

FACTORES INDIVIDUALES, FAMILIARES Y SOCIALES QUE CONTRIBUYEN
EN LA ESTABILIDAD E INESTABILIDAD EN LA RELACIÓN DE PAREJA COMO
ASPECTOS RELEVANTES EN LA CONSTRUCCIÓN FAMILIA.

DIEGO FERNANDO SANABRIA LUNA

UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA-SECCIONAL BUCARAMANGA

ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES

ESPECIALIZACIÓN EN FAMILIA

SEPTIEMBRE 2015

FACTORES INDIVIDUALES, FAMILIARES Y SOCIALES QUE CONTRIBUYEN
EN LA ESTABILIDAD E INESTABILIDAD EN LA RELACIÓN DE PAREJA COMO
ASPECTOS RELEVANTES EN LA CONSTRUCCIÓN DE FAMILIA.

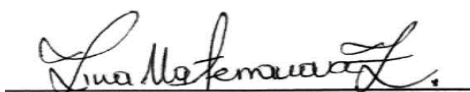
TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE ESPECIALISTA EN FAMILIA

ASESORA

LINA MARÍA TERRANOVA ZAPATA

PSICÓLOGA, MAGISTER EN FAMILIA

FIRMA DE AVAL:

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Lina María Terranova Zapata", is written over a horizontal line.

UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA-SECCIONAL BUCARAMANGA

ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES

ESPECIALIZACIÓN EN FAMILIA

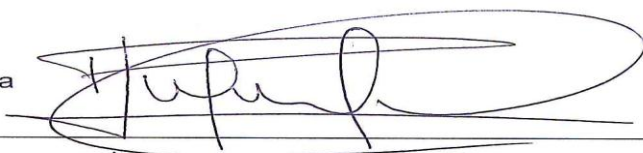
SEPTIEMBRE 2015

Septiembre 7 de 2015

Diego Fernando Sanabria

“Declaro que esta tesis (o trabajo de grado) no ha sido presentada para optar a un título, ya sea en igual forma o con variaciones, en esta o cualquier otra universidad” Art 82 Régimen Discente de Formación Avanzada.

Firma

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Diego Sanabria', is written over a horizontal line. The signature is stylized and cursive.

Dedicatoria

Para todas las parejas que han pasado por situaciones difíciles y creen que la mejor solución es la separación, sin haber intentado salvar la relación buscando una ayuda u orientación profesional. "Los hombres y las mujeres a veces descubren que es difícil encontrar a la pareja deseable para el matrimonio puede ser cierto. Pero hay otro componente en la situación: no es suficiente encontrar a la persona adecuada, nosotros debemos ser la persona adecuada"

H. Jackson Brown

Agradecimientos

Agradezco primero a Dios por brindarme la oportunidad de realizar esta Especialización en Familia y poder tener un proceso de formación en mi vida y crecimiento como profesional

A mi Familia que me apoyo durante este proceso, creyendo en mis capacidades y mis virtudes como Profesional

A Corporación Voluntariado El Buen Samaritano en Especial a la Doctora Esperanza Goyeneche de Tamayo quien me respaldó en este trabajo y me permitió tener acceso a población del municipio de Girón

A mis profesores de Especialización que hicieron parte de este proceso de aprendizaje, de quien me llevo una enseñanza clara y precisa de lo que debe ser un Especialista en Familia

A mis compañeros de Especialización que enriquecieron mis experiencias y este proceso de aprendizaje aportando un valioso conocimiento que edificaron mi vida y me apasionaron más por este campo de Familia.

TABLA DE CONTENIDO

1. Resumen	8
Abstrac	9
2. Introducción	10
3. Objetivos	17
a. Objetivo General	17
b. Objetivos Específicos	17
4. Metodología de Intervención Utilizadas	18
4.1. Diseño.....	18
4.2. Participantes	18
4.3. Estrategias de recolección de información	19
4.4. Procedimiento	21
5. Resultados	25
5.1. Definición de relación de pareja.....	25
5.2. Estabilidad e Inestabilidad en la relación de pareja.....	26
5.3. Factores Individuales, Familiares y Sociales.....	27
5.4. Estrategias para la promoción de la estabilidad en la relación	
Pareja	28
6. Discusión	30

7. Referencias	36
8. Anexos	49

RESUMEN GENERAL DE TRABAJO DE GRADO

TITULO: FACTORES INDIVIDUALES, FAMILIARES Y SOCIALES QUE CONTRIBUYEN EN LA ESTABILIDAD E INESTABILIDAD EN LA RELACION DE PAREJA COMO ASPECTOS RELEVANTES EN LA CONSTRUCCION DE FAMILIA

AUTOR(ES): DIEGO FERNANDO SANABRIA LUNA

FACULTAD: Esp. en Familia

DIRECTOR(A): LINA MARIA TERRANOVA ZAPATA

RESUMEN

La relación de pareja puede ser definida como la unión entre un hombre y una mujer con el propósito de formar una familia y crecer progresivamente juntos. El presente estudio, centra su atención en el tema de la estabilidad e inestabilidad en la relación de 7 parejas del municipio de Girón, a partir de la co-construcción de significados en relación al tema, que incluyen la identificación de los factores individuales, familiares y sociales, para finalmente co-construir estrategias que favorezcan la estabilidad al interior de dichas parejas. Se utilizó la técnica del taller reflexivo que permite la participación de los asistentes generando un espacio de construcción respecto a un tema en especial, en este caso relaciones de pareja. Los resultados permitieron definir la estabilidad en la relación de pareja como la armonía entre los cónyuges, mientras que la inestabilidad como la presencia de caos en la misma. Se identificaron los factores individuales, familiares y sociales que generaban estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja. Finalmente, se establecen algunas estrategias para el fortalecimiento de la relación estable de pareja y se realizan algunas conclusiones sobre el estudio, reconociendo la importancia del trabajo con parejas como pilar fundamental en la construcción de familia, que faciliten espacios de co-construcción de reflexiones sobre sus creencias e ideas acerca de la misma.

PALABRAS CLAVES:

Relación de Pareja, Estabilidad, Inestabilidad, Factores, Individuales, Familiares, Sociales

GENERAL SUMMARY OF WORK OF GRADE

TITLE: INDIVIDUAL FACTORS, FAMILY AND SOCIAL STABILITY IN CONTRIBUTING AND INSTABILITY IN THE RELATIONSHIP AS HIGHLIGHTS IN THE FAMILY CONSTRUCTION.

AUTHOR(S): DIEGO FERNANDO SANABRIA LUNA

FACULTY: Esp. en Familia

DIRECTOR: LINA MARIA TERRANOVA ZAPATA

ABSTRACT

The relationship can be defined as a union between a man and a woman for the purpose of starting a family and grow progressively together. This study focuses on the issue of stability and instability in the ratio of 7 couples from the municipality of Girón, starting with the coconstruction of the meaning on the issue, including the identification of the individual, family and social, to finally cobuild strategies that promote stability within these couples. Reflective workshop techniques were used. This allows the involvement of participants creating a space for construction about a particular topic, in this case relationships were used. The results allowed to define stability in the relationship and harmony between spouses, while the instability as the presence of chaos in it. There were some generating stable individual factors identified as: organization, expression of affection and good humor; while pride, mistrust and bad moods were identified as sources of instability. Family factors considered as contributing to the stability of the couple were: support, communication and respect for the decisions of the couple; while meddling in decisions, indifference and differences in parenting styles, were considered as aspects that provoke instability. Social factors such as the support of the Christian church and good relations with neighbors is considered that can contribute to the stability in their relations, while the economic situation, unemployment and conflicts with neighbors are considered generators of instability. Finally, some strategies for strengthening stable relationship and establishing some conclusions about the study was conducted, recognizing the importance of working with partners as a fundamental pillar in the construction of family spaces that facilitate coconstruction of reflections on their beliefs and ideas about it.

KEYWORDS:

Relationship, Stability, instability, Factors, Individual, Family, social

1. INTRODUCCIÓN

El trabajo con familias implica dedicación, esfuerzo, paciencia y alta vocación, debido a la complejidad de intervenir un grupo que tiene distintas formas de pensar, sentir y actuar. La complejidad es una de las características de los sistemas, esta hace alusión a los diferentes elementos que emergen en un sistema que requiere la integración de varios puntos de observación para comprender como se desarrollan las dinámicas en el mismo. Por esta razón, se necesita que exista un discurso de diferentes profesionales de las ciencias humanas para comprender todo lo que rodea una familia (Martínez, 2011).

La Familia desde la perspectiva sistémica, se considera como un sistema que Maganto (2004), define como un “conjunto de objetos que se relacionan entre si y le brindan ciertos atributos al mismo” (p. 2), por lo que se puede inferir que la familia es un grupo de personas que se relacionan entre sí con ciertas propiedades como estructura y dinámicas. La estructura, describe a la familia desde su composición, miembros que la integran, tipo de familia, jerarquías y límites; las dinámicas familiares describen las relaciones, interacciones y vínculos que se observan al interior de la familia, tales como: coaliciones, alianzas, roles, acuerdos, entre otros.

La familia está compuesta por tres subsistemas: conyugal, parental y fraterno. *El conyugal*, está conformado por componentes individuales del esposo y la esposa y la relación que entre ellos se genera. *El parental*, define todas aquellas relaciones afectivas y comunicacionales entre padres e hijos. *El Fraterno*, se da cuando hay más de un hijo, corresponde a las relaciones entre hermanos, donde se aprende a cooperar, compartir y negociar,

también se pueden presentar celos, envidia y peleas (Eguiluz, 2003). A continuación se describen algunos aspectos importantes en relación a la pareja, siendo esta el foco del presente trabajo.

La pareja pasa por una serie de procesos importantes antes y después de su conformación, enmarcados en lo que Hernández (2009), denomina el ciclo vital familiar que comprende cinco etapas: la primera, es la *conformación de la pareja*, donde se hace necesario realizar ajustes con la familia extensa y los amigos en cuanto a... para incluir al cónyuge. La segunda etapa, es *familia con hijos pequeños*, en edades entre 0 a 5 años, aquí se asumen roles paternos y maternos, posiblemente inclusión de los abuelos. La tercera etapa, es la *familia con hijos escolares* en edades de 6 a 12 años, aquí se ajustan normas internas y fortalecimiento de la identidad familiar. La cuarta etapa, es *familia con adolescentes* en edades entre 13 a 18 años, donde se presentan cambios en la relación parental para permitir la movilidad del adolescente dentro y fuera del sistema y por último la etapa de la *salida de los hijos del* con edades entre 19 años a 30 años, aquí se da la renegociación del sistema marital, incluyendo el desarrollo de la relación de adulto-adulto entre padres e hijos.

En el presente trabajo, se hace énfasis en el tema de la estabilidad e inestabilidad en las relaciones de pareja, por lo que se retoman tres factores. Dichos factores se consideran relevantes para comprender de manera más sencilla las relaciones de pareja, facilitando la recolección de la información, teniendo presente el tiempo con el que dispone, la frecuencia de los encuentros con las parejas y el número de parejas, participantes. Casas (1994), explica un poco estos factores seleccionados, éstos son: a) *factores individuales* que hacen referencia al concepto que tiene cada persona de sí misma en un contexto; b) *factores familiares*, se refieren a los aprendizajes provenientes de las familias de origen y; c) *factores sociales* que hacen alusión al contexto, ambiente y medio en que se desenvuelve una persona.

Teniendo en cuenta estos tres factores, es importante mencionar que dentro de los mismos pueden existir los que generan estabilidad y los que generan inestabilidad. Dentro de los factores que generan estabilidad, es necesario retomar los aportes de ciertos autores que escriben sobre este tema. Uno de ellos es Maureira (2011), que plantea que los factores que intervienen en la estabilidad en la relación de pareja, pueden ser 4 y los divide en dos tipos: sociales y biológicos. Entre los sociales se encuentran el compromiso, la intimidad y el romance, mientras que el amor es considerado como el biológico. A continuación se describen cada uno de ellos.

Los factores de tipo social que Maureira (2011) describe, están influenciados por la historia, la cultura y las costumbres que definen ciertas maneras de comportamiento. El *compromiso*, hace alusión a la responsabilidad y el interés que se siente por una pareja de mantener los vínculos siempre. La *intimidad*, hace referencia a la comunicación profunda entre los dos, donde hay apoyo mutuo, se llevan las cargas entre los dos, este componente se hace más fuerte en el transcurso del tiempo. Por último, el *romance*, mediatizado por cada cultura, hace referencia a las formas de conquista, atracción, demostraciones de cariño y afecto constante.

Por su parte, el biológico donde se encuentra el amor, se caracteriza por tener componentes neurales relacionados con neurotransmisores (dopamina, norepinefrina y serotonina) neuropeptidos (oxitocina y vasopresina) y receptores específicos en ciertas regiones cerebrales. Dichas estructuras, hacen posible dos clases de aspectos: el amor romántico y el materno. En el *amor romántico*, siempre hay una búsqueda de placer, satisfacción, se espera una recompensa por parte del otro y *el amor materno*, donde la prioridad no es placer personal sino el instinto de cuidado, protección y resguardo del otro. (Maureira, 2011)

En esta misma línea otro de los autores que hablan sobre el Amor es Sternberg (citado por Villegas y Mallor, 2012), describe la triangulación del amor donde explica que existen tres

factores importantes que permiten la estabilidad en la relación de pareja: *la pasión*, es la activación neurofisiológica o emocional que genera un romance, atracción física o interacción sexual; *la intimidad*, describe el sentimiento de cercanía que obtiene una pareja que muestra sus sentimientos y pensamientos más íntimos; *el compromiso*, tomar la decisión de amar al alguien y mantenerse en el tiempo con esta decisión. Cuando se combinan estos tres factores da lugar a distintos tipos de amor como lo describe Villegas y Mallor (2012) a continuación:

Enamoramiento, se basa principalmente en la experiencia de pasión; *Amistad*, se caracteriza por desarrollar una intimidad fuerte sin compromiso y pasión; *Amor Vacío*, cuando hay un compromiso sin pasión e intimidad; *Amor de Compañeros*, se construye a partir de la intimidad y el compromiso pero sin pasión; *Amor Ilusorio*, aquí se combinan la pasión y el compromiso, pero no hay intimidad; *Amor Romántico*, se compone por la pasión e intimidad en ausencia del compromiso; *Amor consumado*, aquí se combinan los tres componentes, pasión, intimidad y compromiso.

Continuando con los factores generadores de estabilidad en la relación de pareja se encuentra el aporte de Luhmann (citado por Sevillano y Escobar, 2011), que habla sobre la confianza como una actitud que no es objetiva, ni subjetiva, no es transferible a otros objetos, ni otras personas, se debe aprender. Esta definición genera un viaje hacia el pasado para revisar cómo fue la crianza desde la infancia y como se enseñó este principio de la confianza en cada individuo. Cuando desde niño se aprende a confiar, se tiene la capacidad de asumir con mayor seguridad las relaciones futuras.

Si bien existen muchos factores que intervienen al parecer en la estabilidad de la pareja, como se pudo ver de acuerdo a los planteamientos de los autores antes descritos, para efectos del presente trabajo, solo se retomaron los descritos por estos tres autores Maureira (2011),

Sternberg (citado por Villegas y Mallor, 2012), y Luhmann (citado por Sevillano y Escobar, 2011):

Tabla 1. Factores Generadores de Estabilidad en la Relación de Pareja

Factores	Generadores de Estabilidad	Mediatizados
Individuales	Pasión y el Amor	Componentes Biológicos
Familiares	Confianza	Estilos de Crianza
Sociales	Compromiso e Intimidad	Costumbres y Cultura

Respecto a los factores que pueden contribuir a la inestabilidad en la relación de pareja se presentan algunos que son explicados por unos autores que retoman estos aspectos. El primer autor que se cita es Vanegas (2011) que habla sobre los celos, describiéndolos como la desconfianza excesiva y hasta en ciertas ocasiones violencia, agresividad y maltrato de todo tipo. Otros autores que mantienen esta línea de describir factores que generan inestabilidad son Valdés, Gonzales, Maya, Aguilar, González y Torres (2013) que hablan sobre la *infidelidad* que de acuerdo a la revisiones bibliográfica en una publicación se concluye que las mujeres recurren a una conducta infiel cuando se sienten abandonadas, rechazadas y cuando no hay comunicación con la pareja, mientras que en los hombres la conducta infiel se evidencia cuando sienten que en la relación necesita de algo nuevo, que se convirtió en rutinaria y aburrida. Ariza y Guevara (2002), también exponen como tema desestabilizador en la pareja la situación económica y el desempleo como generadores de conflictos en la pareja, que puede desencadenar rupturas y/o separaciones. Irazoque y Hurtado (2002) hacen alusión a la violencia conyugal,

donde expresan que todo tipo de maltrato, las agresiones físicas, afectan el entorno familiar y las relaciones sociales que rodean la pareja.

Referente a estos factores que generan inestabilidad en la relación de pareja se tomaron solo estos autores que se mencionaron en el párrafo anterior que describen los siguientes factores así:

Tabla 2. . Factores Generadores de Inestabilidad en la Relación de Pareja

Factores	Generadores de Inestabilidad	Mediatizados
Individuales	Celos e Infidelidad	Componentes Biológicos
Familiares	Violencia y Agresión	Estilos de Crianza
Sociales	Situación económica y desempleo	Costumbres y Cultura

Con el fin de realizar dentro del presente estudio un análisis sobre la relación de pareja a la luz de este tema, se retomó el modelo ecológico por considerarse que facilita una mirada complementaria a la sistémica al integrar un panorama donde el ambiente, el contexto y la cultura juegan un papel predominante para comprender a la pareja y nos da el insumo para poder realizar un trabajo de intervención efectivo, guiado desde modelos teóricos bien fundamentados, que se dirigen hacia un trabajo profesional, serio y ético (Pérez, 2004).

Para ello, se seleccionó un grupo de 7 parejas del Barrio de San Antonio de Carrizal del municipio de Girón con el propósito de indagar cuáles son los factores individuales, familiares y sociales que contribuyen para que una relación de pareja sea estable o inestable. La intervención

realizada para obtener la información contó con la participación de dichas parejas en seis talleres reflexivos que permitieron generar espacios de participación y discusión para co-construir conceptos, términos y estrategias que favorecieran la estabilidad de la relación de pareja.

A partir de lo expuesto anteriormente, nace el presente trabajo de monografía que pretendió contribuir en la construcción de conocimiento para la intervención con familias desde el ámbito comunitario, en particular en el trabajo con parejas; como posibles rutas que indiquen pautas para establecer programas y proyectos que nos ayuden a trabajar de manera más continua con las parejas del barrio y si es posible del municipio, con un trabajo serio, ético y comprometido que den valor agregado a las familias que son impactadas con estos talleres.

2.OBJETIVOS

a. Objetivo General

Describir los factores individuales, familiares y sociales que 7 parejas del Municipio de Girón, consideran importantes como aspectos que contribuyen a la estabilidad o inestabilidad en su relación de pareja.

b. Objetivos Específicos

- Realizar una definición conjunta del concepto “relación de pareja” desde las perspectiva de un grupo de 7 parejas del municipio de Girón, que participan en el estudio.
- Indagar el significado de los términos “estabilidad” e “inestabilidad” en la relación de pareja que tiene las participantes.
- Indagar cuáles son los factores individuales y socio-familiares que para dichas parejas han contribuido en la estabilidad o inestabilidad de su relación de pareja.
- Co-construir con ellas estrategias que promuevan la estabilidad en su relación de pareja.

3. METODOLOGÍA DE INTERVENCIÓN UTILIZADAS

4.1. Diseño

El presente estudio monográfico, se basó en la noción de investigación-intervención, en la que se partió de un diseño de intervención comunitaria para generar conocimiento que pueda aportar a la comunidad científica, a partir de un estudio de casos, definido por Anyon (1981, citado por Montero y León, 2002), como un estudio que busca describir de forma no estructurada sobre "una única unidad muestral, bien sea una persona, un grupo o una organización" (p. 505). En especial instrumental ya que dicho grupo fue elegido por el investigador. La metodología se inscribe dentro de las técnicas interactivas, donde a través de talleres reflexivos, se realizó la intervención con las parejas con el fin de co-construir con ellas conocimiento en torno al tema de la estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja. El análisis de los resultados se realizó teniendo en cuenta tres categorías importantes de acuerdo a los factores que abordó: 1. individuales, 2. familiares y 3. sociales, y de cada factor se revisó cuáles eran generadores de estabilidad e inestabilidad, de esta manera de recolectaría la información de forma más organizada, focalizada en estos tres factores.

4.2. Participantes

Se seleccionó un grupo de 7 parejas del barrio San Antonio de Carrizal del municipio de Girón, de estrato socioeconómico 3. La formación académica de todas las parejas es bachillerato, solo un esposo es Profesional. Todas de diferentes edades comprendidas entre los 25 años y 69 años. De las 7 parejas todos los hombres trabajan y las mujeres se dedican al hogar. Respecto al ciclo vital de las parejas se puede inferir que tres parejas se encuentran en el ciclo vital de salida

de los hijos, donde solo viven los dos en la casa, los hijos salieron del hogar en dos parejas porque sus hijos formaron otro hogar y una pareja su hijo se fue trabajar a la ciudad de Bogotá. Las otras 4 parejas se encuentran en la etapa de hijos en edad escolar. Los criterios de inclusión fueron: a) la participación voluntaria, b) vivir en el barrio carrizal del municipio de Girón.

4.3. Estrategias de recolección de la información

Para la realización del presente ejercicio se utilizaron tres estrategias muy valiosas con el fin de obtener la información más relevante para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

La primera corresponde a las técnicas interactivas, donde a través del taller reflexivo se hizo la recolección de información para el cumplimiento de los objetivos establecidos del presente trabajo. Según Guillermo Gutiérrez (2003), el taller reflexivo es un dispositivo de palabra en el que se construyen grupalmente planteamientos, propuestas, respuestas, preguntas e inquietudes frente a un tema subjetivo, se pretendió generar un espacio de co-construcción de significados a partir de las vivencias de los participantes sobre la estabilidad e inestabilidad en sus relaciones de pareja.

Según Gutiérrez (2003), esta técnica posee varias características: 1). *La co-construcción*, promueve la orientación del taller hacia una construcción conjunta con los participantes. 2). *La escucha del grupo*, esta es una habilidad que debe desarrollar el tallerista, los aportes de cada uno de los aportes de los participantes son el insumo de la construcción. 3). *La problematización*, esto significa que en el taller se debe promocionar el debate para facilitar la reflexión del grupo. 4). *Responsabilización*, consiste en que cada uno asuma su palabra, el grupo se hace responsable del análisis de la problemática. 5). *Respeto de la diferencia*, al respetar y tolerar puntos de vista

diferentes. 6). *Valoración por el proceso*, implica participar activamente en las construcciones del grupo, garantizando la participación de todos, para tener un mayor impacto sobre ellos a partir de la evaluación del ejercicio realizado. (Gutiérrez, 2003).

El taller reflexivo, incluye las siguientes fases que facilitan su desarrollo y permiten tener un mejor impacto en sus participantes: *el encuadre*, en esta fase se plantean acuerdos con el grupo sobre las reglas que regirán el taller; *fase de construcción inicial*, en esta etapa se le asigna al grupo un tarea individual o grupal con la ayuda de diferentes técnicas con el objetivo de fomentar la reflexión sobre un tema específico; *fase de recolección de datos*, en este paso solo se recoge la información sobre el ejercicio que los participantes realizaron de la fase anterior, se hace de manera grupal o individual. La plenaria es la siguiente fase, aquí se invita a la “reflexión grupal y debate con el grupo en pleno” (p. 37). *Devolución*, en este paso “el tallerista hace una retroalimentación del ejercicio, se socializa toda la información que se ha construido con el grupo” (p. 38). Por último se hacen los *aportes*, donde el tallerista hace unas “anotaciones breves sobre el tema como una microconferencia” (p. 38).

Otro instrumento usado para la recolección de información fue la matriz DOFA, es un método utilizado para realizar análisis de la vulnerabilidad y aspectos fuertes que tiene un sistema, es muy usado en el campo empresarial. Esta matriz tiene dos componentes el interno donde se describen las fortalezas y debilidades, y el componente externo donde encontramos las oportunidades y las amenazas. Este instrumento, se utilizó para realizar una evaluación de cada pareja con el objetivo de identificar los factores individuales que contribuían a la estabilidad o inestabilidad en la relación de pareja. De modo que en los componentes internos se indagó sobre la percepción individual que cada uno tenía de sí mismos y en los externos los aspectos

individuales que desde su percepción se consideraba que le agradaban o desagradan a la pareja (Amaya, 2010).

El tercer instrumento utilizado fue el mapa de redes. Según Sluzki (citado por Clemente, 2003) “Es la suma de todas las relaciones que un individuo percibe como significativas o define como diferenciadas de la masa anónima de la sociedad” (p.34). Este instrumento nos ayudó a recolectar información sobre los vínculos que las parejas tienen con sus familias, comunidad, trabajo y amistades, esto con la finalidad de revisar con fuentes de apoyo contaban.

4.4. Procedimiento

El presente trabajo de monografía se llevó a cabo en 5 fases. *La primera fase* consistió en la revisión bibliografía de artículos relacionados sobre las relaciones de pareja, esta fase se podría considerar como transversal porque no se limitó a un tiempo estipulado, este ejercicio se realizó de manera constante durante el tiempo en que se hizo la monografía. Los temas específicos a investigar, fueron los factores que generaban estabilidad o inestabilidad en la relación de pareja, que se convertirían en insumo principal para la elaboración de la monografía y los talleres reflexivos con las parejas.

Como una *segunda fase* se planteó la elaboración del referente conceptual sobre los hallazgos del tema de estabilidad e inestabilidad de relación de pareja, esto dependió de los artículos encontrados en la revisión bibliográfica sobre este tema en específico. También se tuvo en cuenta material que nos facilitaron durante el ejercicio académico de la especialización durante los dos semestres, documentos, artículos, reflexiones y ejercicios de clase fueron materia prima para las dos prácticas, y la monografía.

Teniendo en cuenta, estas dos primeras fases, se contó con una base teórica para ejecutar la *tercera fase* que consistió en el trabajo con la comunidad a través de los talleres. Se hizo la convocatoria a través de unos contactos que se tenían en el barrio, se visitaron a las parejas que vivían en el sector, se les dio a conocer el trabajo que se quería hacer con las parejas a través de los talleres, para esto se diseñaron tarjetas de invitación a las parejas visitadas (ver anexo 1), de esta misma manera se hizo una encuesta donde se le pregunta sobre cual consideraban que era la problemática de la relación de pareja, sobre las alternativas de solución y sobre la opinión de la importancia de ejecutar talleres. Durante el ejercicio de esta convocatoria se evidenció a las parejas del sector muy animadas e interesadas en asistir a los talleres reflexivos, no se observó resistencia ante la invitación. Este ejercicio se realizó la última semana de abril.

Se comenzó el primer taller el día martes 26 de mayo a las 6:30 pm, asistieron al primer encuentro 7 parejas, en este primer encuentro se tenía como objetivo definir el concepto de relación de pareja, para esto se usó la técnica del grafiti donde las parejas elaboraban un símbolo que para ellos representara la relación de pareja, acompañado de una frase.

El segundo taller se ejecutó el día viernes 29 de mayo con la asistencia de 6 parejas, en este encuentro se trabajó en la definición de los dos términos estabilidad e inestabilidad de la relación de pareja a partir de la construcción que ellos le daban a estas dos palabras, para esto se ejecutó a través de la realización de dos fichas, una donde expresaban para ellos que significaba el término estabilidad y otra ficha donde consignaban aquí su concepto de inestabilidad, todo esto en lo referente a la relación de pareja.

El tercer taller se hizo el día martes 9 de Junio a las 6:30 pm, se trabajó con 7 parejas sobre los factores individuales que contribuían a la estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja, aquí se usó la herramienta de la matriz DOFA, donde cada uno de manera individual,

teniendo en cuenta dos aspectos el interno y el externo. El interno encontramos las debilidades que eran los aspectos por mejorar y las fortalezas que son los aspectos internos favorables. En lo externo se describían la percepción que cada uno creía que su pareja tenía de ellos, por ejemplo, las oportunidades que daban cuenta de los aspectos individuales que se consideraba que la pareja le agradaban y las amenazas los aspectos individuales que consideraba que la pareja le desagradaban. Posteriormente, se le entregó una hoja con dos preguntas que se le hacían a cada uno, referente a su pareja. Aspectos que le agradaban de su pareja y aspectos que le desagradan de su pareja.

El cuarto taller se hizo el día jueves 11 de junio a las 6:30 pm con las 7 parejas sobre los factores familiares y sociales que contribuían a la estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja. En este encuentro se usó la técnica de la elaboración del mapa de redes, esto con el fin de identificar los sistemas de apoyo con los que contaba la pareja, después se le entregó a cada pareja unas preguntas relacionadas con aspectos familiares que permitían observar de qué manera influye las familias de origen, familias extensas u otros miembros de la familia en la relación de pareja.

En el quinto taller realizado el día viernes 12 de junio a las 6:30 pm asistieron 6 parejas, se trabajó en la elaboración de estrategias que generaban estabilidad en la relación de pareja. Para esto se usó la técnica del cine-foro, donde a partir de la presentación de apartados de la película “a prueba de fuego”, se buscó realizar un primer acercamiento a la construcción de estrategias de fortalecimiento de la relación de pareja con el fin de mantenerla estable, de acuerdo a la construcción de la definición realiza por ellos en el taller 2.

Por último, el sexto taller se trabajó el día viernes 19 de junio con la participación de 7 parejas. Aquí se hizo una devolución a las parejas de lo que se trabajó durante los 5 talleres.

Estableciendo junto con ellos estrategias que sirvan como aporte a sus relaciones de pareja, partiendo las ideas compartidas por ellos en cada uno de los talleres anteriores.

Finalmente, la *cuarta fase* correspondió al análisis de resultados, teniendo como insumo los diarios de campo de la ejecución de cada taller, en la medida que se tenían los encuentros con las parejas, se obtenía la información necesaria para cumplir con los objetivos que plantearon desde el inicio del presente trabajo, es importante mencionar que las estrategias de recolección de información como el taller reflexivo, la matriz DOFA, el mapa de redes y el cine Foro, también facilitó la elaboración de los análisis de los resultados de forma más precisa. La quinta fase *quinta fase* que correspondió a la elaboración del informe final, aquí se dedicó gran parte del tiempo, reuniendo toda la información necesaria para realizar las descripciones requeridas en cada uno de los apartados del presente trabajo.

4. RESULTADOS

Los resultados que se presentan a continuación surgen del trabajo realizado con las 7 parejas del municipio de Girón del barrio de San Antonio de Carrizal obtenidos a través de los talleres reflexivos (Ver Anexos 4 al 9) y las descripciones reflexivas de lo sucedido, consignadas en los diarios de campo. A partir de los cuales, se pretende responder a las preguntas de investigación y los objetivos previamente establecidos para el estudio.

Definición de la Relación de Pareja

Para el presente trabajo se plantearon 4 objetivos específicos que orientaron el cumplimiento del objetivo general. El primer objetivo fue realizar una definición conjunta del concepto de “relación de pareja” que tiene un grupo de 7 parejas del municipio de Girón. El primer taller fue diseñado para cumplir con este primer propósito, donde las parejas del municipio de Girón con las que se trabajó en subgrupos en los cuales definieron la relación de pareja como (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 1):

- Grupo 1: La unión del hombre y la mujer con amor, con el propósito de formar una familia.
- Grupo 2: Es una relación de complemento donde es necesario unir las diferencias para convertirlas en una relación de pareja.
- Grupo 3: definió la pareja como la unión de hombre y mujer para compartir experiencias, sentimientos y crecer de manera progresiva.

- Grupo 4: diseña una cadena y define la relación de pareja como una unión de eslabones, que entre más hallan, la relación será más fuerte y difícil de romper.

Estabilidad e Inestabilidad en la relación de pareja

El segundo objetivo de este trabajo fue indagar los términos estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja de los participantes. El segundo taller ayudó cumplir con este segundo propósito que se tenía, donde las 7 parejas conceptuaron los términos de estabilidad e inestabilidad de la relación de pareja de la siguiente manera: "La estabilidad es cuando hay acuerdo en la pareja, permanente dialogo, la relación es sólida, se evidencia armonía en toda la familia" (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 2). De esta misma manera, ellos expresan que aparecen "la comprensión, tolerancia, solidaridad, compromiso, responsabilidad, apoyo mutuo, se toman decisiones entre los dos, relación con Dios, hay prosperidad y estabilidad económica, expresiones afectivas, detalles por parte del cónyuge, se perdonan las ofensas, no hay rutina" (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 2).

Por otro lado la inestabilidad en la relación de pareja la asociaban con los siguientes elementos: "peleas constantes, ausencia de dialogo, caos, intensidad por parte de uno, excesiva preocupación, terquedad, irritabilidad, pereza, falta de colaboración, gritos cuando se dicen las cosas, incomprensión, agresión física, situación económica difícil, intolerancia, falta de detalles, egoísmo, celos, rencor, orgullo, la falta de expresión afectiva."(Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 2).

Tomando estas dos definiciones de estos dos términos estabilidad e inestabilidad de relación de pareja, se realizó un debate con las parejas donde se llegó a conceptuar estas palabras de la siguiente manera:

“Estabilidad como una relación que se desarrolla en completa armonía, tranquilidad, donde permite que lleguen acuerdos de manera más fácil y se dan espacios de dialogo constantes entre los dos. La inestabilidad se definida como todo lo contrario, una relación en completo caos, discusiones permanentes, falta de acuerdos que llevan a expresar palabras ofensivas hacia el otro” (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 2).

Los Factores Individuales, Familiares y Sociales en la relación de pareja

El tercer objetivo específico, fue indagar cuáles son los factores individuales, familiares y sociales que estas parejas del municipio de Girón consideran han contribuido en la estabilidad o inestabilidad de su relación. Para dar cumplimiento de este objetivo se llevaron a cabo los talleres tres y cuatro, encontrándose lo siguiente:

1. Factores Individuales

- 1.1. *Generadores de Estabilidad:* La organización, el ser expresivo, ser emprendedor, la responsabilidad, la generosidad, la alegría, la amabilidad, el optimismo, el ser atento y detallista, el respeto, la colaboración, la comprensión, la tranquilidad, el servicio, el buen humor. (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 3)
- 1.2. *Generadores de Inestabilidad:* la desconfianza, el orgullo, el mal genio, la desorganización, el conformismo, la pereza, la impaciencia, el ser desconsiderado, el ser indiferente, la irritabilidad, los celos, la imprudencia, las mentiras. (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 3)

2. Factores Familiares

- 2.1. *Generadores de Estabilidad:* apoyo por parte de los familiares, la constante comunicación con ellos, y el respeto por las decisiones de pareja. (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 4)

2.2. *Generadores de Inestabilidad:* la intromisión en decisiones de pareja, la indiferencia de la familia de origen, los diferentes estilos de crianza. (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 4).

3. *Factores Sociales*

3.1. *Generadores de Estabilidad:* El apoyo que reciben de la iglesia cristiana, buenas relaciones con los vecinos. (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 4)

3.2. *Generadores de Inestabilidad:* Situación Económica, el desempleo y conflicto con los vecinos. (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 4)

Estrategias para la promoción de la estabilidad en la relación de pareja

El cuarto objetivo específico, se propuso co-construir con un grupo de parejas estrategias que promovieran la estabilidad en su relación de pareja. Las estrategias que surgieron a partir de los videos presentados a ellos durante los talleres y lo aprendido en los talleres anteriores fueron las siguientes (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 5):

- Cultivar el arte de escuchar: Es necesario que como pareja, se escuchen el uno al otro, “que lo más importante por decir no sea lo que individualmente se quiera expresar sino lo que mi cónyuge quiera decir” (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 5).
- Ser más expresivo afectivamente: Esto debe ser una constante en la relación de pareja, con el tiempo esta va disminuyendo, los abrazos, las caricias, los besos, el cariño que se expresaron al momento de iniciar la relación.
- Distribuir los quehaceres de la casa más equitativamente: Que exista un mayor apoyo en especial de los hombres con los quehaceres de la casa, donde le colaboren más a las mujeres.

- Generar espacios para dialogar: Los espacios para comunicarse y dialogar se van perdiendo debido a la dedicación a los hijos, suscitando distanciamiento en la relación que solo se limitan hablar sobre las responsabilidades, obligaciones financieras entre otros aspectos que no tienen nada que ver con la relación
- Compartir más tiempos juntos: Dedicar más tiempos juntos, donde puedan salir los dos, sin que estén los hijos, tener espacios privados.

5. DISCUSIÓN

Las relaciones de pareja es un tema de suficiente amplitud que permite hacer distintas interpretaciones según el marco que se escoge para hacerlo. En la presente investigación, se hizo especial énfasis en los distintos factores que podrían contribuir en la estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja. Los factores seleccionados para este trabajo, fueron los individuales, familiares y sociales.

Es importante iniciar definiendo los conceptos de estabilidad e inestabilidad, de acuerdo con lo que manifestaron las parejas en el taller N°2 se llega a la conclusión que *“Estabilidad es una relación que se desarrolla en completa armonía, tranquilidad, donde permite que lleguen acuerdos de manera más fácil y se dan espacios de dialogo constantes entre los dos. La inestabilidad se definía como todo lo contrario, una relación en completo caos, discusiones permanentes, falta de acuerdos que llevan a expresar palabras ofensivas hacia el otro.”* (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 2). Acevedo, Restrepo y Tovar (2007) también hablan sobre la estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja y llegan a la conclusión que el tiempo no determina la estabilidad o inestabilidad en una relación, por ejemplo describen como existen parejas que llevan mucho tiempo de relación pero se sienten insatisfechas por el trato que reciben de su cónyuge, por falta de dialo

go, discusiones constantes, hacen que la relación se convierta en un caos, aquí se puede evidenciar que hay parejas que sostienen la relación más por un compromiso moral y religioso. Por otro lado hay parejas que se sienten satisfechas porque hay dialogo, expresiones de cariño y siempre hay espacios para llegar a acuerdos.

Como se mencionaba en líneas anteriores, hay factores como los individuales, familiares y sociales que contribuyen para que la relación de pareja sea considerada estable o inestable. Los factores individuales, según Casas (1994), hacen referencia al concepto que tiene cada persona de sí misma en un contexto, aquí se puede encontrar los aspectos del comportamiento, maneras de pensar, de sentir, que son propias de cada persona que los hace distinguirse y ser un individuo particular. Cuando esto entra en una interacción permanente puede generar una reacción en la relación de pareja. De acuerdo a la descripción de Pozos, Aragón, Reidl, Vargas y López (2012), afirman que en la relación de pareja son importantes el amor, la confianza, el respeto, la comunicación, comprensión, fidelidad, apoyo, lealtad, tolerancia, cariño y la sinceridad. Estos aspectos no distan de lo que se encontró en el taller 3 con las parejas cuando se indagó sobre los factores individuales que contribuían a la estabilidad, ya que como se describió en los resultados las parejas enfatizaron en las expresiones de cariño, respeto, la comunicación y la fidelidad, como aquellos factores individuales fundamentales para la estabilidad de su relación de pareja.

Por el contrario, los factores individuales que contribuyen a la inestabilidad según Pozos, Aragón, Reidl, Vargas y López (2012), son las mentiras, los celos, el mal humor, la desconfianza, la falta de respeto, la intolerancia y el desinterés, los cuales guardan estrecha relación con lo que se encontró en el taller N° 3 donde las parejas manifestaron aspectos similares a los de la teoría, tales como: la desconfianza, el orgullo, el mal genio, la

desorganización, el conformismo, la pereza, la impaciencia, el ser desconsiderado, el ser indiferente, la irritabilidad, los celos, la imprudencia, las mentiras. (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 3) por lo que se puede inferir que aunque los estudios se realizaron en diferentes contextos se conservan elementos en común.

Cuando dos personas toman la decisión de formar un hogar y de sostener una relación entorno a este objetivo, se encontrarán con diferencias individuales, es aquí donde la adaptación y la tolerancia juega un papel importante, comprendiendo que a pesar de estar casados o vivir en unión libre, siempre tendrán distintas formas de pensar, sentir y comportarse. Pero no solo los factores individuales contribuyen a la estabilidad o inestabilidad en la relación de pareja, la manera como se fue criado, las enseñanzas que se reciben en la familia, costumbres y tradiciones que cada familia tienen, moldean los comportamientos en la relación de pareja, esto confirma lo dicho por Casas (1994) quien expresa que los factores familiares son aquellos aprendizajes provenientes de las familias de origen, por ejemplo Gutiérrez (2002) hace una descripción sobre la cultura santandereana donde las familias eran de modelo de sistema patriarcal heredado por la influencia hispánica en la que se observaban aspectos como dominación/subordinación, aquí el padre asumía roles de autoridad en el hogar y en la sociedad y las madres eran las consagradas para dedicarse al hogar, formación y crianza de los hijos. Esta descripción de Gutiérrez (2002), confirma lo evidenciado de las 7 parejas con las que se trabajó, donde 6 de las parejas el hombre es el que trabaja y se encarga del sustento económico y de la autoridad en el hogar y las mujeres solo se dedican a los quehaceres del hogar y el cuidado de los hijos, lo que permite inferir que todavía se conservan en la actualidad características del complejo santandereano descrito por la autora.

Respecto a estos factores familiares se encontraron muy pocos en la revisión bibliográfica, en el desarrollo del taller N° 4 las parejas describen que son tres factores familiares que ayudan a sostener una relación estable (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 4), como es el apoyo de las familiares de origen, la constante comunicación con ellos y el respeto por las decisiones, mientras que los factores que contribuyen a la inestabilidad en la relación de pareja son, la intromisión en la decisiones de pareja, la indiferencia de la familia de origen y estilos de crianza. Hernández (2009), habla sobre el ciclo vital de la familia, y lo divide por etapas en las primeras hace alusión a la importancia de la pareja de acoplarse a relacionarse con la familia extensa, que es muy importante hacer un ajuste en sus dinámicas para que estén incluidos en los vínculos que las parejas construyen. Esto da por entendido que una pareja no puede desligarse del todo de su familia de origen que es necesario el apoyo que puedan recibir de parte de ellos. Lo cual guarda relación con lo manifestado por las parejas de Girón quienes reconocieron este elemento como fundamental para el sostenimiento de la estabilidad en sus relaciones de pareja.

Los estilos de crianza también son vitales en el desarrollo de la relación de pareja, debe haber un ajuste de parte de la pareja para permitir la reorganización de roles y establecimientos de los vínculos. Si las diferencias de crianza no llegan a un acuerdo se podrían tener dificultades en la adaptación en la relación de pareja y afectaría la estabilidad en la relación (Hernández, 2009). A este respecto las parejas participantes manifestaron la importancia de tener unos límites claros con sus familias de origen en los cuales participen de algunos momentos importantes de la pareja y les permitan al mismo tiempo conservar su autonomía en la toma de decisiones, como se observó en los resultados cuando las familias de origen quieren influir en la toma de decisiones

de la pareja se generan desacuerdos entre los cónyuges, discusiones, generando inestabilidad en la relación (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 4)

La relación de pareja también puede estar influenciada por otros tipos de factores como los sociales que según Casas (1994), son los que hacen alusión al contexto, ambiente y medio donde se desenvuelve una persona. Estos tienen que ver con la situación del contexto y lo que ocurre en él. Según Ariza y Guevara (2002), hablan sobre dos aspectos muy relevantes que podrían incluirse dentro de estos factores, como lo es el desempleo y la situación económica, estos dos elementos lo describen como generadores de inestabilidad en la relación de pareja, debido al hecho de no tener un trabajo estable, una situación financiera muy difícil, puede desencadenar discusiones, pleitos y en el peor de los casos separaciones; tal como lo reconocieron las parejas del estudio. Por tal motivo, al trabajar con parejas se debe tener en cuenta este aspecto social relacionado con lo económico como un factor importante que contribuye directa o indirectamente en la estabilidad de la relación de pareja.

Por otro lado, el apoyo social juega un papel preponderante en la relación de pareja, porque cuando existe este apoyo la relación es más estable y se evidencia menos violencia intrafamiliar (García, Włodarczyk, Reyes, San Cristóbal y Solar, 2014). En el trabajo realizado con las parejas en el cuarto taller, se pudo apreciar que ellas definían como un gran apoyo su iglesia donde tenían la oportunidad de involucrarse de manera constante, afirmaban que era una gran ayuda para su relación, lo que confirma la necesidad de tener un apoyo social, en este caso por parte de la iglesia, amigos y vecinos. No obstante también es importante recordar que cuando existen conflictos con los vecinos los describieron como un factor generador de inestabilidad en la relación (Construcción Colectiva, ver diario de campo taller 4).

Para concluir, teniendo en cuenta que solo se indagó sobre tres factores los individuales, familiares y sociales, se puede inferir que este es un trabajo preliminar para establecer un contacto con la comunidad de este municipio en especial en el trabajo con parejas, este trabajo comparándolo con la teoría hallada reafirma la importancia de desarrollar estrategias que promuevan la estabilidad en la relación de pareja y trabajar en aquellos que generan inestabilidad con la finalidad de lograr un buen ambiente en la relación de pareja, ya que ésta es la base fundamental para la construcción de familia, pues de ella vendrán todos los aprendizajes para sus hijos y nietos, convirtiéndose no solo en el legado para futuras generaciones sino en modelos de familia para su comunidad.

Por último después de estos talleres, las parejas participantes del sector manifestaron su motivación de continuar participando de este tipo de espacios y realizar un trabajo familiar, debido a que consideran que son muy valiosos y dan un enorme valor agregado a la construcción de una buena relación de pareja y por ende de familia. Por lo que este trabajo deja un camino abierto para realizar un trabajo de mayor profundidad con más parejas del barrio, que se oriente hacia la construcción de familia en la comunidad de Girón.

Es importante destacar que esta experiencia de trabajar con parejas, fue altamente enriquecedora tanto para ellas como para el investigador a nivel personal y profesional, ya que pudo aprender que los contextos son muy distintos, que la manera de ver la vida en cada cultura es diferente, y cada comunidad tiene una manera de vincularse que le resulta funcional a ellos. Lo más importante de este ejercicio es que las parejas desean continuar en un programa que les brinde herramientas para vivir en pareja, esto es lo más valioso, porque dan cuenta que los talleres generaron un impacto en sus vidas y aunque esto no se pueda medir en este momento, el anhelo de las parejas de seguir con talleres, y recibir orientación son el resultado de un trabajo

ético, serio, comprometido y muy profesional que recoge el fin último de este acercamiento con las parejas y fue co-construir estrategias que promovieran la estabilidad en sus relaciones, por lo que se considera que se tuvo un buen comienzo, que dejó las puertas abiertas para darle continuidad no solo en esta comunidad sino en las diferentes comunidades a las que se quiera llegar.

6.REFERENCIAS

- Acevedo, V. Restrepo, L. & Tovar, J. (2007). Parejas Satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali. *Pensamiento Psicológico*. 3 (8). 85-107.
- Amaya, J. (2010). El método DOFA, un método muy utilizado para el diagnóstico de vulnerabilidad y planeación estratégica. Recuperado de http://www.elprisma.com/apuntes/administracion_de_empresas/metododofanociones/default2.asp
- Ariza, A., & Guevara, L. (2002). *El desempleo en la relación de pareja como generador de crisis y conflicto: Factores protectores y Estrategias de afrontamiento*. Tesis de Grado. Universidad de la Sabana. Chía. Cundinamarca, Colombia.
- Casas, G. (1994). *Antología de Familia y Terapia Familiar Sistémica*. Universidad de Costa Rica. Escuela de Trabajo Social: Costa Rica.
- Clemente, M. (2003). Redes sociales de apoyo en la relación al proceso de envejecimiento humano revisión bibliográfica. *Revista Psicología y Ciencias afines*. 20 (1), 31-60.
- Eguiluz, L. (2003). La Familia. *Dinámica de la Familia un enfoque psicológico sistémico*. (pp. 1-16) México: Pax México.

- García, F. Włodarczyk, A. Reyes, A. San Cristóbal, C & Solar, C. (2014). *Violencia en la pareja, apoyo social y bienestar psicológico en adultos jóvenes*. *Ajayu*. 12 (2), 246-265.
- Gutiérrez, G. (2003). ¿Qué es un Taller Reflexivo? *El Taller Reflexivo*. (pp. 17-29). Medellín: Editorial Universidad Pontificia Bolivariana
- Gutiérrez, G. (2003). La estructura del Taller. *El Taller Reflexivo*. (pp. 37-38). Medellín: Editorial Universidad Pontificia Bolivariana
- Gutiérrez, V. (2002). Complejo cultural santandereano o neo-hispánico. *Familia y Cultura en Colombia*. (pp. 129-219). Medellín. Editorial Universidad de Antioquia.
- Hernández, A. (2009). El concepto de ciclo de vida familiar. *Familia, Ciclo Vital y Psicoterapia Sistémica Breve*. (pp. 31-47). Colombia: Editorial el Búho.
- Irazoque, E., & Hurtado, M. (2002). Violencia conyugal y trastornos de personalidad. *Revista Ajayu*. 1(1). 1-26.
- Maganto, C. (2004). La Familia desde el punto de vistas sistémico y evolutivo. *Mediación Familiar. Aspectos psicológicos y Sociales*. (pp. 3-22). Madrid: San Sebastián-Donostia.
- Martínez, M. (2011). El paradigma sistémico, la complejidad y transdisciplinariedad como bases epistémicas de la investigación cualitativa. *Revista Electrónica de Humanidades, Educación y Comunicación Social*. 11 (1) 6-27.

- Maureira, F. (2011). Los Cuatro Componentes de la Relación de Pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 14(1), 321-335.
- Montero, I. y León, O (2002). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en psicología. *Revista internacional de psicología clínica y de la salud*. 2(3). 503-508.
- Pérez, F (2004). El medio social como estructura Psicológica. Reflexiones a partir del modelo ecológico de Bromfenbrenner. *EduPsykhē*. 3(2). 161-177.
- Pozos, J. Rivera, S. Reidl, L. Vargas, B & Lopez, M. (2012). Felicidad General y Felicidad en la pareja: diferencias entre sexo y estado civil. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. 18 (1). 69-84
- Saavedra, A. Palos, A & López-Gay, A. (2013). La Unión Libre en Colombia: 1973-2005. *Revista Latinoamericana de Población*. 13, 107-127
- Sevillano, M, & Escobar, M. (2011, 12 de Octubre). Confianza-desconfianza en las relaciones de pareja transnacionales. *Revista Univalle*. Recuperado de <http://dintev.univalle.edu.co/revistasunivalle/index.php/prospectiva/article/view/1396/1404>.
- Valdés, J., González, B., Maya, M., Aguilar, Y., González, N. & Torres, M. (2013). Las Causas que llevan a la infidelidad. Un análisis por sexo. *Acta de investigación Psicológica*, 3(3), 1271-1279.
- Vanegas, J. (2011). La dinámica vincular celos-infidelidad. *Pensamiento Psicologico*. 9(17), 97-102.

Villegas, M. & Mallor, P. (2012). La dimensión estructural y evolutiva en las Relaciones de pareja. *Acción Psicológica*. 9 (2), 97-110.

7.ANEXOS

Anexo 1



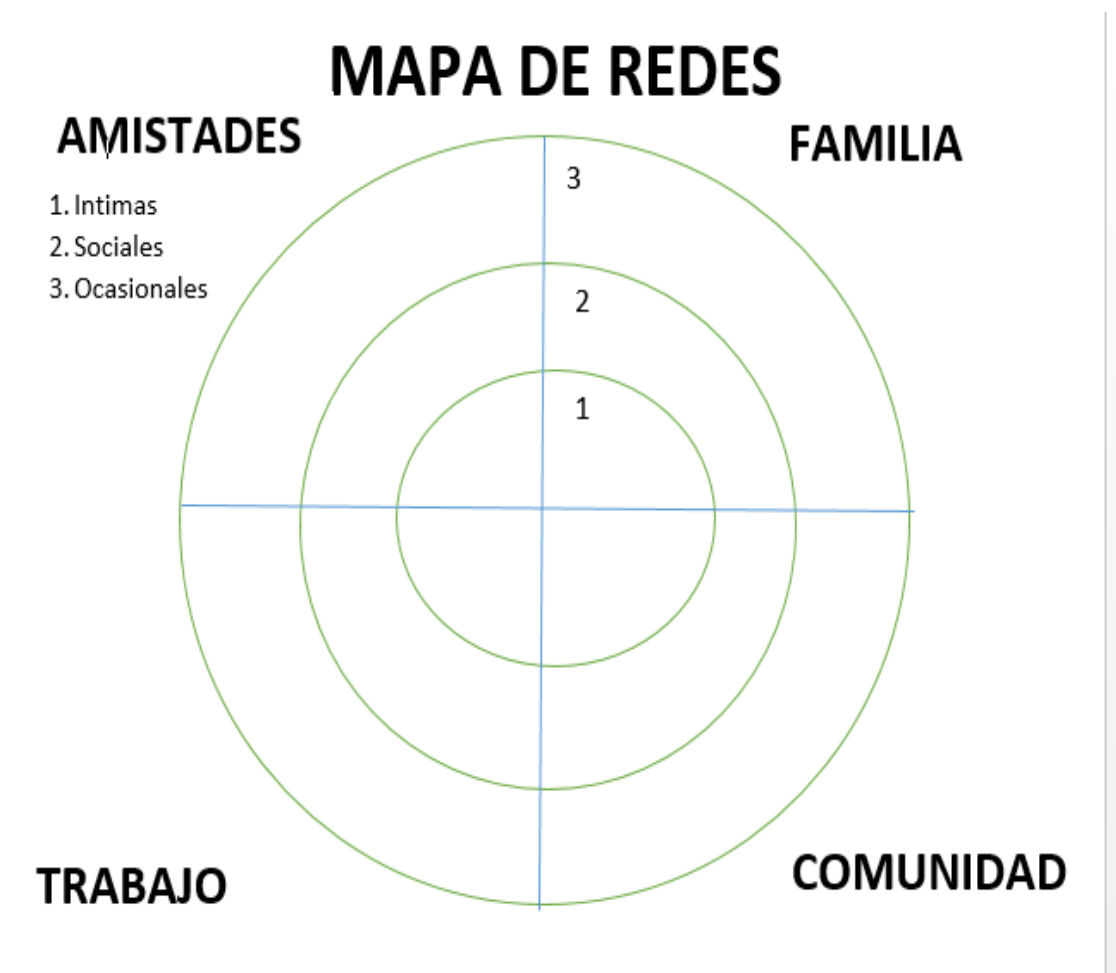
Anexo 2

MATRIZ DE EVALUACION INDIVIDUAL			
D (Aspectos Individuales que deben mejorar)	O (Aspectos de su forma de ser que le agradan a su pareja)	F (Aspectos individuales que deben mantener)	A (Aspectos de su forma de ser que le desagradan a su pareja)

EVALUACION INDIVIDUAL DE LA PAREJA

1. Que aspectos de la forma de ser de su pareja le agradan
2. Que aspectos de la forma de ser de su pareja le desagradan

Anexo 3



Preguntas sobre el Mapa de Redes

1. ¿De qué manera creen que las familias de origen influyen en su relación de pareja?
2. ¿De qué manera consideran ustedes que los familiares que hacen parte de la familia extensa (tíos, primos, abuelos, sobrinos) influyen en su relación de pareja?
3. ¿Para ustedes como pareja porque ha sido tan importante las relaciones íntimas en todas sus esferas y como ha influido en su relación de pareja?
4. ¿En qué forma han influido en la estabilidad de la relación de pareja estos vínculos íntimos, sociales y ocasionales?
5. ¿Cómo creen ustedes que estos vínculos también contribuyen a la inestabilidad en la relación de pareja?.

Anexo 4

Taller N° 1

Que es relación de pareja

Objetivo

Elaborar con las 7 parejas del municipio de Girón del barrio de San Antonio de Carrizal el concepto de una relación de pareja.

Población

Parejas del Barrio San Antonio de Carrizal del Municipio de Girón

Duración

3 horas

1. ENCUADRE 15 minutos

Saludo y presentación de:

- Me presento (una presentación general), Soy estudiante de la especialización en familia de la UPB y vamos a trabajar con ustedes un taller para la Para mejorar las relaciones de pareja donde vamos a aprender cuales son los factores que determinan que una relación sea estable inestable.

- El tema que se tratara durante este taller sera que es la relacion de pareja

- La metodología de trabajo es taller reflexivo, donde todos van a aportar y a construir reflexiones, preguntas y opiniones.

- Las normas: Para poder desarrollar el trabajo vamos a tener en cuenta 3 normas básicas:

- Cuando uno de nosotros este hablando, los demás están escuchando.

- Vamos a respetar las ideas y opiniones de los demás, por más raras y extrañas que nos parezcan. No vamos a llegar a una sola verdad sino a compartir puntos de vista.

- Evitemos exponer situaciones personales o intimas en el grupo.

2. FASE DE CONSTRUCCION INICIAL O PRELIMINAR 40 minutos

- Se conforman los grupos de dos parejas, es decir 4 personas, para que definan que es la relación de pareja, elaborando un grafitti, un símbolo acompañado de una frase que represente el concepto de relación de pareja

3. RECOLECCION DE DATOS 30 minutos

- Cada grupo pasa a exponer sobre la construcción que hicieron sobre el concepto de la relación de pareja, teniendo en cuenta el dibujo que cada grupo desarrolla definiendo el concepto de la relación de pareja

4. PLENARIA 45 minutos

- Este es un espacio reflexivo, donde a partir de cada una de las ideas aportadas en el ejercicio de la exposición, se hace un pequeño debate sobre los aspectos más relevantes mencionados sobre el concepto de la relación de pareja.

Descanso de 10 minutos

5. DEVOLUCION-APORTES 40 minutos

- Se hace una retroalimentación de los aspectos más relevantes mencionados por los participantes del taller

APORTES DEL TALLERISTAS

- Las relaciones de pareja han sido objeto de atención por parte de diversas disciplinas, que van desde la literatura en sus distintas manifestaciones (poesías, novelas, etc), hasta la Antropología, Filosofía, Sociología.
- Todo inicia con la conformación de la pareja, cuando dos personas deciden vivir juntos y unir sus vidas en matrimonio o unión libre
- La relación de pareja está marcada esencialmente por la inversión que ambos miembros hacen un vínculo amoroso compartido, con el reconocimiento personal y social de que esas dos personas desean desarrollar un proyecto de forma conjunta
- La pareja se forma para dar respuesta a una serie de necesidades humanas, la primera la reproducción y la segunda necesidades psicoafectivas como la compañía (no estar solo) y solidaridad (ayuda y apoyo mutuo).

- De acuerdo a revision bibliograficas (Cervantes, 2005) tanto hombres como mujeres deciden conformar una relacion de pareja por dos grandes motivos: el primer motivo es porque desean consumir el amor que se tienen, el segundo motivo es para formar na familia y el tercer motivo es para tener hijos
- En la mayoria de los hombres el deseo de conformar una pareja se da por el deseo de formar una familia y por la necesidad de estar acompañado (Cervantes, 2005).
- Por otro lado la mayoria de las mujeres tienen como motivos en formar una relaicon de pareja, primero para poder ser felices, la segunda razon la necesidad de sentirse protegida por un hombre que sera quien le provea todo lo necesario (Cervantes, 2005)
- En la relación de pareja hay una estructura interna compuesta de tres aspectos importantes como la pasion, la intimidad y el compromiso (Villegas y Mallor, 2012).
- La Pasión: activación neurofisiológica o emocional que lleva al romance, la atracción física y la interacción sexual.
- Intimidad: sentimiento de cercanía que obtiene una pareja que se atreve a asumir el riesgo mutuo de mostrar sus sentimientos y pensamientos más íntimos.
- Compromiso: decisión de amar a alguien (al principio) y a mantener (después) una relación que se está desarrollando.

La combinación de estos tres componentes da lugar a siete distintos tipos de amor, que pueden ir cambiando a lo largo de la relación: (Villegas y Mallor, 2012).

- Enamoramiento: basado predominantemente en la experiencia pasional.
- Amistad: compuesto de intimidad sin compromiso ni pasión.
- Amor vacío: caracterizado por un compromiso sin pasión ni intimidad, por ejemplo, «para mantener las apariencias» o «por el bien de los hijos».
- Amor de compañeros: construido en base a la intimidad y el compromiso, pero sin pasión, típico de parejas que llevan juntas mucho tiempo y conviven armoniosamente.
- Amor ilusorio: mezcla de pasión y compromiso, pero sin ninguna intimidad ni conocimiento mutuo.
- Amor romántico: compuesto de pasión e intimidad, en ausencia de compromiso.
- Amor consumado: combinación de los tres componentes de pasión, intimidad y compromiso.

Anexo 5

Taller N° 2

Relación de pareja estable o inestable

Objetivo

Conceptuar con las 7 parejas del municipio de Girón los terminos de estabilidad e inestabilidad en la relacion de pareja

Población

Parejas del Barrio San Antonio de Carrizal del Municipio de Girón

Duración

3 horas

1. ENCUADRE 10 minutos

Saludo y presentación de:

- Se recuerda lo aprendido en el taller anterior sobre el concepto de la relacion de pareja

- Oriento al grupo a conectar el primer taller con el segundo que a continuación vamos a construir que es conceptualizar los términos de estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja
- Se recuerda la metodología del trabajo es taller reflexivo, donde todos van a aportar y a construir reflexiones, preguntas y opiniones.
- Las normas: Para poder desarrollar el trabajo vamos a tener en cuenta 3 normas básicas:
 - Cuando uno de nosotros este hablando, los demás están escuchando.
 - Vamos a respetar las ideas y opiniones de los demás, por más raras y extrañas que nos parezcan. No vamos a llegar a una sola verdad sino a compartir puntos de vista.
 - Evitemos exponer situaciones personales o íntimas en el grupo.

2. FASE DE CONSTRUCCION INICIAL O PRELIMINAR 40 minutos

Se le entregara a cada pareja dos fichas donde definan en una el concepto de estabilidad en la relación de pareja y aspectos en los consideran que generan estabilidad en la relación. En la segunda ficha se colocara el concepto que ellos tienen sobre el término de inestabilidad y los aspectos que ellos consideran que dentro de la relación permiten que la relación se convierta en inestable.

3. RECOLECCION DE DATOS 30 minutos

- Cada grupo socializara sobre lo que escribieron en cada una de las fichas sobre los términos de estabilidad e inestabilidad y los aspectos que consideran como generadores de una relación de pareja estable o inestable.

4. PLENARIA 50 minutos

- En este espacio se realizara un debate en tres momentos: en el primer momento se conceptuara con cada una de las parejas el termino de estabilidad en la relación de pareja, en el segundo momento se realizara un debate sobre el termino de inestabilidad en la relación de pareja, con estos dos términos ya definidos a partir de los conceptos que cada pareja coloco en las fichas, comenzamos con el tercer momento donde se indaga sobre los aspectos que desarrollan en medio de una relación de pareja estable e inestable y como los afecta.

Descanso de 10 minutos

5. DEVOLUCION-APORTES 40 minutos

- Se hace una retroalimentación de los aspectos más relevantes mencionados por los participantes del taller

APORTE DEL TALLERISTA

- Cuando se habla del concepto de estabilidad estamos hablando de mantener un equilibrio, no cambia o permanece en un mismo lugar por mucho tiempo.
- Desde esta definición lógicamente la inestabilidad sería lo contrario, donde hay un desequilibrio y no hay armonía en una persona o sistema
- La estabilidad o inestabilidad son dos términos que se pueden aplicar en varios contextos, en lo biológico, personal, familiar, social entre otras esferas de la vida del ser humano
- Cuando se habla de sistemas como la familia, el concepto que nos ayuda a entender este término de estabilidad o inestabilidad es la Homeostasis donde el sistema siempre busca mantener la estructura del mismo a pesar de las condiciones externas que se presenten
- La estabilidad o inestabilidad no lo da los años que tenga una relación, lo determina la armonía y el bienestar que puedan experimentar la pareja
- La presencia de ciertos factores contribuyen a la estabilidad en la relación de pareja

- Los factores que contribuyen a la estabilidad en la relación de pareja según Maureira (2011), compromiso, intimidad, romance y el amor
- Los tres primeros factores son de tipo social se fundan en el lenguaje, el cuarto factor que es el amor es más de tipo biológico, se presenta de la misma manera en todas las culturas, sociedades, aunque con variaciones individuales, dependientes de la constitución estructural sistémica de cada sujeto
- El componente biológico en la relación de pareja es el amor, explicado por ciertas estructuras cerebrales y por neurotransmisores específicos que son necesarios para la experiencia amorosa
- El amor puede ser a su vez de dos tipos romántico y materno, teniendo en cuenta ambos una finalidad de reproducción, crianza, existiendo muchas estructuras neurales en común, el deseo sexual (inexistente en el amor materno) Maureira (2011).
- Los componentes sociales como la intimidad, el compromiso y el romance
- El compromiso, hace referencia al interés y la responsabilidad que se siente por la pareja y por la decisión de mantener dichos intereses con el transcurso del tiempo pese a las posibles dificultades que puedan surgir debido a que se cree a lo especial de la relación. Maureira (2011).
- La intimidad tiene que ver con el apoyo afectivo, el conversar, la capacidad de contar cosas personales y profundas a la pareja, confianza, la

seguridad que se siente por el otro, temas y preferencias comunes el dar apoyo a la pareja, al estar dispuesto de compartir aspectos economicos, emocionales, etc. Maureira (2011)

- Romance se refiere a las conductas establecidas por cada sociedad como las adecuadas para generar atraccion y el posterior interes que se mantiene con el tiempo de una pareja en una relacion, el romance es un conjunto de acciones que en una sociedad son conceptualizadas como demostrativas del interes de pareja que individuo tiene o mantiene en referencia a otro. Maureira (2011)

- Por otro lado los factores generadores de inestabilidad en la relacion de pareja son los celos, la infidelidad, la dependencia, la situacion economica y la violencia

- *Los celos* que generan en la dinámica de la pareja desconfianza excesiva y hasta en ciertas ocasiones violencia, agresividad y maltrato de todo tipo.

- El segundo factor seria la *infidelidad* que de acuerdo a la revisiones bibliográfica en una publicación se concluye que las mujeres recurren a una conducta infiel cuando se sienten abandonadas, rechazadas y cuando no hay comunicación con la pareja, mientras que en los hombres la conducta infiel se evidencia cuando siente que en la relación necesita de algo nuevo, que se convirtió en rutinaria y aburrida. (Valdés, González, Maya, Aguilar, González y Torres, 2013).

- Tercer factor sería la *dependencia* que se refuerza por el apego hacia la pareja y acompañada por sentimientos de depresión o ansiedad.
- Ariza y Guevara (2002), también exponen como tema estabilizador en la pareja la situación económica y el desempleo son generadores de conflictos en la pareja, que en ocasiones puede desencadenar en rupturas, separaciones.
- Otro factor importante para tener en cuenta en esta investigación es la violencia conyugal, Irazoque y Hurtado (2002), expresan que el maltrato de todo tipo, las agresiones físicas, afectan el entorno familiar y las relaciones sociales que rodean la pareja.

Anexo 6

Taller N° 3

Factores individuales en la relación de pareja

Objetivo

Indagar los factores individuales que cada pareja del municipio de Girón tiene y de qué manera contribuyen a que la relación de pareja sea estable o inestable

Población

Parejas del Barrio San Antonio de Carrizal del Municipio de Girón

Duración

3 horas

1. ENCUADRE 10 minutos

Saludo y presentación de:

- Se hace repaso del taller anterior donde se habló del concepto que tenían las parejas sobre estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja
- Se recuerdan las reglas que se tienen para el desarrollo adecuado del taller, recordando que la metodología para este ejercicio es el taller reflexivo, donde todos aportan, para construir reflexiones, generar preguntas y opiniones
- Se hace una conexión entre el taller anterior y el taller que continuación vamos a realizar que son los factores individuales en las relaciones de pareja.

- La metodología de trabajo es taller reflexivo, donde todos van a aportar y a construir reflexiones, preguntas y opiniones.
- Las normas: Para poder desarrollar el trabajo vamos a tener en cuenta 3 normas básicas:
 - Cuando uno de nosotros este hablando, los demás están escuchando.
 - Vamos a respetar las ideas y opiniones de los demás, por más raras y extrañas que nos parezcan. No vamos a llegar a una sola verdad sino a compartir puntos de vista.
 - Evitemos exponer situaciones personales o intimas en el grupo.

2. FASE DE CONSTRUCCION INICIAL O PRELIMINAR 40 minutos

Para le ejecución del taller se ejecutara en dos partes. La primera parte de forma individual se le entrega a cada persona una matriz DOFA que solicita una información personal de la siguiente manera: Debilidades (aspectos individuales que deben mejorar), Oportunidades (que aspectos de su forma de ser cree que le agrada a su pareja), Fortalezas (aspectos individuales que deben mantener), Amenazas (que aspectos de su forma de ser cree que le desagrada a su pareja).

La segunda parte de esta fase de construcción inicial van contestar las preguntas que se le entregara a cada uno sobre: Que aspectos de la forma de ser le agradan de su pareja y que aspectos de la forma de ser de su pareja no le agradan de su pareja

3. RECOLECCION DE DATOS 40 minutos

- Cada persona de manera individual socializara la matriz DOFA donde se revisa la visión que cada uno tiene de sí mismo y lo que ellos piensan como lo ven su pareja. Inmediatamente se expondrá la segunda parte del ejercicio donde cada uno socializara los aspectos que le agradan y desagradan de su pareja.

4. PLENARIA 50 minutos

- Después de la exposición individual sobre la visión que cada uno tiene de sí mismo y lo que cree que su pareja piensa de ellos, se realizara este espacio de plenaria donde se hará énfasis en los siguientes aspectos

- Similitudes de la visión personal y lo que se cree que la pareja piensa de ellos
- Diferencias de la visión personal y lo que se cree que la pareja piensa de ellos
- De qué manera podría contribuir los factores individuales en la estabilidad e inestabilidad de la relación de pareja

Descanso de 10 minutos

5. DEVOLUCION-APORTES 30 minutos

- Se hace una retroalimentación de los aspectos más relevantes mencionados por los participantes del taller

APORTE DEL TALLERISTA

- Para comprender este aspecto de los factores individuales se tiene que partir que tanto como hombres y mujeres tienen una manera muy diferente de pensar, comportarse y de expresarse
- El mundo interno de cada conyuge se hace necesario profundizarlo, para comprender porque emocionalmente se comporta de cierta manera y las forma como percibe cada una de las situaciones que afrontan
- Cada uno de los aspectos relevantes que se puedan dar dentro de una relación de pareja, se desarrolla de forma distinta según cada hombre y mujer
- Entre los factores individuales encontramos los siguientes aspectos relevantes como: procesos de aprendizaje, autoestima, estilos de pensamiento, expresiones afectivas, sexualidad
- En la comunicación hombre y mujeres tienen una manera distinta de percibirla. Las mujeres ven la comunicación como una forma de expresar sus opiniones, puntos de vista y o que siente frente a una situación en especial, mientras que el hombre ve la comunicación como una manera transmitir información y mantener contacto con otra persona (Cavero, 2008).

- En las manifestaciones de afecto las mujeres requieren de mas expresion, abrazos, demostraciones de afecto y atencion, el hombre considera como expresion de afecto las palabras o estar junto a su pareja.
- Referente a la sexualidad, para las mujeres mientras mayor es el grado de intimidad y de compromiso mayor sera su motivacion y satisfaccion sexual, mientras que el hombre en area sexual priman mas el componente pasional y de atraccion (Cavero, 2008).
- Los procesos cogitivos juegan un papel importante en la individualidad de cada conyugue generando un fortalecimiento de la relacion o por el contrario se comienza deteriorar la relacion. (Cavero, 2008).
- *La atencion selectiva*, hace referencia al foco de atencion en el que se hace mas enfesis por cualquiera de los dos. *Las atribuciones*, se define como la forma en que se responsabilizan a la pareja de los acontecimiento que suceden en la relacion. *Expectativas*, hace referencia a las creencias idiosincraticas sobre lo que significa una relacion de pareja o sobre los comportamiento que se esperan de ella y definen lo que una persona considera como importante y satisfactorio en una relaicon. *Las asunciones*, creencia basicas sobre la naturaleza de las relaciones íntimas y comportamientos de la pareja. Por último los *estandares*, hace alusion sobre las caracteristicas que las parejas o matrimonios deberian tener. (Cavero, 2008).
- Estos procesos están influenciados de cierta manera por la autoestima, o la manera como persona se ve, se quiere o el concepto que cada uno

desarrolla. Por ejemplo si una persona tiene una pésima autoestima, estará pensando siempre en lo negativo de su pareja creyendo que le será infiel. (Cavero, 2008).

- Esta forma de vernos, afectara el proceso como pensamos, porque si tenemos baja autoestima se estará pensando en aspectos negativos y se vivirá con desconfianza respecto a la pareja. (Cavero, 2008).

Anexo 7

Taller N° 4

Factores familiares en la relación de pareja

Objetivo

Detectar con las 8 parejas del municipio de Girón los factores familiares y sociales que contribuyen a que la relación de pareja sea estable o inestable

Población

Parejas del Barrio San Antonio de Carrizal del Municipio de Girón

Duración

3 horas

1. ENCUADRE 10 minutos

Saludo y presentación de:

- Se recuerda lo que se vio en el taller anterior respecto a los factores individuales y se hace una conexión con el taller que ejecutará que son los factores familiares
- La metodología de trabajo es taller reflexivo, donde todos van a aportar y a construir reflexiones, preguntas y opiniones.
- Las normas: Para poder desarrollar el trabajo vamos a tener en cuenta 3 normas básicas:
 - Cuando uno de nosotros esté hablando, los demás están escuchando.

- Vamos a respetar las ideas y opiniones de los demás, por más raras y extrañas que nos parezcan. No vamos a llegar a una sola verdad sino a compartir puntos de vista.
- Evitemos exponer situaciones personales o íntimas en el grupo.

2. FASE DE CONSTRUCCION INICIAL O PRELIMINAR 40 minutos

- Para la ejecución del taller se desarrollara en dos partes: La primera parte se le entregara cada pareja un mapa de redes para que identifiquen, sus relaciones íntimas, relaciones sociales con contacto personal y las relaciones ocasionales o distantes. Estas relaciones se identificarán en 4 esferas, en la familiar, comunitaria (barrio), trabajo o estudio y amistades.

- La segunda parte se le entregara a cada pareja un cuestionario para que contesten a partir de la elaboración del mapa de redes que tiene las siguientes preguntas: ¿De qué manera creen que las familias de origen influyen en su relación de pareja?, ¿De qué manera consideran ustedes que los familiares que hacen parte de la familia extensa (tíos, primos, abuelos, sobrinos) influyen en su relación de pareja?, ¿Para ustedes como pareja porque ha sido tan importante las relaciones íntimas en todas sus esferas y como ha influido en su relación de pareja?, ¿En qué forma han influido en la estabilidad de la relación de pareja estos vínculos íntimos, sociales y ocasionales?, ¿Cómo creen ustedes que estos vínculos también contribuyen a la inestabilidad en la relación de pareja?.

3. RECOLECCION DE DATOS 40 minutos

- Cada pareja expondrá su mapa de redes y explicaran el nivel de proximidad que tienen en cada una de las esferas consultadas, familiar, comunitaria, trabajo y amistades. De esta misma manera de manera voluntaria las parejas que quieran compartir las repuestas del cuestionario que complementa el diseño del mapa de redes de cada pareja.

4. PLENARIA 50 minutos

- Este es un espacio reflexivo, donde se entrara a detectar cuáles son los factores familiares y sociales que contribuyen en la estabilidad e inestabilidad de la relación de pareja. Se partirá de las respuestas de los cuestionarios y los mapas de redes elaborados de cada pareja. Aquí se hará énfasis en lo familiar y lo social y como estos factores contribuyen que la relación de pareja sea estable o inestable.

Descanso de 10 minutos

5. DEVOLUCION-APORTES 30 minutos

- Se hace una retroalimentación de los aspectos más relevantes mencionados por los participantes del taller

- Los factores familiares son todos aquellos componentes que tienen como origen en la familia puede ser la de origen o la actual y que influye en el desarrollo de la relación de pareja.
- Respecto a las familias de origen, se puede decir que la manera como se fue criado, formado, influye en la manera como cada persona toma decisiones, asume o afronta la vida, porque fue la forma como se enseñó a enfrentar la vida
- La estructura y la dinámica familia de origen termina por generar en cada persona un estilo de afrontamiento con su familia actual
- Respecto a la estructura se habla sobre el tipo o la conformación de la familia aquí se encuentra: Familia monoparental (solo hay un padre o madre que saca adelante a sus hijos), Familia Nuclear (presencia de los dos padres), Familia Extensa (se incluye en la esfera familia, primos, tíos, entre otros miembros), Familia Reconstruida (cuando algunos de los dos vuelve a formar un hogar y trae consigo hijos de las relaciones anteriores).
- Cuando se habla de las dinámicas familiares hace referencia a los vínculos, límites, roles, comunicaciones, alianzas entre otros aspectos que hace referencias a las relaciones internas en la familia.
- Las etapas del ciclo vital son muy importantes en el desarrollo de la relación de pareja
- Hernández (2009), habla sobre el ciclo vital familiar donde menciona este proceso en la pareja y las divide por etapas, así:

- *Conformación de la pareja*, donde se forma el sistema marital, hay ajustes con la familia extensa y los amigos para incluir al cónyuge.
- La segunda etapa es *familia con hijos pequeños*, considerada entre hijos en edades de 0 a 5 años, aquí se asumen roles paternos y maternos, posiblemente inclusión de los abuelos.
- La tercera etapa es la *familia con hijos escolares* comprendidos entre edades de 6 a 12 años, aquí se ajustan normas internas y fortalecimiento de la identidad familiar.
- La cuarta etapa es *familia con adolescentes* de edades de 13 a 18 años hay cambios en la relación parental para permitir movilidad del adolescente dentro y fuera del sistema
- Por último la etapa de la *salida de los hijos del* con edades entre 19 años a 30 años, aquí se da la renegociación del sistema marital diada, desarrollo de la relación de adulto-adulto entre padres e hijos.
- Otro autor que retoma este concepto de ciclo vital es Luz de Lourdes Eguiluz (2003), donde considera que todo inicia con un enamoramiento y noviazgo, que lo define como una preparación de un futuro matrimonio que sería el segundo proceso, aunque en la actualidad esto ha variado con el establecimiento de la Unión Libre donde ya se considera el inicio de construcción de un hogar. (Saavedra, Palos, y López-Gay, 2013).

- Posteriormente llegan los hijos, siendo necesario que los padres adquieran roles paternos y maternos, aquí de manera inconsciente tratan de llevar a la práctica lo aprendido de la familia de origen.
- La tercera etapa, es hijos adolescentes y adultos; aquí describe como la llegada de un segundo hijo conforma el subsistema fraternal, donde el hijo mayor debe aprender a convivir con este nuevo integrante de familia, hay ajustes de normas, establecimientos de límites y por último la salida de los hijos del hogar que genera crisis en la pareja que deben volver a reajustarse a nueva relación convivencia.
- Por último la etapa de la vejez y jubilación aquí las parejas vuelven al inicio del ciclo.
- Los factores sociales son aquellos aspectos del entorno, el contexto que influyen en la relación de pareja
- Los factores sociales que consideran importantes tener en cuenta en la relación de pareja son: El contexto que sería el barrio donde viven, los vecinos, el estrato socioeconómico, las redes de apoyo que desarrollan, como grupos religiosos, grupos deportivos entre otras actividades que ayudan en la relación de pareja

Anexo 8

Taller N° 5

Hacia la estabilidad de la relación de pareja

Objetivo

Co-construir con un grupo de parejas del municipio de Girón estrategias que promuevan la estabilidad en su relación de pareja.

Población

Parejas del Barrio San Antonio de Carrizal del Municipio de Girón

Duración

3 horas

Saludo y presentación de:

1. ENCUADRE 10 minutos

Saludo y presentación de:

- Se recuerda lo que se vio en el taller anterior respecto a los factores familiares y sociales, se hace una conexión con el taller que ejecutara que son los factores familiares

- La metodología de trabajo es taller reflexivo, donde todos van a aportar y a construir reflexiones, preguntas y opiniones.

- Las normas: Para poder desarrollar el trabajo vamos a tener en cuenta 3 normas básicas:

- Cuando uno de nosotros este hablando, los demás están escuchando.

- Vamos a respetar las ideas y opiniones de los demás, por más raras y extrañas que nos parezcan. No vamos a llegar a una sola verdad sino a compartir puntos de vista.

- Evitemos exponer situaciones personales o íntimas en el grupo.

2. FASE DE CONSTRUCCION INICIAL O PRELIMINAR 45 minutos

- Se colocara un video de apartados de la película a prueba de fuego donde se colocara una parte donde la pareja está a punto de divorciarse y otra parte donde la pareja se reconcilia. El objetivo de este momento es cada pareja logre identificar los factores que generaron inestabilidad y estabilidad en la relación de esta pareja.

3. RECOLECCION DE DATOS 40 minutos

- Cada pareja hablara sobre los factores que generaron estabilidad e inestabilidad en la relación de pareja del video de la película a prueba de fuego

4. PLENARIA 50 minutos

- Co-construir con las 7 parejas las estrategias que para ellos contribuyen al mantenimiento de la estabilidad en la relación de pareja, para colocarlas en aplicación en su relación actual

Descanso de 10 minutos

5. DEVOLUCION-APORTES 30 minutos

- Se hace una retroalimentación de los aspectos más relevantes mencionados por los participantes del taller

APORTE DEL TALLERISTA

- La estabilidad en la relación de pareja se definía en el segundo taller que va acompañado de un ambiente de armonía, bienestar y satisfacción en la relación
- Dentro de los elementos importantes en una relación de pareja satisfactoria se encuentran aspectos como: reconocimientos por parte del cónyuge a aspectos personales de su pareja, construcción de un vínculo amoroso, buena comunicación, resolución conjunta de problemas, sentido de trascendencia y espiritualidad
- A nivel general las mujeres se sienten más satisfechas en su relación cuando sus cónyuges se muestran afectivos, respetuosos y le dedican el tiempo que necesitan. Mientras que los hombres asocian la satisfacción en la relación cuando hay una interacción constante y comunicación con su pareja (Acevedo, Restrepo y Tovar, 2007).
- En otras revisiones se evidenció que para ser feliz con la Pareja los hombres necesitan: amor, comunicación, confianza, respeto y comprensión
- Por otro lado las mujeres para ser felices con sus parejas necesitan lo mismo que los hombres expresaron, amor, confianza, respeto y comprensión
- Los factores que hacen infeliz a un hombre y una mujer son: mentiras, engaño, celos, infidelidad y desconfianza

- La estabilidad está asociada entonces en aspectos como adaptación y satisfacción, cuando los dos se adaptan a las circunstancias y están satisfechos con su pareja se podría decir que la relación de pareja es estable
- La fidelidad es un aspecto muy importante y que genera satisfacción en la relación de pareja que de aquí se desprende confianza por el otro y aumento del grado de compromiso por mantener una relación y controlar los impulsos

Anexo 9

Taller N° 6

Devolución

Objetivo

Exponer los factores individuales, familiares y sociales identificados que permiten que una relación de pareja sea estable o inestable, asimismo contrastarla con la revisión bibliográfica encontrada. Evaluar el impacto de los talleres reflexivos en la relación de pareja.

Población

Parejas del Barrio San Antonio de Carrizal del Municipio de Girón

Duración

3 horas

- I. Exposición de los factores individuales, familiares y sociales encontrados durante el ejercicio de los talleres que contribuyen en la relación de pareja sea estable o inestable (40 minutos)
- II. Participación de las parejas sobre la opinión de estos factores individuales, familiares y sociales que se identificaron durante la ejecución de los talleres. (40 minutos)
- III. Exposición de los factores individuales, familiares y sociales encontrados en la revisión bibliográfica que contribuyen en la relación de pareja sea estable o inestable (40 minutos)
- IV. Evaluación del impacto de los talleres reflexivos en la relación de pareja de manera escrita (20 minutos)
- V. Aportes de las parejas al ejercicio realizado durante los talleres, que consideran importante seguir trabajando y el compromiso que adquirieron después de los talleres (15 minutos)
- VI. Dinámica de despedida con las parejas (cada uno tendrá un detalle con su pareja, donde a partir de un poema, canción, carta, u otra forma de expresión le manifestara lo importante que han sido estos años de relación)