

¿Que nos mantiene juntos?

Explorando el compromiso y las estrategias de mantenimiento en la relación marital

Ruth Nina-Estrella

Resumen

Se presenta una revisión de literatura sobre el compromiso y las estrategias de mantenimiento, así como los principales modelos teóricos desarrollados para su comprensión. Ante la necesidad de estudios para el entendimiento de la estabilidad y funcionalidad de la pareja, se explora la noción de compromiso y estrategias de mantenimiento desde el contexto puertorriqueño. La muestra del estudio estuvo compuesta por 101 personas casadas (41 hombres y 60 mujeres) seleccionadas por disponibilidad. Se solicitó que contestaran un cuestionario diseñado para identificar las características del compromiso y

Abstract

A review literature on commitment and maintenance strategies, as well as the main theoretical models developed for understanding. Due to the current need for studies on the stability and functionality of the couple, this investigation was conducted, which explores the notion of commitment and maintenance strategies from the Puerto Rican context. The study sample was composed of 101 married couples (41 men and 60 women) selected by availability. Participants were asked to answer a questionnaire designed for identifying the characteristics of commitment and maintenance strategies. Content

RUTH NINA-ESTRELLA. Doctorado en Psicología Social, Universidad de Puerto Rico, [rnina@coqui.net].

Revista Intercontinental de Psicología y Educación, vol. 13, núm. 2, julio-diciembre 2011, pp. 197-220.
Fecha de recepción: 23 de septiembre de 2010 | Fecha de aceptación: 15 de febrero de 2011.

las estrategias de mantenimiento. Se utilizó el análisis de contenido para analizar las respuestas obtenidas por los participantes, estableciendo cinco categorías de análisis: 1) el significado del compromiso, 2) estrategias de mantenimiento del participante, 3) estrategias de mantenimiento de la pareja, 4) importancia de las estrategias para su matrimonio, y 5) nivel de satisfacción marital. Entre los aspectos que resaltan, se obtuvo que ambas variables son significativas para la estabilidad de la relación, contribuyen a la satisfacción del matrimonio, y cada una de ellas tiene sus características propias. Se propone abordar el tema en futuros estudios.

PALABRAS CLAVE
responsabilidad, matrimonio

analysis was utilized in order to study the responses obtained, providing for five categories of analysis: (1) the meaning of commitment, (2) maintenance strategies of the participant, (3) maintenance strategies of the partner, (4) importance of strategies to their marriages, and (5) level of marital satisfaction. Among the aspects that stand out from the findings is that both variables are significant for the stability of the relationship, that both contribute to marital satisfaction and that each one of them possesses their own characteristics. Future investigation is proposed on this topic.

KEY WORDS
commitment, marriage

Todo matrimonio tiene una historia donde sus integrantes son los actores y protagonistas de su propio relato de vida y construyen una relación de pareja. Cada historia es diferente, el comienzo es único, el argumento es original y el final de la historia es impredecible (Rojas, 1997).

En el campo de la psicología, se ha demostrado que la ruptura en la pareja, su separación o divorcio pueden acarrear consecuencias negativas sobre la salud física y mental de los cónyuges (Vangelisti y Perlman, 2006; Hendrick y Hendrick, 2000; Gottman, 2000; Huston, 2000), así como en los hijos, si éstos estuvieran presentes en la relación (Hendrick, 2004; Brehm, 1992). Como consecuencia de ello, existe un gran interés en comprender la complejidad del matrimonio y, sobre todo, en estudiar los diversos procesos que intervienen en la funcionalidad y estabilidad del mismo.

En la revisión de literatura, pueden obtenerse múltiples conceptualizaciones teóricas dedicadas al análisis de variables que contribuyen a la estabilidad y el funcionamiento de una relación marital (Vangelisti y Perlman, 2006; Hendrick y Hendrick, 2000). Entre las que se identifican de manera significativa se hallan la satisfacción, el amor, la comunicación y las estrategias de mantenimiento. Estas variables se reconocen como entidades dinámicas y cambiantes, con una identidad propia, se interrelacionan entre sí y coexisten en un proceso de interacción.

Ante la escasa investigación sobre el tema del matrimonio desde un contexto psicosocial en la cultura puertorriqueña, se determinó analizar los procesos psicosociales en la relación marital. La investigación tuvo como objetivo principal comprender las variables que influyen en la calidad de la relación marital en cuanto a la estabilidad y el funcionamiento. El presente trabajo corresponde a la primera parte de dicho estudio, en el cual se explora el compromiso y estrategias de mantenimiento en el matrimonio.

Compromiso

El compromiso es un componente de naturaleza personal que se genera en un contexto de pareja. Según el significado y la percepción de cada uno de los integrantes sobre el compromiso, podrá sostenerse tal pareja. Es un elemento que refleja su construcción y convivencia.

Es importante reconocer que el compromiso es un constructo cambiante; es decir, se transforma de acuerdo con el contexto sociohistórico y cultural en que la pareja está inmersa (Nina, 2008) y evoluciona con ella como consecuencia de los intercambios en su diario vivir (Brehm, 1992; Knapp y Taylor, 1994).

Actualmente, en las sociedades occidentales, el compromiso es parte de las ritualidades de una pareja estable. Con el desarrollo de una relación, se reconoce que las personas se comprometen como consecuencia de ello. Tener una pareja es una meta social que asume un significado emocional y psicológico (Nina, 2004). Por ello, el compromiso tendrá varios matices dependiendo del tiempo de la pareja, la etapa que esté viviendo,

la tipología de pareja y la necesidad o el deseo de una estabilidad (Adams y Jones, 1999, Nina, 2008).

La literatura demuestra que el compromiso puede ser desde una actitud, un deseo de intimar, lealtad, un código de conducta, asumir responsabilidades, o bien una acción formal como el matrimonio (Adams y Jones, 1997; Hendrick, 2004). No obstante, entre los estudios sobre el tema, se admite que: 1) el deseo de mantener un compromiso es intencional, 2) es una forma de expresarse de la pareja y 3) es un factor que solidifica y refuerza el vínculo entre los integrantes del matrimonio (Avelarde, Diaz-Loving y Rivera, 1996; Dindia, 2000; Stanley, 2005; Rusbult, Coolsen, Kirchner y Clarke, 2006).

El compromiso se define de múltiples formas, entre las cuales están las referidas al sentido de pertenencia hacia una pareja, como algo duradero. Desde esta perspectiva, se consideran factores de mantenimiento conformados por el amor y por condiciones externas estables que contribuyen a mantener una relación (Kelley, 1983). Cuando el compromiso en la pareja es mutuo, se basa en que ambas partes muestran y sostienen sentimientos positivos entre sí, reforzados por sentimientos que se desarrollan de modo estable.

También, pueden considerarse otros elementos al definirse el compromiso: 1) la decisión de permanecer en la relación (Johnson, 1991; Stanley, 2005), 2) una concepción de la pareja sobre el futuro de la relación (Surra y Houston, 1987), y 3) el sentido de la exclusividad en la pareja (Nina, 2007). Estos elementos surgen de los sentimientos positivos que se han desplegado sobre la unión, así como de la motivación que les evoca continuar.

Para Stanley y Markman (1992), el compromiso se refiere a la dedicación personal con la relación y los problemas surgidos al darse una ruptura. Para los autores, este concepto atañe al grado en que la persona piensa sobre sí misma como pareja y sobre su deseo de continuar. Estos factores responden a la dedicación personal que le brinden cada uno de los integrantes de la relación, la cual, a su vez, se nutre de elementos de índole moral, económica y de presión social.

Por otra parte, existen diversos modelos conceptuales que tratan de describir los componentes del compromiso en una relación de pareja. En-

tre éstos, se encuentra el modelo atracción-barrera (Levinger, 1996), basado en la concepción de fuerzas psicológicas, impulsoras o inhibitoras propuestas originalmente por Lewin (1951). Tales fuerzas se configuran en elementos de barreras o atracción, los cuales ayudan a mantener o afectar la estabilidad de la pareja. Según el autor, para que una pareja sea estable, los aspectos positivos en la relación deben ser superiores a los negativos. El compromiso se forma gradualmente; en la medida en que pasen tiempo juntos estarán haciendo inversiones en la relación, lo cual incrementará en forma paulatina su valor (Levinger, 1996).

Otro modelo teórico es el de involucramiento de Rusbult (1980, 1983), sustentado en la teoría de la interdependencia de Kelley y Thibaut (1978). Rusbult (1983) propone que el compromiso emerge como una consecuencia del incremento en la dependencia con la relación. Lo define como el intento de persistir en una unión, lo cual incluye involucrarse por un largo tiempo, así como sentimientos de apego. El autor resalta dos características acerca de este concepto: 1) la satisfacción como un efecto positivo del afecto y de atracción propia de la relación y 2) el intento conductual e involucramiento psicológico (Rusbult, 1980). Este modelo plantea que el compromiso de conservar una unión incrementará en la medida en que la pareja se sienta satisfecha con dicho involucramiento. Sin embargo, es posible estar insatisfecho en una relación y mantener el compromiso con la pareja.

En la literatura, también hallamos el trabajo de Johnson (1973, 1991), quien, con base en el interaccionismo simbólico, establece que el compromiso responde a tres aspectos: personal, moral y a la estructura de la relación. Johnson (1991) parte de una perspectiva multidimensional en donde el compromiso concierne al deseo de continuar en la unión, al sentimiento en cuanto a la obligación de mantenerse la relación, y sobre otros aspectos para proseguir en la relación como sería la satisfacción.

Por otra parte, desde la perspectiva dialéctica, está el trabajo de Brickman, Dunkel-Schetter y Abbey (1987). Éste alude al compromiso como un sistema social que entraña conflictos o situaciones de tensión, debido a que la relación de pareja está sujeta a constantes cambios o estrés. Pueden reconocerse tres tipos de compromiso desde el contexto dialéctico: inte-

gración-separación, estabilidad-cambio y privacidad-expresividad (Brickman *et al.*, 1987). Desde este punto de vista, los integrantes de la unión manejan aspectos como tensiones, conflictos, insatisfacciones, intereses opuestos, provocando que se desarrollen estrategias para lidiar con ello.

Una aportación latinoamericana al estudio del compromiso es el trabajo de Diaz-Loving (1999), con su modelo teórico biopsicosocial-cultural de la relación de pareja, según la cual la etapa de compromiso en la pareja son aquellas situaciones en las que los sujetos están de acuerdo en continuar con una unión a un plazo más largo, haciendo hincapié en que en la actualidad el compromiso en el matrimonio es un elemento que contribuye a su funcionalidad.

Estrategias de mantenimiento

La noción de mantenimiento es una metáfora utilizada para identificar qué se hace para mantener una relación marital estable (Canary y Stafford, 1994; Noller y Feeney, 2006). En el desarrollo del matrimonio, aparecen diversas actividades que favorecen el sostenimiento de una relación de pareja. Las estrategias que ésta adopte estarán altamente asociadas con la satisfacción, el compromiso y la calidad marital (Stanley, Makman y Whitton, 2002). Por otra parte, cada acción conductual de mantenimiento refleja el sentido de compromiso existente entre la pareja, al igual que su nivel de satisfacción.

En el matrimonio, las estrategias de mantenimiento poseen tres funciones básicas: 1) expresar emociones, 2) definir la relación y 3) preservar la relación por medio de las actividades que se coordinen (Dindia, 2000; Rusbult *et al.*, 2006). Compartir actividades dependerá de la actividad que realicen, el significado que le brinde cada género, el nivel de satisfacción que produzca a los integrantes de la relación y la etapa de vida en que ésta se encuentre.

Entre las definiciones sobre las estrategias de mantenimiento, se identifican los trabajos de Dindia (2000) y Dindia y Emmers-Sommer (2006) en la relación marital. Para estos autores, las estrategias son parte de un

proceso: 1) que se refiere a la continuidad de la relación, 2) en el que la pareja existe dentro de una estabilidad, 3) en el cual se conservan ciertos elementos, como confianza, compromiso y cercanía íntima, 4) en el que se mantiene la unión en una condición de satisfacción, 5) que puede contribuir a desarrollar la condición de reparadora en caso de algún tipo de transgresión en la relación. Esto es, las estrategias residen en tener destrezas para corregir o prevenir situaciones que afecten la estabilidad de la unión.

Asimismo, se estipulan algunas características que definen las estrategias de mantenimiento: 1) se refiere a personas que se comprometen mediante actividades y acciones para mantener la relación, 2) involucra a la pareja por medio de actividades conjuntas para sostener la relación, y 3) refleja factores de la intimidad, como el nivel de confianza, atracción física-sexual y el deseo de estar juntos (Canary y Dainton, 2006; Dindia, 2000; Dindia y Emmers-Sommer, 2006).

Las estrategias de mantenimiento contribuyen en la percepción del compromiso, al igual que en la satisfacción (Canary y Dainton, 2006; Weigel y Ballard-Reish, 1999). Además, a través de la percepción de la satisfacción y el compromiso, los esposos expresarán su deseo de preservar la relación o bien de realizar cambios en algunos aspectos que les produzca insatisfacción (Kaplan, 1975).

Según la literatura, existen diversos modelos teóricos de estrategias de mantenimiento (Ayres, 1983; Dindia y Baxter, 1987; Stafford y Canary, 1991). En general, los principales supuestos teóricos que los sustentan son: 1) la relación requiere conductas de mantenimiento o se deteriora, 2) las personas se motivan a conservar relaciones equitativas, 3) las actividades de mantenimiento varían en función del desarrollo y el tipo de la relación de pareja, 4) el reflejo de la naturaleza de la relación, 5) las acciones de mantenimiento y actividades, que implican conductas activas y no activas, 6) se hace una distinción entre lo estratégico y lo rutinario, que pasan a ser parte del diario vivir de la pareja (Stafford y Canary, 1991).

El modelo de Ayres (1983) plantea que las estrategias para conservar la relación de modo estable dependerán de: 1) estrategias de evitación, esto es, ignorando cosas que la otra persona hace que pueden afectar la rela-

ción; 2) estrategias de balance, alude a acciones que ayudan a sostener los factores emocionales que brindan estabilidad, y (3) estrategias asertivas, esto es hablar abiertamente con la pareja para mantener la relación. Para el autor, la estrategia de balance es la que predomina en el proceso de mantener una unión.

Sin embargo, desde la perspectiva teórica de Dindia y Baxter (1987), se define el mantenimiento del matrimonio en forma conjunta con estrategias reparadoras (las cuales se refieren a acciones que son transgresiones en la relación). Ambos factores cumplen con la función de promover la estabilidad de la pareja. Las estrategias de mantenimiento previenen la presencia de problemas y las reparadoras son las que restablecen en un nivel satisfactorio la relación. La estrategia vinculada con la comunicación marital es la más practicada.

Por otra parte, para Stafford y Canary (1991), las estrategias giran alrededor de la comunicación marital en cuanto al contenido y al estilo de la comunicación, expresiones afectivas, redes sociales y cooperación con las tareas en el hogar. Reconocen que las estrategias pueden usarse para mantener, reparar o concluir una relación de pareja.

En Puerto Rico, existe una ausencia de investigaciones sobre las relaciones maritales, lo que ocasiona un vacío científico que dificulta el entendimiento sobre la estabilidad y funcionalidad de la pareja. Considerando esta necesidad social, se efectuó un amplio estudio de los procesos psicosociales en el matrimonio. Este artículo muestra en particular el análisis acerca de la noción de compromiso y estrategias de mantenimiento.

Método

PARTICIPANTES

La muestra del estudio estuvo compuesta por 101 personas casadas (41 hombres y 60 mujeres) seleccionadas por disponibilidad. Las edades de los participantes fluctúan entre 21 y 73 años, siendo la edad promedio 39.46. De las personas participantes, 83% se encontraba en su primer matrimonio,

entre 1 y 35 años de casados, con un promedio de 15.93. La mayoría indicó tener hijos (82%), con un promedio de dos hijos por pareja. En cuanto al nivel educativo, más de la mitad de la muestra respondió haber completado un grado educativo universitario (68%), mientras que el resto tenía una educación universitaria incompleta.

INSTRUMENTO

Con el propósito de identificar las características del compromiso y las estrategias de mantenimiento, se diseñó un cuestionario con 10 preguntas abiertas y cerradas sobre el significado de la noción de compromiso, las tipologías de compromiso marital, las estrategias que el encuestado utiliza para mantener su relación y las que su pareja emplea, si les satisface su unión, qué elementos relaciona con su satisfacción marital, entre otros aspectos. Además, se incluyó como indicador de la calidad marital una pregunta cerrada en cuanto a su nivel de satisfacción con su matrimonio. Al final del cuestionario, se preguntó acerca de la percepción sobre la relación entre el compromiso, las estrategias de mantenimiento y la satisfacción marital.

Toda persona que aceptó cooperar con la investigación debía responder un cuestionario de datos sociodemográficos (género, edad, años de casados, etcétera) y una hoja de consentimiento informado.

PROCEDIMIENTO

Se efectuaron diversas reuniones en lugares públicos como fueron centros de trabajo, iglesias y reuniones de padres en escuelas para presentar el estudio. A los interesados en participar se les ofrecía un número telefónico de contacto. Cuando la persona se comunicaba, se le hacía una entrevista telefónica de cernimiento, con el objeto de determinar si cumplía con los requisitos de participación. Para colaborar era necesario: 1) no estar tomando consejería o terapia psicológica, 2) no estar experimentando una situación de violencia doméstica, 3) estar casados legalmente y 4) ser ma-

yores de edad, esto es mayores de 21 años. Luego de ello, se coordinaba un día y hora de aplicación del cuestionario. Los participantes contestaban el instrumento en sus hogares, donde se les solicitaba que llenaran en forma individual y sin consultar a nadie el cuestionario. Se les indicaba que su participación era completamente voluntaria, confidencial, y que la información que expresaran sería destinada exclusivamente a los propósitos de la investigación. Al terminar, depositaban el instrumento en un sobre que sellaban y entregaban a la investigadora.

Resultados

Se manejó el análisis de contenido que permite estudiar una comunicación conforme categorías establecidas por el investigador (Ander-Egg, 1995; Krippendorff, 2004), con el objeto de estudiar las ideas, significados, temas o frases expuestas por los cónyuges. Las unidades o categorías de análisis fueron establecidas después de la recopilación de la información aportada por los participantes.

De los datos ofrecidos por la muestra, se establecieron cinco categorías para su análisis: 1) el significado del compromiso, 2) estrategias de mantenimiento del participante, 3) estrategias de mantenimiento de la pareja, 4) importancia de las estrategias para su matrimonio, y 5) nivel de satisfacción marital. La mayoría de las respuestas obtenidas fue expresada mediante el uso de dos o tres oraciones, mientras que en menor cantidad otros participantes respondieron usando de una a tres palabras. Esto quiere decir que las narrativas fueron elaboradas de manera sencilla.

Al definir su conceptualización sobre el compromiso en una relación marital, las personas manifestaron aspectos referentes a los sentimientos, los deberes y la funcionalidad de la pareja. En sus relatos, se usaron de modo constante palabras como “respeto”, “acuerdo mutuo”, “duradero”, “lealtad”, “exclusividad”, “confianza”, “responsabilidad” y “comunicación”. También, se obtuvo que los participantes consideraran al compromiso como un asunto que implica mucha seriedad. Algunos ejemplos sobre la noción del compromiso:

El compromiso en una relación de pareja es el acuerdo voluntario de ambos para enfrentar oportunidades y retos con el fin de enriquecer la unión (M, 46).

El compromiso en una relación de pareja se basa en el amor y en el respeto mutuo. Implica la búsqueda de alternativas en momentos difíciles, dedicar tiempo de calidad para la pareja, mantener una comunicación afectiva y respetar el espacio personal (esto es, la necesidad de privacidad de cada uno) (F, 29).

Compromiso es el todo de una relación marital que incluye los conceptos básicos del matrimonio a saber: 1) amor, 2) respeto mutuo y 3) buena comunicación (M, 52).

El compromiso es dar 200% cuando la pareja lo necesite, querer que funcione y trabajar día a día para lograrlo: ése es el verdadero compromiso, no fijarse en las pequeñas cosas (F, 32).

Para algunos de los participantes, el compromiso entraña respeto y tener una visión de pareja; esto expresa que intervienen de una relación integrada por dos personas. Este elemento puede obtenerse en las siguientes narrativas:

En la relación de pareja debe haber respeto, confianza, comunicación y consideración (F, 39).

Debe ser total: tiempo, atención, devoción, como lo quiera llamar. Te vas a preocupar por el bienestar de esa persona más que nadie (M, 29).

Un compromiso mutuo indisoluble donde está presente el respeto (F, 38).

Un compromiso de respeto mutuo, de comprensión, de amor de buena comunicación de fidelidad y de ayudarnos entre todas las cosas que envuelven el hogar (M, 60).

Por otra parte, entre los participantes existe el entendido de que el compromiso es un acuerdo mutuo y voluntario entre los miembros de la pareja, que entraña una diversidad de expectativas sobre la unión, como vemos en los ejemplos siguientes:

El compromiso en una relación de pareja es el acuerdo voluntario de ambos para enfrentar oportunidades y retos con el fin de enriquecer la unión (M, 46).

Actitud voluntaria hacia la otra persona con el fin de lograr las metas y objetivos establecidos por la pareja, sin importar razones ni circunstancias durante la vida del matrimonio (F, 24).

Creo que el compromiso debe ser mutuo, que haya entrega en la relación y el deseo de que funcione para lograr el éxito; claro, esto debe ser de ambos (F, 45).

Llegar a acuerdos en forma voluntaria. Se identifican elementos comunes, aunque no son iguales; se comparten los comunes y se cultivan los no iguales, manteniendo así un balance (M, 48).

Otra característica que los participantes adjudicaron al compromiso fue el factor del tiempo, reconocido como parte de la duración de una relación. Se entiende que existe una estabilidad en la relación, la cual los motiva a mantener el compromiso por un largo tiempo. Como ejemplo de ello, citamos algunas de las frases obtenidas: “Para toda la vida” (F, 45). “Compromiso serio para toda la vida” (F, 51). “Como los diamantes, para siempre” (M, 60). “Ser fiel hasta la muerte” (M, 73).

Es notable el consenso entre los géneros en cuanto a que el compromiso en una relación marital los une. Se trata de un proceso por el cual se relaciona una variedad de emociones que sustenta la estabilidad en la relación.

El compromiso deber ser firme y real para compartir y completar los sueños y metas de ambas personas. Debe existir siempre el amor y respeto para realizar en conjunto el compromiso establecido (F, 35).

Unión de sentimientos, responsabilidades y metas en común; un pacto de amor y confianza (F, 30).

Llegar a acuerdos en forma voluntaria. Se identifican elementos comunes, aunque no iguales; se comparten y cultivan los no iguales, manteniendo así un balance (M, 48).

El compromiso es ser uno con la otra persona (M, 47).

Luego de esto, como un segundo análisis, se establecieron tres subcategorías para el significado de compromiso en las relaciones maritales: 1) compromiso social, 2) compromiso con la pareja y 3) compromiso afectivo. Los participantes consideran el compromiso a través de la combinación de una de dos o más tipologías de él. Los siguientes son ejemplos de narrativas que contienen dos subcategorías: “El compromiso debe ser sagrado, bien sincero. Es la unión de dos personas que se aman y que desean felicidad de uno y el otro para lograr juntos una estabilidad en sus vidas” (compromiso social y de pareja). “Compromiso serio, para siempre, cordial y amable, amoroso, espiritual, comprensivo y tolerante” (compromiso afectivo y pareja). No obstante, predominaron narrativas que manifiestan una sola subcategoría, como el compromiso social referido a la religión o a la costumbre social: “El compromiso tiene que ser familiar, social y religioso” (M, 47). “Para mí es un sacramento y un compromiso ante Dios y ante la sociedad, donde deben estar envueltos los valores y el respeto” (F, 49).

Además, los participantes identificaron una forma de compromiso que atañe sólo a la pareja. En particular, se consideraron aspectos de la organización o funcionalidad del matrimonio como se demuestra en la siguiente expresión: “Preocuparse genuinamente por el bienestar del otro; no se toman decisiones individuales ni perjudiciales hacia el otro. Se basa en respeto mutuo” (F, 29). Asimismo, otro participante comenta: “Llegar a acuerdos en forma voluntaria. Se identifican elementos comunes, aunque no iguales; se comparten y cultivan los no iguales, manteniendo así un balance” (M, 48).

En cuanto al compromiso afectivo, éste se asocia con la expresión de los sentimientos o emociones hacia la pareja: “Sinceridad, unión de dos personas que se aman, deseo de felicidad mutua” (F, 54). “Lealtad, confianza, entrega y comprensión” (M, 22). Por otra parte, en cuanto a lo afectivo, muchas de las personas que participaron enunciaron que el compromiso en el matrimonio es sólo amar a la pareja.

Los participantes reconocieron utilizar estrategias de mantenimiento con el fin de sostener la relación marital estable. Según las respuestas obtenidas, se definieron las siguientes categorías de análisis: 1) participar de

actividades sociales, 2) expresión de afecto, 3) realizar acciones de apoyo o solidaridad y 4) aspectos relacionados con la funcionalidad de la pareja.

Las estrategias de actividades sociales se refieren a los espacios que se intercambian con otros, o bien a alguna actividad que sea socialmente significativa. Entre éstas, se destacan la celebración de los cumpleaños, los aniversarios o los días festivos: “Celebramos aniversario de boda, cumpleaños, padres y madres” (F, 48). “Celebración de aniversario, cumpleaños, salir juntos de fin de semana, planificar juntos las vacaciones y Navidad” (M, 61).

Las más valoradas son las que involucran salir con la pareja, ya sea a bailar, cenar, ir al cine, entre otros. Compartir el tiempo libre de ambos integrantes de la relación como pareja asume una alta significancia, como queda expresado en los ejemplos que siguen:

Ir a comer fuera, hacer compra juntos, preparar su comida favorita con calendarios, celebrar el cumpleaños (F, 32).

Llevarla al cine, comprarle flores, llevarla a comer (M, 27).

Unas vacaciones en un parador, ir a comer a un restaurante y hacer las tareas del hogar juntos (M, 51).

Salir juntos de fin de semana, planificar juntos las vacaciones y Navidad (F, 45).

En cuanto a las estrategias de mantenimiento que muestran afecto, se encontró que los participantes consideran que para sostener una relación estable es importante decir lo que se siente, tanto en forma verbal como no verbal. Algunas de las expresiones afectivas verbales fueron:

Atender los detalles hacia mi esposo, celebrar su cumpleaños preocuparme por su bien, expresar mi amor hacia él con muestras físicas (F, 42).

Decirle que lo amo (F, 30).

Decirle que lo necesito, dar el beso de las buenas noches y por las mañanas, llamarlo para que sepa que pienso en él/ella, reconocer que somos un complemento (F, 25).

Anticipar sus gustos y complacerla; buen humor, bromas que demuestran amor, caricias, besos frecuentes, pero sin empalagar; escucharla atentamente y conversar sobre sus problemas en el trabajo, la familia, las deudas y tratar de compartir juntos en familia, nuestras actividades (M, 65).

Sobre las conductas no verbales adoptadas como estrategias, recurren a escribir cartas o notas de amor en algún lugar de la casa, llamadas o mensajes de texto a lo largo del día; juegos de seducción, coquetearse. Ejemplos:

La coquetería, los juegos, caminar por la orilla de la playa, ir al cine, compartir conmigo en todas las actividades a las cuales ella pueda acompañarme (M, 36).

Tocarle las nalgas, una mirada de ojo a ojo, hacer el amor en distintos lugares (M, 52).

Cartas anónimas, llamadas inesperadas, almuerzo, comprar algún artículo de necesidad antes de que sea mencionado por la pareja (F, 24).

Amarlo, decirle que lo quiero, cuidarlo cuando está enfermo, ser solidaria cuando tiene problemas, sorpresas. Regalos inesperados (F, 45).

En cuanto a las conductas que demuestran solidaridad con la pareja; esto es, acciones que conllevan ayuda, cooperación, apoyo ante una necesidad de la pareja o bien como un gesto espontáneo de apoyo, se recolectaron las siguientes expresiones:

Apoyarlo en todo momento (M, 37).

Interesarme por aspectos de su trabajo; acompañarlo en actividades, aunque no me guste; comprarle obsequios; cocinar y servirle los alimentos que le gustan; piropear cuando se pone algo nuevo (F, 23).

Atender los detalles hacia mi esposo, celebrar su cumpleaños preocuparme por su bien, expresar mi amor hacia él con muestras físicas (F, 42).

Compartir inquietudes (penas y alegrías), disfrutar la cercanía física y emocional, pero a la vez respetando la libertad individual. Acariar y transmitir el sentimiento de que eres único y especial (M, 58).

Asimismo, se hallan aquellas estrategias asociadas con la funcionalidad de la pareja, categoría que apela a la organización, responsabilidad, deberes, roles y aspectos atingentes a la interacción de la pareja. De esta categoría, se consiguieron mayormente las vinculadas con la comunicación con la pareja:

Comunicación amistad, participar en la casa, comprensión (M, 26).

Constante comunicación, tarea compartida, reconocer que somos un complemento, sorprender y tareas familiares (M, 43).

Comunicación, ayuda mutua en el hogar y los niños, cumpleaños y aniversarios, llamadas durante el día para saber cómo está, mucho cariño y amor (F, 39).

Mutuo entendimiento y el diálogo para la solución de problemas (F, 46).

Acerca de las estrategias de mantenimiento practicadas por la pareja, se obtuvo una percepción similar a la expuesta por el propio cónyuge, aunque en menor cantidad; las más socorridas por su pareja son las siguientes: primero, celebración de días festivos: “Celebramos aniversario de boda, cumpleaños, padres y madres” (M, 55). Luego, salir con la pareja en su tiempo libre: “Ir al cine, compartir conmigo en todas las actividades a las cuales ella pueda acompañarme” (M, 36), y en tercer lugar, comunicarse con la pareja: “Comunicación, brindar ayuda, llamadas durante el día para saber cómo está, expresarme mucho cariño y amor” (F, 41).

Otro aspecto considerado en la investigación fue el nivel de importancia de las estrategias que se usan para sostener la relación. En orden de importancia, se identificaron las siguientes: 1) la comunicación, 2) la sexualidad, 3) la solución de problemas, 4) la expresión de sentimientos y emociones, 5) la convivencia, 6) los hijos, 7) las expectativas hacia el

futuro y 8) las redes de apoyo. Mientras que en su percepción acerca de cuáles son relevantes para su pareja, resaltaron las siguientes: 1) salir con la pareja en su tiempo libre, 2) celebrar cumpleaños, 3) celebrar aniversarios, 4) día del(a) padre/madre y 5) hospedarse en hoteles.

En cuanto al indicador de la satisfacción marital, se dedujo que 47.52% admitió sentirse satisfecho con sus matrimonios, 24.71% no lo está y 10% de la gente indicó que se siente regular con su relación. También, se identificó que el compromiso y las estrategias son elementos que favorecen la satisfacción marital, pues les brinda estabilidad en la relación: “Sentirse complementado con la pareja” (M, 27). “Es sentirse seguro” (M, 45). “Me complementa algo” (F, 24). “Es un balance en la relación” (F, 40). “El sentirse completo tanto en aspectos personales como profesionales” (M, 66). “Estar completo en todo” (F, 58).

Cuando la pareja comparte un entendido y acuerdos sobre qué los compromete, y usan múltiples estrategias para mantener su relación, evocan elementos que producen satisfacción marital: “Que cumpla con toda las expectativas” (F, 25). “Sentirme bien y feliz” (F, 36). “Sentirse realizado o a gusto por las cosas que haces o que te hacen” (M, 24). “Estar a gusto en todo momento y confiado” (M, 70). “Sentirse cómodo es también una sensación de plenitud y armonía” (M, 32).

DISCUSIÓN

En general, puede decirse que el compromiso está presente en todas las acciones de los integrantes de la pareja; la forma en como se define lo establece como un elemento significativo para la propia existencia de ésta que le brinda un sentido de pertenencia y de identidad propia.

El compromiso se percibe como un factor que crea conciencia sobre su rol como pareja, donde la relación marital está conformada por dos personas que comparten intimidades y cotidianidades entrelazadas por un compromiso establecido previamente (Nina, 2007; Rusbult *et al.*, 2006).

Es un elemento por medio del cual puede tenerse un acercamiento a su construcción de convivencia, así como otras connotaciones que pueden

verse en sus narrativas: acuerdo mutuo, seriedad, responsabilidad, y el tiempo de duración de la pareja, entre otros.

El compromiso les aporta un sentido de unidad sustentado en la interdependencia que existe entre los componentes de la relación (Adams y Jones, 1999). Los participantes reconocen que el compromiso en el matrimonio parte de la obligación con ese otro u otra. Esto es, las acciones de cualquiera de los protagonistas de la relación dependen del otro, y las acciones de ese otro u otra con la pareja.

Además, las respuestas aportadas por los participantes sustentan la literatura en cuanto a que el compromiso es intencional; sus relatos expresan cómo este factor solidifica y refuerza el vínculo entre los integrantes de la relación (Avelarde, Diaz-Loving y Rivera, 1996; Hendrick, 2004; Levinger, 1996).

También, las narrativas de los participantes reflejan la diversidad de dimensiones atribuidas al compromiso, lo que responde a que es un constructo multidimensional (Adams y Jones, 1999). De esta forma, obtenemos dimensiones que responden a actitudes, sentimientos, emociones, roles, deberes, expectativas y rituales correspondientes a la etapa de vida de la pareja.

Asimismo, sus respuestas se asocian con sentimientos o emociones positivas, que se han desarrollado a lo largo de la relación, y reflejan un involucramiento psicológico. Estos sentimientos o emociones en su conjunto son los que contribuyen a continuar con la relación, creando a través del compromiso una expectativa del futuro de la pareja (Noller y Feeney, 2006).

Otro aspecto que sus respuestas denotan es su estabilidad como matrimonio. Se detectaron elementos de atracción evocadores de ese mundo íntimo de la relación que favorecen la estabilidad; como serían amor, respeto, acuerdo voluntario, algo duradero, lealtad, exclusividad, confianza, responsabilidad y comunicación. Sin embargo, no se obtuvieron elementos de barrera que puedan afectar la relación, contrario a lo recabado por Levinger (1996).

Cabe mencionar que las narrativas expresan dedicación personal con la pareja; la atención que se demuestra responde a una preocupación y

un interés genuino. Expresar afectos y cuidado a la pareja es una de las principales características que sustenta el compromiso (Stanley y Markman, 1992).

Por otra parte, el atributo de seriedad resalta de manera recurrente, lo cual hace suponer que es una dimensión que responde al entorno cultural, debido a que no se localizó en la literatura revisada. La connotación de seriedad está enlazada con el respeto a la relación y a la pareja.

Otro elemento significativo fue el factor de tiempo en cuanto a la continuidad o el futuro de la relación, aspecto que contribuye a la estabilidad emocional. Para los cónyuges, saber que se cuenta con una persona por un tiempo dado crea un sentido de permanencia que los une más íntimamente (Nina, 2004). Este sentido de unidad como pareja proporciona seguridad y confiabilidad sobre la otra persona que integra la relación marital.

También, como en los trabajos de Johnson (1991), se obtuvieron diversas subcategorías sobre el compromiso. Resulta interesante observar que los cónyuges no asumen una sola tipología, sino que sus expresiones están conformadas por la integración de por lo menos dos tipos de compromiso; esto es, social-afectivo, social-pareja o pareja-afectivo. Lo anterior puede entenderse como que el compromiso no es un elemento aislado, sino que responde a diferentes contextos sociales, según el momento histórico-cultural que la pareja viva.

En cuanto a la noción de estrategias de mantenimiento en la relación marital, puede decirse que las respuestas alcanzadas obedecen a los procesos de socialización propios de una cultura occidental, donde se desarrollan actividades correspondientes a una clase social, género y edad. Aniversarios, cumpleaños, día del padre o madre, días festivos, son celebraciones propias de la sociedad. Estos resultados son consistentes con los conseguidos en la literatura (Canary y Stafford, 1994; Canary y Dainton, 2006).

Además, existe el entendido de que realizar estas actividades en un matrimonio será un indicador de su estabilidad como pareja (Dindia y Emmers-Sommer, 2006). Estas estrategias fueron asociadas con la satisfacción marital; es decir, en la medida en que se cumple con las expectativas sociales o individuales, denotará un grado de satisfacción con la pareja.

No obstante, los matrimonios llevan a cabo estrategias propias que ayudan a sostener y mantener en forma estable la relación, al igual que efectuar actividades conjuntas fortalece la relación.

Por la información extraída, puede decirse que las estrategias de mantenimiento cumplen con las tres funciones básicas como expresar afecto, definir la relación y preservarla por medio de actividades coordinadas, lo que cual valida investigaciones anteriores (Canary y Dainton, 2006; Dindia, 2000).

Con la metáfora de las estrategias de mantenimiento, se identificaron varias acciones que ayudan a la estabilidad de la relación como actividades sociales, afectivas o de apoyo a la pareja. Tales estrategias son las que definen la relación (Weigel y Ballard-Reish, 1999). Se realizan acciones con el deseo de estar juntos, debido a que ello produce un nivel de satisfacción.

Entre las estrategias más utilizadas resaltan las que se practican con la pareja. Los integrantes de la relación otorgan un significado al proceso de compartir con su pareja, pues ello brinda un acercamiento psicológico entre ambos cónyuges sobre el mundo íntimo de su matrimonio (Dindia y Baxter, 1987; Dindia, 2000) y crea un sentido de integración, singularidad y exclusividad, en tanto sólo concierne a ellos.

Los participantes enfatizaron otras estrategias como son comunicación, expresión de afecto, solidaridad y funcionalidad; se trata de estrategias constructivas o proactivas (Hendrick, 2004; Noller y Feeney, 2006). Se encontró que estos resultados respaldan los trabajos elaborados por Stafford y Canary (1991) y Dindia (2000), aunque no se obtuvieron estrategias relacionadas con aspectos negativos, como excluir a la pareja en toma de decisiones, evitar comunicarse y asumir conductas inadecuadas.

Se reconoce que las estrategias de mantenimiento poseen un proceso evolutivo en el desarrollo de la relación (Canary y Stafford, 1994). Aunque en este estudio no se consideraron las distintas etapas del matrimonio, destacan estrategias de mantenimiento que responden a cualquier etapa de vida de la relación, lo que las erige como necesarias para mantener a toda pareja. Tal es el caso de las actividades sociales, estrategias que se sostienen por la propia existencia de la pareja (Stafford y Canary, 1991).

En cambio, las estrategias de apoyo o solidaridad con la pareja se presentarán según los múltiples niveles de la etapa en que ésta se halle.

Por otro lado, al reconocer la trascendencia de estas estrategias en su relación, los cónyuges identificaron elementos que contribuyen a su satisfacción marital como son expresiones de afecto, su solidaridad y consideración sobre el otro. Es importante desarrollar estrategias de mantenimiento en las que sólo los cónyuges participen, y las principales son las que se refieren a la intimidad psicológica de la pareja, en la que se dan elementos como comunicación, sexualidad, solución de problemas, expresión de sentimientos y emociones. Estos resultados sustentan los recolectados por Dindia y Baxter (1987).

En cuanto a la percepción sobre las estrategias que la pareja utiliza en la relación, no consideraron que los cónyuges asignen el mismo nivel de importancia a las estrategias que benefician la estabilidad del matrimonio. Al parecer, cuando las expectativas acerca de la vida matrimonial son distintas, estos aspectos pueden afectar la satisfacción marital o a la calidad matrimonial.

Lo anterior puede responder al hecho de que menos de la mitad de los matrimonios se sienten insatisfechos con su relación matrimonial, por lo que es esencial establecer bien los entendidos y acuerdos acerca de los elementos que provocan satisfacción en la relación matrimonial.

La vida conyugal es un proceso de construcción dinámico que evoluciona con el paso del tiempo. Es primordial reconocer que la pareja construye sus realidades en un cambio permanente en un lapso que puede ser analizado desde diferentes tipologías de matrimonio. Según el tipo de éste en que se encuentren, las vivencias responderán a los procesos de convivencia y adaptación de la díada. El nivel de compromiso que los cónyuges tengan con su relación marital los motivara a desarrollar diferentes estrategias de mantenimiento. El compromiso y las estrategias de mantenimiento que se definan ofrecerán un sentido de continuidad a la relación, de estabilidad y de satisfacción marital.

Ante la pregunta, “¿qué los mantiene juntos?”, ciertamente, puede decirse que en la relación marital se dan dos ejes centrales: el compromiso y

las estrategias de mantenimiento que contribuyen a la unidad de la pareja. Por ello, es necesario continuar emprendiendo investigaciones acerca de estas temáticas, tomando en cuenta otros factores como son las etapas del matrimonio, la presencia de los hijos y los conflictos maritales.

BIBLIOGRAFÍA

- Adams, J. M. y W. Jones (1997). The conceptualization of marital commitment, *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(5), pp. 1177-1196.
- y W. H. Jones (1999). *Handbook of Interpersonal Commitment and Relationship Stability*. Nueva York: Academic Plenum Publishers.
- Ander-Egg, E. (1995). *Técnicas de investigación*. Buenos Aires: Humanitas.
- Ayres, J. (1983). Strategies to maintain relationships: Their identification and perceived usage. *Communication Quarterly*, 31, pp. 62-67.
- Avelarde, P., R. Diaz-Loving y S. Rivera (1996). El compromiso en la pareja. *Psicología Social en México*, VII, pp. 176-181.
- Brehm, S. (1992). *Intimate Relationships*. Nueva York: McGraw-Hill.
- Brickman, P., C. Dunkel-Schetter y A. Abbey (1987). The development of commitment. En P. Brickman. *Commitment, Conflict and Caring*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, pp. 145-221.
- Canary, D. y M. Dainton (2006). Maintaining relationships. En A. Vangelisti y D. Perlman [eds.]. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. Nueva York: Cambridge University Press, pp. 615-636.
- y L. Stafford (1994). Maintaining relationships through strategic and routine interaction. En D. J. Canary y L. Stafford [eds.]. *Communication and Relational Maintenance*. San Diego: Academic Press, pp. 3-22.
- Diaz-Loving, R. (1999). *Antología psicosocial de la pareja*. México: AMEPSO.
- Dindia, K. (2000). Relational maintenance, En C. Hendrick y S. Hendrick [eds.]. *Close Relationships: a Sourcebook*. Thousand Oaks: Sage Publication, pp. 287-299.
- y L. Baxter (1987). Strategies for maintaining and repairing marital relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4, pp. 143-158.
- y T. Emmers-Sommer (2006). What partners do to maintain their close relationships? En Noller, P. y J. Feeney [eds.]. *Close Relationships: Functions, Forms and Processes*. Nueva York: Psychology Press, pp. 305-324.

- Gottman, J. (2000). *Why Marriages Succeed or Fail*. Nueva York: Simon y Shutter.
- Hendrick C. y S. Hendrick [eds.] (2000). *Close Relationships: a Sourcebook*. Thousand Oaks: Sage Publication.
- Hendrick, S. (2004). *Understanding Close Relationships*. Boston: Pearson Education.
- Huston, T. (2000). The social ecology of marriage and other intimate unions. *Journal of Marriage and Family*, 62, pp. 298-320.
- Johnson, M. P. (1991). Commitment to personal relationships. En W. Jones y D. Perlman [eds.]. *Advances in Personal Relationships: Volume 3*. Londres: Jessica Kingsley, pp. 117-143.
- (1973). Commitment: A conceptual structure and empirical application. *Sociological Quarterly*, 14, pp. 395-406.
- Kaplan, R. E. (1975). Maintain interpersonal relationships: A bipolar theory. *Interpersonal Development*, 6, pp. 106-119.
- Kelley, H. (1983). Love and commitment in close relationships. En H. Kelley. *Close Relationships*. Nueva York: Freeman and company, pp. 265-314.
- Kelley, H. y J. W. Thibaut (1978). *Interpersonal Relations: a Theory of Interdependence*. Nueva York: John Wiley.
- Knapp, M. L. y E. H. Taylor (1994). Commitment and its communication in romantic relationships. En Weber, A. L y Harvey, J. H. [eds.], *Perspectives on Close Relationships*. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon, pp. 153-175.
- Krippendorff, K. (2004). *Content Analysis: An Introduction to its Methodology*. Thousand Oaks: Sage Publication.
- Levinger, G. (1996). Comprometerse en una relación: el papel del deber, la atracción y las barreras. *Psicología Contemporánea*, 3(1), pp. 30-39.
- Lewin, K. (1951). *Field Theory in Social Science*. Nueva York: Harper y Row.
- Nina, R. (2008). Proyecto de investigación: procesos psicosociales de la relación marital. Manuscrito. Universidad de Puerto Rico, Río Piedras.
- (2007). ¿Que nos mantiene juntos? La construcción del compromiso y estrategias de mantenimiento en la relación de pareja. *XXXI Congreso Interamericano de Psicología*. Ciudad de México: México.
- (2004). Los procesos psicosociales de la relación marital, en el Simposio: Diversas Metodologías en el Abordaje de la Relaciones de Pareja. *Primer Congreso regional de la Sociedad Interamericana de Psicología*, Guatemala.
- Noller, P. y A. Feeney (2006). *Close Relationships: Functions, Forms and Processes*. Nueva York: Psychology Press.
- Rojas, E. (1997). *El amor inteligente*. Argentina: Planeta.

- Rusbult, C. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology, 16*, pp. 172-186.
- (1983). A longitudinal test of the investment model: the development of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social, 45*, pp. 101-117.
- , M. Coolsen, J. Kirchner, J. Clarke (2006). Commitment. En A. Vangelisti y D. Perlman [eds.]. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. Nueva York: Cambridge University Press, pp. 615-636.
- Stanley, S. (2005). *The Power of Commitment*. San Francisco: Jossey Bass.
- Stanley, S. M. y H. J. Markman (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage and Family, 54*, pp. 595-608.
- y S. W. Whitton (2002). Communication, conflict and commitment: Insights on the foundations of relationship success from a national survey. *Family Process, 41*, pp. 659-675.
- Stafford, L. y D. J. Canary (1991). Maintenance strategies and romantic relationship type, gender, and relational characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships, 8*, pp. 217-242.
- Surra, C. y T. Houston (1987). Mate selection as a social transition. En D. Perlman y S. Duck. *Intimate relationships*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Vangelisti, A. y D. Perlman (2006). *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. Nueva York: Cambridge University Press.
- Weigel, D. y D. Ballard-Reish (1999). How couples maintain marriages: a closer look at self and spouse influences upon the use of maintenance behaviors in marriages. *Family Relations, 48*, pp. 263-269.