

Procesos psicosociales en el vínculo afectivo de estudiantes universitarios de Ingeniería en Sistemas de la Información en la Universidad Nacional, Costa Rica

Psychosocial processes in the affective bonding of university students of Information Systems Engineering at the National University, Costa Rica

Processos Psicossociais no Vínculo Afetivo de Estudantes Universitários de Engenharia em Sistemas de Informação na Universidade Nacional, Costa Rica

Catalina Lewis-Salas

Investigadora independiente

Heredia, Costa Rica

catalewissalas22@gmail.com

 <https://orcid.org/0009-0001-6511-4864>

Warner Ruiz-Chaves

Universidad Nacional

Heredia, Costa Rica

warner.ruiz.chaves@una.ac.cr

 <https://orcid.org/0000-0002-7875-8925>

RECIBIDO: 18 de julio de 2023 / ACEPTADO: 14 de setiembre de 2023

Resumen

Objetivo: Este estudio se enfocó en analizar los procesos psicosociales inherentes a las dinámicas de pareja de estudiantes matriculados en la carrera de Ingeniería en Sistemas de Información en la Universidad Nacional, Costa Rica. **Metodología:** Se adoptó una metodología cualitativa de corte narrativo, y la investigación incluyó cinco parejas participantes. Para la recolección de datos, se emplearon entrevistas semiestructuradas y el método de historia de vida durante el año 2021, permitiendo una profundización significativa en las experiencias personales de las personas participantes. **Resultados:** El análisis de la información reveló que la comunicación entre las parejas se caracteriza por una orientación predominantemente positiva, evidenciando patrones de apego seguro y una marcada reciprocidad en la atracción interpersonal. **Conclusiones:** Los hallazgos subrayan la importancia de promover investigaciones adicionales en el campo de la Orientación que profundicen en las relaciones de pareja, principalmente en contextos académicos especializados, para así fortalecer el cuerpo de conocimiento disponible que sustenta las dinámicas afectivas en entornos universitarios.

Palabras clave: relaciones interpersonales, estudiante universitario, procesos psicosociales, comunicación interpersonal.

Abstract

Objective: The manuscript analyzed the psychosocial processes inherent in the couple dynamics of students enrolled in the Information Systems Engineering program at the Universidad Nacional, Costa Rica. **Methodology:** A qualitative methodology of a narrative nature was adopted, and the research covered five participating couples. For data collection, semi-structured interviews and the life history method were used during the year 2021, allowing a significant deepening in the subjects' personal experiences. **Results:** The analysis of the data revealed that communication between couples is characterized by a predominantly positive orientation, evidencing secure attachment patterns and a marked reciprocity in interpersonal attraction. **Conclusions:** The findings highlight the importance of promoting additional research in the field of counseling that delves into couple relationships, especially in specialized academic contexts, to strengthen the body of available knowledge that underpins affective dynamics in university settings.

Keywords: Interpersonal relationships, University student, Psychosocial processes, Interpersonal communication.

Resumo

Objetivo: O manuscrito concentrou-se em analisar os processos psicossociais inerentes às dinâmicas de casal de estudantes matriculados no curso de Engenharia em Sistemas de Informação na Universidade Nacional, Costa Rica. **Metodologia:** Foi adotada uma abordagem qualitativa de corte narrativo, abrangendo cinco casais participantes. Para a coleta de dados, foram utilizadas entrevistas semiestruturadas e o método de história de vida ao longo do ano de 2021, permitindo uma exploração significativa das experiências pessoais dos indivíduos. **Resultados:** A análise das informações revelou que a comunicação entre os casais é caracterizada por uma orientação predominantemente positiva, evidenciando padrões de apego seguro e uma marcada reciprocidade na atração interpessoal. **Conclusões:** Os achados destacam a importância de promover pesquisas adicionais no campo da Orientação que aprofundem as relações de casal, especialmente em contextos acadêmicos especializados, para fortalecer o corpo de conhecimento disponível que sustenta as dinâmicas afetivas em ambientes universitários.

Palavras-chave: Relações interpessoais, Estudante universitário, Processos psicossociais, Comunicação interpessoal.

Introducción

El estudio de las relaciones de pareja en entornos universitarios constituye un área de interés vital para la comprensión del desarrollo social y emocional de las personas jóvenes adultas. Estos ambientes ofrecen un escenario oportuno para observar la interacción de factores psicosociales en la formación de vínculos afectivos. El estudio de estas relaciones permite abordar cómo el estudiantado maneja el equilibrio entre las demandas académicas y la intimidad; revelando patrones de comunicación, resolución de conflictos y apoyo mutuo. De acuerdo con lo anterior, analizar las dinámicas de pareja universitarias es importante, ya que estas pueden influir significativamente en el bienestar emocional y generar nuevos ámbitos de estudio para diversas disciplinas; entre ellas, la Orientación. Así también, comprender los procesos de apego y la influencia de las relaciones íntimas en la identidad personal puede orientar la creación de programas de apoyo estudiantil o proporcionar insumos para mejorar la orientación y las estrategias de intervención, promoviendo relaciones saludables que contribuyan al éxito tanto personal como académico de los estudiantes.

Por tanto, los estudios de las relaciones de pareja son parte esencial de la sociedad, en general, porque muchas personas toman gran cantidad de su tiempo y esfuerzo en establecerlas o interesarse en estas con el fin de desarrollar un proyecto de vida; pues tal como señala Rojas (2012), “como seres sociales que somos, los seres humanos, en su mayoría, mantenemos, a lo largo del ciclo vital, diversidad de vínculos, dentro de los cuales el de pareja ocupa un lugar muy importante” (p. 12).

Por su lado, Gil y Ríos (2021) proponen que “los jóvenes en la actualidad han tenido la vivencia de tener una relación de pareja estable como mínimo una vez en su vida y también la prefieren por encima de una relación casual” (p. 53). Por ende, es una temática que no solo tiene relevancia, sino también vigencia; pues denotaría las cualidades o preferencias de las relaciones de pareja actuales, que dependen de factores culturales, sociales y personales, como por ejemplo, la comunicación, la independencia e interdependencia, la igualdad, la flexibilidad de roles, la conexión emocional, la compatibilidad de estilos de vida, entre otros. En cuanto a las personas estudiantes, Romo (2008, p. 802) señala que éstas invierten parte de su tiempo para que, junto al desarrollo profesional, se construyan relaciones afectivas con otras personas estudiantes, situación que también ha sido demostrada por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos [INEC] (2018) cuando informa que en Costa Rica el 55% de las personas jóvenes participantes de la Tercera Encuesta Nacional de Juventudes tienen pareja.

Por lo señalado, el estudiar las relaciones de pareja y, en particular, los procesos psicosociales en los que se ven involucradas, estas permiten que desde la Orientación se amplíe el ámbito de atención. Desde esta perspectiva, no solo es pertinente la data del INEC como elemento justificante, sino que también se hace necesario ahondar en estudios sobre esta temática porque, tal como lo plantea Contreras (2016), contribuyen a “identificar factores que permiten conocer la construcción y vivencia” (p. 4) en esta población. Por otro lado, se constata que el abordaje de las relaciones de pareja no se contempla dentro de las funciones de las dependencias académicas de la Universidad en estudio, dado que se atienden situaciones relacionadas con las áreas “académicas, vocacionales, personales y familiares” (Departamento de Orientación y Psicología, 2023) en tres áreas: Orientación, Psicología y Psicopedagogía.

Debido a lo anterior, este estudio plantea el siguiente problema de investigación: ¿Cómo se desarrollan los procesos psicosociales de comunicación, estilos de apego y atracción interpersonal en las dinámicas de pareja de estudiantes matriculados en la carrera de Ingeniería en Sistemas de Información en la Universidad Nacional, Costa Rica?

En cuanto a los antecedentes del estudio, es importante señalar que no hay evidencia empírica desde el escenario universitario en el contexto geográfico investigado, por lo que se recurre a literatura internacional. Al respecto, Cuervo (2014) presenta un análisis de los entornos relacionales en los que cada pareja participa, mientras que Giraldo y Rodríguez (2018) exploran la noción de la comunicación en las relaciones de pareja mediadas exclusivamente por el uso de las tecnologías de la información y la comunicación. Por consiguiente, se destacan a Giraldo y Rodríguez (2018) quienes mencionan que “la aparición de un espacio en donde la realidad interpersonal que ofrecen los medios digitales amplía el ámbito simbólico de la interacción superando la necesidad de la presencia física para gestar vínculos entre las parejas” (p.27). Por su parte, Cuervo (2014) concluye en su investigación que en las personas participantes en el estudio prevalece el uso de estrategias de comunicación asertiva para el afrontamiento de situaciones de tensión, utilización del humor como recurso para enfrentar situaciones difíciles y se da una comunicación clara, adecuada y pertinente.

Como se observa, ambos estudios subrayan que la comunicación, tanto en entornos físicos como digitales, constituye un elemento angular para la formación y el mantenimiento de relaciones de pareja en estudiantes universitarios; influyendo significativamente en los procesos psicosociales como el apego, la resolución de conflictos y el apoyo mutuo, aspectos cruciales para el bienestar psicológico y el éxito académico de los estudiantes.

En otra investigación sobre los procesos psicosociales, Ruiz (2001) indica que “las relaciones de pareja representan un aspecto fundamental en la vida del individuo, la comunicación y la comprensión de una pareja son esenciales para el desarrollo de la persona y de su vida en sociedad” (p. 1). Asimismo, Valencia (2011), realizó una descripción de la forma como el estudiantado nombraba sus relaciones, así como las causas y las estrategias de solución de los conflictos que estas personas implementaban.

Como resultado principal del proceso, se determinó que “en el grupo de estudiantes universitarios figura como causal de conflicto más frecuente la asociada a los problemas de comunicación, con el 64,2% en los hombres y el 67,3% en las mujeres” (p.8).

Por su lado, Rubí y Córdoba (2018) desde la disciplina de la Orientación, encontraron que las personas ven los vínculos afectivos como una conexión profunda y comprometida que se construye sobre el apoyo mutuo, el respeto y la voluntad de pasar juntos tanto los buenos como los malos momentos.

Hasta aquí la recopilación de antecedentes evidencia que hay estudios relacionados con procesos psicosociales y otros sobre relaciones de pareja a nivel internacional. Por lo tanto, este estudio, derivado de un trabajo final de graduación (TFG), muestra de manera pionera el abordaje de la temática en el país en contextos universitarios.

En consecuencia, el objetivo general de esta investigación es analizar los procesos psicosociales en las relaciones de pareja de estudiantes universitarios de una carrera de Ingeniería en Sistemas de Información de Costa Rica; para determinar los estilos de comunicación presente en las relaciones, comprender los estilos de apego de las relaciones de pareja de las personas participantes y describir aspectos de la atracción interpersonal presente.

Referente teórico

Desde la perspectiva de la Orientación como disciplina (Vargas Cordero, 2020, p. 15), se considera que el abordaje de la Orientación de pareja como área disciplinar, permite tener una comprensión de los elementos teóricos que sustentan la investigación en virtud de que esta área es un proceso terapéutico y de apoyo que busca mejorar las relaciones mediante la comprensión y la resolución de conflictos interpersonales (De la Espriella Guerrero, 2008; Jiménez -Torres y Maldonado-Peña, 2020).

Además, se centra en fortalecer la comunicación, la confianza y la comprensión mutua de quienes son sujetos de su acción, desde ahí la orientación ofrece estrategias y herramientas para que las parejas aborden sus desafíos de manera constructiva. Por ello, es importante atender los procesos psicosociales de comunicación, los estilos de apego y la atracción interpersonal, ente otros; para poder brindar acompañamiento y entender cómo se desarrollan esos procesos (de ahí la necesidad de definirlos conceptualmente, tal como se detalla).

Relaciones de pareja

Debido a que existe un cambio constante en la sociedad actual, el concepto de relación de pareja es un aspecto complejo para estudiar; es por esta razón que también es importante el abordaje desde la disciplina de Orientación. Para Stange, *et al.* (2017) “el concepto de pareja, debido a su complejidad, requiere ser revisado constantemente considerando que está influido por las características sociales, históricas y culturales” (p.1). Asimismo, Maureira (2011) destaca que las relaciones de pareja se consideran como ese vínculo que existe entre dos personas en el cual está puede obtener refuerzos positivos.

Ahora bien, los elementos que componen las relaciones son de suma importancia debido a que estos permiten entenderlas desde diversas perspectivas. En consecuencia, es necesario mencionar algunas de las teorías que se adaptan a las relaciones de pareja para fines de esta investigación. Así, Ovejero (2007) explica que “los procesos básicos para saber cómo llegamos a conocer a otras personas e interactuar con ellas son un aspecto clave en la comprensión de todas las relaciones sociales” (p.1). También señala que estos procesos son: percepción, interpretación, relaciones humanas, relaciones íntimas, comunicación, atracción interpersonal, conductas y emociones. Es importante señalar que para efectos de esta investigación se determinó la utilización de tres conceptos o procesos antes señalados.

Procesos psicosociales

De acuerdo con lo mencionado, se destaca que existe una fuerte influencia de la comunicación en las relaciones de pareja y en las interacciones que se desarrollan en las mismas; y, asimismo, se recalca que esas interacciones son las que permiten que se desarrollen los procesos psicosociales. Palacio (2007) define los procesos psicosociales basados en una interacción social como:

Formas de interacción que van desde una relación simple de interacción entre dos o más personas que no se conocen hasta relaciones estables e intensas tanto de amor-amistad como de agresividad-indiferencia, las cuales están mediadas generalmente por un proceso de influencias social o poder a través de procesos de apego y comunicación. (p. 9)

Estos procesos están inmersos en las acciones cotidianas de la vida de una persona y se consideran importantes en las interacciones diarias, ya que tiene cierta relación con cómo se va desarrollando la relación o el vínculo afectivo. Con lo anterior se denota que cada interacción o relación es única, pero también se observa que estas situaciones (apego, atracción y comunicación) que integran los procesos psicosociales se deben estudiar bajo un contexto específico como en esta investigación.

Comunicación de pareja

Uno de los aspectos importantes dentro del objeto de estudio es la comunicación, según Alfaro (2014) “hace referencia al intercambio de información dentro del sistema familiar” (p. 33). Una característica de la comunicación es que la misma se ubica desde la aparición de los primeros homínidos, donde se determinó que existen relaciones entre estímulos, señales y comportamientos, los cuales permitían la comunicación de la forma verbal y no verbal, esto indica que la comunicación es un aspecto clave por investigar y también tiene gran importancia en el ámbito social (Serrano, 2007).

Parafraseando a Serrano (2007), en la comunicación se debe implicar dos o más agentes, los agentes deben interactuar, debe existir señales de interacción, se debe utilizar agentes para la realización de la interacción; ya que la comunicación es una modalidad de la interacción. Dentro de esta teoría se entienden agentes como personas inmersas en la comunicación. Sánchez y Díaz-Loving (2003) mencionan cinco dimensiones en los estilos de comunicación: positiva, negativa, violenta, reservada y reflexiva.

Estilos de apego

Los estilos de apego en el contexto de las relaciones de parejas universitarias ofrecen un vasto campo de estudio que proporciona una comprensión más profunda de la dinámica relacional en esta etapa crucial del desarrollo humano. Los patrones de apego seguro, ansioso y evitativo, establecidos en la primera infancia y continuamente reformulados a través de experiencias posteriores, se manifiestan en cómo los estudiantes interactúan en sus relaciones íntimas. De acuerdo con Guzmán y Trabucco (2014) los estilos de apego son “un marco conceptual que permite comprender diversos aspectos del funcionamiento humano en relaciones de cercanía e intimidad emocional” (p.1).

Un estilo de apego seguro puede facilitar la comunicación abierta, fomentar la interdependencia saludable y apoyar la resiliencia personal y de la pareja frente a los desafíos académicos y vitales. Por otro lado, los estilos de apego ansioso o evitativo pueden llevar a dinámicas de relación más complejas, donde los desafíos como la comunicación deficiente o la dificultad para manejar la intimidad pueden prevalecer. Comprender estos estilos puede ser esencial para diseñar intervenciones de orientación efectivas que promuevan relaciones saludables y apoyen el bienestar emocional y académico de los estudiantes. Parafraseando a Yildiz (2008) y a Garrido-Rojas (2006) los estilos de apego son: seguro, ansioso ambivalente y ansioso evitativo.

Atracción interpersonal

La atracción interpersonal, desde la perspectiva de esta investigación, es entendida como una tendencia o predisposición del individuo a evaluar más o menos positivamente a otro y acercarnos o alejarnos de él (Ovejero, 2007). Una segunda definición aportada por Ubillos *et al.* (2004) indica que “la atracción interpersonal se puede entender como el juicio que una persona hace de otra a lo largo de una dimensión actitudinal cuyos extremos son la evaluación positiva (amor) y la evaluación negativa (odio)” (p. 1). Ambos expresan los dos extremos dentro de los cuales una persona se puede encontrar cuando se menciona la atracción, y también son determinantes en las relaciones de pareja y su composición.

Se determina la atracción como uno de los elementos claves dentro de las relaciones, según Ovejero (2007), “y es que la atracción entre las personas tal vez sea uno de los aspectos más relevantes de la interacción social, una variable que opera en muchas de nuestras relaciones interpersonales, regulándolas y dotándolas de sentido” (p.78). Esta es una variable decisiva en las relaciones, debido a que la misma cuenta con la posibilidad de darle un sentido a lo que se desea en una relación interpersonal y de pareja.

La atracción interpersonal va más allá de un aspecto físico. Aunque este también va incluido dentro de los aspectos determinantes de la atracción, no es (como se conoce comúnmente) el único elemento que puede traer esta variable. Más bien, la atracción está compuesta por diversas situaciones que señala Ovejero (2007), la proximidad física, el atractivo físico, la semejanza en opiniones, la complementariedad de necesidades, la reciprocidad y asociación.

Metodología

Enfoque

El estudio se llevó a cabo desde una perspectiva cualitativa, dado que brinda énfasis en la descripción y la comprensión de sucesos de índole único o particular y no se dirige por aspectos generales; lo cual forma parte de esta investigación debido a que no se pretende con la misma generalizar información, sino más bien mostrar la perspectiva única y particular de cada pareja.

Diseño

La investigación se basó en un diseño de carácter narrativo porque permite adaptar las características a lo que se quiere realizar en el estudio y contribuye al cumplimiento de los propósitos. También, el diseño narrativo permite que las personas participantes muestren una parte de su vida, por medio de diversas técnicas flexibles de generación de información.

Participantes

Las personas participantes de la investigación fueron cinco parejas de personas estudiantes con una orientación del deseo heterosexual, quienes debían pertenecer a la carrera de Ingeniería en Sistemas de Información de la Universidad Nacional, Costa Rica.

Además, estas cumplían con los criterios de selección, como: cursar la carrera en el mismo nivel o al menos en un nivel inferior o superior y estar en la etapa de la adultez emergente que comprende una edad aproximada entre los 18 y los 25 años; esto debido a que elegir una pareja para una gran parte de las personas jóvenes es una tarea que define el paso de la juventud a la adultez, así como una parte esencial de la etapa de desarrollo (Romo, 2008).

Otro aspecto relevante por tomar en cuenta al elegir esta población es que, de acuerdo con Valencia (2011), “en el grupo de estudiantes universitarios figura como causal de conflicto más frecuente la asociada a los problemas de comunicación, con el 64,2% en los hombres y el 67,3% en las mujeres” (p.8). Como se observa, esta población tiene ciertas dificultades con respecto a los procesos psicosociales. La investigación brinda insumos acerca de cómo las personas estudiantes experimentan los procesos y si los resultados coinciden con lo planteado por Valencia.

Otro criterio de selección es que las parejas que tengan más de ocho meses de relación, puesto que en este tiempo la mayoría de las parejas ya han superado la etapa de enamoramiento y se van a encontrar en la segunda etapa de las relaciones; lo cual permite que la relación tenga un grado más de permanencia y existe menos posibilidad de ruptura en la relación (Montes, 2007).

Unidades de significado y códigos de la investigación

En la tabla 1 se detallan las unidades de significado y códigos de la investigación.

Tabla 1

Unidades de significados y códigos de la investigación

Unidades de significado	Conceptualización de la unidad	Códigos	Conceptualización del código
Comunicación	Intercambio de información en las relaciones de pareja, es un medio de expresión de cualquier compatibilidad o incompatibilidad percibida entre las personas y también es un canal de solución de conflictos en relaciones y de fortalecimiento de estas en algunos casos. (Alfaro, 2014 y Luna et al., 2012)	Comunicación positiva	Expresiones relacionadas con un tipo de comunicación abierta, agradable, amable, educada, afectuosa
		Comunicación negativa	Expresiones relacionadas con un tipo de comunicación conflictiva, confusa e inadecuada
		Comunicación violenta	Expresiones relacionadas con un tipo de comunicación en donde hay conflictos constantes y cambios en la comunicación
		Comunicación reservada	Expresiones relacionadas con un tipo de comunicación
Estilo de apego	Formación de vínculos afectivos y esto está relacionado con las parejas Yildiz (2008) y a Garrido (2006).	Apego seguro	Acciones relacionadas con seguridad, comodidad, confianza y baja ansiedad
		Apego ansioso ambivalente	Acciones relacionadas con preocupación constante hacia la otra persona
		Apego ansioso evitativo	Acciones relacionadas con una distancia emocional
Atracción interpersonal	Tendencia básica en los seres humanos, que mueve a las personas a buscar la compañía de otras, las relaciones van a resultar menos felices cuando disminuye la atracción hacia la pareja (Ovejero, 2007).	Proximidad física	Referencias sobre cultura, familiaridad, oportunidad de interacción
		Atractivo físico	Referencias sobre presentación física adecuada; la semejanza en actitudes y opiniones
		Complementariedad de necesidades	Referencias sobre rasgos básicos de carácter y personalidad
		Reciprocidad	Referencias sobre signos de aceptación y estima
		Asociación	Referencias sobre la relación entre agrado y presentación personal

Técnicas e instrumentos de recolección de investigación

Se trabajó con la entrevista semiestructurada, la cual fue seleccionada porque se pueden crear ciertos protocolos aplicables en el momento de la entrevista, pero a su vez permite realizar las preguntas necesarias en el momento que se desarrolla la entrevista con el fin de recolectar los datos oportunos. Por tanto, esta técnica se trabajó desde una guía de entrevista semiestructurada, y el instrumento contó con un total de 20 ítems.

Como segunda técnica se empleó las historias de vida, en particular se aplicó la técnica de relatos cruzados. Esta técnica trata de relatos donde intervienen varias personas que narran un mismo tema (en este estudio serían las parejas), ya que pertenecen a un mismo ambiente y contexto. De esta manera, en este estudio se escucha a la pareja relatar su historia para extraer estilos de comunicación, estilos de apego y aspectos que componen la atracción (Gurdián, 2007).

En relación con la validación del instrumental, este se validó con el criterio de 3 personas expertas de la disciplina de Orientación y Psicología, y su aplicación mediante la plataforma MS Teams® durante el año 2021.

Análisis de datos

Para el proceso de análisis se sigue la recomendación de Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) denominado “análisis con base en unidades, categorías y temas” (p. 467); al respecto, recomiendan construir tablas con unidades de significación a las cuales se les generan categorías que a su vez se agrupan en temas. De este modo, se siguió lo propuesto en la tabla 1, todo con base en las narraciones recopiladas en los instrumentos. Además, se realizan dos tipos de triangulaciones: la primera de los datos, en virtud de que se utilizan diferentes fuentes de obtención de la información (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018); y la segunda de la teoría. Esta se refiere al uso de los datos brindados por las personas informantes que se contrastan e interpretan en función de teorías establecidas para su comprensión (Okuda y Gómez-Restrepo, 2005).

Ética de la investigación

Se siguieron todos los principios propios de la ética de la investigación (credibilidad, transferibilidad, no maleficencia, beneficencia, autonomía y justicia) y se utilizaron los respectivos documentos, como el consentimiento informado. Asimismo, cabe señalar que por el tipo de investigación, este estudio no requirió autorización de un Comité Ético Científico.

Resultados y discusión

En siguiente apartado desarrolla el análisis de la información obtenida de los procesos psicosociales en las relaciones de pareja. Este se divide en las categorías establecidas en los objetivos del estudio: comunicación, apego y atracción interpersonal.

Comunicación

Respecto a la comunicación, se hace referencia a cualquier tipo de interacción humana, ya sea verbal o no verbal (Ovejero, 2007). Cuando se les solicita a las parejas participantes del estudio que se expresen acerca de la comunicación que tienen como pareja, una de ellas señala que “lo más destacable es la comunicación que tenemos y que hemos tenido desde el principio” (Persona 1 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021), mientras que su pareja opina que “siempre, siempre, hemos tratado de decir aquello con lo que no estamos de acuerdo o con lo que sí” (Persona 2 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021).

Por tanto, puede evidenciarse que estas premisas tienen relación con la que plantean Sánchez y Díaz-Loving (2003), dentro de las dimensiones de la comunicación, pues describen que la dimensión positiva se refiere a personas que expresa sus ideas de forma explícita y mencionan cualquier disconformidad.

En cuanto a la temática, y con los datos obtenidos de la entrevista, se puede reflejar que permanecen en esta dimensión antes mencionada. Una de las personas manifiesta que “realmente, para mí, desde mi perspectiva, yo digo que tenemos una comunicación asertiva” (Persona 1 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021), mientras que la persona 2 de la pareja 1 explica que existe “siempre una comunicación asertiva, siempre con respeto y nunca, por dicha nunca, nos hemos faltado el respeto” (Persona 2 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021). Parafraseando a Sánchez y Díaz-Loving (2003), las personas en esta dimensión son abiertas, agradables, amables, educadas, afectuosas, sociables y optimistas, entre otras características, lo cual coincide con lo mencionado por estas personas.

Una segunda pareja en esta misma unidad de significado, pero mediante los resultados de la aplicación del instrumento de historias de vida, señala que “tenemos buena comunicación y confianza para decirnos tanto lo que no nos gusta como lo que nos hace sentir bien” (Persona 1 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021). Se considera que ese estilo de comunicación responde a las características de la dimensión positiva; a saber, la persona en esta dimensión es abierta, agradable, amable, educada, afectuosa, sociable, optimista, en la mayoría de los casos se enfoca en sus pensamientos.

La persona 1 de la tercera pareja menciona que, en la entrevista realizada acerca de la comunicación, “creo que la convivencia es muy buena” (Persona 1 – Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021); y la persona 2 indica que “tenemos buena comunicación” (Persona 2 – Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021). También, dentro de la misma entrevista, la persona 1 expresa que “creo que la comunicación fluye bastante bien y siempre es con respeto” (Persona 1 – Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021). Esto se puede vincular con las características de las parejas anteriores e ir de la mano con la dimensión reflexiva y positiva.

En contraste con lo antes mencionado, la persona 2 de la tercera pareja señala algunas frases en se identifica la dimensión reflexiva, por ejemplo: “Siempre llegamos como a un punto que nos escuchamos y tratamos de mejorarlo”. Luego esta menciona que “tratamos obviamente de comprender al otro” y, por último, expresa que “si cayera en un punto, yo diría que es asertiva” (Persona 2 – Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021). Esto último tiene relación con las parejas anteriores, las cuales también se identifican con este tipo de comunicación.

Cabe resaltar que la comprensión de la comunicación asume un rol diferente en la cuarta pareja, en comparación con las parejas anteriores. La persona 2 expresa que “ella casi siempre no es que mande, pero manda y yo soy como el que hace caso” (Persona 2 – Pareja 4, comunicación personal, 25 de mayo de 2021); esto llama la atención, ya que no tiene relación con frases mencionadas por las otras parejas y porque podría suponerse que la relación tiene una característica de la dimensión negativa. Según Sánchez y Díaz-Loving (2003), esta dimensión es donde las personas tienen una actitud de superioridad.

Al respecto, cabe señalar que conforme se fue desarrollando la entrevista se pudo ahondar más la concepción acerca de la comunicación en la pareja. La persona 1 de la pareja 4 indica que “yo pienso que la mayoría del tiempo iniciamos, así como peleando, pero lo resolvemos con una comunicación asertiva, bueno intentamos hacerlo de la mejor manera” (Persona 1 – Pareja 4, comunicación personal, 25 de mayo de 2021). Esta afirmación y otras permiten visualizar que esta pareja tiene vinculación con la dimensión reflexiva; puesto que las personas en esta dimensión investigan, son positivas, utilizan la introspección, emplean con

frecuencia frases como “yo pienso, yo tengo, yo haré, yo diré”, se cuestionan ante las situaciones vividas. Lo mencionado por la participante al inicio y al final parece indicar esto.

Cuando se contrasta la aplicación del instrumento historias de vida, se evidencia que la pareja 4 brinda pocos detalles con respecto a la comunicación; sin embargo, ambas personas concuerdan en que “a medida que incrementó la confianza, la comunicación fue mejorando, en el sentido que hablamos de temas más personales de cada uno y logramos expresar nuestras molestias del otro” (Pareja 4, comunicación personal, 25 de mayo de 2021). Lo anterior denota la evolución que la pareja ha llevado y la construcción que tuvieron que hacer, también se evidencian características de la dimensión positiva de comunicación.

Por último, la quinta pareja, durante el proceso de la entrevista, reveló varios elementos que componen la dimensión positiva y reflexiva; por ejemplo, la persona 1 de la pareja 5 añade que “lo esencial para nosotros siempre ha sido la comunicación” y que “siempre ha sido muy fluida”. Luego, mencionó que “siempre media el respeto”, lo cual muestra la característica de la dimensión positiva en cuanto a que es una dimensión abierta y agradable; y, finalmente, destaca que “siempre es algo así como muy afectivo” (Persona 1 – Pareja 5, comunicación personal, 6 de junio de 2021). Esta última frase termina de confirmar la sincronía con esta dimensión, ya que la misma es afectuosa y sociable (Sánchez y Díaz-Loving, 2003).

De igual forma, la persona 2 de esta quinta pareja considera que “nunca hemos tenido una discusión, la verdad, siempre compartimos nuestros sentimientos y nuestra posición con respecto a las cosas, si alguien está equivocado se comunica y se dice mira es que esto es así así y este ya la otra persona recapacita” (Persona 2 – Pareja 5, comunicación personal, 6 de junio de 2021). En esta frase se pueden determinar dos similitudes: una con respecto a la dimensión reflexiva, ya que tiende a ser analítica y abierta; y otra en relación con la positiva, dado que la persona puede expresar sus ideas de forma explícita y menciona cualquier disconformidad (Sánchez y Díaz-Loving, 2003).

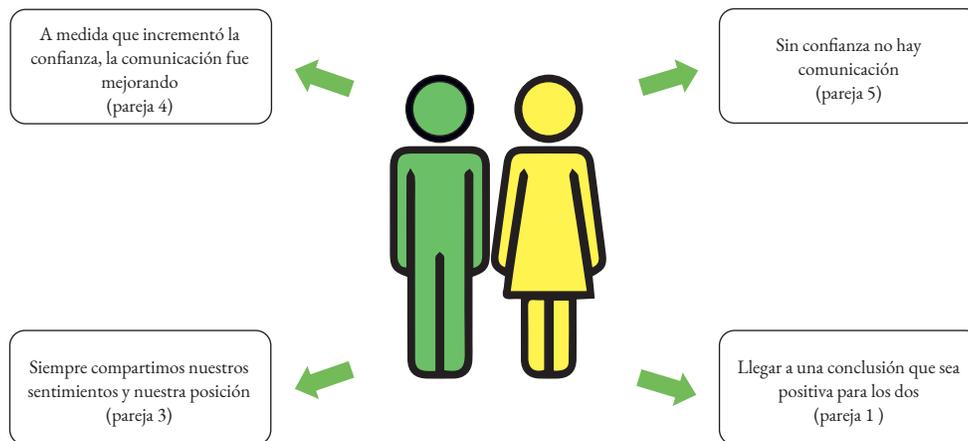
Hasta acá se evidencia que en la categoría de comunicación se tiene como principales hallazgos que las parejas participantes del estudio se encuentran posicionadas desde la dimensión positiva de la comunicación, las cuales plantean características principales de esta categoría.

También, se constata que existe una coincidencia en cuanto a las dimensiones, esto debido a que las más repetidas fueron la dimensión positiva y reflexiva. La mayoría de las parejas tiene similitudes en cuanto a la comunicación, solo en dos casos hubo excepciones; pero de manera general todas las parejas y sus características en cuanto a la comunicación tiene relación con las dimensiones antes descritas. Es importante tomar en cuenta que estas características son solo una de las teorías establecidas dentro de la comunicación, por lo cual las mismas parejas pueden coincidir en otra teoría que nombre diferente la comunicación.

De acuerdo con lo anterior, se puede destacar que otra teoría sobre la comunicación es la que se refiere a la comunicación asertiva. Esta fue mencionada en varias ocasiones por las personas participantes, por ejemplo, la persona 2 de la pareja 1 menciona “siempre una comunicación asertiva”. También la persona 1 de la tercera pareja en la historia de vida indica que “hemos intentado construir un ambiente en el que para ambos es seguro comunicar lo que pasa” (Persona 1-Pareja 3, comunicación personal, 16 de mayo de 2021). Otro ejemplo que tiene similitud con la comunicación asertiva es la persona 1 de la cuarta pareja cuando menciona “pero lo resolvemos con una comunicación asertiva”. Por tanto, estas frases demuestran que las parejas tienen conocimiento acerca de este tipo de comunicación.

Figura 1

Acciones comunicativas de las parejas que evidencian la comunicación asertiva



Otro hallazgo dentro de las parejas es que no hubo una identificación clara de la dimensión violenta. Esta subcategoría considera que la persona comunicadora crea problemas cuando transmite la información con su pareja, hay conflictos constantes y esto provoca un cambio de la otra persona, su comunicación expresa acciones como que debería hacer o que no debería hacer, es persuasivo, competitivo, controlador, etiqueta a los demás como abusador, inconforme, envía mensajes implícitos como tú estás equivocado o yo primero, mis metas valen más que las tuyas o yo no necesito un cambio y tú sí (Sánchez y Díaz-Loving, 2003).

Apego

Con respecto a la primera pareja se puede destacar que desde el instrumento de historias de vida mencionan que “en nuestra relación siempre hemos buscado la manera de estar cerca del otro” (Persona 1 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021). Otra de las frases que tiene gran representación en cuanto a la temática de apego es “y aunque no podamos vernos, siempre estamos en contacto por medio de WhatsApp® y desde que estamos juntos no ha pasado ni un solo día en los que no hayamos hablado, siempre nos mantenemos en cercanía” (Persona 2 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021).

Las frases anteriores tienen relación con algunas de las características del apego seguro; ya que este se identifica con seguridad en el apego, comodidad con la cercanía, con la interdependencia, y confianza en la búsqueda de apoyo (Yildiz, 2008 y Garrido, 2006).

Dentro de esta misma unidad de significado con respecto a la primera pareja y la entrevista realizada se destaca que, al preguntarles sobre la comodidad y confianza en su relación (lo cual tiene relación a la definición de apego mencionada anteriormente), la persona 1 expresa “para mí esa comodidad se debe también a eso que siempre hemos sido transparentes” (Persona 1 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021). Así también, la misma persona dentro de la pareja expresa que “no se trata de estar todo el día a toda hora juntos, sino que se trata de verdad que el pequeño rato que sea nos sintamos acompañados y nos sintamos cómodos precisamente (Persona 1 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021)”. Ambas frases representan similitud con el código apego seguro; ya que, parafraseando a Yildiz (2008) y Garrido (2006) en este apego se destaca una baja ansiedad y evitación, seguridad en el apego, comodidad con la cercanía.

La persona 2 de la segunda pareja indica que en un primer momento su relación fue “poco afectiva, no le gustan las muestras de cariño, lo muestra de manera inesperada y en poca cantidad” (Persona 2 en

referencia a las cualidades de la persona 1 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021). Lo mencionado tiene relación con el tercer estilo de apego, el ansioso evitativo; ya que las personas en este tienen una preferencia por la distancia emocional con la otra persona y se asocia con un nivel inferior en cuanto a la sensibilidad (Yildiz, 2008 y Garrido, 2006).

Sin embargo, en otra pregunta desde la historia de vida la misma pareja expresa que “existe mucha confianza y apoyo en los momentos difíciles. El buen humor. Nos sentimos seguros” ((Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021). Por tanto, esto no coincide con lo expresado anteriormente, ya que tiene semejanza a lo descrito como apego seguro y no como ansioso evitativo, el cual se asocia a la seguridad en el apego, comodidad con la cercanía dentro de la relación de pareja.

Asimismo, se les pregunta a las parejas sobre cómo se sienten ante una separación a nivel físico o emocional, esto debido al componente del apego relacionado con la cercanía o proximidad. Por lo cual, La persona 1 de la pareja 2 menciona que “si sentía ese sentimiento de soledad, porque ya estaba acostumbrado a él” y también destaca que “mantenemos comunicación por mensajes o por videollamada” (Persona 1 – Pareja 2 comunicación personal, 17 de mayo de 2021)

Al respecto, la persona 2 expresa que “no nos hemos separado, así como semanas” (Persona 2 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021) y lo reafirma por medio de la siguiente frase: “Uno siente ese sentimiento de ya me hace falta, ya me acostumbré a estar siempre con ella y ahora estar solo es como frustrante, siempre nos estamos escribiendo” (Persona 2 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021). Por ende, en estas frases se puede destacar el apego ansioso ambivalente, ya que este se refiere al apego que resulta de la preocupación constante del sujeto hacia la otra persona, y ambas personas mencionan en este caso esa preocupación y sentimiento de soledad o frustración.

También cabe destacar lo mencionado por la pareja 3, puesto que en su historia de vida esta logró sintetizar la información más importante con respecto al apego y el estilo presente en su relación. En primera instancia expresan que “nos gusta hacer cosas juntos y pasar bastante tiempo en pareja; sin embargo, entendemos y nos damos el espacio si alguno tiene que hacer algo” (Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021); por consiguiente, este enunciado puede contrastarse con el estilo de apego seguro, el cual resalta una baja ansiedad y evitación, seguridad en el apego, comodidad con la cercanía, con la interdependencia (Yildiz, 2008 y Garrido, 2006). La pareja toma en cuenta la interdependencia como parte de su relación, dado que más adelante dentro de la misma técnica indican que “las emociones más frecuentes al estar juntos, es tranquilidad y felicidad, cuando estamos lejos no varían ya que sabemos que ambos estamos bien” (Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021).

En otra pregunta realizada dentro de este instrumento, la pareja 3 logra realizar una comparación de la confianza actual que tienen con sus relaciones familiares. Esta menciona que “ahora existe una confianza más fuerte entre ambos podría decirse, podemos actuar en frente del otro de una forma en la que sólo nos desenvolvemos con nuestras familias” (Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021). Como parte de los componentes del apego seguro se encuentra la confianza, y no solo se hace énfasis en la creada como vínculo afectivo al inicio de la relación, sino también al mantenimiento de esta a lo largo del tiempo; lo que puede observarse en la frase expresada.

La pareja número 4, dentro de la historia de vida, logra expresar lo que siente cuando se encuentra en un distanciamiento físico. Ambas personas coinciden en que “se puede decir que somos muy cercanos, ya que cuando estamos separados físicamente nos sentimos incompletos. Solemos sentir tristeza y soledad”. En este primer acercamiento, la expresión tiene relación con el apego ansioso ambivalente y parafraseando a Yildiz (2008)

y Garrido (2006) se refiere al apego que resulta de la preocupación constante del sujeto hacia la otra persona, en donde hay también angustia exacerbada alta, ansiedad y baja evitación. Tales premisas tienen relación directa por ese sentimiento de soledad o tristeza que puede resultar de la baja evitación o de la alta ansiedad que tiene la pareja.

Sin embargo, la pareja también expresa que “la seguridad, confianza y amor son los ideales que hay en la relación y lo que nos mantiene juntos” (Pareja 4, comunicación personal, 25 de mayo de 2021). Con lo cual se podría deducir que presentan aspectos como seguridad y confianza, lo que está unido a las características de apego seguro. Este se describe como seguridad en el apego, comodidad con la cercanía, con la interdependencia, y confianza en la búsqueda de apoyo (Yildiz, 2008 y Garrido, 2006).

Con lo que se refiere a la entrevista, la persona 2 de la pareja 4 indica que “yo tengo incluso más confianza que a persona 1 que a mi familia” (Persona 2 – Pareja 4, comunicación personal, 25 de mayo de 2021), y otra expresión importante que menciona es que “hay mucha confianza por ejemplo de cosas que le gusta a el otro o no le gustan” (Persona 2 – Pareja 4, comunicación personal, 25 de mayo de 2021). Ambas frases se relacionan con el apego seguro, debido a la confianza que la persona 1 describe desde su punto de vista en este caso.

La pareja 5 se relaciona en varios aspectos con parejas anteriores. Con respecto a la historia de vida, esta pareja no fue tan descriptiva en lo que concierne al apego, pero sí destaca alguna información significativa como: “Las principales fortalezas de esta relación nos generan emociones positivas, principalmente como la gratitud, admiración, ternura, amor y felicidad” (Pareja 5, comunicación personal, 6 de junio de 2021), y en cuanto a la confianza expresa que “completa confianza y apertura a cualquier tema”. Lo anterior es poca información, pero por lo que se menciona puede tener relación con el apego seguro por aspectos como confianza y por la interdependencia que pueda tener la pareja.

Si se toma en cuenta la entrevista realizada a la pareja, esta expresa más información con respecto al tema e inicia con la temática de confianza. De esta manera, la persona 1 de la pareja 5 señala que “tenemos como la confianza de contarle al otro todo lo que se nos pasa por la cabeza” (Persona 1 – Pareja 5, comunicación personal, 6 de junio de 2021) y la persona 2 indica que “básicamente tenemos super confianza” (Persona 2 – Pareja 5, comunicación personal, 6 de junio de 2021). Por tanto, se denota que el elemento de confianza está presente como lo indica la pareja.

También, se le pregunta a esta pareja sobre el tema de comodidad en la relación. La persona 2 señala que, “lo más importante es que puedo ser yo, no tengo que ocultar absolutamente nada, todos mis defectos y todas mis virtudes persona 1 las conoce” (Persona 2 – Pareja 5, comunicación personal, 6 de junio de 2021), y la persona 1 luego de esta intervención menciona que “de hecho es una relación bastante sana, nosotros lo vemos así” (Persona 1 – Pareja 5, comunicación personal, 6 de junio de 2021). Acá se logra reflejar algunos elementos del apego seguro como el desarrollo y mantenimiento de la confianza en la pareja, ya que se encuentran aspectos como la accesibilidad y el apoyo (Yildiz, 2008 y Garrido, 2006).

Según lo observado en la información anterior, se puede mencionar que existe una coincidencia en las cinco parejas. Uno de los puntos por destacar es que todas las parejas presentan rasgos del estilo de apego seguro; partiendo de que todas son personas estudiantes universitarias, todas comparten una etapa de desarrollo en común. Cabe señalar que con base a lo que las parejas mencionan, este es el estilo predominante en las 10 personas entrevistadas; pues Talavera (2012), quién realiza una investigación basada en la población universitaria, destaca que “se confirma que los estudiantes que presentan un apego seguro (dimensión de “Seguridad”) es un factor de protección de psicopatología, mientras que el apego inseguro (dimensiones de “Interferencia”, “Autosuficiencia” y “Traumatismo infantil”) constituye un factor de riesgo” (p. 5).

Atracción interpersonal

En relación con esta unidad de significado se toma en cuenta lo mencionado en la historia de vida por parte de la pareja 1. La primera pregunta que se le realiza es con respecto a los aspectos en común dentro de la pareja, y en este caso las personas expresan que “con el paso del tiempo y al estar tanto tiempo juntos se puede evidenciar que cada vez nos parecemos más en la forma de pensar” (Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021). Parafraseando a Ovejero (2007), se puede destacar que esta frase tiene relación con la semejanza en actitudes y opiniones ya que esta estará en función de la proporción de opiniones semejantes que compartamos con la otra persona, sin importar el contenido de estas opiniones.

Otro aspecto importante de la pareja es con respecto al tema de las características de la convivencia, la cual comenta que “ambas personas somos comunicativas, tranquilas, nos encanta hacer cosas nuevas con el otro, respetuosos, tolerantes, empáticos, inclusivos, amorosos y seguros” (Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021). Lo anterior puede enlazarse con lo descrito por Ovejero (2007) como complementariedad de necesidades, quien indica que la *similaridad* hace referencia a actitudes e intereses, personas o rasgos básicos de carácter equivalente. Debido a que las personas mencionan que ambas tienen intereses o actitudes iguales o similares.

La pareja 1 también explica la atracción interpersonal por medio de la entrevista semiestructurada. Las frases que se destacan y se asocian a la teoría propuesta por Ovejero (2007) fueron: “Intentamos que la relación no caiga en un hueco y que de ahí no pueda salir, siempre intentamos hacer cosas diferentes” (Persona 2 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021), “el comprender que somos personas diferentes” (Persona 1 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021). Otros enunciados que también tienen significado dentro de la coincidencia con la teoría de atracción son: “Respetamos mucho los contextos” (Persona 1 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021), “Siempre hemos mantenido ese respeto” (Persona 1 – Pareja 1, comunicación personal, 16 de mayo de 2021). La asociación es el aspecto que tiene mayor similitud, la cual es cuando se agradan a quienes asociamos con los buenos sentimientos. Asimismo, esta crea sentimientos positivos hacia quienes se vinculan con eventos recompensantes por medio del condicionamiento social. Esa asociación que la pareja describe tener crea el sentimiento positivo entre ellos para continuar con su relación; por ejemplo, la coincidencia en el respeto que está presente en la relación, entre otros aspectos que mencionan.

Ahora bien, se resaltan los datos de la pareja 2, los cuales corresponden a las respuestas establecidas en la historia de vida. Un primer acercamiento tiene relación con el aspecto de complementariedad de necesidades, este se relaciona a personas o rasgos básicos de carácter similar. Al respecto la pareja expresa que “actualmente, compartimos el gusto por ciertas comidas y por experimentar visitar nuevos lugares y comer, nos gusta compartir momentos agradables con nuestros familiares y vacilar con los que nos rodean” (Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021).

También, se le pregunta a esta pareja sobre la reciprocidad, y la persona 1 menciona que “me ha hecho sentir que puedo contar con él siempre” (Persona 1 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021) y, por otro lado, la persona 2 indica que “me hizo sentir muy feliz y querido” (Persona 2 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021). Ambas personas coincidieron en la respuesta expresada en la historia de vida, puesto que la reciprocidad (según se menciona anteriormente) se da al percibir indicios de ser estimado y por otro ya produce atracción interpersonal.

Sin embargo, dentro de la entrevista la persona 1 menciona que “pero en personalidad cero” (Persona 1 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021), esto refiriéndose a la similitud de personalidades. Luego, la persona 2 menciona que “ella es una persona que es muy sociable” y “ella es muy animada” (Persona 2 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021). (Asimismo, la persona 1 expresa otras

características como: “Tiende a ser la mayor parte del tiempo muy servicial” y “Educada también, me parece algo muy bonito” (Persona 1 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021). Estas características que mencionan no tienen relación alguna entre ellas, pero al preguntarles sobre las cosas en común la persona 2 menciona que “yo creo que sí somos polos opuestos” (Persona 2 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021), y la persona 1 indica que “yo pienso que sí tenemos algo en común” y, “siento que tenemos un muy buen humor y siento que coincidimos en eso” (Persona 1 – Pareja 2, comunicación personal, 17 de mayo de 2021); a lo que la persona 2 afirma lo mencionado y al final se toman en cuenta estos elementos en común y se asocia a la complementariedad de necesidades o a semejanza de actitudes y opiniones.

La pareja 3 describe algunas características como: “Ambos compartimos mucho el mismo sentido de humor”, “los dos somos muy empáticos y nos gusta ayudar a los demás” y “otra cosa importante es que ambos podemos escuchar a la otra persona” (Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021). Estos comentarios se pueden deducir a dos aspectos de la atracción: uno de ellos es semejanza de actitudes y opiniones, y la otra puede ser la asociación. La primera debido a los elementos en común y la segunda, por la atracción que hay a los buenos sentimientos o buenas acciones; como es el caso de escuchar a otras personas, por esa similitud hay una asociación.

También, se le pregunta a la pareja sobre la reciprocidad en cuanto al instrumento de historia de vida, la cual expresa de manera textual: “También nos sentimos amados por los detalles que nos damos ambos, por más pequeños que sean, sabemos que al otro lo hará feliz, como cuando compramos comida pensando en la otra persona” (Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021) y lo reafirman con la expresión: “Somos amorosos el uno con el otro, somos muy tolerantes, proactivas, comprensibles” (Pareja 3, comunicación personal, 20 de mayo de 2021). De acuerdo con Ovejero (2007), solo el hecho de percibir indicios de ser estimado por otro ya produce atracción interpersonal, es decir, reciprocidad.

En la misma línea se destaca lo mencionado por la pareja 4, que desde el primer acercamiento con la historia de vida menciona la siguiente frase que cobra relevancia en el desarrollo de la entrevista: “Los aspectos en común que teníamos al inicio de la relación se han mantenido hasta el momento, por ejemplo, los temas de interés que abarcan desde la ciencia y la tecnología hasta los temas sociales” (Pareja 4, comunicación personal, 25 de mayo de 2021). Por su parte, esta premisa puede conectar con la teoría en lo que respecta a semejanza en actitudes y opiniones, la cual está en función de la proporción de opiniones semejantes que comparta la pareja (Ovejero, 2007).

Además, se le pregunta a esta misma pareja acerca del aspecto de reciprocidad, y las personas mencionan algunos ejemplos de momentos en los que consideran que se ve presente este componente, los ejemplos son específicos y vivenciales. La persona 2 indica que “cuando tengo hambre y ella me hace comida” (Persona 2 – Pareja 4, comunicación personal, 25 de mayo de 2021), en referencia a que en ese momento siente que existe ese signo de estima. Por su parte, la persona 1 lo considera “cuando me siento enferma o muy cansada, él cuida mucho de mí” (Persona 1 – Pareja 4, comunicación personal, 25 de mayo de 2021)”. Por esto, se podría deducir que la reciprocidad está presente en la relación.

Además, se considera que la pareja 5 tiene semejanza con la mayoría de las parejas descritas en cuanto a elementos en común desde la historia de vida. Esta menciona muchos elementos que comparten por medio de la siguiente frase: “Mantenemos el mismo interés en la carrera que estudiamos y en las áreas que queremos especializarnos. En el tema fuera de carrera, tenemos en común nuestro sentido del humor y mantenemos los mismos hobbies como juegos de mesa, videojuegos y películas/series de la cultura *geek*” (Pareja 5, comunicación personal, 6 de junio de 2021). Lo anterior está directamente relacionado con la semejanza en actitudes y opiniones.

También en el ámbito de la reciprocidad la pareja considera que tienen presente este elemento, por lo que indica que: “ambos nos sentimos amados en todo momento” Asimismo, en cuanto a esa reciprocidad y diversidad de la relación expresa que “somos complementarios, en el caso de persona 1 él es una persona tranquila, callada, reservada y bastante afectuosa. En el caso de persona 2, ella es una persona dinámica, activa, apasionada, reflexiva y más cautelosa” (Pareja 5).

Para contrastar las características antes mencionadas en la entrevista, la pareja 5 logra identificar algunos aspectos que los diferencian. La persona 1 indica que “la persona 2 es demasiado relajado” (Persona 1 – Pareja 5), y la persona 2 menciona que “en mi caso lo risueña” (Persona 2 – Pareja 5). Estas características no los describen a ambos, pero si consideran que los complementan de acuerdo con lo mencionado en el párrafo anterior.

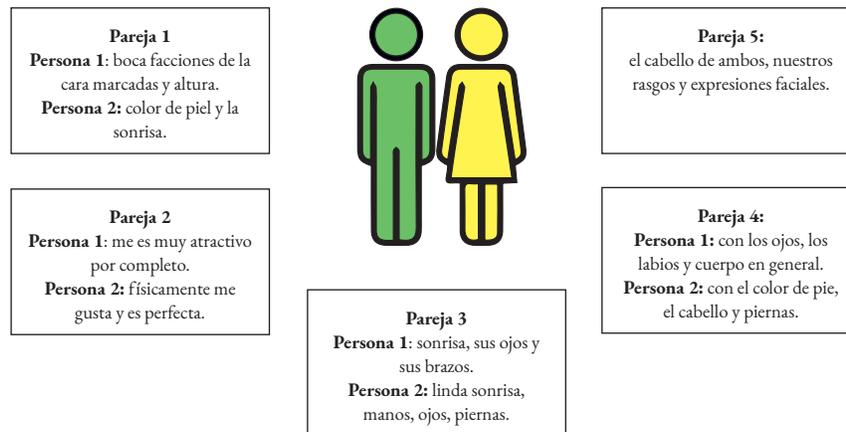
Luego de la descripción de las diversas opiniones y relaciones con respecto a la atracción interpersonal, se puede diferir diversas analogías. La primera es que, a diferencia de las otras categorías, esta tiene muchos elementos variables y no en todos los casos se repite un mismo patrón, como sí fue el caso del apego seguro y la dimensión positiva que eran repetidas en todas las parejas y lo único era que en varias se le unían otros estilos y dimensiones.

Por la peculiaridad y características de los códigos existió mucha diversidad en cuanto a los componentes y cómo se veían reflejados en las parejas. Uno de los aspectos que más predominó fue la reciprocidad; puesto que, todas las parejas ya sea por una o varias frases se lograban identificar con este componente y hasta mencionaban algunos ejemplos claros que alcanzaban a definirlo y encontrarlo a simple vista.

En cuanto a la atracción interpersonal, se les pregunta a las parejas sobre cuál aspecto del físico de la otra persona era el más importante. Las respuestas se reflejan en la figura 2.

Figura 2

Características físicas de las parejas que le gustan a la otra persona



Se reflejan aspectos del físico de las personas y su relevancia ante las parejas. Un ejemplo significativo es el de la pareja 4, la cual expresa una opinión en conjunto y no lo hace de manera individual. También, se logra identificar que existen características repetidas como lo es el caso de la sonrisa, las piernas, los ojos y el cabello. Como se observa en la figura, la pareja 3 y 4 tiene bastantes componentes en común, sus respuestas son muy similares. Por último, también se puede destacar que todas las parejas al menos mencionan un aspecto físico, con lo cual se identifica que este sí tiene una cierta importancia en la relación.

Conclusiones

El estudio constata los procesos psicosociales de cinco relaciones de pareja de estudiantes universitarios de la carrera de Ingeniería en Sistema de Información de la Universidad Nacional, Costa Rica; los cuales se desarrollan en tres áreas: comunicación, apego y atracción interpersonal. La combinación de estos procesos permite concluir, en términos generales, que los procesos psicosociales presentan diversos significados y en algunos casos hasta opuestos dentro de la misma pareja. Esta situación ha implicado el desarrollo de estrategias flexibles para la comunicación, para mantener el apego y la atracción de modo que la experiencia de convivencia como pareja sea exitosa.

En cuanto al primer objetivo, sobre estilos de comunicación presente en las relaciones de pareja de estudiantes universitarios, existe evidencia de la dimensión negativa de la comunicación, aunque en menor medida. Esta consiste, básicamente, en que la persona se caracteriza por ser conflictiva, confusa e inadecuada en la transmisión de información. También, es claro que la mayoría de las parejas muestran la dimensión positiva; la cual hace referencia a que la persona en esta dimensión es abierta, agradable, amable, educada, afectuosa, sociable, optimista, en la mayoría de los casos se enfoca en sí misma sus pensamientos y sus sentimientos. Asimismo, se refleja, en menor medida, una dimensión reflexiva de la comunicación que se refiere a que la persona es especulativa, investiga, desea, es positiva, utiliza la introspección, utiliza con frecuencia frases como yo pienso, yo tengo, yo haré, yo diré, se cuestiona ante las situaciones vividas (Sánchez y Díaz-Loving, 2003).

Otro elemento que se concluye es que la mayoría de las parejas informantes mencionan algunos elementos, frases o expresiones acerca de la comunicación asertiva y los elementos que la componen, aunque también se puede evidenciar que no existe ninguna representación dentro del estudio acerca de la dimensión violenta de la comunicación.

Con respecto al segundo objetivo concerniente a los estilos de apego, se concluye que hay una predominancia de tres estilos de apego y como punto más relevante acerca de esta comprensión es que las cinco parejas participantes del estudio cuentan con rasgos o características que suponen pertenecer al estilo de apego seguro. También se destaca que dos de las parejas presentan algunos rasgos no solo del apego seguro, sino también del estilo de apego ansioso ambivalente; y lo que respecta al estilo de apego ansioso evitativo (utilizado como base para este estudio), solo una de las parejas participantes mencionó alguna frase representativa de este.

Referente a la temática de apego se hace relevante, desde la disciplina de Orientación, el trabajo para conocer los diferentes tipos de apego presentes en las parejas; con el fin de más adelante lograr un abordaje integral con las parejas a partir de este dato. La disciplina tiene la visión de una persona integral dentro del proceso de atención a la familia o la pareja. De esta manera, con la información acerca de cuál estilo predomina se puede direccionar la atención individual y así lograr que la persona resuelva interrogantes dentro del proceso de Orientación.

Como conclusiones del último objetivo específico sobre los aspectos de la atracción interpersonal, se halla el componente de reciprocidad en todas las parejas participantes. Cada una de ellas, al menos, en una ocasión menciona la presencia de este dentro de su relación, además la mayoría de las parejas no tenía los mismos componentes de la atracción interpersonal.

Por lo descrito, para la disciplina de Orientación es necesario el trabajo desde una visión integral de la persona. El componente de atracción interpersonal puede tomar gran relevancia a nivel social y cultural, y esto puede afectar la construcción de una relación de pareja; por lo cual, se considera esencial tomar en

cuenta cada aspecto que compone la atracción y determinar cómo este afecta una relación para el trabajo con las mismas parejas y la construcción de una relación basada en bases constructivas y no destructivas. Además, al triangular los resultados y reflexionar acerca de ello, se evidencia la necesidad de que desde esta disciplina y sus áreas disciplinares, como la Orientación de pareja, se aborden nuevos estudios; pero también es una invitación para que las instituciones de educación superior aborden este vínculo afectivo como parte de las acciones de acompañamiento al estudiantado. En ese sentido, se trata de brindar apoyo para mejorar las relaciones mediante la comprensión y la resolución de conflictos interpersonales; y apoyar con estrategias para fortalecer la comunicación, la confianza y la comprensión mutua. La orientación ofrece estrategias y herramientas para que las parejas aborden sus desafíos de manera constructiva.

Declaración de conflictos de intereses

Las personas autoras declaran que no tienen vínculos con actividades o relaciones personales conocidas que influyan de forma inapropiada en el proceso editorial.

Declaración de contribuciones

1. **Concepción y elaboración del manuscrito:** Warner Ruiz-Chaves
2. **Recolección de datos:** Catalina Lewis Salas.
3. **Análisis de datos:** Catalina Lewis Salas.
4. **Discusión de los resultados:** Catalina Lewis Salas y Warner Ruiz-Chaves.
5. **Revisión y aprobación:** Catalina Lewis Salas y Warner Ruiz-Chaves.

Referencias

- Alfaro, A. (2014). *Las relaciones de pareja: ¿la educación, las condiciona?* [Tesis de licenciatura, Universidad de Valencia]. Repositorio digital de la Universidad de Valencia. <https://www.uv.es/igualtat/webnova2014/anaalfaro.pdf>
- Castellanos, C. (2015). *Influencia de las redes sociales en la relación de pareja de estudiantes de la Universidad Rafael Landívar*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio digital de la Universidad Rafael Landívar. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/teseortiz/2015/05/42/Castellanos-Camila.pdf>
- Contreras, F. (2016). Construcción y vivencia de las Relaciones de Pareja en los jóvenes estudiantes de las Facultades de Medicina, Arquitectura, y Administración de la Universidad Autónoma Benito Juárez de Oaxaca. *ACADEMO. Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*. 2 (3), 1 - 20. <https://revistacientifica.uamericana.edu.py/index.php/academo/article/view/49>
- Cuervo, J. (2014). *Comunicación y perdurabilidad en parejas viables* [Tesis de doctorado, Universidad Autónoma de Barcelona]. Repositorio digital de la Universidad Autónoma de Barcelona. <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/283429/jjcr1de1.pdf?secuence>
- De la Espriella Guerrero, R. (2008). Terapia de pareja: abordaje sistémico. *Rev. Colomb. Psiquiat.*, 37(1), 175-186. <https://www.redalyc.org/pdf/806/80615420014.pdf>
- Departamento de Orientación y Psicología. (2023). *Asesorías en Orientación*. <https://www.vidaestudiantil.una.ac.cr/asesoriasorientacion>

- Garrido-Rojas, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional: Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 493-507. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342006000300004
- Gil, M., y Ríos, C. (2021). *Las relaciones de pareja en la actualidad desde la perspectiva de adultos jóvenes* [Tesis de doctorado, Unilasallista Corporación Universitaria]. Repositorio digital de Unilasallista Corporación Universitaria. <http://repository.unilasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/3204/1/20171094-20171482.pdf>
- Giraldo, C.M., y Rodríguez, A. (2018). La comunicación en las relaciones de pareja mediadas por la virtualidad en tiempos de modernidad líquida. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 10(1), 11-30. <https://doi.org/10.17151/rlef.2018.10.1.2>
- Gurdián, A. (2007). *El paradigma cualitativo en la investigación socioeducativa*. Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana (CECC) y Agencia Española de Cooperación Internacional (AECI).
- Guzmán, M., y Trabucco, C. (2014). Estilos de Apego y Empatía Diádica en Relaciones de Pareja en Adultos Emergentes. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXIII (3), 61-69 <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281943266007.pdf>
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza Torres, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill Education.
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2018). *La tercera encuesta nacional de juventudes 2018 actualiza el estado de conocimiento sobre las personas jóvenes en Costa Rica*. <https://cpj.go.cr/tercera-encuesta-nacional-de-juventudes-2018-actualiza-el-estado-de-conocimiento-sobre-las-personas-jovenes-en-costarica/>
- Jiménez-Torres, A. y Maldonado-Peña, M. (2020). Terapia de Pareja Centrada en las Emociones. *Revista Griot*, 13 (1), 1-20. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8471595.pdf>
- Malgón, L., Cuestas, J., y Reyes, I. (2014). *Influencia del Facebook en el mantenimiento de las relaciones de pareja en estudiantes de la Universidad de Piloto de Colombia*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Piloto]. Repositorio digital de la Universidad de Piloto de Colombia. <http://polux.unipiloto.edu.co:8080/00002118.pdf>
- Martínez, J. D. (2018). *Estrategias de manejo de conflictos y nivel de inversión en parejas que asisten y no asisten a un grupo religioso de ayuda marital*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)]. Repositorio digital de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC). <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/625141>
- Maureira, F. (2011). Los cuatro componentes de la relación de pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(1), 321-332. https://www.researchgate.net/publication/271328168_Los_cuatro_componentes_de_la_relacion_de_pareja
- Montes, J. M. M. (2007). Comprensión del enamoramiento. *Cauriensia: revista anual de Ciencias Eclesiásticas*, (2), 363-388. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2280124>
- Okuda, M., y Gómez-Restrepo, C. (2005). Métodos de investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(1), 118 - 124. <https://bit.ly/45f9tcm>
- Ovejero, A. (2007). *Las relaciones Humanas, Psicología social teórica y aplicada*. Editorial Biblioteca Nueva.
- Palacio, J. (2007). *Los Procesos Psicosociales desde la Psicología Social Psicológica*. https://www.researchgate.net/publication/316227779_Los_Procesos_Psicosociales_desde_la_Psicologia_Social_Psicologica
- Rojas, J. O. (2012). El vínculo de pareja: Una posibilidad afectiva para crecer. *Revista Electrónica Educare*, 16(Especial), 23-30. <https://doi.org/10.15359/ree.16-Esp.3>

- Romo, J. (2008). Estudiantes universitarios y sus relaciones de pareja: de sus experiencias y proyectos de vida. *Revista mexicana de investigación educativa*, 13(38), 801-823. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662008000300006
- Rubí, A., y Córdoba, A. (2018). *Uso de las redes sociales en la construcción de pareja, una perspectiva orientadora* [Tesis de licenciatura inédita]. Universidad Central.
- Ruiz D. (2001). Relaciones de pareja. *Revista de Educación*, (325), 49-56. <https://bit.ly/3OZbJ1x>
- Sánchez, R., y Díaz-Loving, R. (2003). Patrones y estilos de comunicación de la pareja: Diseño de un inventario. *Anales de Psicología*, 19(2), 257-277. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/27741>
- Serrano, M. M. (2007). *Teoría de la comunicación. La comunicación la vida y la sociedad*. Editorial McGrawHill.
- Stange, I., Ortega, A., Moreno, A., y Gamboa, C. (2017) Aproximación al concepto de pareja. *Psicología para América Latina*. (29), 7-22. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n29/a02n29.pdf>
- Talavera, E. L. G. (2012). Evaluación del apego en estudiantes universitarios. *Horizonte Médico*. 12(3), 42-46. <https://www.horizontemedico.usmp.edu.pe/index.php/horizontemed/article/view/141>
- Ubillos, S., Páez, D., y Zubieta, E. M. (2004). Relaciones íntimas: atracción, amor y cultura. En Fernández, I., Ubillos, S., Zubieta, E., y Páez, D. (Eds). *Psicología social, cultura y educación* (págs. 511-536). Pearson Education.
- Valencia, L. I. (2011). Causas y Estrategias de Solución de Conflictos en las Relaciones de Pareja Formadas por Estudiantes Universitarios. *Psicogente*, 14(26), 336–351. <https://doi.org/10.17081/psico.14.26.1836>
- Vargas Cordero, Z.R. (2020). *La Orientación. Una revisión histórico-metodológica*. EDINexo.
- Yildiz, I. (2008). Teorías Sobre Afectos y Síntomas. Perspectivas de psicología evolutiva y multidisciplinaria. *Revista Psicoanálisis*, XX (1), 37-50. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3674188.pdf>