colegio y las loncheras y el tema diferente eran los reclamos que yo le hacía a X por estar trabajando, entonces eran peleas y preocupaciones, todo sin dar solución alguna y</li> </ul>

fue tenaz porque le prestábamos más atención a la plata que a los hijos y pues nos descuidamos como pareja. (pf.19)

- En ese tiempo pensamos en la separación. (Pf.19)

- Cuando yo ó X teníamos peleas con algunos de ellos, siempre había una discordia entre nosotros. (Pf.27)

- (...) Me ponía histérica con Y y podía durar un día entero sin hablarle, imagínate que es no hablarse por todo un día con tu esposo...bueno, para nosotros es tenaz, es terrible, es la mayor agresión que nos hemos hecho, la indiferencia pega duro. (Pf.28)

- Rabia, tristeza, esos eran los sentimientos. (Pf.48)

- Estaba muy preocupada porque ya no estaba todo el tiempo con los niños, me estaba alejando de mi esposo porque yo trabajaba ahora y él estaba trabajando más tiempo, pero después del desespero vino la calma y empecé a producir. (Pf.49)

- En este última crisis que tenemos con el problema de la drogadicción, mi reacción ha sido de depresión, ahora ya estoy saliendo, pero dure toda una semana llorando sin poder hacer nada de nada. (Pf.49)

#### Roles de Género

- X tuvo que salir a trabajar y para mi era muy duro esto, no me gustaba y pues yo armaba mucho conflicto. (Pf.16)

- Ya los gastos no los tenía yo solo, ella también. (Pf.16)

### **Análisis Sexta Pareja**

#### *Significado de Pareja*

En el pasado, para la mujer, la pareja se veía como una compañía, cómo alguien con quien salir y pasar un buen rato, alguien con quien compartir cosas, pero no pasaba a pensarse como una relación a largo plazo. Por el contrario, para el hombre, la pareja la visualizaba a largo plazo, algo para toda la vida. A medida que iba pasando el tiempo, la mujer empieza a apropiarse más de la relación y a proyectarse con su compañero y a ver a la pareja como una relación que perdurara en todos los momentos. De ahí en adelante.

Los dos van consolidando la idea de pareja que tienen; ahora se ven como personas que

luchan por estar juntos el resto de la vida.. Finalmente viene el matrimonio que reafirma estas creencias. El concepto de pareja que se tiene en la actualidad estriba en afirmarse como dos personas que se encuentran compartiendo sus vidas, que están unidos y que esperan seguir haciéndolo por el resto de su existencia; en esta misma línea, la pareja se define a sí misma como dos personas que están en la labor de brindarse amor, comprensión honestidad, seguridad y una familia. La etapa que atraviesa la pareja actualmente es de culminación de los estudios de sus hijos, pasan por una crisis familiar que los desilusiona como padres (mas no como pareja). Según el ciclo vital (Papayilla & Olds) ellos se encuentran en la etapa de culminación de la vida laboral, pero contrario a esto, se encuentran en un momento en donde tienen que asumir más responsabilidades laborales, llevando esto a que emprendan nuevas empresas. Cómo aspectos relevantes para la conservación de ellos como pareja, se encuentra la comprensión y la aceptación del otro, la unidad familiar con los hijos, pero como principal aspecto está el amor. A futuro, las expectativas se resumen en culminar sus etapas laborales, al igual que la etapa de formación académica de sus hijos y continuar unidos.

### ***Recursos para afrontar el estrés***

Como recurso principal de afrontamiento, esta el autoconocimiento que conlleva al autocontrol que posibilita un manejo adecuado de situaciones estresante y por ende, permite ver los conflictos desde otra óptica y esto genera el encontrar nuevas formas para solucionar dichos conflictos.

El amor y el respeto hacen parte del abanico de recursos con los que esta pareja cuenta para afrontar la gama de conflictos, llevándolos a aceptar el otro tal como es, incluyendo sus diferencias individuales.

Otro aspecto relevante es la actitud que se hace manifiesta ante la crisis; ellos se argumentan así mismos como pareja con una actitud positiva frente al conflicto, lo cual deja abrir más campos de acción para la resolución de los mismos.

La honestidad y la confianza son recursos claves de la pareja en el momento de la crisis, ya que por medio de esta llega la comunicación asertiva que les brinda la oportunidad de generar espacios de dialogo en donde se exponen las incomodidades de cada uno.

### ***Estrategias para Afrontar el Estrés.***

Entre los aspectos relevantes que se consideran como estrategias para afrontar el estrés está el saber que es lo que genera estados de estrés y/o alteración, el auto control, el deporte, la comunicación, los factores dinamizadores de la relación como la hija, un concepto de Dios, el buscar espacios fuera del núcleo familiar que les mantengan ocupados y otras formas de liberarse de la tensión.

Todas estas estrategias, han sido abordadas por la pareja como fuentes para solucionar y estrategias para abordar conflictos.

### ***Estresores o Demandas del Contexto***

Para este grupo familiar hay dos estresores básicos determinados, uno es la situación económica por la cual se ha tenido que atravesar y lo segundo son problemas de drogadicción.

El factor económico ha sido intermitente pero un estresor que ha generado diversos conflictos como por ejemplo pensamientos sobre los roles que se asumen dentro de la pareja, separación.

*Fase Segunda*

Tabla 18

Análisis Axial Entrevista Conjunta

Categoría	Sub-Categoría	Verbatim
Significado de Pareja	Presente	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bueno ser pareja conlleva muchas cosas, lo primero que hay que tener en claro es que va mas allá del nombre o de una bendición o de una firma que se puso en un papel. (Pf. 9)</li> <li>▪ Unión, compañía, respeto, comprensión, igualdad en dos personas que deciden estar juntas y sobre todo el amor. (Pf.9)</li> <li>▪ Pareja es un conjunto de valores, cualidades, defectos que se construyen entre dos personas, que como dice X, deciden estar juntas para formar un mundo en común...(Pf. 10)</li> <li>▪ Son dos personas que están juntas para complementarse, para ayudarse para compartir el amor que tiene cada uno, para brindar y recibir del otro, para estar acompañados. (Pf. 11)</li> <li>▪ Es una clase de empresa que tiene un personal específico. (Pf. 11)</li> <li>▪ Lo que nos hace diferentes de la empresa como tal es el sentimiento que tenemos ante nuestra pareja, que no la vemos como una persona que cumple todos esos requisitos, como requisitos, sino como una persona que se adecua a nuestras expectativas de pareja. (Pf. 11)</li> <li>▪ Simplemente es eso, un conjunto de varias cosas que son las que a la final forman a la pareja. (Pf. 12)</li> <li>▪ Porque en estos años es que hemos estado construyendo todas esas cosas por las que estamos unidos ahora, hemos alimentado el amor entre nosotros, la comprensión, la tolerancia, hemos aprendido a reconocernos en el otro y a conocer al otro y a compartir todas esas pequeñas y grandes cosas que nos forman como pareja. (Pf. 12)</li> <li>▪ La pareja es una unidad conformada por dos personas que tienen un fin común, como por ejemplo sacar adelante los hijos, conseguir una estabilidad económica para tener una vida más tranquila.</li> </ul>

- Es un equipo que forma a un tercero o
  - a un cuarto integrante, que inculca valores, que influye en la vida de los hijos para bien o para mal, por lo que requiere de brindar un tiempo a todas las personas que conforman la familia.
  - La pareja actualmente es algo muy global por que encierra muchas cosas, hijos, plata, planes, metas, estabilidad emocional, amistad, apoyo y muchas más.
  - La pareja es un grupo que se forma de la unión de 2 personas y estas están a cargo del hogar y de los hijos.
  - Son dos personas que tienen responsabilidades específicas y que luchan por mantener el hogar y educar bien a los hijos y darles estudio.
  - Dentro de la relación de pareja es necesario que siempre exista el respeto, la buena comunicación, la confianza, la sinceridad, compromiso, entrega y un sentimiento que respalde estos valores.
  - Actualmente la idea que teníamos de pareja ha cambiado, por que ahora hemos aterrizado en la realidad pues las cosas no son tan fáciles, pero creemos que se puede luchar más, que juntos somos un buen equipo aunque hasta nos toque aprender ha hacerlo en equipo, puesto que antes uno piensa en una manera individual y ahora hay que cambiar esquemas.
  - Aparte de todos los aspectos que conforman la pareja, esta relación ayuda a que cada uno de los integrantes mejore constantemente en todo nivel, es un proceso continuo de mejoramiento y acople.

Roles de  
Género

- Bueno, mi rol en la parte económica ha sido el de aportar en lo que es alimentación y servicios, tratamos de que el aporte sea por igual. (Pf. 14)
- Claro esta cuando alguno de los dos no tiene las capacidades económicas el otro es quien saca la cara y el que aporta mientras que el otro busca la forma para poder rendir económicamente. (Pf. 10)
- No tenemos estipulado quien es el que da para tal cosa o la cantidad que debe dar cada uno, en nosotros es equitativo. (Pf. 15)
- Los dos trabajamos y cuando yo no

tengo trabajo, estoy en busca de el para poder sostenernos. (Pf. 15)

- Se llegan a acuerdos a veces para mantener el equilibrio (Pf. 15)

- Que es que el hombre trabaja y es quien aporta económicamente en la casa, mientras que la mujer es quien ve por el hogar en otros planos diferentes al económico. (Pf. 18)

- Ha tenido que cambiar por la situación actual del país, ya la mujer tiene que aportar, sino por igual, tiene que aportar de cierta forma económicamente. (Pf. 18)

- Yo era quien estaba al frente del hogar, es decir, lo hijos, mantener la casa arreglada, las comidas, etc., y de aporte económico cero porque yo no trabajaba. (Pf. 18)

- Cuando empezó la crisis tuve que salir a trabajar y a empezar a ganar dinero para aportar en los gastos de la casa. (Pf. 18)

- Me acostumbré al papel de ser colaboradora económicamente, además que me siento más independiente. (Pf. 18)

- Pero si, el que mas aporta es mi esposo. (Pf. 18)

- Por mi que mi esposa estuviera en la casa y no trabajara. (Pf. 19)

- Mi papel es aportar para el mercado, el agua y el Internet, ella se encarga de los recibos de la luz, el teléfono, el gas y los gastos de los hijos son repartidos. (Pf. 19)

- Pues en la crisis económica, fue ella quien tomo la iniciativa de salir a trabar y empezar a aportar en la casa. (Pf. 33)

- Ella es quien casi siempre propicia el dialogo, busca los espacios para hablar. (Pf. 33)

- General ella busca que los dos armemos las estrategias o pensemos cómo vamos a actuar, es decir, es X quien toma la iniciativa. (Pf. 33)

- A mi me gusta mucho eso, siempre estoy abierto a las propuestas que ella me hace. (Pf. 33)

- Pero ahora ella siempre está pendiente de que se puede hacer, que hay para hacer. (Pf. 33)

- Yo estoy bien con eso, me alegra y es un gran apoyo. (Pf. 33)

- Yo busco el espacio para que podamos acordar cosas, él es quien arma la

estrategia. (Pf. 34)

- Para mi lo importante es que exista ese momento de dialogo. (Pf. 34)

- Es ella quien dice: "bueno como vamos a hacer para pagar esto, o lo otro", "ven que tenemos que cuadrar cuentas". (Pf. 35)

- Por ejemplo la idea de ir a terapia fue de ella. (Pf. 35)

- Soy quien esta propiciando que hablemos y conciliemos. (Pf. 35)

- Nosotros sabemos cuales son las obligaciones de cada uno y ella sabe que se tiene que hacer cargo de las cosas de la casa y de tenerme todo listo.

- Siempre me conoció así y ella sabe que yo tengo que conseguir la plata del diario.

- Los dos somos muy responsables y a él le consta que yo siempre le he tenido todo listo y la comida preparada cuando llega de trabajar.

- Ella sabe que yo nunca he faltado con las obligaciones económicas y siempre he dado la plata en esta casa, él ha sido siempre muy responsable.

- Los roles de genero no son muy rígidos puesto que se modifican de acuerdo a la situación laboral de los dos, hemos tenido épocas en las que el ha asumido el hogar con todo lo que esto implica, el cuidado de los hijos, el aseo y mantener la casa adecuadamente mientras que yo trabajo para poder cubrir las necesidades económicas.

- Aunque desde el principio nosotros si habíamos hablado que los dos trabajaríamos para poder tener más ingresos y tener un estilo de vida cada día mejor, y que ambos también estaríamos dispuestos a hacernos cargo del hogar.

- Al encontrar los dos empleo, la dinámica familiar cambia puesto que toca delegar el cuidado de los hijos y el mantenimiento del hogar a un tercero.

- Al estar los dos trabajando tratamos de asumir los gastos del hogar de una forma equitativa o el que gana mas por iniciativa propia paga los gastos pendientes. Los dos somos muy comerciantes, cuando alguno no tiene trabajo se dedica independientemente a las ventas y asume inmediatamente el rol del hogar. Igual cuando trabajamos mantenemos los negocios como un ingreso

extra.

- En mi hogar el es el que trabaja puesto que tiene que hacerse cargo de los negocios que tenemos fuera de Bogotá y mientras que yo me quedo en la casa cuidando a los hijos y manteniendo las cosas del hogar, yo he asumido ser ama de casa por que en nuestra familia siempre ha sido así y afortunadamente el puede con todos los gastos, además él proviene de una familia Paisa en donde también el hombre es quien asume todos los gastos.

- Sabemos que en otras familias esto no puede ser así aunque es lo mejor para la crianza de los hijos puesto que es más presencial y personalizada, pero el ritmo de vida y las necesidades no lo permiten, o existen otros casos en donde el hombre si puede solventar la parte económica pero la mujer no quiere quedarse en el hogar por que lo percibe como un sacrificio que no está dispuesta a asumir al querer desarrollarse profesionalmente.

- Con respecto al dinero el me da una cantidad para pagar los gastos de la casa y plata para mis gastos personales, esto ya es algo normal dentro de nuestro matrimonio. Frente a los hijos y las crisis que hemos tenido con ellos los dos somos la imagen de autoridad por igual, yo hablo todas las noches con el y le cuento lo que paso en la casa para que el me aconseje o les de permiso a los muchachos para las salidas, nunca nos desautorizamos, siempre llegamos a un acuerdo juntos con respecto a todo.

Estrategias  
para Afrontar  
el Estrés

- Claro esta cuando alguno de los dos no tiene las capacidades económicas el otro es quien saca la cara y el que aporta mientras que el otro busca la forma para poder rendir económicamente. (Pf. 14)

- Los dos trabajamos y cuando yo no tengo trabajo, estoy en busca de el para poder sostenernos. (Pf. 15)

- Se llegan a acuerdos a veces para mantener el equilibrio. (Pf. 15)

- Con los recibos de los servicios, ella paga agua y luz, yo pago teléfono y gas, el Internet y la televisión por cable lo pagamos por mitad, el mercado un mes lo hace ella, el otro lo hago, así funcionamos, teniendo en cuentas el estado laboral del otro. (Pf. 17)

- Las cosas personales como ropa o detalles para la casa, se compran individual. (Pf. 17)
- Que no eran lujos ni comodidades, sino lo necesario para el mantenimiento de ella. (Pf. 18)
- Nos separamos por dos semanas. (Pf. 25)
- Decidimos que debíamos ir a terapia de pareja porque el maltrato que se había presentado. . (Pf. 26)
- Teníamos que buscar ayuda profesional.( Pf. 26)
- Acá ya nos guiaron el las formas para afrontar esta clase de problemas. .( Pf. 26)
- Se fomento más dialogo y el estar juntos es lo que nos ayuda ahora.( Pf. 26)
- Primero, aceptar que el problema estaba, segundo buscar ayuda profesional, uno solo como familia no puede enfrentarse a un caso de drogadicción si quiere obtener resultados. ( Pf. 27)
- Aceptar que tienes el apoyo de tu esposo que esta viviendo la misma situación, dialogar con él y expresar todo lo que sentía para poderme desahogar igual él, sacar las cosas positivas del asunto y mantenernos unidos. ( Pf. 27)
- Sacar las cosas positivas del asunto y mantenernos unidos. ( Pf. 27)
- En donde la familia tiene que estar muy sólida para poder afrontar esto. ( Pf. 28)
- Apoyo profesional y mucho apoyo de mi pareja. Mucha comunicación y colaboración. ( Pf. 30)
- Pues en la crisis económica, fue ella quien tomo la iniciativa de salir a trabar y empezar a aportar en la casa. ( Pf. 33)
- Ella es quien casi siempre propicia el dialogo, busca los espacios para hablar. ( Pf. 33)
- General ella busca que los dos armemos las estrategias o pensemos cómo vamos a actuar, es decir, es X quien toma la iniciativa. ( Pf. 33)
- En que hay que reducir costos, formas de ahorrar, agua, teléfono, luz, cómo se va a pagar este mes tal cosa, etc. ( Pf. 34)
- En general somos los dos los que nos

ayudamos a movilizar. ( Pf. 34)

- Es ella quien dice: "bueno como vamos a hacer para pagar esto, o lo otro", "ven que tenemos que cuadrar cuentas" ( Pf. 35)

- Por ejemplo la idea de ir a terapia fue de ella (Pf. 35)

- Por lo general S se fija mas en las cosas que están pasando y me las comunica y hay vemos que solución sale. (Pf. 35)

- Cada uno viene con una propuesta ya y solamente la exponemos al otro y el otro opina sobre la propuesta, si no estamos de acuerdo con algo se trata de llegar a acuerdos. (Pf. 36)

- la principal estrategia es buscar ingresos extras de una manera independiente.

- Nuestra estrategia es siempre coger cada uno por su lado cuando yo me pongo a romper los platos el se larga con sus amigos a tomar y si se queda no escucha nada de lo que yo le digo nunca podemos hablar en paz y siempre terminamos agarrados.

- Hablar mucho para poder organizarnos en plata y con las obligaciones .

- Tratar de seguir compartiendo tiempo juntos y detalles aunque estemos con problemas, como para tener un espacio diferente olvidando temporalmente todo.

- Planeamos los gastos, las salidas y todo lo que implique dinero para no colgarnos.

- Tratamos de anular por completo cualquier gasto que sea innecesario.

- El sale solo con sus amigos para distraerse y tener su espacio personal.

- Yo hablo con mis amigas o salgo al centro comercial solo por despejarme.

- Algo que nos hace olvidar los problemas y pasarla rico es jugar con nuestra hija, nos reímos mucho y nos sentimos como una familia unida.

- Creo en Dios y en esos momentos difíciles oro mucho y me aferro a mi fe.

- Cuando tuvimos el problema de nuestra hija recurrimos a psicólogos y a fundaciones en donde nos dieran apoyo emocional y asesoría para poder superar esos momentos tan difíciles.

- Fue difícil por que ambos nos culpábamos y más aún el saber que consumía drogas, los dos sabíamos que solos no lo podíamos manejar, y allí nos ayudaron mucho, conocimos a otras

familias que tienen la misma problemática y eso nos hizo sentir mucho mejor.

- La lectura en pareja fue otra estrategia, ya que compartimos tiempo juntos y al leer aprendíamos como debíamos ser con ella para que se recuperara.

- Soy quien esta propiciando que hablemos y conciliemos. (Pf. 36)

- En momentos de crisis trato de pensar soluciones, busco formas de calmarme como salir a caminar mientras pienso que se puede hacer, buscar a S para apoyarme en ella y buscar soluciones conjuntas.

- Estar juntos y hablar harto, buscar espacios en donde los dos nos relajemos también, nos gusta jugar play station, eso nos relaja y pasamos un buen rato juntos haciendo otra cosa, cocinamos juntos también, cosas que nos saquen un rato del problema para después ya coger las riendas del problema y empezar a actuar. (Pf. 44)

- Lo que hago es hacer ejercicio, trotar y jugar fútbol, de esta forma ya me relajo más y empiezan a salir soluciones. (Pf. 45)

- La primera reacción es buscar que hacer, no quedarme quieta, mirar cómo se pueden cubrir los gastos. (Pf. 46)

- empezar a ver las alternativas para buscar ayuda. (Pf. 46)

- Lo primero es ver que se esta en pareja, que tienes contigo una persona en la cual te puedes apoyar y a la cual tiene que ayudar también. (Pf. 57)

- Si tienes familia en la que puedas confiar y con la que puedas contar, también apoyarse en eso. (Pf. 57)

- En general conocer a tu pareja para que puedan los dos buscar alternativas para salir de la crisis. (Pf. 57)

- Hay que identificar el problema, buscar la mejor forma entre los dos para solucionarlo. (Pf. 58)

- A mi me parece que buscar ayuda exterior, ya sea con la familia, amigos de confianza, profesionales, es una buena forma de buscar estrategias para salir del conflicto. (Pf. 58)

- Si no se tiene ese apoyo, pues entre los dos, se buscan sus cualidades y los defectos que los están estancando, eso es lo primordial. (Pf. 58)

- Para mi es importante la movilidad, no estar quieto en ningún momento, estar buscando alternativas, qué se aquí, qué se puede hacer allá. (Pf. 59)

- Estar unido con tu pareja, por eso dicen que la unión hace la fuerza. (Pf. 59)

- Que el deporte es una de las mejores estrategias para poder despejar la mente, para poder pensar con mas claridad y para que la comunicación con el otro pueda dar mas fluida y efectiva, a nosotros nos ha funcionado muy bien el deporte como estrategia. (Pf. 60)

Estresores o  
Demandas del  
Contexto

- La crisis que más nos ha afectado es cuando él empezó a tomar y llegaba borracho a pegarme, yo me le aguanté unas veces pero después lo demandé, porque yo no podía permitir que mis hijos vieran eso que está mal hecho.

- La crisis más dura de nosotros es la parte económica, y por esta se afectan otras áreas de la relación, por lo que uno siempre esta tenso y presionado por los gasto.

- Por esta nuestra parte afectiva a estado mal por épocas, por que a veces no podemos separar las cosas.

- La crisis que más nos ha afectado fue la drogadicción e intento de suicidio de nuestra hija, y todo lo que esto conllevó en nuestra familia y con nuestros otros dos hijos.

- Además de esta el estar distanciados por el trabajo de el por que me siento muy sola.

- Otra crisis impactante en nuestra Familia y como pareja es un problema de drogadicción. (Pf. 22)

- Viene siendo un problema de tipo social, que nos afectó en todos los campos de nuestra vida, especialmente el campo emocional en nosotros como padres. (Pf. 22)

- Una crisis que se derivo del problema económico, fue maltrato de pareja. (Pf. 23)

- En nuestro caso, la mayoría de veces cuando se presentan problemas entre Y y yo, la razón principal son ellos. (Pf. 48)

Atribuciones

- Pues las cosas pasan por algo, todo tiene su razón, personalmente creo que a nosotros nos tenia que pasar para poder

conocernos más y para poder estar ahora como estamos. (Pf. 52)

- Esta clase de problema se lo atribuyo a Dios, creo que son pruebas que le pone la vida a uno, para aprender, para actuar, para moverse. (Pf. 52)

- A veces hay cosas que pasan sin explicación alguna y si, pasan porque tienen que pasar. (Pf. 53)

- Es problema del país donde vivimos, el gobierno, los que suben la canasta familiar sin subir el sueldo. (Pf. 53)

- Es porque la administración de este país falla. (Pf. 53)

- La administración de este país no lo ayuda a uno con esta clase de problemas, lo ayuda pero para mal, estamos en un país pobre, que en donde uno se caiga...cae dentro del porcentaje de gente sin trabajo, gente colgada económicamente. (Pf. 54)

- Puede pasar por descuido, nuestro problema fue por descuido, no estar pendiente de la persona a la que le servimos de fiador y bueno nos toco a nosotros asumir esa responsabilidad. (Pf. 54)

- También creo que todo pasa por alguna razón y creo que todo esto son pruebas para salir adelante...pruebas de quien?.. mmm puede ser Dios, puede ser azar...no lo se. (Pf. 54)

- Creo que puede ser una prueba de Dios para que mejoremos como personas y le demostremos a él que si podemos seguir juntos a pesar de las dificultades.

- Pensamos que esto no pasa por que tenemos que ser más fuertes, estar más unidos, y darnos cuenta de todas las potencialidades que tenemos y no lo sabíamos, pues somos muy buenos comerciantes y nos dimos cuenta de ello por la situación económica.

- Yo por mi parte creo que nos paso por que nos casamos sin planear objetivamente la parte económica, nos casamos que todo lo podíamos y después nos dimos cuenta de que no era así.

- En este país el desempleo está muy alto, los sueldos son muy bajos y no alcanza ni para las necesidades básicas.

- Creo que no fuimos lo suficientemente amigos de nuestra hija.

- Fuimos muy estrictos e inflexibles y ella demasiado rebelde y caprichosa.

- El barrio donde vivíamos también

influyo mucho pues se relacionó con otras personas que también consumían.

- Yo creo que ya nos debemos aguantar como somos porque yo que voy a hacer sin ella yo me imagino al lado de ella cuando viejo.

- Yo creo que nos toca aguantarnos porque yo le he dicho que nos separemos y él es el que no ha querido.

#### Dimensiones

- Lo que significa nuestra hija en la vida de los dos hace que sigamos luchando juntos y lo intentemos una vez más en muchas oportunidades.

- Saber que teníamos más hijos nos hizo esforzarnos por que las cosas se mejoraran más rápido.

- El temor a la soledad y la costumbre, ha sido una motivación en la solución de los conflictos y la conservación de la familia.

- Pero el amor que yo le tengo a ella hizo que yo volviera para ver cómo íbamos a solucionar el problema. (Pf. 25)

#### Funciones de la Pareja

- Cuando estamos mas alguno de los dos trata de hablar con el otro y pedir disculpas si es el caso.

- Los dos hacemos lo que nos toca para poder cumplir con nuestras obligaciones y con nuestra hija, dedicándole tiempo.

- Hablamos mucho y nos ponemos de acuerdo con lo que se va ha hacer.

- Nos animamos mutuamente, cuando yo me siento derrotada el me anima y me hace ver que hay muchas cosas que se pueden hacer o cuando el esta deprimido yo lo hago reír o lo consiento, le digo todas sus cualidades y así el se siente mejor.

- Nos demostramos que podemos dar mucho por complacer al otro.

- Nosotros sabemos como somos y aunque no nos comprendemos muy bien respetamos nuestra forma de ser, cada uno conoce sus obligaciones en la casa y cumplimos con esas funciones. Yo me encargo de la limpieza y de los niños, y pues el trae la plata.

- Cumple una serie de funciones, unas reglas o un manual de convivencia para que pueda salir adelante y prosperar. (Pf. 11)

- En general ella busca que los dos armemos las estrategias o pensemos cómo vamos a actuar. (Pf. 33)

- Entre los dos cuadrarnos lo que vamos a

hacer. (Pf. 35).

- Si no estamos de acuerdo con algo se trata de llegar a acuerdos. (Pf. 36).
- Afrontamos juntos las cosas que vienen, estamos muy unidos y eso hace que las cosas sean más fáciles porque encuentras apoyo de tu pareja. (Pf. 40).
- Ayudarnos y salir adelante los dos. (Pf. 41)

## Hijos

- Pues son mucha importancia, más que ellos, es la relación que tu como padre o como madre logres entablar con ellos. (Pf. 48)
- Los hijos pueden mantener esa unidad familiar o la pueden destruir completamente. (Pf. 48)
- Porque esta en medio la educación de ellos y si uno como padre no se ha puesto en acuerdo con su compañero para establecer las pautas de crianza, hay se va a armar la grande siempre. (Pf. 48)
- En lo primero que uno piensa es en ellos, en el colegio, en la ropa, en la comida, etc. La razón principal para que uno se movilice son ellos, los hijos, a quienes uno nunca quiere que les falte nada y hace lo posible para que esto no pase. (Pf. 48)
- En el momento de la crisis el papel de ellos fue muy chévere porque estuvieron muy colaboradores (Pf. 49)
- Colaboraban en la medida que ahorraban mucho, eran medidos con las cosas, sabían que no en ese momento no se les iba a poder dar gusto en todo, entonces no se la pasaban pidiendo cosas ni exigían nada. (Pf. 49)
- Ellos también fueron de gran apoyo, ellos son concientes de las cosas que pasan y son muy solidarios. (Pf. 49)
- Es lo más importante en mi vida, ella es la que me impulsa a luchar para seguir juntos como familia y para esto tenemos que disminuir lo que afecta la relación de nosotros que finalmente en la mayoría de los casos es la plata.
- En ocasiones es un obstáculo para poder salir solos a comer o a rumbear, desde que nació se nos acabó el espacio para estar los dos solos.
- Pero por otro lado el tiempo que pasamos como familia con ella en el parque o en la casa es muy lindo y nos une en una faceta diferente, como más tierna.

- Es un área importante en común puesto que entre nosotros nos tenemos que respaldar ante ellos y tomar en conjunto las decisiones que consideremos sea lo mejor para ellos.

- Es una responsabilidad muy grande puesto que requieren muchos gastos y uno les quiere dar tanto que generalmente nos tenemos que limitar.

- Cuando ella se metió en las drogas los otros dos la juzgaron mucho por que no podían entender como ella estaba en eso, fueron muy duros con ella y actualmente casi no se hablan.

- Nuestros hijos tratan de comprendernos, no se meten en nuestros problemas de pareja, y nos dan fuerzas para seguir. Aunque cuando él me golpeaba los niños se estaban traumatizando, como no les quería causar un problema mayor lo denuncié.

Reacción Ante  
el Estresor

- Viene siendo un problema de tipo social, que nos afecto en todos los campos de nuestra vida, especialmente el campo emocional en nosotros como padres. (Pf. 22)

- La reacción que tuvimos los dos ante la falta de dinero fue mucha rabia y agresividad, el descontrol de impulsos que nos llevaba a agredirnos física y psicológicamente, esto nos alejó como pareja. (Pf. 23)

- Duré mucho tiempo llorando y sin hacer nada. (Pf. 27)

- Es en ese momento cuando uno tiene que sacar la fuerza de donde no la hay. (Pf. 27)

- La mayoría de veces se separan porque se les sale de las manos todo, la vida profesional, emocional, etc. (Pf. 28)

- Claro que no faltan las discusiones cuando se tocan estos temas de dinero y no hay ningún acuerdo. (Pf. 36)

- Antes la reacción era agresividad, personalmente yo me pongo de muy mal genio cuando veo que las cosas no están saliendo bien. (Pf. 43)

- Porque yo me ponía agresivo, con malas palabras, golpes, era la forma de descargarme ( Pf. 43)

- En momentos de crisis trato de pensar soluciones, busco formas de calmarme como salir a caminar mientras pienso que se puede hacer, buscar a S para apoyarme en ella y buscar soluciones

conjuntas. ( Pf. 43)

- En la época de la crisis mayor, estaba muy estresada y él llegaba más estresado a agredirme, pues la agresión se convertía en mutua, los dos explotábamos. ( Pf. 44)

- Ahora hay más control. ( Pf. 44)

- A reacción es moverse para cualquier lado que nos ayude a salir de esta, buscar trabajo, vender cosas. ( Pf. 44)

- A veces me pongo de mal genio, empiezo a molestar mucho por la luz, porque están gastando mucha agua, que porque radio, televisor y computador prendidos, pues a veces me paso con los reclamos y me torno como agresivo y cantaletudo (risas). ( Pf. 45)

- Que hago es hacer ejercicio, trotar y jugar fútbol, de esta forma ya me relajo más y empiezan a salir soluciones. ( Pf. 45)

- La primera reacción es buscar que hacer, no quedarme quieta, mirar cómo se pueden cubrir los gastos. ( Pf. 46)

- También mucha tristeza y sin ganas de hacer mucho, pero cuando salir de la depresión pues empecé a actuar, primero para estar bien yo para poder darle estabilidad a mi familia. ( Pf. 46)

- Casi siempre es desespero, calma y actuar, producir, no solo económicamente, sino producir para mi familia y para mi bienestar. ( Pf. 46)

- Es un problema que no depende de nosotros si no de la situación actual del país por la falta de oportunidades, por que nosotros todo el tiempo buscamos nuevos recursos pero para que se abra una puerta hay que golpear diez.

- Esta crisis continua nos ha afectado principalmente como pareja puesto que la prioridad siempre es la parte económica y descuidamos la parte afectiva por el estrés con el que uno vive.

- El se pone que uno no le puede decir nada por que siente que yo lo agredo constantemente y entonces prefiero evitar decirle el problema hasta que tenga opciones de solución.

- Los dos estamos preocupados e irritables constantemente, como que uno no se goza las cosas al 100% por esos problemas.

- El trata de huir de la casa cuando el ambiente se percibe tenso por que no hay plata el sale y esto me duele mucho por

que siento como si yo me quedara sola enfrentando todos los problemas, cuando pasa esto me deprimó, me siento impotente y no puedo evitar llorar, no me gusta llorar frente a mi hija por que pone carita de preocupación, pero si no lloro siento que me muero.

- Antes yo también era muy irritable y peleona, en varias oportunidades le echaba en cara que por culpa de el que es el hombre que supuestamente debía responder económicamente era que estábamos tan mal económicamente.

- Ahora trato de ser mas comprensiva y tolerante, se que es una responsabilidad de los dos, que no hay culpables directos, que el lucha y busca pero no le sale nada.

- Cuando mi hija se fue de la casa me deprimí mucho y deje de comer, porque no me daba hambre adelgace casi 8 kilos y sufría de insomnio.

- Otra reacción fue tratar de sobreproteger a los otros dos hijos.

- Ahora buscamos ser más amigos de los hijos para que confíen más en nosotros.

- Cada fin de semana el se va a tomar con sus amigos, no se preocupa por como estamos en la casa, cuando llegaba borracho llegaba a pegarme y como yo no quería darle mal ejemplo a los niños lo denuncie.

- Cuando peleamos el nunca quiere hablar y cuando yo empiezo a romper la loza el se va porque no es capaz de hablar de nada.

- Últimamente no hablo con el sobre ningún problema sino que me voy a rezar o a charlas con la psicóloga del hospital para desahogarme.

#### Recursos de Afrontamiento

- Hemos alimentado el amor entre nosotros, la comprensión, la tolerancia, hemos aprendido a reconocernos en el otro y a conocer al otro y a compartir todas esas pequeñas y grandes cosas que nos forman como pareja. (Pf. 12)

- Se fomento mas dialogo y el estar juntos es lo que nos ayuda ahora. (Pf. 26)

- El estar juntos y tomar decisiones en conjunto que nos favorezcan a los dos. (Pf. 26)

- Sacamos todos los recursos que tenemos individualmente y como pareja para poder afrontar y sobrellevar lo que nos estaba

pasando. (Pf. 27)

- Con auto control y auto conocimiento sabes cómo manejarte en cada situación. (Pf. 27)

- Dialogar con él y expresar todo lo que sentía para poderme desahogar igual él. (Pf. 27)

- Sacar las cosas positivas del asunto y mantenernos unidos. (Pf. 27)

- Tener mucha confianza como pareja para poder apoyarse mutuamente, mucha paciencia. (Pf. 28)

- Yo busco el espacio para que podamos acordar cosas. (Pf. 34)

- Tenemos una relación sólida, fuerte que no se derrumba al primer soplo, nos conocemos a nosotros mismos y al otro. (Pf. 38)

- Siempre queremos salir adelante, tenemos muchas ganas de hacer las cosas y siempre damos lo máximo que podemos de cada uno. (Pf. 38)

- Trabajamos bajo el significado de lo positivo, siempre con mucho positivismo, no nos gusta ser negativos. (Pf. 38)

- La confianza y honestidad son indispensables y el amor, que sin amor no hay nada de eso. (Pf. 38)

- Rescato el amor que es la puerta para que se de lo demás. (Pf. 39)

- El respeto, la comprensión, la compañía, la honestidad. (Pf. 39)

- Somos trabajadores y le ponemos empeño a cada cosa que se haga, tenemos mucha dedicación en lo que hacemos, somos muy constantes y perseverantes, somos dos personas que afrontamos juntos las cosas que vienen, estamos muy unidos y eso hace que las cosas sean más fáciles porque encuentras apoyo de tu pareja, compañía de ella, eso te brinda mucha seguridad para seguir adelante y muchas ganas. (Pf. 40)

- La comunicación, el dialogo que nos hace estar más unidos ya que podemos expresarnos y conocernos como somos para poder ayudarnos y salir adelante los dos. (Pf. 41)

- En general conocer a tu pareja para que puedan los dos buscar alternativas para salir de la crisis. (Pf. 57)

- Si no se tiene ese apoyo, pues entre los dos, se buscan sus cualidades y los defectos que los están estancando, eso es lo primordial. (Pf. 58)

- Es ahí donde aparece tu compañero y te

da fuerza para seguir, compañía, el dialogo es lo más importante que debe tener una pareja, confianza y sobre todo ganas de salir adelante con la persona que tienes al lado. (Pf. 59)

- Creemos mucho en Dios y sentimos que es uno de los recursos puesto que la fe nos ayuda a tener esperanza y a no desfallecer.

- La comunicación es algo que aun estamos tratando de implantar en nuestra relación por que es la mejor manera de solucionar cualquier tipo de conflicto.

- Perder el orgullo ante la familia por que si nos toca pedir ayuda a nuestras familias lo hacemos, cosa que al principio no lo hacíamos por que pensábamos que solos podíamos con todo y después nos dimos cuenta de que no.

- Tener fe, esperanza y positivismo ante la situación, no dejar que empeore.

- Recurrir a ayuda profesional para solucionar nuestros problemas y para yo tratar de comprenderlo.

- Sacar las cosas positivas del asunto y mantenernos unidos. (Pf. 27)

- Tener mucha confianza como pareja para poder apoyarse mutuamente, mucha paciencia. (Pf. 28)

- Yo busco el espacio para que podamos acordar cosas. (Pf. 34)

- Tenemos una relación sólida, fuerte que no se derrumba al primer soplo, nos conocemos a nosotros mismos y al otro. (Pf. 38)

- Siempre queremos salir adelante, tenemos muchas ganas de hacer las cosas y siempre damos lo máximo que podemos de cada uno. (Pf. 38)

- Trabajamos bajo el significado de lo positivo, siempre con mucho positivismo, no nos gusta ser negativos. (Pf. 38)

- La confianza y honestidad son indispensables y el amor, que sin amor no hay nada de eso. (Pf. 38)

- Rescato el amor que es la puerta para que se de lo demás. (Pf. 39)

- El respeto, la comprensión, la compañía, la honestidad. (Pf. 39)

- Somos trabajadores y le ponemos empeño a cada cosa que se haga, tenemos mucha dedicación en lo que hacemos, somos muy constantes y perseverantes, somos dos personas que afrontamos juntos las cosas que vienen, estamos muy unidos y eso hace que las cosas sean más fáciles

porque encuentras apoyo de tu pareja, compañía de ella, eso te brinda mucha seguridad para seguir adelante y muchas ganas. (Pf. 40)

- La comunicación, el dialogo que nos hace estar más unidos ya que podemos expresarnos y conocernos como somos para poder ayudarnos y salir adelante los dos. (Pf. 41)

- En general conocer a tu pareja para que puedan los dos buscar alternativas para salir de la crisis. (Pf. 57)

- Si no se tiene ese apoyo, pues entre los dos, se buscan sus cualidades y los defectos que los están estancando, eso es lo primordial. (Pf. 58)

- Es ahí donde aparece tu compañero y te da fuerza para seguir, compañía, el dialogo es lo más importante que debe tener una pareja, confianza y sobre todo ganas de salir adelante con la persona que tienes al lado. (Pf. 59)

## **Análisis Encuentro Grupal**

### ***Significado de Pareja***

El concepto que se tiene sobre pareja para el grupo, actualmente es que es una responsabilidad de dos personas, que deben luchar unidas frente a los obstáculos que se presentan en el transcurso de la vida, puesto que siempre existirán situaciones difíciles de afrontar; el término " pareja " es un término que va más allá de del pacto que se hace a la hora de casarse. Significa unión, compañía e igualdad entre dos personas que deciden formar una vida juntos y construir un mundo entre los dos en donde se comparten cualidades, defectos y una serie de valores que los caracteriza como pareja.

Son dos personas que se unen para complementarse, ayudarse, apoyarse, compartir y formarse juntos; las parejas coinciden en que es una clase de empresa que emprende, una empresa que tiene unos objetivos y un personal específico; este personal hace referencia a la familia y a acordar un manual de convivencia que los ayuda a mantenerse unidos.

Lo que diferencia a la empresa de la pareja, es que existe un sentimiento particular por el otro, el amor, el cual es el que moviliza todos los procesos entre ellos y del cual se derivan una amplia gama de valores (tolerancia, respeto, solidaridad, etc.) los cuales a su vez, son los que funcionan como protectores de la pareja y como medios para afrontar las crisis que se les presenten.

La pareja esta expuesta continuamente a amenazas que hacen que la convivencia tenga diferentes matices, pero que principalmente debe generar valores internos de los cuales aferrarse para poder seguir unidos y así poder respetarse mutuamente, apoyarse y amarse aun en los momentos difíciles y dolorosos; en este sentido el perdón es fundamental en cualquier familia puesto que somos humanos que cometemos errores.

Es una sociedad en donde cada uno debe tener un espacio propio y uno en común en donde se deben tener claros los objetivos y metas como familia y pareja.

De cada crisis deben sacar una parte positiva para ser más fuertes y saber como actuar ante otras, aplicar dichos conocimientos y no volver a cometer los mismos errores que se cometieron la primera vez por la presión ejercida por la crisis.

La pareja es una unidad conformada por dos personas que tienen un fin común, como por ejemplo educar a sus hijos, conseguir una estabilidad económica para brindarles una mejor calidad de vida, fomentar en ellos valores, entre otros.

Es un equipo que forma a un tercero o a un cuarto integrante, que inculca valores, que influye en la vida de los hijos para bien o para mal, por lo que requiere de brindar un tiempo a todas las personas que conforman la familia.

La pareja actualmente es algo muy global por que encierra muchas cosas: hijos, dinero, planes, metas, estabilidad emocional, amistad, apoyo y muchas más.

Dentro de la relación de pareja es necesario que siempre exista el respeto, la buena comunicación, la confianza, la sinceridad, el compromiso, la entrega y un sentimiento que respalde estos valores.

Actualmente la idea que se tenía de pareja ha cambiado; debido a la realidad que se vive actualmente, pues las cosas no son tan fáciles como anteriormente; sin embargo, se cree que se puede luchar más siempre y cuando la pareja se conserve como una unidad o equipo olvidando los sentimientos individualistas.

Además de los aspectos que conforman la pareja, esta relación ayuda a que cada uno de los integrantes mejore constantemente desde cualquier punto de vista, en un proceso continuo de mejoramiento, aprendizaje y superación personal desde distintos niveles (emocional, social, espiritual, etc.).

Por otro lado, es común encontrar parejas entre las cuales los conflictos se desatan en la etapa de maduración de la relación, donde el interés de conservar íntegro el núcleo familiar no reside en los hijos o en el sentimiento que inicialmente unió la pareja, sino en el miedo de enfrentar la vida sin aquella persona después de tanto tiempo.

En ocasiones cuando el motor de la pareja no ha sido el amor, sino el compromiso, los hijos o la necesidad de alejarse de los padres; se evidencia con el tiempo la insatisfacción personal de cada integrante de la pareja, hecho que se ve reflejado en las crisis familiares debido a dichas frustraciones.

A su vez, cuando el sentimiento de amor no es lo suficientemente sólido los aspectos cognoscitivo, emocional y comportamental en situaciones de crisis muestran insatisfacción e incomodidad con el cónyuge, sentimientos de rechazo y consecuencias a nivel familiar.

### ***Recursos de Afrontamiento en La Pareja***

En los recursos que utiliza la pareja para afrontar las crisis económica, se destaca el amor que se tienen, el cual funciona como un agente movilizador para seguir juntos y afrontar los problemas que se presentan en la vida de pareja; esto encaja con el significado que tienen de la misma, ya que otros recursos que utilizan, según el grupo son la tolerancia, la comprensión y el dialogo, que su vez son factores que los mantienen unidos para trabajar los dos en conjunto frente a las situaciones precarias que se generan.

Para cumplir con este objetivo de mantenerse juntos para desarrollar ciertas actividades, resaltan el hecho de conocerse individualmente para así poder reconocerse en el otro y reconocer al otro, sus formas de actuar, de reaccionar y de pensar, factores que facilitan la toma de decisiones entre los dos en el momento de resolución del conflicto. Para ellos, el dialogo es la herramienta fundamental para poder ser funcionales como pareja y para enfrentar los fenómenos; además, es el instrumento para dar cabida a la expresión de sentimientos que se convierte en punto importante para reconocer al otro.

Por otro lado esta el auto conocimiento y el auto control que genera más tolerancia con ellos mismos y por supuesto con su compañero, pues esto facilita la tarea de resolución. Otro recurso, que se ajusta con lo anterior, es el apoyo que se brindan mutuamente, ya que las características mencionadas hacen que los dos entren en confianza y se sientan acompañados y apoyados por su pareja. El grupo rescata la importancia de ser trabajadores, colaboradores en sus familias, ser personas que luchan por salir adelante y hacen lo que este al alcance para lograrlo, con perseverancia y constancia. Un punto que también se presentó en el primer encuentro, es el positivismo

que maneja una de las parejas, positivismo que los empuja a seguir adelante sin dejar que las crisis los consuman como pareja.

En general, de nuevo, el amor es el mayor recurso, ya que de este se derivan las demás cualidades y valores para mantenerse unidos y para llegar a acuerdos en conjunto. En los recursos que utiliza la pareja para afrontar las crisis económicas, se destaca la responsabilidad de cada uno y el amor por los hijos que los impulsa a seguir luchando por salir adelante.

Los recursos utilizados por la pareja que ha vivido crisis por la hija y por la distancia entre ellos a causa del trabajo es la comunicación la constancia y el apoyo mutuo. La preocupación por el bienestar del otro y la lectura como forma de aprender a manejar las situaciones.

Las parejas resaltan la importancia del perdón, de inculcar valores que caractericen a cada familia así como la solidaridad entre ellos.

Igualmente hablan de planificar estrategias en donde cada uno tiene un rol dependiendo de la crisis vivenciada para poder salir delante de la misma.

Por otro lado, es importante tener en cuenta, dentro de los recursos disponibles para solucionar y enfrentar los problemas, el contar con ayuda profesional, no solo para solucionar el conflicto como tal, sino principalmente para conocerse mutuamente y comprender las causas del conflicto. De esta manera un problema no se solucionara solo momentáneamente; sino posiblemente a largo plazo se pueda evitar su repetición.

### ***Roles de Género***

Esta categoría emergió de la primera entrevista que se realizó a cada una de las parejas.

En los roles que cumple cada uno en su funcionamiento como pareja, se puede observar que todos en cierta forma o en cierto momento aportan económicamente. Se dan cuenta de los cambios que ha tenido el rol femenino y el masculino en el plano económico, ya que antes la mujer era quien estaba encargada del hogar, de los hijos, de mantener la casa arreglada, pero ahora, la mujer también sale a trabajar, no tanto por gusto – aunque tampoco es obligado – sino porque la situación económica lo exige.

Las mujeres tienen gran participación en los gastos del hogar. El hombre no deja de producir ni de aportar, ahora los dos en conjunto se reparten los recibos de los servicios públicos y ambos aportan para el mantenimiento de la casa (mercado y las cosas extras que son necesarias). Cuando alguno de los dos no cuenta con el presupuesto necesario para cubrir necesidades, el compañero (a) está de apoyo para poder cubrir lo que falta mientras que el otro está en continua búsqueda de empleo o de dinero.

En una de las parejas no está estipulado qué gasto va a asumir cada uno, mientras que en otra pareja, los gastos están repartidos y cada cual sabe que campos tiene que cubrir, pero las dos parejas siempre llegan a acuerdos para que el aporte económico sea equilibrado. La mujer se ve satisfecha con este rol de salir a trabajar y ganar dinero para la familia, mientras que el hombre se tuvo que acostumbrar “obligado” a esta situación.

En otra instancia, la mujer cumple el papel de negociadora con respecto a los problemas que se generan en la pareja, pues es quien propicia y busca los espacios para el diálogo, toma la iniciativa de acercarse para que los dos puedan tomar decisiones en conjunto, está pendiente de los problemas y está en continua búsqueda de las soluciones; al hombre se le percibe como más acomodado con que la mujer tome la iniciativa pero está abierto a las propuestas hechas por ella.

Los roles de género no son muy rígidos puesto que se modifican de acuerdo a la situación laboral de la pareja, a diferencia de lo que culturalmente se ha manejado a través de los años. En la actualidad hay parejas en las que el hombre es quien cuida del hogar, los hijos y las labores domesticas; mientras la mujer trabaja y genera los ingresos que sostienen económicamente la familia.

Las parejas suelen hablar de sus expectativas a nivel económico y comparten sus ideales de tener mejores condiciones de vida con el tiempo; por lo que suelen decidir trabajar ambos e inclusive ocuparse del hogar sin importar cual de los dos deba hacerlo.

Al encontrar los dos empleo, la dinámica familiar cambia puesto que toca delegar el cuidado de los hijos y el mantenimiento del hogar a un tercero.

Al estar los dos trabajando se trata de asumir los gastos del hogar de una forma equitativa o el que gana más por iniciativa propia paga los gastos pendientes.

Con el fin de conservar la liquidez y estabilidad necesaria se buscan alternativas que generen ingresos, pues de esta forma aun cuando se tenga un trabajo estable, se puede contar con ingresos extras.

Existen hogares en los cuales por tradición familiar es el hombre quien se encarga de trabajar para conseguir los ingresos y dar salud y educación a la esposa y a los hijos, mientras ella debe permanecer en la casa encargada de las labores domesticas. Por otro lado, existen parejas donde la mujer percibe como un sacrificio el quedarse en el hogar a cargo de los hijos, lo que les genera la sensación de pérdida de tiempo y frustración profesional.

De todas maneras, no se puede desconocer la importancia de la figura materna en la casa la mayor parte del tiempo y en la crianza de los hijos, sin dejar de lado la figura

paterna; pero, dada la realidad actual son muy pocos los hogares que no cuentan con un tercero que se encarga de esta labor.

También en algunas familias es la mujer quien desplaza al hombre de las labores domésticas y lo limita al aporte económico, lo cual junto con el encierro, la rutina, y la falta de metas propias, la hace sentirse insatisfecha y frustrada, olvidándose de la constante conquista de la pareja y de la conservación de sus propios planes y proyectos como mujer.

En los hogares en los que el hombre se encarga del dinero, él le da a la mujer una cantidad para los gastos de la casa y adicionalmente algo extra para sus propios gastos.

En cuanto a los hijos, en los seis casos se encontró un buen nivel de respeto frente a la autoridad tanto del padre como de la madre; no hay desautorización y aunque el hombre no este durante el día conoce lo que sucede con ellos. Además, hace parte de las decisiones que incluyen salidas, permisos o incluso llamados de atención. Sin embargo, cuando la pareja lleva mucho tiempo conviviendo, los propósitos iniciales de equidad en cuanto a la autoridad y el interés por los hijos se van perdiendo y el hombre se dedica solo a la parte económica, desplazado por la mujer quien se encarga de los hijos como tal.

En conclusión, esta categoría emergió dentro de los encuentros al verse tan marcado el patrón que se conocía anteriormente, es decir, el tipo de familia en donde el hombre devenga económicamente y la mujer se encarga de el hogar y de la formación y cuidado de los hijos, frente a la otra organización de roles donde cada función depende de la situación económica que estén viviendo en donde cada uno puede adoptar cualquier rol cuando se considere necesario; aquí, la mujer puede hacerse cargo del hogar pero

también puede tener épocas de trabajo en donde el hombre se podría hacer cargo del hogar y de los hijos.

Finalmente las parejas afirman que el amor es fundamental para continuar con sus hogares, para levantarse cada día y luchar por los objetivos que tienen en sus vidas, que es el motor por el cual siguen juntos en la lucha de la vida diaria.

### ***Estrategia Para Afrontar el Estrés***

Como estrategia para afrontar el estrés, hay coherencia con lo que respondieron en la primera entrevista, se resalta el hecho de mantener la parte económica estable, con gastos moderados y con poco espacio para los lujos y las comodidades.

Sigue siendo de gran importancia el apoyo que se brindan entre si cuando hay falencias económicas en las pareja; es decir, cuando el presupuesto de alguno de los no es suficiente o alguno no tiene empleo, el compañero (a) es quien asume momentáneamente los gastos mientras el otro se recupera económicamente, pero por lo general alguno de los está activo laboralmente. Igualmente, tratan de que siempre los gastos sean equilibrados, ya que esto hace que se sientan más tranquilos.

El grupo esta de acuerdo con la búsqueda de apoyo externo, es decir, con las familias y con profesionales que los ayuden a asumir su vida de pareja y que los instruya en formas de comportamiento con el otro en el momento de crisis. El dialogo sigue siendo un factor relevante en la resolución de conflictos al igual que mantenerse unidos. La familia extensa también es un factor importante para las parejas.

Del mismo modo, las parejas destacan el papel de la mujer conciliadora y activa en la relación y en la toma de decisiones, factor importante para los hombres, ya que ellas son el principal apoyo con el que cuentan. Es de gran relevancia la solidificación que tiene la

pareja, la disposición conjunta para hacer un buen trabajo de equipo. El auto conocimiento juega un papel importante en el auto control, es decir, el saber cómo se va a reaccionar y en buscar las alternativas de relajación cuando se encuentran en momentos de estrés; por ejemplo jugar video juegos en pareja, cocinar juntos y hacer deporte son actividades destacadas para buscar espacios de tranquilidad.

El tornarse activo, movilizarse a buscar que hacer para generar ingresos, sigue siendo una constante en las parejas en los momentos de crisis. En conclusión, se puede observar cómo cada miembro de la pareja se convierte en un factor movilizador para el otro.

Como estrategia para afrontar el estrés, lo principal es saber utilizar los recursos ya sean internos o externos a la pareja.

Un aspecto positivo es hacer reuniones familiares para exponer el problema y las soluciones, para apoyarse en la familia ya sea económicamente o moralmente. Otra estrategia importante de las familias es apoyarse con psicólogos o con grupos en donde manejan la misma problemática, ellos han asistido a fundaciones para rehabilitación de drogadicción para saber como tratar a la hija.

De igual manera la cercanía de la pareja y el dialogo permanente se refleja en las parejas, así como la toma de decisión.

Con respecto a los problemas económicos, generalmente buscan alternativas de comercializar diferentes tipos de productos de manera independiente y reducir los gastos familiares.

La principal estrategia es buscar ingresos extras de una manera independiente, hablando mucho para poder organizar el manejo de los ingresos y las correspondientes obligaciones.

Aparte de esto, es fundamental tratar de seguir compartiendo detalles y tiempo juntos, aunque existan problemas, con el fin de conservar un espacio diferente olvidándose temporalmente de los problemas.

Igualmente ayuda mucho el planear los gastos, las salidas y todo lo que implique dinero evitando así crisis económicas, tratando de anular por completo cualquier gasto innecesario. Normalmente el hombre sale solo con sus amigos para distraerse y tener su espacio personal. La mujer, habla con sus amigas o sale al centro comercial solo por distracción, aunque algunas de ellas no tienen ni el tiempo ni la capacidad económica para salir.

Entre las actividades que logran evitar el estrés y olvidar los problemas, esta el compartir tiempo con los hijos, lo cual suele ser más gratificante en cuanto más fuerte sea el lazo que una la familia en los primeros años de pareja; no obstante, con el tiempo suele convertirse en una costumbre o en obligación, perdiendo el sentido que debe tener.

La religión y las creencias propias de las familias proveen de tranquilidad a la pareja y generan sentimientos de confianza y serenidad.

En momentos de crisis las parejas tienen en cuenta ayudas profesionales externas como psicólogos y demás. Entre los hechos que los llevan a acudir a dichas instituciones, están problemas tanto de la pareja como con los hijos derivados de abuso de sustancias alucinógenas o alcoholismo.

En algunas parejas se optó por manejar estrategias que incluían el compartir actividades como la lectura, la música y demás cosas que en la época del noviazgo solían ser más frecuentes.

### ***Estresores o Demandas del Contexto***

El principal estresor de la pareja son los problemas económicos por los que pasan. En una de las parejas, una crisis que se desató por el problema económico fue la violencia y el maltrato entre ellos.

Del mismo modo, en otra pareja la crisis a existido desde que se casaron puesto que ninguno de los dos aun es profesional, lo cual implica que tienen más gastos al tener que pagar dos matriculas y el único ingreso que tienen es variable dependiendo de la temporada en la que se encuentren.

La drogadicción es otro factor que generó crisis en una de las parejas. Y por último, los hijos se convierten a veces en motivo de discordia entre ellos.

La parte emocional es otro aspecto que se ve afectado cuando se es incapaz de separar los conflictos concernientes al dinero, permitiendo que afecten los sentimientos y se creen conflictos interpersonales.

Las crisis que se derivan de problemas por abuso de sustancias y alcohol, ya sea por parte de algún miembro de la pareja o de los hijos, son las que más dejan heridas dentro de las relaciones, convirtiéndose en pasos para mejorar o bien para decaer.

Cuando el trabajo influye demasiado y no da tiempo para estar con la pareja, la soledad que nace como resultado de este hecho crea sentimientos negativos y la ausencia se refleja en la perdida de interés mutuo.

### ***Atribuciones***

Esta es otra categoría que emerge en la primera entrevista. Las mujeres, que se tornan más creyentes y mas dadas a la religión se inclinan a atribuir las crisis a pruebas que Dios les pone para que salgan adelante; dicen que las cosas pasan por que tienen que pasar y que pasan por algo, por alguna razón desconocida.

Los hombres, aunque no descartan la idea de un Dios que les pone pruebas, se inclinan más por responsabilizar de su crisis a la situación del país y a la mala administración que tiene el mismo, administración que no colabora para que ellos puedan salir de la crisis, sino que por el contrario, los puede hundir más en el problema. También creen que la crisis en parte se puede dar por falta de cuidado y previsión de la pareja, lo que los llevó a pasar por esa dificultad.

Según las creencias propias y su cultura y valores, la pareja puede hacer una retroalimentación de las crisis superadas y tomarlo como una prueba para continuar juntos, así mismo pueden aprender de ellas.

Dichas situaciones se prestan para conocer más y observar cualidades mutuas que posiblemente en otras ocasiones no habrían salido a flote, pero en otros casos se requiere de terceros que colaboren en este proceso de superación de las crisis.

Las crisis también pueden darse con el tiempo debido a decisiones apresuradas o falta de planeación, como en el caso del inicio del matrimonio, donde no se planea adecuadamente lo económico, lo cual a la larga revierte en conflictos que se pueden ver reflejados tan solo después de varios años.

Con los conflictos surgen sentimientos de culpa que se generan por intentos fallidos de superación de alguno de los miembros.

En muchos casos no se encuentran las estrategias adecuadas para orientar la educación de los hijos, dando como resultado la idea de que los padres fueron muy estricto e inflexibles y los hijos rebeldes o lo contrario; además, se debe tener en cuenta que la violencia intrafamiliar tiene graves consecuencias en los hijos y en la pareja, cuando los canales de despliegue o desfogue de emociones no son los más adecuados.

El ambiente donde se desenvuelve la familia a diario es un factor clave en la superación de los conflictos pero principalmente en la concepción de los mismos.

Se atribuyen los problemas a la situación económica actual del país, a las pocas oportunidades laborales que existen actualmente en Colombia.

Otra familia atribuye lo sucedido con su hija a los amigos del barrio los cuales ejercieron una mala influencia en ella.

Otra atribución se da al juzgar la labor de padres ejercida durante el transcurso de la vida ante los hijos, al creer que le faltó más unión familiar y ser más amigos de los hijos.

Las parejas también comentaron que son pruebas de la vida y que Dios las pone en sus vidas para que ellos aprendan algo de la misma situación.

### ***Funciones de La Pareja***

Entre las funciones que cumple la pareja, esta el solucionar conflictos juntos, en buscar el equilibrio en todos los planos de la relación y salir adelante como persona y como pareja.

Cada uno tiene ya unas funciones establecidas, cada uno las conoce, las respeta y las cumple; aunque existan diferencias entre la forma de llevarlas a cabo o en la forma de ser de cada uno, existe respeto y responsabilidad frente a las obligaciones y la manera de llevarlas a término.

### ***Hijos***

Los hijos, si se tienen, cumplen un papel importante en la vida de pareja, pueden ayudar a la unión familiar o pueden hacer que esta estabilidad y unidad se rompa totalmente; todo depende de la clase de relación que como padre o madre se tenga con los hijos. En la pareja que tiene hijos, en el momento de la crisis estos fueron de gran

apoyo ya que se comportaron muy colaboradores con sus padres en el ahorro y reducción de gastos en el hogar.

Por otro lado, también son agentes movilizados, ya que los padres, al querer darles lo mejor, se esfuerzan y salen adelante por y para ellos. Por otro lado, también se observa que hay situaciones en que los hijos son licitadores en las riñas de pareja; es decir, en muchas ocasiones, la educación y la crianza de ellos se puede volver complicada para la pareja si no ponen en claro las pautas de crianza y los límites que van a manejar con ellos.

Los hijos, cumplen un rol de unir a las familias y así mismo de ser agentes motivadores ante la lucha por seguir juntos y salir adelante para poder brindarles lo que más puedan en su desarrollo y educación.

Los hijos indirectamente hacen que los padres traten de no discutir por no hacerlo frente a ellos y así se instaura más el dialogo y las relaciones respetuosas dentro de los miembros de la familia.

Además, son ellos quienes se convierten en el motor de las familias, o la razón principal de seguir unidos, ya sea por miedo a la soledad o por costumbre; por esto, se convierten en un recurso siempre y cuando eviten intervenir directamente en los conflictos de pareja.

### ***Reacción Ante el Estresor.***

Como primer punto, el grupo menciona que la crisis los afecto en la mayoría de campos de su vida, en especial en el emocional. Las reacciones más comunes son la rabia, la agresividad y el descontrol de impulsos que en un tiempo los llevo al maltrato entre ellos (incluso a la separación en una de las parejas).

El llanto, la tristeza y en general la depresión son reacciones casi incontrolables frente a la crisis. En la actualidad, gracias a la ayuda profesional que buscaron, las reacciones son más funcionales. La principal, es actuar, buscar que se puede hacer para solucionar el problema; por ejemplo, si es económico, buscar los medios para conseguir dinero. Ser perseverantes y “sacar fuerza de donde no hay” se convierten en puntos clave en las reacciones que toman ante la crisis. No hacen falta las peleas por dinero pero hay más control, cuentan con más herramientas para salir adelante.

La reacción ante el estresor según lo concluido en los diferentes encuentros afecta todas las áreas de la persona ya sea al interior con ellos mismos al sentirse frustrados y fracasados, generando en ellos mal genio, irritabilidad, intolerancia, depresión, pesimismo, insomnio, falta de apetito y de animo para enfrentar la misma crisis, llegando a pensar continuamente en separarse puesto que en ese momento la solución parece lejana; ya sea hacia el exterior, al alterar las relaciones con las personas que lo rodean por lo que internamente están sintiendo.

## INTERPRETACION GLOBAL DE LOS RESULTADOS

### FASE DE ENCUENTROS

#### 1. Similitudes y Diferencias Entre las Parejas por Categoría

##### *Significado de Pareja*

##### *Similitudes*

- ***Pasado.*** Las personas vivían más una en función de la otra, en donde la pareja más que un compañero significaba un amigo y un apoyo.

Las parejas se preocupan más por el bienestar de los hijos que por el propio.

- ***Presente.*** Las relaciones del presente son más de comprensión, amor honestidad, son más estables equitativas, en donde hay apoyo de ambas partes. Finalmente el sentido de igualdad se hace mucho más presente.

Las relaciones actuales tienen en cuenta los ingresos económicos por parte de ambos miembros de la pareja y es uno de los pilares del éxito de las relaciones.

- ***Futuro.*** Las parejas en un futuro cada vez van a tender a ser más igualitarias, en donde las dos van a aportar para construir un futuro juntos. El apoyo que se brinden el uno al otro tenderá a ser más emocional que económico para que no haya discriminación en este sentido.

También es importante resaltar que tanto los hombres como las mujeres deberán contribuir al desarrollo no solo económico sino también afectivo y social de la familia y la educación de los hijos dependerá de ambos, sin importar a que clase social pertenezcan.

##### *Diferencias*

- ***Pasado.*** Percepción machista de la pareja en donde el hombre salía a trabajar y la mujer se ocupaba exclusivamente de la crianza de los hijos. La pareja se veía

más como una simple relación de convivencia, mientras que para otros era más la pareja un amigo, un compañero y un confidente.

Para algunas parejas pero no para todas el amor es un factor que fortalece la relación en otras parejas este factor pierde importancia cuando existen otros lazos como los años compartidos o el temor a vivir una vejez en soledad.

- **Presente.** Mientras que para algunos cada uno va construyendo sus cosas individualmente y después las comparte, para otros las cosas deben construirse entre los dos, no por aparte, ya que para ellos, eso significa el crecimiento como pareja. También se muestra que en momentos determinados aun se tienen en cuenta las diferencias de género. Finalmente, se hacen evidentes problemas de adaptación para algunas parejas por el hecho de las libertades que se brindan a sí mismas.

Actualmente las parejas están atravesando diversos cambios teniendo en cuenta el pensamiento machista y el actual que es más equitativo y el someterse a estos cambios genera aún más crisis dentro del hogar como la forma en que la mujer se revela a las labores domésticas pero otras mujeres por el contrario se someten y aunque no se quejan manifiestan cierto rechazo por la forma de ser del cónyuge.

- **Futuro.** Para algunos el futuro de las parejas tenderá a ser de relación más de tipo impersonal, mientras que para otros las relaciones no van a cambiar sensiblemente y se divisa más acompañamiento del uno hacia el otro. Además, para algunos la costumbre será tomada en cuenta como un factor de mantenimiento de la relación.

Las relaciones gozarán de la comprensión y la tolerancia de los dos integrantes de la pareja debido a los cambios por los que ahora se atraviesan y el ideal es

encontrar el equilibrio de todos en la familia y el aporte equitativo de los cónyuges.

### ***Recursos de Afrontamiento en La Pareja***

#### ***Similitudes***

- El apoyo que se brinda el uno al otro en todas las situaciones adversas, la capacidad de ser empáticos basándose en el auto-conocimiento, para poder saber la manera como la otra persona ve y trata de afrontar las situaciones.
- La confianza en la pareja se torna muy importante en la medida que facilita la expresión de los sentimientos y de los problemas cuando se presentan y además se convierte en un canal facilitador para la honestidad.
- El tipo de lazo que une a las parejas determina en cierta manera la capacidad para resolver problemas, ya que entre más fuerte sea este se disminuye la posibilidad que se presente una mirada derrotista de las situaciones.
- Las parejas actualmente están delegando más responsabilidad en los profesionales que pueden ofrecer estrategias para mejorar los aspectos difíciles de superar por la pareja.
- La comunicación es un aspecto crucial en la relación de pareja y mientras este aspecto se mantenga sólido se pueden sortear mejor las diferentes soluciones.

#### ***Diferencias***

- Se presentan situaciones en donde algunas personas tienden a resolver los problemas que se presentan de manera completamente individual tratando lo menos posible de involucrar a la pareja, ya que consideran que fue un problema que se les presentó a ellas mismas y no a la pareja, mientras que otras buscan siempre la manera de resolver las cosas siempre en conjunto porque piensan que

así pueden llegar a una solución más fácilmente y que además, esta manera de actuar los une más.

- Mientras que para algunos resulta más fácil apoyarse en personas cercanas como la familia, para otros es preferible mantener las cosas en secreto, manejándolas sólo en la intimidad, ya que tienen la fuerte convicción que sólo ellos como pareja pueden sortear las diferentes situaciones.
- Existen también parejas que tienen un mal canal de comunicación lo cual les impide solucionar eficazmente los problemas y optan entonces por acudir a amigos, sacerdotes, etc., en busca de una solución desesperada.

### ***Estrategias para Afrontar el Estrés***

#### ***Similitudes***

- Se buscan alternativas para conseguir dinero cuando uno de los dos se encuentra desempleado, para hacer más fácilmente frente a las adversidades económicas.
- Buscar el apoyo de la familia en situaciones difíciles, ya que consideran a esta como un apoyo incondicional.
- De cierta manera reestablecer o hacer más fuertes algunas convicciones religiosas, acercándose más a Dios y buscando más apoyo de él.
- Se considera principal la comunicación como estrategia para afrontar las situaciones difíciles.
- Estar en constante movilización, no quedarse quieto en la casa, tratar de buscar algún oficio que en la medida de lo posible represente ganancias.
- En algunas parejas se desarrollan mecanismos de defensa poco adecuados y poco ortodoxos para el manejo del estrés como el desquitarse con objetos de la casa o con reacciones violentas ante el cónyuge.

**Diferencias**

- Algunas personas buscan actividades de tipo recreativo o deportivo para afrontar algunas situaciones, mientras que otras buscan una solución productiva en términos monetarios.
- Algunas personas en ocasiones buscan ayuda profesional sin embargo en otros casos, los cónyuges buscan refugio en el alcohol o en otro tipo de vicio para desahogarse.

**MATRIZ 1 – SÍNTESIS DE RESULTADOS**

Tabla 19

Matriz de Síntesis – Fase de Encuentros

Categoría	Interpretación	Verbatim
Significado de Pareja	El significado de pareja tiene un gran cambio dentro de sus diferentes etapas, ya que en el noviazgo se idealizaban muchos de los componentes de la relación, a la otra persona y se sentían súper poderosos y capaces de vencer todos los obstáculos y crisis de la vida. Pero en el presente se aterriza más en la realidad y se dan cuenta que la vida no es fácil, que no se puede vivir de amor, que la situación económica genera muchas presiones dentro de la relación y que en definitiva está	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bueno ser pareja conlleva muchas cosas, lo primero que hay que tener en claro es que va más allá del nombre o de una bendición o de una firma que se puso en un papel. (Pf. 9)</li> <li>▪ Unión, compañía, respeto, comprensión, igualdad en dos personas que deciden estar juntas y sobre todo el amor. (Pf.9)</li> <li>▪ Pareja es un conjunto de valores, cualidades, defectos que se construyen entre dos personas, que como dice X, deciden estar juntas para formar un mundo en común...(Pf. 10)</li> <li>▪ Son dos personas que están juntas para complementarse, para ayudarse para compartir el amor que tiene cada uno, para brindar y recibir del otro, para estar acompañados. (Pf. 11)</li> <li>▪ Es una clase de empresa que tiene un personal específico. (Pf. 11)</li> <li>▪ Lo que nos hace diferentes de la empresa como tal es el sentimiento</li> </ul>

expuesta a un sin

número de situaciones difíciles.

En la parte afectiva en la mayoría de los casos tratan de unir fuerzas para salir adelante mas rápido y para demostrarse así mismos que hacen un buen equipo, en estas relaciones se puede observar mucho dialogo, comprensión y apoyo incondicional.

Finalmente se dice que la pareja es una sociedad que vela por muchas metas en común.

▪ Que tenemos ante nuestra pareja, que no la vemos como una persona que cumple todos esos requisitos, como requisitos, sino como una persona que se adecua a nuestras expectativas de pareja. (Pf. 11)

▪ Simplemente es eso, un conjunto de varias cosas que son las que a la final forman a la pareja. (Pf.

▪ La pareja es una unidad conformada por dos personas que tienen un fin común, como por ejemplo sacar adelante los hijos, conseguir una estabilidad económica para tener una vida más tranquila.

▪ La pareja actualmente es algo muy global por que encierra muchas cosas, hijos, plata, planes, metas, estabilidad emocional, amistad, apoyo y muchas más.

▪ La pareja es un grupo que se forma de la unión de 2 personas y estas están a cargo del hogar y de los hijos.

▪ Son dos personas que tienen responsabilidades específicas y que luchan por mantener el hogar y educar bien a los hijos y darles estudio.

▪ Dentro de la relación de pareja es necesario que siempre exista el respeto, la buena comunicación, la confianza, la sinceridad, compromiso, entrega y un sentimiento que respalde estos valores.

Recursos de Afrontamiento Los recursos más importantes con los que cuentan las parejas son el amor, la comprensión, el respeto, la tolerancia, la unión y demás valores que se crean en el núcleo familiar.

Otro recurso fundamental en todas las parejas es el dialogo, ellas afirman que mediante

▪ El estar juntos y tomar decisiones en conjunto que nos favorezcan a los dos. (Pf. 26)

▪ Con auto control y auto conocimiento sabes cómo manejarte en cada situación. (Pf. 27)

▪ Dialogar con él y expresar todo lo que sentía para poderme desahogar igual él. (Pf. 27)

▪ Tener mucha confianza como pareja para poder apoyarse mutuamente, mucha paciencia. (Pf. 28)

▪ Siempre queremos salir adelante, tenemos muchas ganas de hacer las

la comunicación pueden hacer acuerdos y tomar decisiones en conjunto, también se presta para que se conozcan, expresen sus sentimientos preocupaciones y planes para afrontar las crisis.

La fe en Dios y en ellos mismos los impulsa a luchar constante mente para salir adelante.

La ayuda de la familia, amigos y profesionales también se evidencia en la mayoría de las parejas.

cosas y siempre damos lo máximo que podemos de cada uno. (Pf. 38)

- Trabajamos bajo el significado de lo positivo, siempre con mucho positivismo, no nos gusta ser negativos. (Pf. 38)

- La confianza y honestidad son indispensables y el amor, que sin amor no hay nada de eso. (Pf. 38)

- Rescato el amor que es la puerta para que se de lo demás. (Pf. 39)

- El respeto, la comprensión, la compañía, la honestidad. (Pf. 39)

- Somos trabajadores y le ponemos empeño a cada cosa que se haga, tenemos mucha dedicación en lo que hacemos, somos muy constantes y perseverantes, somos dos personas que afrontamos juntos las cosas que vienen, estamos muy unidos y eso hace que las cosas sean mas fáciles porque encuentras apoyo de tu pareja, compañía de ella, eso te brinda mucha seguridad para seguir adelante y muchas ganas. (Pf. 40)

- La comunicación, el dialogo que nos hace estar más unidos ya que podemos expresarnos y conocernos como somos para poder ayudarnos y salir adelante los dos. (Pf. 41)

#### Estrategias para Afrontar el Estrés

Con respecto a las estrategias de afrontamiento se evidencia que las parejas hacen buen uso de sus recursos y que es por eso que a pesar de haber vivido crisis impactantes en sus vidas aun siguen juntos. Dentro de las estrategias más significativas encontramos que el empleo informal comercializando diferentes tipos de productos, para las crisis económicas son una buena alternativa, así como el trabajo en pareja en donde

- Decidimos que debíamos ir a terapia de pareja porque el maltrato que se había presentado. (Pf. 26)

- Teníamos que buscar ayuda profesional. ( Pf. 26)

- Aceptar que tienes el apoyo de tu esposo que esta viviendo la misma situación, dialogar con él y expresar todo lo que sentía para poderme desahogar igual él, sacar las cosas positivas del asunto y mantenernos unidos. ( Pf. 27)

- Apoyo profesional y mucho apoyo de mi pareja. Mucha comunicación y colaboración. ( Pf. 30)

- Pues en la crisis económica, fue ella quien tomo la iniciativa de salir a trabar y empezar a aportar en la casa. ( Pf. 33)

- Ella es quien casi siempre propicia el dialogo, busca los espacios para hablar. ( Pf. 33)

- General ella busca que los dos

ambos buscar obtener otras fuentes de ingreso y aportar al hogar.

El apoyo mutuo se evidencia en la comprensión y el respaldo que se dan cuando alguno de los dos esta desempleado.

Finalmente la parte afectiva de la relación los dos miembros de la pareja intentan alimentarlo independiente mente de las dificultades.

armemos las estrategias o pensemos cómo vamos a actuar, es decir, es X quien toma la iniciativa. ( Pf. 33)

- En que hay que reducir costos, formas de ahorrar, agua, teléfono, luz, cómo se va a pagar este mes tal cosa, etc. ( Pf. 34)

- En general somos los dos los que nos ayudamos a movilizar. ( Pf. 34)

- Es ella quien dice: "bueno como vamos a hacer para pagar esto, o lo otro", "ven que tenemos que cuadrar cuentas" ( Pf. 35)

- Por lo general S se fija mas en las cosas que están pasando y me las comunica y hay vemos que solución sale. (Pf. 35)

- La principal estrategia es buscar ingresos extras de una manera independiente.

- Hablar mucho para poder organizarnos en plata y con las obligaciones.

- Tratar de seguir compartiendo tiempo juntos y detalles aunque estemos con problemas, como para tener un espacio diferente olvidando temporalmente todo.

Estresores o Demandas del Contexto

Las crisis en este grupo de parejas se dan por varios aspectos, uno de ellos es el factor económico, puesto que el desempleo en el país afecta a muchas personas, los salarios son muy bajos y las oportunidades cada día disminuyen, pero los gastos y las obligaciones nunca cesan, por el contrario cada día son mayores, hay mas impuestos, la comida es más cara, el arriendo y la educación de los hijos son costosos. Otra crisis que se pudo evidenciar fue

- La crisis que más nos ha afectado es cuando él empezó a tomar y llegaba borracho a pegarme, yo me le aguanté unas veces pero después lo demandé, porque yo no podía permitir que mis hijos vieran eso que está mal hecho.

- La crisis más dura de nosotros es la parte económica, y por esta se afectan otras áreas de la relación, por lo que uno siempre está tenso y presionado por los gastos.

- Por esta nuestra parte afectiva a estado mal por épocas, por que a veces no podemos separar las cosas.

- La crisis que más nos ha afectado fue la drogadicción e intento de suicidio de nuestra hija, y todo lo que esto conllevó en nuestra familia y con nuestros otros dos hijos.

- Además de esta el estar

- el consumo de sustancias psicoactivas en algún miembro de la familia, lo cual cambia completamente la dinámica y estructura familiar, afectando a todos sus miembros afectiva y psicológicamente.
- distanciados por el trabajo de el por que me siento muy sola.
- Otra crisis impactante en nuestra Familia y como pareja es un problema de drogadicción. (Pf. 22)
  - Viene siendo un problema de tipo social, que nos afecto en todos los campos de nuestra vida, especialmente el campo emocional en nosotros como padres. (Pf. 22)
  - Una crisis que se derivó del problema económico, fue maltrato de pareja. (Pf. 23)
- Roles de Género
- Frente a los roles de genero se evidencian cambios definitivos dentro de la estructura familiar siendo la mujer activa en otras áreas, en las cuales en épocas pasadas no tenia cabida. La mujer actualmente sigue siendo la cabeza del hogar en cuanto al cuidado de la casa y crianza de los hijos, (aunque cuenta con mayor apoyo del padre), pero también trabaja y ayuda con los gastos del hogar
- Otro rol marcado en la mujer es la del papel conciliador, ella es quien intenta hacer reuniones para poder hablar con la pareja y plantear posibles soluciones, ella es quien genera la iniciativa de crear nuevas estrategias, es quien da ánimo y esperanza, desempeñando un papel fundamental para la conservación del matrimonio.
- El hombre por su parte también ha
- Claro esta cuando alguno de los dos no tiene las capacidades económicas el otro es quien saca la cara y el que aporta mientras que el otro busca la forma para poder rendir económicamente. (Pf. 10)
  - Los dos trabajamos y cuando yo no tengo trabajo, estoy en busca de el para poder sostenernos. (Pf. 15)
  - Se llegan a acuerdos a veces para mantener el equilibrio (Pf. 15)
  - Que es que el hombre trabaja y es quien aporta económicamente en la casa, mientras que la mujer es quien ve por el hogar en otros planos diferentes al económico. (Pf. 18)
  - Ha tenido que cambiar por la situación actual del país, ya la mujer tiene que aportar, sino por igual, tiene que aportar de cierta forma económicamente. (Pf. 18)
  - Cuando empezó la crisis tuve que salir a trabajar y a empezar a ganar dinero para aportar en los gastos de la casa. (Pf. 18)
  - Pues en la crisis económica, fue ella quien tomo la iniciativa de salir a trabar y empezar a aportar en la casa. (Pf. 33)
  - Ella es quien casi siempre propicia el dialogo, busca los espacios para hablar. (Pf. 33)
  - General ella busca que los dos armemos las estrategias o pensemos cómo vamos a actuar, es decir, es X quien toma la iniciativa. (Pf. 33)

cambiado su rol , el cual anteriormente solo se limitaba a proveer para el hogar, ahora cumple y comparte otros tipos de tareas siendo más flexible ante la cercanía y crianza de los hijos, se apersona más de esto y del hogar.

De igual manera aprecia y valora más el rol de la mujer en el hogar.

Estos cambios de roles se evidencian generalmente en las parejas jóvenes, por que en otras parejas se sigue viendo la estructura y roles rígidos de padre portante económicamente y madre en el hogar encargada del mismo y de los hijos.

- A mi me gusta mucho eso, siempre estoy abierto a las propuestas que ella me hace. (Pf. 33)

- Pero ahora ella siempre esta pendiente de que se puede hacer, que hay para hacer. (Pf. 33)

- Yo busco el espacio para que podamos acordar cosas, él es quien arma la estrategia. (Pf. 34)

- Por ejemplo la idea de ir a terapia fue de ella. (Pf. 35)

- Siempre me conoció así y ella sabe que yo tengo que conseguir la plata del diario.

- Las obligaciones no son muy rígidos puesto que se modifican de acuerdo a la situación laboral de los dos, hemos tenido épocas en las que el ha asumido el hogar con todo lo que esto implica, el cuidado de los hijos, el aseo y mantener la casa adecuadamente mientras que yo trabajo para poder cubrir las necesidades económicas.

- Aunque desde el principio nosotros si habíamos hablado que los dos trabajaríamos para poder tener más ingresos y tener un estilo de vida cada día mejor, y que ambos también estaríamos dispuestos a hacernos cargo del hogar.

- En mi hogar el es el que trabaja puesto que tiene que hacerse cargo de los negocios que tenemos fuera de Bogotá y mientras que yo me quedo en la casa cuidando a los hijos y manteniendo las cosas del hogar, yo he asumido ser ama de casa por que en nuestra familia siempre ha sido así y afortunadamente el puede con todos los gastos, además el proviene de una familia Paisa en donde también el hombre es quien asume todos los gastos.

Atribuciones Dentro de las atribuciones más frecuentes se encuentran que es por falta de oportunidades, por el país en el que se vive, por que es una época que hay que

- Pues las cosas pasan por algo, todo tiene su razón, personalmente creo que a nosotros nos tenia que pasar para poder conocernos más y para poder estar ahora como estamos. (Pf. 52)

- Esta clase de problema se lo atribuyo a Dios, creo que son pruebas que le pone la vida a uno,

vivir de la cual hay que obtener una experiencia de vida y aprender algo para el futuro.

Otra atribución constante es que dicha situación se vive por el destino, el cual puso ese obstáculo en sus vidas.

La parte religiosa también se manifiesta al creer que Dios impone sobre sus vidas este tipo de pruebas para que ellos como humanos cambien, aprendan y le demuestren a Dios que si podían sobrellevar dichos momentos.

En otros casos se atribuyen a fallas de ellos mismos, en donde no dieron lo mejor de si mismos en algún área y que por no haber sido mejores paso dicha crisis.

para aprender, para actuar, para moverse. (Pf. 52)

▪ A veces hay cosas que pasan sin explicación alguna y si, pasan porque tienen que pasar. (Pf. 53)

▪ Es problema del país donde vivimos, el gobierno, los que suben la canasta familiar sin subir el sueldo. (Pf. 53)

▪ Puede pasar por descuido, nuestro problema fue por descuido, no estar pendiente de la persona a la que le servimos de fiador y bueno nos toco a nosotros asumir esa responsabilidad. (Pf. 54)

▪ Creo que puede ser una prueba de Dios para que mejoremos como personas y le demostremos a el que si podemos seguir juntos a pesar de las dificultades.

▪ Pensamos que esto no pasa por que tenemos que ser más fuertes, estar más unidos, y darnos cuenta de todas las potencialidades que tenemos y no lo sabíamos, pues somos muy buenos comerciantes y nos dimos cuenta de ello por la situación económica.

▪ Yo por mi parte creo que nos paso por que nos casamos sin planear objetivamente la parte económica, nos casamos que todo lo podíamos y después nos dimos cuenta de que no era así.

▪ Fuimos muy estrictos e inflexibles y ella demasiado rebelde y caprichosa.

Reacciones  
Ante el  
Estresor

Una de las reacciones inmediatas es la frustración personal, la cual se manifiesta con actos agresivos verbales y físicos, como una manera de descargar las presiones externas.

El cambio en la persona es muy marcado, la cual se manifiesta intolerante e irritable ante cualquier pequeñez o

▪ La reacción que tuvimos los dos ante la falta de dinero fue mucha rabia y agresividad, el descontrol de impulsos que nos llevaba a agredirnos física y psicológicamente, esto nos alejo como pareja. (Pf. 23)

▪ Dure mucho tiempo llorando y sin hacer nada. (Pf. 27)

▪ Antes la reacción era agresividad, personalmente yo me pongo de muy mal genio cuando veo que las cosas no están saliendo bien. (Pf. 43)

▪ En momentos de crisis trato de pensar soluciones, busco formas de calmarme como salir a caminar mientras pienso que se puede

presencia de otro miembro de la familia.

La depresión, el insomnio y la falta de apetito son reacciones físicas frecuentes en el organismo de las personas.

Alejarse de la crisis o negarla son formas de evadir inicialmente el problema, pero cuando se toma conciencia de la existencia de la misma esta los impulsa a utilizar sus recursos y generar varias estrategias para poder afrontar y superar la crisis.

hacer, buscar a S para apoyarme en ella y buscar soluciones conjuntas. ( Pf. 43)

- En la época de la crisis mayor, estaba muy estresada y él llegaba más estresado a agredirme, pues la agresión se convertía en mutua, los dos explotábamos. ( Pf. 44)

- A reacción es moverse para cualquier lado que nos ayude a salir de esta, buscar trabajo, vender cosas. ( Pf. 44)

- La primera reacción es buscar que hacer, no quedarme quieta, mirar cómo se pueden cubrir los gastos. ( Pf. 46)

- El se pone que uno no le puede decir nada por que siente que yo lo agredo constantemente y entonces prefiero evitar decirle el problema hasta que tenga opciones de solución.

- Los dos estamos preocupados e irritables constantemente, como que uno no se goza las cosas al 100% por esos problemas.

- El trata de huir de la casa cuando el ambiente se percibe tenso por que no hay plata el sale y esto me duele mucho por que siento como si yo me quedara sola enfrentando todos los problemas, cuando pasa esto me deprimó, me siento impotente y no puedo evitar llorar, no me gusta llorar frente a mi hija por que pone carita de preocupación, pero si no lloro siento que me muero.

- Cuando mi hija se fue de la casa me deprimí mucho y deje de comer, porque no me daba hambre adelgace casi 8 kilos y sufría de insomnio.

## Hijos

Los hijos son el motor de los padres la fuerza motivadora que los impulsa a seguir juntos como familia, a buscar nuevas opciones de vida y a generar cambios internos para mejorar la dinámica familiar. Son los compañeros que ayudan y apoyan

- Los hijos pueden mantener esa unidad familiar o la pueden destruir completamente. (Pf. 48)

- Porque esta en medio la educación de ellos y si uno como padre no se ha puesto en acuerdo con su compañero para establecer las pautas de crianza, hay se va a armar la grande siempre. (Pf. 48)

- En lo primero que uno piensa es en ellos, en el colegio, el la ropa, en la comida, etc. La razón principal para que uno se movilice

las estrategias y los que generan nuevos recursos.

Pero por otro lado son percibidos en algunos casos como una carga más que afecta la relación de pareja, como las personas que le roban la intimidad a la pareja.

son ellos, los hijos, a quienes uno nunca quiere que les falte nada y hace lo posible para que esto no pase. (Pf. 48)

- En el momento de la crisis el papel de ellos fue muy chévere porque estuvieron muy colaboradores (Pf. 49)

- Es lo más importante en mi vida, ella es la que me impulsa a luchar para seguir juntos como familia y para esto tenemos que disminuir lo que afecta la relación de nosotros que finalmente en la mayoría de los casos es la plata.

- En ocasiones es un obstáculo para poder salir solos a comer o a rumbear, desde que nació se nos acabo el espacio para estar los dos solos.

- Es una responsabilidad muy grande puesto que requieren muchos gastos y uno les quiere dar tanto que generalmente nos tenemos que limitar.

#### Funciones de la Pareja

La pareja desde el momento en el que decide casarse o irse a vivir en unión libre adquiere un sinnúmero de obligaciones que generalmente tienden a aumentar con los años por la llegada de los hijos o por la adquisición de patrimonio. Es por esto que los dos tienen obligaciones económicas y morales por las cuales tienen que velar en conjunto.

Otras funciones son las de ser gestores de pautas, acuerdos y valores intrafamiliares, en donde reine el respeto, la confianza y la comunicación.

Para que así se de un buen trabajo en equipo que brinde la

- Cuando estamos mal, alguno de los dos trata de hablar con el otro y pedir disculpas si es el caso.

- Los dos hacemos lo que nos toca para poder cumplir con nuestras obligaciones y con nuestra hija, dedicándole tiempo.

- Hablamos mucho y nos ponemos de acuerdo con lo que se va a hacer.

- Nos animamos mutuamente, cuando yo me siento derrotada el me anima y me hace ver que hay muchas cosas que se pueden hacer o cuando el esta deprimido yo lo hago reír o lo consiento, le digo todas sus cualidades y así el se siente mejor.

- Nos demostramos que podemos dar mucho por complacer al otro.

- En general ella busca que los dos armemos las estrategias o pensemos cómo vamos a actuar.

- Si no estamos de acuerdo con algo se trata de llegar a acuerdos. (Pf. 36).

- Afrontamos juntos las cosas que vienen, estamos muy unidos y eso hace que las cosas sean más fáciles porque encuentras apoyo de

posibilidad se tu pareja. (Pf. 40).  
 seguir juntos por ■ Ayudarnos y salir adelante los  
 muchos años más. dos.

## ***2. Análisis Interpretativo de La Fase de Encuentros***

### ***En cuanto el significado de pareja se pueden obtener las siguientes conclusiones***

- Entienden a la persona como alguien que brinda apoyo incondicional, a la cual es a la primera que van a recurrir en momentos difíciles.
- Ven que todo es un proceso de adaptación en donde se tienen que adaptar a las posibilidades y limitaciones del otro, negociando las costumbres y ritos personales con el fin último de construir una relación cada vez más sólida.
- Entienden las relaciones de ahora como más honestas, más abiertas en donde existe más igualdad, donde se aporta a la relación de una forma más equitativa.
- Entiende a la crisis como una de las pruebas más duras durante el proceso de construcción de su relación.
- Ve a la comprensión, a la tolerancia, al respeto, como piezas fundamentales de una relación sana, y tan sólida como la que ellos manifiestan tener.
- Perciben a la pareja como una compañía constante que ayuda, apoya y da retroalimentación constante y así genera cambios en la forma de ser de cada uno. Además se percibe la relación de pareja como un proceso de superación personal en todos los niveles, desde el aspecto personal y emocional, hasta el aspecto familiar y profesional.
- Afirman que en la etapa de enamoramiento las cosas son más fáciles por que aun no tienen responsabilidades económicas, y al estar ya casados, las cosas son

diferentes pues ya no se pueden dedicar tanto tiempo por que deben estar la mayor parte del tiempo buscando como devengar para poder suplir las necesidades económicas que se generan al estar conviviendo como el arriendo, los servicios y los demás gastos que van surgiendo. Por otro lado, la crianza de los hijos abarca la mayor parte del tiempo, esto junto a la responsabilidad económica, desplaza la importancia de continuar cultivando la relación de pareja, conllevando a sentimientos de soledad, ansiedad, angustia y rechazo en situaciones de conflicto.

- Cuando llegan los hijos la unidad de la pareja también cambia pues al llegar un tercero, la relación se vuelve a transformar por que hay que cambiar todos los hábitos que se tenían. La llegada de los hijos también genera cambios en los hábitos no solo sociales sino económicos, sus actividades como pareja (música, cine, bailar, etc.) pasan a un segundo plano, si se tiene en cuenta que los hijos representan la prioridad.
- La pareja es una sociedad que tiene un fin común, mejorar el estilo de vida, poder compartir momentos agradables, generar adecuados acuerdos económicos, de convivencia y pautas de crianza.
- Es una sociedad que con el paso del tiempo va generando valores, roles, reglas y una estructura determinada para cada núcleo. La vida familiar debe estar basada en ciertos valores y principios que dependen directamente de la cultura, y el pasado de cada uno de los miembros de la pareja creando las propias bases del hogar que conforman en el momento de la unión conyugal.
- La relación debe caracterizarse por el respeto, la honestidad, la confianza, el dialogo y la fidelidad. Debe también mantener los valores mencionados en la

relación con los hijos, es importante recordar la importancia de la independencia y el desarrollo personal de los miembros de la pareja.

***En cuanto a los roles de género, se puede concluir que***

- Los dos tratan de permanecer lo más activos posibles para conseguir los recursos suficientes para ellos y su familia.
- En todas las parejas los roles de género están bien delineados aunque ellos hagan un intento por ocultarlo, ya que en algunos casos alegan que los dos colaboran activamente, aunque de dilucida que el mayor papel lo representa la mujer, de acuerdo con lo que ellos reconocen que es culturalmente aceptado.
- Sin embargo, existen varias actividades que se negocian, como medio para aliviar cargas e intentar que sea más equitativo, ya que han comprendido después de la crisis que esto los puede unir más.
- Las parejas entienden que el mayor aporte económico lo debe hacer el hombre aunque en algunos casos eso no se cumpla. Se advierte una fuerte influencia machista por parte de la cultura, en el sentido de ver el aporte del hombre.
- Han entendido que por más marcados que sean los roles de género en la sociedad, consideran al diálogo como lo más importante para definir funciones y estrategias a seguir en el transcurso de la construcción de su relación.
- Los dos aportan en la medida de sus capacidades cambiando así el rol dentro de la dinámica familiar. Esto depende de quien realice las funciones en el hogar o de si se necesita de un tercero para cumplir con las obligaciones de familia.
- Ambos buscan ingresos ya sea con un empleo formal o independiente.

- La crianza de los hijos en parejas jóvenes es una responsabilidad de los dos, no solo de la figura materna. Dado que en las parejas adultas la madre suele desplazar al padre de esta función, sea por cultura o por costumbres adquiridas.
- Aunque en las parejas mayores aun se conserva la figura materna al hogar y al cuidado de los hijos, mientras que el hombre sale de la casa para conseguir el sustento económico. En la actualidad las parejas jóvenes conciben el hecho de repartir estas obligaciones, haciendo parte ambos del proceso de la crianza y de las responsabilidades en el hogar a nivel doméstico y económico.
- La sociedad ha hecho que los roles cambien al estar más difícil la situación laboral en esta época y puesto que las mujeres en la actualidad tienen prácticamente igualdad de oportunidades frente al hombre para conseguir empleo. Por otro lado, algunas mujeres sienten frustración al dejar de lado su parte profesional por dedicarse a las labores domésticas y a los hijos.

***En cuanto a las estrategias para afrontamiento del estrés***

- Dialogan para establecer acuerdos, lo cuales tienen como fin evitar posibles roces o enfrentamientos.
- Algunos prefieren hacer deporte, como medio para descargar tensiones y no descargarse de las mismas sobre la pareja.
- La empatía es para ellos una de sus más fuertes armas para ayudar a combatir el estrés de su pareja, puesto que se basan en la comprensión y el apoyo para ayudar al otro a salir adelante
- Propiciar el diálogo por parte de alguno de ellos, es importante para permitir que el otro se exprese más tranquila y confiadamente.

- El hecho de estar continuamente buscando una manera de producir, hace que la persona se sienta menos dependiente de su pareja y ayudar a aliviar el estrés de permanecer en el hogar sin oficio alguno.
- Aceptan el apoyo de la familia extensa, ya que algunos la consideran como incondicional.
- Se acercan a la religión como un punto importante apoyo, en el cual reflexionan y sienten un acompañamiento extra para sobrellevar la crisis.
- Observar las fortalezas del otro para poder aprovecharlas, así como las propias, les resulta una buena estrategia para sentirse más unidos.
- La Fe en Dios y la oración están fuertemente marcadas en la cultura, las parejas son creyentes y este recurso lo usan como una de sus principales estrategias para seguir luchando, o para evitar caer en conflictos con el otro cuando la comunicación se deteriora y los problemas se agudizan dentro de las crisis económicas.
- El apoyo, el compromiso y cada uno de los valores que surgen dentro de la relación son fundamentales para la resolución de las crisis. Así como el respeto, la tolerancia, el perdón y la honestidad.
- Pero el principal valor o factor de afrontamiento del estrés es la comunicación constante para planear y tomar decisiones que ayuden a generar soluciones.
- Los acuerdos para la crianza, para definir los roles dentro de la pareja y la parte económica son fundamentales.
- El tiempo libre de manera individual es otra estrategia importante ya que les sirve para pensar mejor sin la presión o angustia del otro, para disminuir la

ansiedad generada por la crisis y para no actuar de una forma equivocada o precipitada frente a la familia.

- Para las mujeres una buena estrategia es inscribirse en cursos manuales que les brinda un espacio de esparcimiento con otras personas, lo cual las ayuda a relajarse un poco. Mientras los hombres suelen optar por planes con amistades para evitar el estrés causado por las crisis, lo cual es bueno siempre y cuando no se convierta en una estrategia de evasión a las mismas.
- Los encuentros con terapeutas y grupos especializados ayudan dentro de las situaciones difíciles, algunos prefieren hacer deporte, como medio para descargar tensiones y no descargarse de las mismas sobre la pareja.

#### ***En cuanto a los estresores o demandas del contexto***

- El problema económico se convierte en el principal causante de crisis, el cual puede desencadenar problemas aún más complejos como lo son el maltrato tanto físico como verbal.
- La posibilidad de la separación, viene a resultar en una salida rápida ante las situaciones de aguda tensión y roces.
- El problema económico se convierte en el principal causante de crisis, el cual generalmente propicia problemas de factor emocional dentro de la pareja, al verse presionados por dinero la relación tiende a volverse más vulnerable ante cualquier otro factor.
- Las problemáticas y errores de los hijos también se convierten en una crisis para la relación de pareja, puesto que cuando ellos se convierten en el motor de la relación, al fallar la pareja presenta sentimientos de culpa y rechazo mutuo por la necesidad de explicar el comportamiento de los hijos.

### ***En cuanto a las atribuciones***

- Enfrentan la situación de crisis como parte de un proceso que puede afianzar más la relación de pareja.
- Se hacen atribuciones a entes externos, aunque lo hacen de una manera constructiva, más que destructiva, como las pocas posibilidades laborales y educativas (a bajo costo) que ofrece el país, Al lugar de residencia y a la influencia de terceros en los miembros de la familia, quienes pueden llegar a ser una mala compañía.
- Aceptan de manera madura, su participación en las causas que llevaron a la crisis.
- Se atribuye también a Dios, tomándolo como un ser superior que puede generar pruebas difíciles en la vida del hombre, así como también apoyarlo en la consecución de logros.

### ***Dimensiones***

La responsabilidad adquirida y los hijos hacen que sigan luchando por sacar adelante lo que un día se comprometieron mutuamente.

### ***Hijos***

- Es lo que moviliza a los padres en la consecución de recursos y en el compromiso con el hogar.
- Son los terceros que generan cambios dentro de la dinámica de pareja.
- Entienden a los hijos como parte fundamental del funcionamiento de la estructura familiar, los perciben como factor de cohesión.

- Consideran lo más importante las necesidades que ellos tengan, y consideran que entablar una buena relación con ellos es muy importante para el desarrollo de una buena dinámica familiar.
- Manifiestan el amor por la pareja como lo más importante, el apoyo incondicional que siempre encuentran en la misma, y el acompañamiento que les brinda para salir de los problemas.

### ***Reacción ante el estresor***

- La mayoría de las reacciones incluyeron conductas de agresividad hacia la pareja, la cual fue sobre todo de tipo verbal y en algunos momentos llegó a ser de tipo físico.
- Los niveles de tensión aumentaron notablemente, debido a que no se podían suplir algunas necesidades, que aunque no eran básicas, si alcanzaban a interferir con el desarrollo normal de las actividades cotidianas en el sentido de privarse de algunas comodidades y/o actividades de esparcimiento.
- Buscar una actividad que pueda aportar dinero, no importando que ésta no sea formal, se convirtió en una efectiva manera de aliviar la presión y como forma de no sentirse tan dependiente de su pareja.
- En las parejas se evidenció que existen cambios de temperamento, motivacionales y a nivel afectivo.
- La relación puede ser percibida como idílica pero cambia al percibir amenazas del medio, las cuales generan cambio dentro de los hábitos de pareja.
- El mal genio y la frustración también se evidencian como reacciones iniciales en las parejas, así como la evasión, que muchas veces es una reacción importante

ante los diversos conflictos por los que atraviesa la pareja en momentos en que vislumbrar la solución a los conflictos no esta al alcance de la misma.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Basándose en la información obtenida durante los encuentros con cada una de las parejas, y el posterior encuentro grupal, se hace posible construir una serie de conclusiones con el ánimo de delimitar y hacer aún más preciso el conocimiento obtenido de las parejas que formaron parte de la investigación.

Como primer lugar, se pudo establecer a lo largo de las reuniones con las parejas que los factores más comúnmente mencionados como generadores de crisis fueron el desempleo, conductas desadaptativas de los hijos, y problemas de origen económico muy relacionados con el contexto actual colombiano que abocaron a una brusca reestructuración de la dinámica familiar frente a temores tales como: estabilidad, miedo a la soledad, temor a una vejez lejos de la pareja, miedo al fracaso en la educación de los hijos y finalmente sentimientos de frustración después de varios años de relación.

En este punto es importante resaltar el papel que juega el desempleo como factor generador de crisis, ya que delimita las posibilidades de subsistencia física de la pareja y por ende de la familia. En este sentido, cuando se presenta la situación de desempleo se generan cambios radicales en la manera de administrar los recursos económicos con los que cuenta la pareja y la dinámica familiar cambia debido a que se entran a personificar roles que los miembros de la pareja no se sienten preparados para asumir. Por tanto, las parejas deben no solo convivir sino sobrevivir, por esto el compartir de las obligaciones se vuelve un punto importante y decisivo en la vida de pareja; en la cual la responsabilidad ante las obligaciones es una herramienta para sobrellevar las crisis, convirtiéndose cada uno de los miembros en un apoyo para el otro en cuanto a la toma de decisiones y la planificación del futuro

Los problemas referentes al abuso de sustancias alucinógenas o alcoholismo, ya sea por parte de alguno de los miembros de la pareja o por alguno de los hijos, repercuten en la relación familiar causando maltrato no solo físico (en ocasiones) sino psicológico. Lo anterior teniendo en cuenta que pueden ser generados por causas económicas o sociales a las que se puede ver enfrentado cualquier miembro de la pareja, o familia. Y por otro lado, cuando el tiempo que se dedica al trabajo es demasiado y se pierden los espacios familiares y de pareja, se generan sentimientos de culpa, de soledad, de arrepentimiento y demás, que conllevan a sentimientos negativos que con el tiempo salen a flote y dañan las bases de la relación.

Los conflictos suelen atribuírsele a diferentes sucesos, entre ellos: al ambiente en el que se desenvuelve la pareja y la familia, la forma de educar a los hijos (ya sea poco o muy rígido o flexible), la toma de decisiones apresuradas inclusive desde el momento de iniciar la unión conyugal. Por razones religiosas algunos le atribuyen los hechos a pruebas que Dios pone en su camino, algunos otros tan solo se justifican en la situación del país y demás razones externas.

Para brindar una idea general sobre las reacciones que se presentan generalmente al momento de la presentación del estresor, se puede decir que la pareja experimenta diversas emociones así como reacciones que principalmente reflejan el aspecto emocional de los miembros, se generan sentimientos de rabia, agresividad, descontrol, tristeza, llanto, depresión, entre otros; los cuales son recibidos por el agente estresor; pero que finalmente terminan afectando al resto de los miembros de la familia dada su interdependencia como núcleo social.

El llanto, la tristeza y en general la depresión son reacciones casi incontrolables frente a la crisis. En la actualidad, gracias a la ayuda profesional que buscaron, las

reacciones son mas funcionales, la principal, es actuar, buscar que se puede hacer para solucionar el problema, si es económico, buscar los medios para conseguir dinero. Ser perseverantes y “sacar fuerza de donde no hay” se convierten en puntos clave en las reacciones que toman ante la crisis. No hacen falta las peleas por dinero pero hay mas control, cuentan con mas herramientas para salir adelante.

La reacción ante el estresor según lo concluido en los diferentes encuentros afectan todas las áreas de la persona ya sea la interna con ellos mismos al sentirse frustrados y fracasados, generando en ellos mal genio, irritabilidad, intolerancia, depresión, pesimismo, insomnio, falta de apetito y de animo para enfrentar la misma crisis, llegando a pensar continuamente en separarse puesto que en ese momento la solución parece lejana.

Las crisis sin importar si son causadas por factores económicos o emocionales, afectan los demás niveles de la relación, al enfrentarlas y tratar de superarlas o bien se trata de buscar una solución que suele ser el extremo opuesto de lo que se venia haciendo, o en su defecto se evita enfrentar el problema, actuando de manera incorrecta (violencia, fuga, vicios), dejándose llevar por el sentimiento de rabia e impotencia ante el conflicto y dañando la relación de pareja y la de familia.

Una vez afrontan la emergencia, las parejas ven claramente que la agresión no es la forma más efectiva de desahogarse, puesto que los distancia y hace que se pierda la claridad del objetivo que mancomunadamente se busca. Cuando sucede esto, la pareja termina descuidándose a sí misma, e inclusive lo puede hacer con sus hijos, lo cual no provoca más que una complejización del problema y una aparente imposibilidad de resolverlo.

Se puede concluir que la crisis genera una reevaluación del vínculo marital en términos de los roles, de la significación sobre la vida en pareja, de las formas de organización familiar y de los valores y principios que rigen la convivencia.

Dada la situación económica, las mujeres asumen gran participación en los gastos del hogar. El hombre no deja de producir ni de aportar, los dos en conjunto se reparten los recibos de los servicios públicos, y los dos aportan para el mantenimiento de la casa (mercado y las cosas extras que son necesarias). Cuando alguno de los dos no cuenta con el presupuesto necesario para cubrir necesidades, el compañero (a) esta de apoyo para poder cubrir lo que falta mientras que el otro esta en continua búsqueda de empleo o de dinero.

Las parejas suelen hablar de sus expectativas a nivel económico, comparten sus ideales de tener mejores condiciones de vida con el tiempo; por esto suelen decidir trabajar ambos e inclusive ocuparse del hogar sin importar cual de los dos deba hacerlo.

Al encontrar los dos un empleo, la dinámica familiar cambia puesto que toca delegar el cuidado de los hijos y el mantenimiento del hogar a un tercero. Al estar los dos trabajando se trata de asumir los gastos del hogar de una forma equitativa, o el que gana más, por iniciativa propia paga los gastos pendientes. Con el fin de conservar la liquidez y estabilidad necesaria se buscan alternativas que generen ingresos, para que de esta forma aun cuando se tenga un trabajo estable, se pueda contar con ingresos extras, previendo volver a la a situación crítica.

Por otro lado, cuando el tiempo que se dedica al trabajo es demasiado y se pierden los espacios familiares y de pareja, se generan sentimientos de culpa, de soledad, de arrepentimiento y demás, que conllevan a sentimientos negativos que con el tiempo salen a flote y afectan la relación.

En cuanto al significado que adquiere la relación de pareja después de la crisis es el de dos personas que se unen para compartir sus vidas, luchando en conjunto para afrontar los problemas y que además comparten un conjunto de responsabilidades que les permiten construir su relación día a día. Dan por entendido que el nivel de participación de cada uno dentro de la relación es equitativo y que por sobre todo, el amor, la comprensión y el apoyo se convierten en piezas fundamentales para la construcción de un significado de pareja coherente para ellos mismos. El hecho de estar compartiendo posibilidades y limitaciones, les impone el objetivo de aprender y retroalimentarse el uno del otro, para hacer que no solo crezcan como pareja, sino que también lo hagan a nivel personal en los aspectos social, emocional y espiritual.

Igualmente, hay un cambio en los roles y sus funciones, en donde el tipo de familia en que el hombre devenga económicamente y la mujer se encarga de el hogar y de la formación y cuidado de los hijos, se ve cuestionada frente a la crisis, y estos roles pasan a depender de la situación económica que estén viviendo; así, cada uno puede adoptar cualquier rol cuando se considere necesario, como por ejemplo que la mujer puede hacerse cargo del hogar pero también puede tener épocas de trabajo en donde el hombre se podría hacer cargo del hogar y de los hijos.

En situaciones difíciles, la mujer es quien desempeña un rol negociador, quien cede con el fin de buscar soluciones al conflicto, pero sin dejar de lado sus propios intereses. Además, la autoridad ante los hijos también es un rol que es desempeñado por ambos (padre y madre), sin embargo, algunas mujeres en su afán por abarcar ellas solas dicha tarea desplazan al padre de su obligación, dejando en sus manos tan solo la parte económica que aunque importante, es solo una de las obligaciones de pareja.

Además, las parejas enfrentan diversas situaciones. Se encuentran los momentos “buenos” en los que las cualidades de cada uno, el amor por el otro y los ideales compartidos se convierten en la razón por la cual se prolonga la unión. Por otro lado, están los momentos “malos” o de conflicto o crisis, en los cuales los defectos, los sentimientos negativos, las ideas contrarias y los planes individuales, salen a relucir ante situaciones estresantes y problemáticas por diferentes factores. Situaciones en las que es indispensable tener en cuenta el sentimiento que une a la pareja, el perdón por las heridas causadas y la actitud positiva y de aprendizaje que debe conservarse mientras se enfrente una situación crítica.

Por tanto, la pareja está expuesta continuamente a amenazas que hacen que la convivencia tenga diferentes matices, pero que principalmente deben generar valores internos de los cuales aferrarse para poder seguir unidos y así poder respetarse mutuamente, apoyarse y amarse aun en los momentos difíciles y dolorosos en donde el perdón es fundamental en cualquier familia, ya que la especie humana comete errores.

En ocasiones cuando el motor de la pareja no ha sido el amor, sino el compromiso, los hijos o la necesidad de alejarse de los padres; se evidencia con el tiempo la insatisfacción personal de cada integrante de la pareja, hecho que se ve reflejado en las crisis familiares debido a dichas frustraciones.

Para cumplir con este objetivo de mantenerse juntos para desarrollar ciertas actividades, resaltan el hecho de conocerse individualmente para así poder reconocerse en el otro y reconocer al otro, sus formas de actuar, de reaccionar y de pensar, factores que facilitan la toma de decisiones entre los dos en el momento de resolución del conflicto.

Dentro de las estrategias mencionadas, el diálogo continua formando parte fundamental dentro de la solución de conflictos, y la mujer sigue siendo el agente conciliador dentro de la pareja. Por su parte el hombre busca salir con amistades o realizar actividades diferentes para evitar caer en el estrés de dichas situaciones, así mismo la mujer lo hace. Pero es importante que no se convierta en una estrategia de evasión, también deben dedicar tiempo para compartir entre ellos realizando actividades de relajación, compartiendo con los hijos, retomando viejas costumbres. Y la ayuda profesional aparece como estrategia que también funciona para evitar el estrés, o en su defecto para salir de él, cuando se ha caído sin poder evitarlo.

Es importante tener en cuenta dentro de los recursos disponibles para solucionar y enfrentar los problemas, el contar con ayuda profesional; no solo para solucionar el conflicto como tal, sino principalmente para conocerse mutuamente y comprender las causas del conflicto, de esta manera no se solucionara solo momentáneamente; sino posiblemente pueda evitar que se repita en un futuro.

Así como el rol de cada genero esta determinado desde el principio de la unión, o durante el proceso de maduración de la misma, la pareja desempeña determinadas funciones específicas, entre las cuales esta la cualidad de solucionar conflictos juntos, de permitir que los hijos se conviertan en agentes movilizadores y motivadores, como motor de la relación de pareja y de familia.

Cabe anotar la importancia de retomar el compromiso adquirido y las intenciones iniciales de la unión, como manera de encontrar un camino que puede aportar en la solución de los conflictos que normalmente una pareja y una familia atraviesa, contando con los recursos internos y externos que se tienen al alcance en la actualidad.

Como una manera de ampliar la óptica sobre el objeto de investigación, se puede encontrar una categoría que emergió durante la primera sesión, la cual hace referencia a las atribuciones del por qué de sus crisis. Se puede comenzar por las mujeres, las cuales se inclinan a atribuir las crisis a pruebas que Dios les pone para que salgan adelante, dicen que las cosas pasan por que tienen que pasar y que pasan por algo, por alguna razón desconocida.

Los hombres, aunque no descartan la idea de un Dios que les ponen pruebas, se inclinan más por la situación del país y por la mala administración que tiene el mismo, administración que no colabora para que ellos puedan salir de la crisis, sino que por el contrario, los puede hundir más en el problema. También creen que la crisis se puede dar por un descuido que tuvo la pareja que los llevó a pasar por esa dificultad.

Según las creencias propias y su cultura y valores, la pareja puede hacer una retroalimentación de las crisis superadas y tomarlo como una prueba para continuar juntos, así mismo pueden aprender de ellas. Dichas situaciones se prestan para conocer más y observar cualidades mutuas que posiblemente en otras ocasiones no habían salido a flote, pero en otros casos se requiere de terceros que colaboren en este proceso de superación de las crisis.

Otro factor que puede llegar a ser de tipo determinante por cuanto de las medidas a tomar en momentos de crisis son los hijos, ya que un papel importante en la vida de pareja, pueden ayudar a la unión familiar o pueden hacer que esta estabilidad y unidad se rompa totalmente, todo depende de la clase de relación que como padre o madre se tenga con los hijos. En la pareja que tiene hijos, en el momento de la crisis fueron de gran apoyo ya que se comportaron muy colaboradores con sus padres en el ahorro y reducción de gastos en el hogar.

Por otro lado, también son agentes movilizadores, ya que los padres, al querer darles lo mejor, se esfuerzan y salen adelante por y para ellos. Por otro lado, también se observa, que los hijos son licitadores en las riñas de pareja; es decir, en muchas ocasiones, la educación, la crianza de ellos se puede volver complicada para la pareja si estos no ponen en claro las pautas de crianza y los límites que van a manejar con ellos. Los hijos, cumplen un rol de unir a las familias y así mismo de ser agentes motivadores ante la lucha por seguir juntos y salir adelante para poder brindarles lo que más puedan en su desarrollo y educación.

En cuanto a la investigación, es importante resaltar el hecho que todas las parejas en algún momento de sus vidas han tenido problemas económicos que interfieren directamente en la relación como tal; las parejas entrevistadas fueron convergentes en que sus crisis fueron por problemas económicos, lo cual tiende a sesgar un poco la información, ya que existen muchas más causas por las cuales se pueden presentar crisis, por lo cual se recomienda ampliar la cobertura a más parejas de diversas clases sociales, para tratar de englobar aún más las causas generales de presentación de crisis al interior de la pareja.

Es importante mencionar que también existen otros tipos de crisis que son muy duras para ellos, como los errores que cometen los hijos, los cuales influyen drásticamente en los sentimientos como padres, como esposos y como personas, en donde entran a reevaluar su rol ante cada una de las áreas que conforman sus vidas, generando en ellos sentimientos diversos.

En cuanto a lo relatado por las parejas, la flexibilidad frente a los roles de género y el apoyo mutuo basado en el trabajo conjunto pueden ser los principales recursos que utilicen para racionalizar las crisis y así poder reflexionar sobre ellas de una manera más

objetiva. Además, sobre la base de esto, al dar un nuevo significado a su vínculo se puede generar confianza y un sentimiento de acompañamiento que les permita disponer de recursos y posibilidades tanto internas, como aquellas provenientes del medio.

Por otra parte, el apoyo más importante con el que debe contar la pareja, debe ser el de su familia nuclear, ya que es la que en gran medida solventa la mayoría de los problemas que se presentan al interior de esta, mientras que la familia extensa, no cuenta con la suficiente autoridad, ni conocimiento del caso específico como para convertirse en un factor determinante de la solución del problema.

Por otro lado, las parejas deben no solo convivir sino sobrevivir, por esto el compartir de las obligaciones se vuelve un punto importante y decisivo en la vida de pareja, en la cual la responsabilidad ante las obligaciones es una herramienta importante para sobrellevar etapas de crisis, convirtiéndose cada uno de los miembros en un apoyo para el otro en cuanto a la toma de decisiones y la planificación.

Las situaciones difíciles generan estrés en la pareja y por ende dentro de la familia, por esto es importante contar con estrategias para afrontarlo; entre las cuales se encuentra el tratar de mantener una situación económica estable, disminuyendo y planeando gastos, evitando salidas de dinero innecesarias, apoyándose mutuamente cuando juntos trabajan, buscando ingresos extras y en fin utilizando al máximo los recursos internos y externos disponibles.

En conclusión y respecto a las parejas en estudio, se puede decir que las crisis del contexto revierten en un replanteamiento del vínculo, confirmándose así la idea del desarrollo discontinuo que sostiene que los sistemas vivos que no afrontan mayores vicisitudes tienden a la inercia, a evitar el cambio y por ende a no poner en práctica sus recursos y potencialidades. Por lo tanto, lo que muestran las parejas en el estudio es que,

a pesar de las penalidades y sufrimientos, la situación problema les llevó a un cambio que, de ser comprendido y asimilado positivamente, se convierte en un factor de renovación en las parejas que encuentran un significado y un sentido a su relación más liberador y lleno de fortaleza para el resto de la vida en común.

Finalmente, cabe anotar que el proyecto no solo fue útil a nivel profesional y en cuanto a la investigación realizada con las parejas en estudio; sino que también fue una experiencia de formación personal para los investigadores dado el alcance y los resultados observados, así como la repercusión de los temas tratados en las vidas de cada uno de ellos. Teniendo en cuenta su desempeño no solo a nivel laboral, sino social y familiar, los investigadores en determinado momento pueden acudir a las recomendaciones del presente proyecto, retomando el aprendizaje que dicho estudio deja para su experiencia personal.

Puesto que pudieron conocer en los encuentros con las parejas, las experiencias de los mismos, la forma de actuar, de asimilar, vivir los diferentes tipos de crisis, la forma de interacción durante la crisis y la manera de enfrentarlas haciendo uso de sus recursos y estrategias, lo cual generó un aprendizaje significativo en los investigadores al ampliar de esta manera la percepción de pareja, para los investigadores solteros es poder ver más de cerca algo que ellos no han vivenciado directamente, y este acercamiento hace que ellos ratifiquen en sus vidas lo importante de crear relaciones de pareja sólidas, sinceras, donde el compañerismo, el respeto y la confianza son factores determinantes desde el principio, para que cuando vengan las crisis que todos vivenciamos en algún momento de la vida, se tengan más recursos para enfrentarlas adecuadamente, igualmente confirman que las relaciones de pareja son muy complejas, que requieren mucho

compromiso y confianza , que de esta elección dependen muchas cosas a futuro por lo que amerita ser cuidadosos en dicha elección.

Para los investigadores que en el momento de realizar el presente trabajo ya estaban casados fue una experiencia muy enriquecedora y llena de aprendizaje al poder estar en contacto con otras parejas que tienen una relación que se ha mantenido unida frente a diferentes tipos de crisis, el poder hablar con ellos y ver la forma de solucionar los problemas les dio un panorama mas amplio del tema, puesto que las crisis se manejan de una u otra forma dependiendo de la percepción que la persona tiene de la misma y en este caso eran diversas al contar con parejas de diferentes posiciones económicas, edades y situaciones.

Esto les brindo una perspectiva global de las relaciones de pareja, de las crisis, de los recursos y estrategias. Lo cual les sirve para aplicarlo en sus propias vidas con respecto a sus relaciones, teniendo mas alternativas a la hora de enfrentar una crisis y sobre todo para valorar mas a su compañero y así seguir construyendo hogares mas sólidos, unidos y felices.

**REFERENCIAS**

- Acevedo, C. (2002). *Como perros y gatos?... dinámica de poder y su relación con las pautas violentas dentro del sistema conyugal, observadas en dos parejas que asisten al centro zonal tunjuelito*. Bogotá: Universidad Santo Tomás. Facultad de Psicología. Tesis de Pre-grado. (No. Topográfico T.Ps. A12co 2002).
- Acosta, C. Benitez, S. & Escobar, H. (1995). *Construcción de significado en la relación de pareja*. Bogotá: Universidad Pontificia Javeriana. Facultad de Psicología. Tesis de Pre-grado.
- Andrade, X. (2002). *Los órdenes reflexivos y auto referenciales en la comprensión y transformación en las escaladas del conflicto conyugal en el contexto de la terapia*. Bogotá: Universidad Santo Tomás. (# Topográfico: T.Ps.C. A52or 2002).
- Arias, G. *Una investigación sobre la escalada de satisfacción marital*. Revista Latinoamericana de Psicología, 15, No. 3.
- Ariza, A. & Guevara. (2002). *El desempleo en la relación de pareja como generador de crisis y conflicto: factores protectores y estrategias de afrontamiento*. Chía: Universidad de La Sabana. Tesis No. 12.
- Bagarozzi, D. (1996). *Mitos personales, matrimoniales y familiares*. Barcelona: Editorial Paidós Ibérica.
- Bernal, A. Diaz, C. Jaramillo, T. & Mejía, V. (2003). *Relación entre dinámica y estrategias de afrontamiento en parejas con un miembro que ha desarrollado síntomas psicóticos después de haber estado expuesto directamente a una situación de violencia sociopolítica del país*. Chía: Universidad de La Sabana. Facultad de Psicología. Tesis No. 26.

- Bertalanffy, V. (1982). *Perspectivas de la teoría general de los sistemas*. Madrid: Ed. Alianza.
- Caillé, P. (1992). *Uno más uno son tres*. Barcelona: Ed. Paidós.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial.
- DANE. (1991). *Proyecciones de población*. Documento preliminar.
- De Brigard. (1996). *El rescate de lo espiritual dentro de la terapia de la familia sistémica*. Chía: Universidad de La Sabana. Facultad de Psicología. Tesis No. 25.
- Droeven, J. (1997). *Más allá de pactos y traiciones*. Barcelona: Ed. Paidós.
- Echeverría, R. (1997). *Ontología del lenguaje*. Santiago: Ed. Dolmen.
- Falicov, C. (1988). *Transiciones de la familia, continuidad y cambio en el ciclo de vida*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- González, F. (2000). *Investigación cualitativa en psicología. Rumbos y desafíos*. México: Ed. Thompson.
- Hernández, A. (1989). *Inventarios sobre familia*. Bogotá: Universidad Santo Tomás.
- Hernández, A. (1997). *Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve*. Bogotá: Ed. El Búho.
- González, A. & Rivera, A. (2001). *Creencias implícitas que sustentaron la relación de pareja en mujeres que fueron víctimas de violencia conyugal en el sector de tunjuelito*. Bogotá: Universidad Javeriana. Facultad de Psicología.
- Mcnamee, S. (1996). *La terapia como construcción social*. Barcelona: Ed. Paidós.
- Minuchin, S. (1984). *Técnicas de terapia familiar*. Barcelona: Ed. Paidós.
- Morín, E. (1995). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona: Ed. Gedisa.

- Montoya, S. (2002). *Pautas y representaciones asociadas a los problemas de pareja desde una lectura hipnótica de las relaciones*. Bogotá: Universidad Santo Tomás. Tesis de Maestría.
- Neimeyer, R. (1996). *Evaluación constructivista*. Buenos Aires: Ed. Paidós.
- Parada, M. (2002). *Recursos utilizados en la relación de pareja que ayudan a superar la crisis producida por la infidelidad*. Chía: Universidad de La Sabana. Facultad de Psicología. Tesis No. 23.
- Pittman, F. (1990). *Momentos decisivos*. Buenos Aires: Ed. Paidós.
- POLÍTICA DE COLOMBIA. (1991). *Ley 1ª de 1976*. Bogotá: Ed. Temis.
- PROFAMILIA. (1991). *Encuesta de prevalencia, demografía y salud 1990*.
- Raffo, A. & Rammsy, C. (2000). *La resiliencia*. Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos5/laresi/laresi.shtml>. Categoría: Psicología.
- Rodríguez, M. & Riveros, S. (2001). *Aproximación comprensiva en la forma de organización de un sistema familiar que afronta un proceso de protección temporal de un hijo por maltrato*. Chía: Universidad de La Sabana. Tesis No. 16.
- Rodríguez, E. (1988). *Análisis de la situación laboral del profesional en Colombia*. Bogotá: Ministerio de Trabajo y Seguridad Social.
- Rojas, N. (1986). *Conflicto de pareja y familia*. Bogotá: Ed. Portada.
- Rubiano, E. (1991). *Oferta de fuerza de trabajo en Colombia*. Proyecto COL 90/007. Bogotá: Ministerio de Trabajo.
- Rubiano, N. (1992). *Efectos de la apertura económica sobre la fuerza de trabajo femenina*. Proyecto BID-ATN-35-00. Bogotá: Presidencia de la República.
- Rubiano, N. (1992). *Tendencias migratorias de la fuerza de trabajo*. Proyecto COL 90/007. Bogotá: Ministerio de Trabajo.

- Salazar, A. (1989). *La resurrección del desquite en: revista de criminalidad de la policía*. Bogotá.
- Salgado de Bernal, C. & Álvarez, S. (1990). *El genograma como instrumento de formación de terapeutas de familias*. Revista Latinoamericana de Psicología. 12, No. 3.
- Valles, M. (1999). *Técnicas cualitativas de investigación social*. Madrid: Ed. Síntesis.
- Uribe, C. (2002). *Psicología del ciclo vital hacia una visión comprehensiva de la vida humana*. Revista Latinoamericana de Psicología. 34. No. 1 – 2.
- Zamudio, L. (1994). *Las familias de hoy en colombia, organizaciones de estados iberoamericanos*. Bogotá: O.E.I.
- Zamudio, L. (1990). *La nupcialidad en colombia*. Bogotá: Universidad Externado de Colombia.

## **ANEXOS**

ANEXO A

***Protocolo Consentimiento Informado***

Título del estudio.....

Yo (Nombre y apellidos) .....

He leído la hoja de información que se me ha entregado.

He podido hacer preguntas sobre el estudio.

He recibido suficiente información sobre el estudio.

He hablado con (Nombre del investigador) .....

Comprendo que mi participación es voluntaria.

Comprendo que puedo retirarme del estudio:

1. Cuando quiera
2. Sin tener que dar explicaciones
3. Sin que esto repercuta en mis cuidados médicos

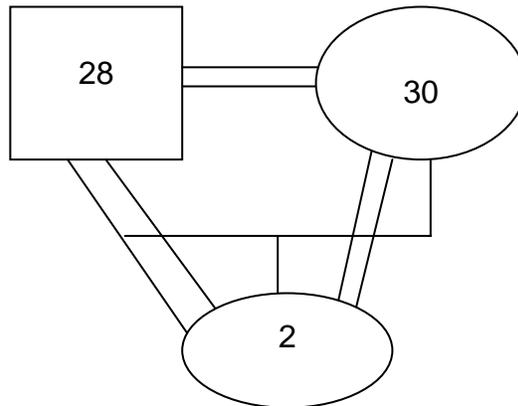
Presto libremente mi conformidad para participar en el estudio

Fecha

---

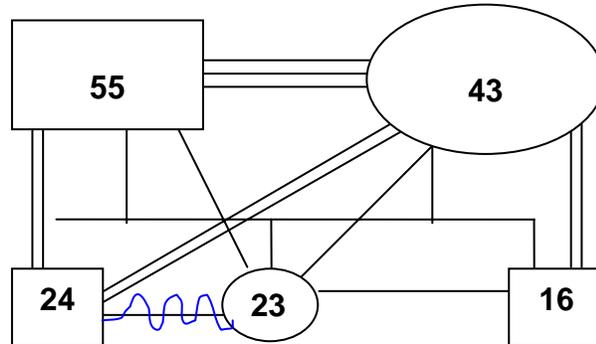
**Firma del participante**

## ANEXO B

*Familia 1*

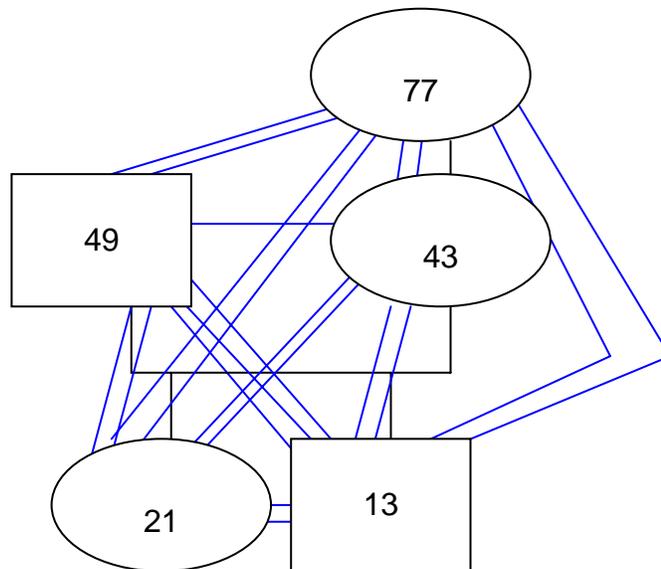
Esta familia compuesta por tres integrantes papá de 28 años, mamá de 30 años y la hija de 2, son una familia muy unida en donde los esposos tienen una relación estrecha aunque por la crisis económica se ha visto afectada emocionalmente, desde que nació la hija el padre se volcó más hacia ella, cambiando con la esposa al distanciarse un poco de ella, lo cual genera en ella sentimientos ambivalentes hacia la hija, aunque en general son una familia.

## ANEXO C

*Familia 2*

Familia conformada por el papá de 55 años, la mamá 43 y los hijos de 24, 23 y 16 respectivamente, los lazos afectivos son muy estrechos entre los padres y aunque están separados por cuestiones de trabajo, con los tres hijos tienen una buena relación; aunque por el mayor sienten más orgullo por sus logros académicos, por el menor existe un sentimiento de protección por ser el menor y por la hija hay sentimientos encontrados por las experiencias difíciles que han vivido con ella desde su adolescencia.

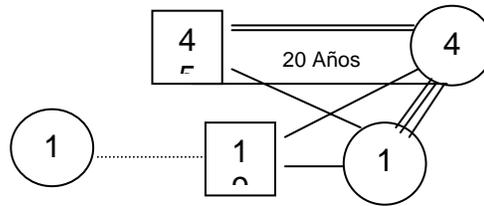
## ANEXO D

*Familia 3*

Familia conformada por el papá de 49 años, la mamá 43 y los hijos de 21 y 13 y la abuela de 77 años, los lazos afectivos no eran muy estrechos entre los padres, pero a raíz de las entrevistas ha mejorado notablemente y siempre pese a los inconvenientes han mantenido una buena relación con sus hijos, es notable la preferencia del padre por el hijo puesto que nunca le ha pegado y los consiente mucho.

Entre los hijos la relación es buena y con la abuela la relación ha sido buena aunque ella por su edad en ocasiones los regaña, los hijos ahora parecen un motor en la familia para mejorar.

## ANEXO E

*Familia 4*

En este genograma se hacen evidentes 6 tipos de relación, las cuales son: a) madre – padre, b) madre hijos (2), c) padre – hijos (2), d) hijo – hija (Hermanos)

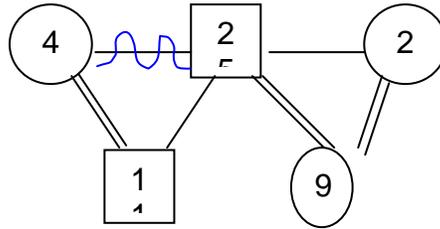
Con respecto al padre – madre, se evidencia una relación funcional. Entre la madre y la hija se evidencia una relación amalgamada, mientras que entre la madre y el hijo es distante. El tipo de relación que se entabla entre el padre y los hijos se ve distanciamiento. Entre los hijos también se evidencia una relación distante.

## ANEXO F

*Familia 5*

Familia conformada por X de 25 años el cual estudia actualmente en la universidad, ella de 28 viene de un matrimonio previo que se disolvió por problemas de infidelidad, son una pareja en donde los límites tienden a ser difusos y se muestra mucha dependencia por parte de ella. La relación tiende a ser conflictiva.

## ANEXO G

*Familia 6*

El padre tiene 25 años, es un hombre que tiene una oficina, la esposa actual tiene 29 años y trabaja en un banco, él viene de una relación de la cual tiene un hijo de 11 años al por el cual nunca ha respondido en ningún aspecto por petición de la propia madre y por lo cual no tiene ninguna clase de vínculo con este hijo. En lo que respecta a su matrimonio actual es una familia en donde los límites están bien delineados para la pareja, pero la hija por la edad aún no ha interiorizado correctamente las normas, son independientes en sus quehaceres, pero muy unidos a la hora de tomar decisiones, las decisiones finales las toma el padre. No se muestran como una familia conflictiva.